



Universidad Nacional Autónoma de México
PROGRAMA DE MAESTRÍA Y DOCTORADO EN PSICOLOGÍA

UN MODELO EXPLICATIVO DEL PERDÓN EN RELACIÓN A LA PAREJA: EL PAPEL DE LOS
ESTILOS DE APEGO, LA TRANSGRESIÓN, ATRIBUCIONES, EMPATÍA Y RUMIACIÓN

TESIS

**QUE PARA OPTAR POR EL GRADO DE
DOCTORADO EN PSICOLOGÍA**

PRESENTA:

RODRIGO MIGUEL ROSALES SARABIA

DIRECTORA:

DRA. SOFÍA RIVERA ARAGÓN
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

COMITÉ:

DR. LUCY MARÍA REIDL MARTÍNEZ
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DRA. MIRNA GARCÍA MÉNDEZ
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ZARAGOZA
DR. ROLANDO DÍAZ LOVING
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DRA. ALEJANDRA DEL CARMEN DOMÍNGUEZ ESPINOSA
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA, UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA

Cd. Mx.

JULIO 2018



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Resumen.....	1
Abstract.....	2
INTRODUCCIÓN	3
El perdón.....	4
Antecedentes filosóficos y religiosos.....	5
El perdón en el razonamiento religioso	5
Contribuciones de la filosofía moderna al estudio del perdón	6
Conceptuación del perdón desde la psicología	8
Dimensiones del perdón.....	12
La especificidad del perdón: Una categorización por rasgo y estado.....	14
La dirección del perdón: Perdón a otros y el perdón a sí mismo	16
Contextualización del perdón hacia la pareja: Una integración de las categorías del perdón.....	19
Propuestas teóricas del perdón en relaciones cercanas	20
Modelo de la configuración Intra e Interpersonal del perdón	20
Las cuatro estaciones del perdón.....	21
Modelo basado en la toma de decisiones	22
Modelos basados en la reconciliación	23
Teoría cognitiva del perdón incondicional	23
Una teoría funcionalista: El instinto del perdón	26
La teoría Bio-psico-social de enfrentamiento al estrés en el perdón	29
Medición del perdón y sus dimensiones teóricas	34
Implicaciones del perdón en el ajuste psicológico de los individuos	39
Variables asociadas al perdón: Teoría y hallazgos de investigación	40
Estilos de Apego en relaciones románticas	40
La severidad percibida de la transgresión	43
Atribución de la falta	45
Empatía	46
Rumiación	47
Enfrentamiento ante una transgresión en la relación de pareja	49
MÉTODO GENERAL.....	53
Planteamiento del Problema	53
Justificación	53
Pregunta de investigación	55
Objetivo general	55

Estudio 1. Construcción de Instrumentos de Medición	56
Planteamiento del problema.....	56
Justificación	56
Fase 1.1 Construcción de la escala del Perdón hacia la pareja	57
Pregunta de investigación	57
Objetivo general	57
Muestreo.....	57
Tipo de estudio	58
Instrumentos	58
Escala del Perdón hacia la pareja	58
Escala del Resentimiento hacia la pareja	58
Procedimiento.....	58
Análisis de Datos	58
Resultados.....	60
Discusión	68
Fase 1.2 Construcción de la escala de Atribuciones Causales de la Transgresión.....	70
Fase 1.2.1. Conceptuación de las Atribuciones Causales de la Transgresión.....	70
Pregunta de investigación	70
Objetivo general	70
Definición de la variable.....	70
Muestreo.....	71
Tipo de estudio	71
Instrumento	71
Análisis de datos	71
Resultados.....	72
Discusión	73
Fase 1.2.2. Desarrollo, validación y confiabilidad de un instrumento culturalmente válido de las atribuciones causales de la transgresión.	76
Pregunta de investigación	76
Objetivo general	76
Definición de la variable.....	76
Muestreo.....	76
Tipo de estudio	76
Instrumentos	77
Procedimiento.....	77
Análisis de Datos	77
Resultados.....	78
Discusión	83
Fase 1.3 Construcción de la escala de Empatía hacia el Transgresor.....	85

Fase 1.3.1 Conceptuación de la Empatía hacia el Transgresor.....	85
Pregunta de investigación	85
Objetivo general	85
Definición de la variable.....	85
Muestreo.....	85
Tipo de estudio	86
Instrumento	86
Análisis de datos	86
Resultados.....	87
Discusión.....	88
Fase 1.3.2. Desarrollo, validación y confiabilidad de un instrumento culturalmente válido de la empatía hacia el transgresor.....	90
Pregunta de investigación	90
Objetivo general	90
Definición de la Variable	90
Muestreo.....	90
Tipo de estudio	91
Instrumentos	91
Procedimiento.....	91
Análisis de Datos	91
Resultados.....	92
Discusión.....	96
<i>Fase 1.4 Construcción de la escala de Rumiación acerca de la transgresión... 98</i>	
Fase 1.4.1 Conceptuación de la Rumiación acerca de la transgresión.....	98
Pregunta de investigación	98
Objetivo general	98
Definición de la variable.....	99
Muestreo.....	99
Tipo de estudio	99
Instrumento	99
Análisis de datos	99
Resultados.....	101
Discusión.....	104
Fase 1.4.2. Desarrollo, validación y confiabilidad de un instrumento culturalmente relevante para medir la rumiación acerca de la transgresión.....	106
Pregunta de investigación	106
Objetivo general	106
Definición de la Variable	106
Muestreo.....	106
Tipo de estudio	107

Instrumentos	107
Procedimiento.....	108
Análisis de Datos	108
Resultados.....	109
Discusión.....	122
<i>Fase 1.5 Construcción de la escala del Enfrentamiento ante la transgresión .</i>	<i>127</i>
Fase 1.5.1 Conceptuación del Enfrentamiento ante la transgresión	127
Pregunta de investigación	127
Objetivo general	127
Definición de la variable.....	127
Muestreo.....	128
Tipo de estudio	128
Instrumento	128
Análisis de datos	128
Procedimiento	128
Resultados.....	130
Discusión	131
Fase 1.5.2. Desarrollo, validación y confiabilidad de un instrumento culturalmente válido para medir el enfrentamiento ante una transgresión.	132
Pregunta de investigación	132
Objetivo general	132
Definición de la Variable	132
Muestreo.....	132
Tipo de estudio	133
Instrumentos	133
Procedimiento.....	133
Análisis de Datos	134
Resultados.....	135
Discusión	144
<i>Estudio 2. Comprobación del Modelo del Perdón y el Resentimiento hacia la pareja</i>	<i>147</i>
Justificación	147
Objetivo general	148
Objetivos específicos.....	148
Fase 2.1 Correlatos del Perdón hacia la Pareja	149
Pregunta de Investigación	149
Objetivo general	149
Hipótesis estadísticas.....	149
Definición de variables	151
Muestreo.....	153

Tipo de estudio y diseño	153
Instrumentos	154
Procedimiento.....	156
Análisis de Datos	156
Resultados.....	157
Asociación de Perdón y Resentimiento con los Estilos de Apego Adulto	157
Asociación de Perdón y Resentimiento con la severidad percibida y las atribuciones casuales de la transgresión	158
Asociación de Perdón y Resentimiento con Empatía.....	159
Asociación de Perdón y Resentimiento con las dimensiones de Rumiación acerca de la transgresión.	139
Asociación de Perdón y Resentimiento con el Enfrentamiento enfocado a la emoción, al sentido y al problema.	140
Discusión	141
Fase 2.2 Predictores del Perdón hacia la Pareja	155
Pregunta de Investigación	155
Objetivo general	155
Hipótesis conceptuales	155
Hipótesis estadísticas.....	158
Definición de variables	159
Muestreo.....	159
Instrumentos	159
Procedimiento.....	159
Análisis de Datos	160
Resultados.....	161
Análisis factorial exploratorio de segundo orden para las escalas de perdón y resentimiento hacia la pareja.....	161
Análisis factorial exploratorio de segundo orden para las escalas del Inventario de Rumiación acerca de la Transgresión	162
Análisis factorial exploratorio de segundo orden para las escalas del inventario de estrategias de enfrentamiento ante una transgresión	163
Regresión lineal múltiple paso por paso para explicar el Perdón hacia la pareja.....	164
Regresión lineal múltiple paso por paso para explicar el Resentimiento hacia la pareja	165
Discusión	167
Referencias	175

Resumen

Es muy probable que las personas involucradas en una relación de pareja eventualmente tengan que vivir experiencias negativas a consecuencia del comportamiento de su pareja. Cuando las personas son tratadas de manera que se sienten lastimadas u ofendidas, pueden experimentar sintomatología de ansiedad (Cano & O'Leary, 2000) depresión e incluso estrés postraumático (Sabina & Strauss, 2008), en ese sentido perdonar y disminuir el resentimiento pueden jugar un papel clave en la sanación emocional de las personas (Enright & Fitzgibbons, 2015). En esta investigación se propone un modelo que explica el perdón y el resentimiento hacia la pareja a partir de los estilos de apego, la severidad de la transgresión, las atribuciones causales de la transgresión, la rumiación acerca de la transgresión, la empatía hacia la pareja tras la transgresión y las estrategias de afrontamiento ante la transgresión. La investigación se dividió en dos estudios, el primero enfocado a la construcción de instrumentos de medición, en el cual se desarrollaron 11 escalas psicométricas mediante estudios cualitativos y cuantitativos, mientras que en el segundo estudio se identificaron correlatos, y finalmente se identificaron mediante el análisis de regresión múltiple los predictores del perdón y el resentimiento hacia la pareja. En ese sentido, los resultados del último estudio muestran que el apego seguro, las estrategias de afrontamiento de aproximación, la sabiduría empática, el apego evitante, el distrés psicológico, las atribuciones de controlabilidad y las atribuciones internas de daño explicaron el 57% de la varianza del perdón hacia la pareja, mientras que el distrés psicológico, el apego seguro, las atribuciones internas de daño, el apego evitante, la sabiduría empática, atribuciones de estabilidad, atribuciones internas de engaño y el apego ansioso explicaron el 65% de la varianza del resentimiento hacia la pareja. Estos hallazgos pueden funcionar como base para el desarrollo de futuras intervenciones psicoterapéuticas para promover el perdón y reducir el resentimiento.

Palabras clave: Apego, Atribución, Afrontamiento, Rumiación, Transgresión, Empatía

Abstract

It is very likely that people involved in a romantic relationship will eventually have to experience negative experiences as consequences of their partner's misbehavior. When people are treated in such a way that they feel hurt and offended, they may experience anxiety (Cano & O'Leary, 2000) depression and even post-traumatic stress symptomatology (Sabina & Strauss, 2008), so promoting forgiveness and diminishing resentment (unforgiveness) play a key role in the emotional healing process (Enright & Fitzgibbons, 2015). In this research we propose a model that explains the forgiveness and resentment towards the romantic partner, through of the attachment styles, the severity of the transgression, causal attributions of the transgression, rumination about the transgression, empathy towards the couple after the transgression and coping strategies to deal with the transgression. The research was divided into two studies, the first one focused on the construction of measurement instruments, 11 psychometric scales were developed through qualitative studies and validated through EFA studies, while in the second study forgiveness and resentment correlates were identified, and finally by multiple regression analysis predictors of forgiveness and resentment toward the couple were determined. Results of the last study showed that secure attachment, approaching coping strategies, empathic wisdom, avoidant attachment, psychological distress, control attributions and internal attributions of harm explained 57% of the variance of forgiveness towards the romantic partner, while psychological distress, secure attachment, internal attributions of harm, avoidant attachment, empathic wisdom, safety attributions, internal attributions of deception and anxious attachment explained 65% of the variance of resentment towards the romantic partner. These findings may serve as the basis for the development of future psychotherapeutic treatments to promote forgiveness and reduce resentment.

Keywords: Attachment, Attribution, Coping, Rumination, Transgression, Empathy

INTRODUCCIÓN

El estudio científico del perdón es un fenómeno de inicio reciente, y ha ganado atención rápidamente en la comunidad científica internacional. Actualmente se han identificado algunos correlatos del perdón que son positivos para la salud mental de los individuos, como lo es la satisfacción marital (Kachadourian, Fincham & Davila, 2004), el bienestar (McCullough, 2000) y la salud física (Glaeser, 2008; Lawler-Row, Hyatt-Edwards, Wuensch & Karremans, 2011), entre otros. Sin embargo, a pesar de los múltiples beneficios asociados al perdón, algunos individuos tienen mayores dificultades para perdonar que otros; en vista de ello, en ésta investigación se propone un modelo explicativo del perdón, el cual permita describir con mayor detalle los mecanismos involucrados en el perdón hacia la pareja tras una transgresión (como puede ser una mentira, falta de respeto, infidelidad, entre otras). Se han tomado en cuenta las sugerencias de McCullough, et al. (1998), quien ha propuesto que variables a nivel personal, de la relación, de la transgresión y ciertos determinantes sociocognoscitivos pueden ayudar a explicar el perdón no obstante, en esta investigación se incluye además variables de tipo conductual.

El perdón está íntimamente relacionado a la orientación particular de las personas hacia las relaciones (Burnette, Taylor, Worthington & Forsyth, 2007), y de acuerdo a la teoría del apego, esta orientación está dada por los modelos mentales que maneje el individuo. Bowlby (1993a) establece que el apego es la propensión que tienen los individuos para formar vínculos afectivos con otras personas y que está presente durante toda la vida, el autor propuso que las experiencias tempranas de los niños con sus cuidadores primarios dan forma a los modelos mentales del sí mismo y de los otros, que funcionan como guías para aproximarse y funcionar dentro de relaciones subsecuentes. Estos modelos mentales se estabilizan a través de la vida y extienden sus efectos en las relaciones de los individuos durante la adolescencia y adultez (Fraley & Shaver, 2000). Estos modelos pues, son representaciones mentales que un individuo mantiene acerca de otros y de sí mismo que se han construido a partir de experiencias previas, que guían la

interpretación de las experiencias en relaciones interpersonales y el comportamiento social del individuo (Feeney & Noller, 2006). Por lo que la seguridad o inseguridad en el apego tiene el potencial de permear la interpretación de una transgresión por parte de la pareja, y el subsecuente comportamiento de la parte afectada, por lo que se consideró a los estilos de apego hacia la pareja romántica como una variable que puede contribuir a la explicación del perdón. Por otro lado, se considera a la severidad percibida de la transgresión bajo la necesidad de analizar no el comportamiento transgresivo específico, sino la magnitud del daño experimentado a partir de un trato injusto. En términos de las variables sociocognoscitivas, la atribución de la falta en términos de las dimensiones originalmente propuestas por Weiner (1986): locus, estabilidad y capacidad de control, están relacionadas con la tendencia al perdón o al resentimiento (Hook et al., 2015), en éste mismo sentido, el papel de la empatía ha demostrado asociaciones positivas con el perdón (Giammarco & Vernon, 2014), mientras la rumiación cognitiva se ha relacionado negativamente (Fatfouta, 2015). Finalmente, en términos de conducta ya sea abierta o encubierta, los estilos de enfrentamiento juegan un papel determinante de acuerdo a la teoría bio-psico-social del perdón (Worthington, 2006), la cual plantea que si un individuo ha sido lastimado, puede hacer frente a la transgresión al expresar de manera dosificada sus emociones, se orienta hacia la solución activa del problema mediante la búsqueda de justicia y la evitación de la revictimización, así como mediante la narración del evento transgresivo de una manera más benevolente, entonces tendrá mayores posibilidades de perdonar.

El perdón

En todas las relaciones cercanas es prácticamente inevitable sentirse lastimado u ofendido por la otra persona, en algún momento de la relación (Worthington, 2006). El abanico de transgresiones es bastante amplio y puede implicar desde fallas menores, hasta las más injustas vulneraciones físicas y morales. Se ha reportado consistentemente que la percepción de un trato injusto por parte de una persona cercana puede desencadenar la experimentación de un complejo

emocional que incluye afectos como la amargura, la hostilidad, ira residual y dolor (Wortghington & Wade, 1999). Dados los efectos previamente referidos en el bienestar emocional de los individuos, se ha propuesto al perdón como una vía hacia la sanación y crecimiento emocional post-transgresión, y aunque existen importantes disensos al respecto de la definición del perdón, los autores parecen coincidir en que el perdón puede ser mejor comprendido como un proceso que como un constructo aislado (Guzmán, 2010). Bajo esta lógica, Enright y el grupo de estudio del desarrollo humano (1991) define al perdón como el cambio afectivo, conductual y cognoscitivo en el ofendido hacia el transgresor, Enright y Fitzgibbonz (2011), señalan que quien perdona intenta –en una decisión libre– tener una nueva actitud de benevolencia, compasión e incluso amor hacia el transgresor, aun cuando éste último no tenga derecho moral a tal respuesta.

Antecedentes filosóficos y religiosos

Los primeros registros del estudio desde la psicología científica del perdón datan de la década de los ochentas (Worthington, 1998), por lo que se considera un objeto de estudio reciente en la psicología, sin embargo el estudio del perdón tiene sus raíces en las tradiciones de las religiones antiguas y la filosofía (*American Psychological Association*, 2006; Enright & Fitzgibbons, 2011), como parte de la integración del estado del conocimiento del perdón, se presenta una revisión de las aproximaciones antecedentes desde ópticas de orden filosófico y religioso.

El perdón en el razonamiento religioso

Dentro de la literatura universal, los libros sagrados pertenecientes a las tradiciones Hebrea, Cristiana, Islámica, Hindú y Budista, exponen la idea de que el perdón tiene lugar dentro del contexto moral del bien y el mal, es una transformación que involucra una disminución en el resentimiento y un aumento en compasión, amor moral (Enright & Fitzgibbons, 2011).

En el libro sagrado del Islam, el Koran, Allah es visto como una divinidad con una amplia misericordia, que puede perdonar las faltas más graves siempre y cuando la persona tenga fe, se arrepienta, y haga buenas obras (Williams, 1961 en Enright & Fitzgibbons, 2011).

El Bhagavad Gita, que es el libro sagrado de los Hindúes, discute acerca de la importancia del perdón, y plantea que es bueno perdonar a una persona bajo ciertas circunstancias inespecíficas (Prabhupada, 1948 en Enright & Fitzgibbons, 2011).

Por su parte, las religiones monoteístas como los Judíos, Cristianos y los Islámicos claramente vinculan el perdón de Dios con el pecado o las malas acciones humanas (Enright & Fitzgibbons, 2011). De hecho, en la sagrada Biblia se plantea que para que las personas obtengan la piedad de dios, es decir que les retire el pecado, es importante que éstos se arrepientan por haber actuado mal y perdonen a quienes los ofendieron, de la misma forma en que desean ser perdonados por dios (Mateo 6: 9-13).

Contribuciones de la filosofía moderna al estudio del perdón

En la historia, se identifica el inicio de la filosofía moderna en el siglo XIX como una reacción ante el escolasticismo, una escuela de pensamiento caracterizada por un rígido enfoque teológico y filosófico, que había sido la corriente predominante hasta entonces. En consecuencia, se abrió un paradigma para abordar el fenómeno del perdón, pero no desde una óptica religiosa, sino un enfoque que priorizó el razonamiento lógico.

No obstante, dentro de la filosofía moderna no es raro encontrar disensos en las conceptualizaciones del perdón entre diferentes autores. Enright y Fitzgibbons (2011) presentan una revisión de algunos de los aportes de la filosofía moderna al perdón, de la cual se retomó el siguiente cuadro:

Tabla 1

Aportaciones Filosóficas al Estudio Psicológico del Perdón

Autor	Propuesta	Aporte al estudio psicológico del perdón
Downie (1965)	Una lesión involucra la ruptura del ágape en la relación, y el perdón es su restauración. . . . El ágape implica tratar a otras personas no sólo como seres sensibles, sino como seres racionales, que pueden obedecer reglas naturales y perseguir valores morales de la misma forma que quien perdona. La persona que perdona debe eliminar toda barrera entre él y el perdonado (al menos de su parte) y renovar la confianza en él (p. 133).	El perdón es concebido no sólo como la omisión de la falta, sino como la restauración de una dimensión positiva de confianza y respeto
Kolnai (1973-1974)	Entre más virtuoso soy, me encuentro más dispuesto a perdonar. Esto es muy simple ya que perdonar es un acto exquisito de caridad o benevolencia en un contexto significativo (p. 104).	El perdón es considerado como una virtud y se asocia a benevolencia. En la actualidad, esta última es reconocida como uno de los componentes importantes del perdón (e. g. Enright, 1994; McCullough et al., 1998).
Hughes (1975)	El perdón es el cancelar la hostilidad merecida y su sustitución por actitudes más amigables. Tiene consecuencias importantes por lo que es muy valioso socialmente, en términos de que el transgresor puede levantar de nuevo la cabeza, e interiormente apaciguar su remordimiento (p. 113).	Toma en consideración tanto la disminución de una dimensión negativa como puede ser el resentimiento, y su sustitución por una dimensión positiva, que traduce en actitudes más amigables. Ésta yuxtaposición es vigente gracias al trabajo de Worthington (2006).
Twambley (1976)	Estás en tu derecho de estar resentido. Al perdonar, te despojas de ese derecho, y ajustas tu relación de manera que exista equidad (p. 9).	Plantea que el perdón como una decisión que implica no vengarse o tomar represalias (McCullough, 2000)
Lewis (1980)	El perdón no puede ser entendido sin hacer referencia explícita al mandamiento “amarás. . . .”. Esto significa el consentimiento para renunciar a las actitudes propias , a los propios deseos de venganza y recompensación, el dolor de la indignidad y el resentimiento.	Su énfasis, desde una filosofía teológica contemporánea se centra también en que el perdón implica la renuncia del resentimiento, pero como un deber humano o mandato divino.
Richards (1988)	Perdonar a alguien que ha hecho daño, es abandonar todos los sentimientos negativos hacia esa persona, en la medida en que esos sentimientos tienen su origen en el episodio en cuestión (p. 79).	El autor sugiere la distinción entre un ser humano y su comportamiento. Como posteriormente, Enright y Fitzgibbons (2011) plantean, el perdón implica percibir al transgresor por su valor como ser humano, y no sólo por su comportamiento.

(Continúa)

Tabla 1 (Continuación)

Aportaciones Filosóficas al Estudio Psicológico del Perdón

Autor	Propuesta	Aporte al estudio psicológico del perdón
Holmgren (1993)	<p>El perdón brinda valioso entendimiento, aceptación y compasión a quien ofende (p. 345).</p> <p>La persona que alcanza un estado de perdón genuino determina que sin importar si se arrepiente, el transgresor es un ser humano valioso que ha cometido un error o ha obrado mal (p. 348).</p> <p>Además, la actitud apropiada hacia personas a la luz de su valor intrínseco es el respeto (p. 349).</p>	<p>El perdón no depende del comportamiento del transgresor, es más bien una decisión o atributo de quien perdona, por lo que el arrepentimiento de la contraparte no es requisito (Enright, 2001). Aunque se ha demostrado que puede facilitar el proceso (Hargrave, 1994)</p>

Nota. Es una modificación a la tabla “Philosophers’ Statements About Interpersonal Forgiveness” de Enright y Fitzgibbons (2011), la columna “Aporte al estudio psicológico del perdón” fue agregada por el autor de este trabajo.

A partir de lo anterior, es posible sintetizar de manera general la contribución de la filosofía al estudio del perdón, en uno de los elementos más característicos del perdón, el cual señala que el perdón incluye el abandono del resentimiento, hostilidad o cualquier forma de expresar desagrado e incomodidad hacia una persona, al mismo tiempo que se aplica el principio del beneficio, compasión y amor. Ello es coherente con las conceptualizaciones posteriores de McCullough (2000), Subkoviak et al. (1995) y Worthington (2006).

Conceptuación del perdón desde la psicología

La literatura científica ofrece una amplia gama de definiciones en torno al perdón, esto puede deberse a su impacto en el ajuste psicológico de los individuos, así como al inicio reciente de su estudio sistemático. Al respecto, se ha enfatizado que al estudiar al perdón, es importante realizar una revisión extensa de la literatura científica disponible, con la finalidad de garantizar una comprensión cabal del fenómeno y evitar la desvirtuación del constructo (Enright & Fitzgibbons, 2011). En vista de lo anterior, en la tabla 2, se presentan diversas definiciones del perdón y posteriormente se hace el análisis de las dimensiones teóricas que las constituyen.

Tabla 2
Definiciones del perdón y sus indicadores

Autor	Año	Definición	Indicadores
Enright et al.	1991	El cambio afectivo, conductual y cognoscitivo en el ofendido, hacia el transgresor, quien perdona intenta – en una decisión libre- tener una nueva actitud de benevolencia, compasión e incluso amor hacia el transgresor, aun cuando éste último no tenga derecho moral a tal respuesta.	Afecto, conducta, cognición, benevolencia, compasión, amor.
Subkoviak, et al.	1995	La superación del resentimiento hacia el transgresor sin negar el derecho moral a tal resentimiento. Quien perdona intenta tener una nueva postura de benevolencia, compasión e incluso de amor hacia el transgresor, aun cuando éste último no tenga derecho moral a tal respuesta.	Menor resentimiento, Benevolencia, Compasión, amor.
Hargrave y Sells	1997	Permitir a quien ofendió, reconstruir la confianza en la relación, mediante la demostración de cambios conductuales positivos, y promoviendo una discusión abierta de la ofensa y el perdón, de tal manera que la víctima y el transgresor trabajen hacia una relación mejorada.	Confianza, conducta positiva, apertura, reconciliación.
Di Blassio	1998	Una definición a nivel cognitivo que implica voluntariamente dejar ir el resentimiento y la amargura y la necesidad de venganza.	Decisión, cognición, menor resentimiento, menor amargura y menor necesidad de venganza.
Enright, Freedman y Rique	1998	El abandono voluntario al propio derecho a estar resentido, a los juicios negativos y el comportamiento indiferente hacia quien nos trató injustamente, al mismo tiempo que se le trata con compasión, generosidad e incluso amor, pese a que la persona no lo merezca.	Menor resentimiento, menores juicios negativos, menor indiferencia, compasión, generosidad, amor.
Gordon y Baucom	1998	Implica una compleja interacción entre quién perdona y quién es perdonado, e involucra el logro de una visión más balanceada de la relación, una disminución de los sentimientos negativos hacia el otro y un menor deseo de castigarlo.	Menores sentimientos negativos, menor venganza
Exline y Baumeister	2000	Cancelación de la deuda por la persona que ha sido lastimada	Cancelación de la deuda
Rye y Pargament	2002	Dejar ir el afecto negativo (hostilidad), cogniciones negativas (pensamientos de venganza) y comportamientos negativos (agresión verbal) en respuesta a una injusticia considerable.	Menor afecto negativo, menor cognición negativa, menor comportamiento negativo
Thompson y Shaken	2002	El proceso mediante el cual un empleado que se percibe como blanco de una ofensa, deliberadamente intenta (a) superar las emociones negativas hacia quien le ofendió y (b) resistirse a lastimar a quien le ofendió, aun cuando considere que ello sería justificable.	Menor afecto negativo, menor venganza.

(continúa)

Tabla 2 (Continuación)
Definiciones del perdón y sus indicadores

Autor	Año	Definición	Indicadores
Thompson y Snyder	2003	El encuadre de una transgresión de tal manera que cambie de un evento negativo, a un evento neutral o incluso positivo	Visión más positiva del evento
Fincham, Beach y Davila	2004	El perdón se conceptúa en dos dimensiones, una positiva y otra negativa. La dimensión negativa se caracteriza por la superación del resentimiento, la ira, la evitación y los deseos de represalia hacia quien ofendió. Sin embargo, es igualmente importante la dimensión positiva, que implica que el perdón es una actitud real de buena voluntad hacia quien ofendió, e incluye un estado motivacional benevolente hacia el transgresor.	Menor resentimiento, menor ira, menor evitación, menor venganza, benevolencia.
Worthington	2006	Un cambio afectivo, caracterizado por el aumento de emociones positivas orientadas al transgresor, contra la disminución de emociones negativas características de la falta del perdón, sea esta sustitución de manera súbita o gradual.	Menor afecto negativo, mayor afecto positivo.
McCullough	2010	La disminución en las motivaciones de la víctima a cobrar venganza o tomar represalias hacia el transgresor; la disminución de la motivación de evadirle y un aumento en la motivación de tener comportamientos prosociales y de reconciliación hacia el transgresor, a pesar de su comportamiento ofensivo.	Menor venganza, menor evitación, conducta prosocial

Si bien algunas definiciones del perdón han gozado de mayor impacto en la literatura científica, hasta la fecha no hay una definición mayormente aceptada, no obstante, se plantea una categorización a partir de las dimensiones que incluyen: (1) Conceptuaciones con sólo una dimensión positiva, (2) con sólo la disminución de una dimensión negativa, o bien, (3), una dimensión positiva y otra dimensión negativa del perdón.

Las definiciones del perdón que incluyen sólo dimensiones positivas son las menos abundantes en la literatura, algunos ejemplares corresponden al trabajo de Hargrave y Sells (1997), para quienes el perdón implica una actitud de apertura hacia el transgresor, el ejercicio activo de la búsqueda de restaurar la confianza y sanar la relación. Por su parte, Thomson y Snyder (2003), enfocan su definición del perdón en un cambio a nivel cognoscitivo mediante el cual la transgresión

pueda dejar de ser interpretado como un evento negativo, para convertirse en uno neutral o incluso positivo, es decir, un crecimiento post-transgresión.

Es importante establecer que las definiciones del perdón que incluyen sólo dimensiones negativas no conciben al perdón como algo negativo, más bien entienden al perdón como la disminución de una serie de afectos, cogniciones y comportamientos negativos. Por ejemplo, Di Blassio (1998) lo delimita como la disminución del resentimiento, amargura y la necesidad de venganza, de forma muy similar, Gordon y Baucom (1998) resaltan la disminución de sentimientos negativos y un menor deseo de venganza, así mismo Thomson y Shaken (2002), aportaron una definición del perdón en el contexto laboral, la cual incluye la disminución de emociones negativas y el no vengarse del transgresor. Finalmente, Rye y Pargament (2002), proponen que el perdón implica la disminución de afecto, cogniciones y comportamientos negativos que surgieron como respuesta a un trato injusto. De manera general, es muy notable la consistencia entre las definiciones del perdón a partir de dimensiones negativas.

Las definiciones más importantes en la psicología del perdón son aquellas que han incluido tanto dimensiones positivas como negativas. En este sentido Robert Enright y diversos colaboradores (Enright et al., 1991; Enright, Freedman & Rique, 1998; Enright & Fitzgibbons, 2011; Subkoviak et al., 1995), han contribuido a la definición del perdón y lo concibe como la disminución de afectos, cogniciones y comportamientos negativos hacia el transgresor, el abandono voluntario del resentimiento y la promoción de una actitud benevolente, generosa y compasiva hacia quien le hizo daño, a pesar de que éste último no tenga derecho moral a tal trato. De manera similar, Fincham et al. (2004) definen al perdón a partir de una dimensión que incluye la disminución del resentimiento, ira, evitación y el deseo de represalias, así como otra dimensión que incluye una actitud de benevolencia hacia el transgresor.

Worthington (2006), ha propuesto una definición del perdón, cuyo eje está en los cambios a nivel emocional que tienen lugar en la víctima, en el cual las emociones negativas hacia el transgresor son sustituidas por emociones positivas. Mientras

que McCullough ha resaltado el papel de las motivaciones en el proceso del perdón, y lo define como la disminución en la motivación a cobrar venganza y evadir al transgresor, y el aumento de la motivación para mantener comportamientos prosociales y de reconciliación hacia el mismo (McCullough, 2010; McCullough, Worthington & Rachal, 1997).

Si bien, las definiciones difieren en algunos aspectos, parece que tienen más en común. McCullough, Pargament & Thoresen (2000), hicieron una revisión de las definiciones del perdón disponibles en ese momento, e integraron una concepción del perdón a partir de los consensos entre las definiciones y sus observaciones parecen permanecer vigentes, ya que, a pesar de la variedad de definiciones, en la actualidad el perdón puede seguir siendo entendido –en términos generales- como un cambio prosocial hacia un transgresor percibido dentro de un contexto interpersonal específico.

Dimensiones del perdón

El estudio del perdón ha asumido formas muy diversas en la actualidad, ante lo que se resalta la necesidad de sistematizar los tipos de perdón. En este sentido, McCullough, Hoyt y Rachal (2000) contribuyeron con una taxonomía de las escalas del perdón, ésta categorización de instrumentos tiene tres ejes, el primero de ellos es la especificidad del perdón, el cual está dividido en tres niveles, el primero corresponde al *perdón delimitado a una ofensa*, que se refiere a la medida en que una persona ha perdonado a un transgresor por una ofensa en particular, el segundo es el *perdón diádico*, que puede ser entendido como la medida en que una persona ha perdonado diversas transgresiones dentro de una relación en particular, como lo puede ser la pareja, el padre, la madre, un compañero de trabajo, entre otros, y en el tercer nivel de especificidad se encuentra el *perdón disposicional*, que implica la tendencia de una persona a perdonar a través de una variedad de ofensas interpersonales en diversas relaciones sociales.

El segundo eje de la taxonomía propuesta por McCullough et al. (2000), corresponde a la dirección del perdón, básicamente dividida en otorgamiento del

perdón (*granting of forgiveness* en inglés), es decir, desde la perspectiva de quien perdona, y la de búsqueda del perdón (*forgiveness seeking* en inglés), más bien planteada desde la perspectiva del transgresor.

Finalmente, el tercer eje de esta categorización corresponde al método usado para la medición del perdón, en la cual se encuentra el autoreporte de quien perdona, el reporte del compañero, en el cual que describe el perdón percibido por parte de la otra persona, el reporte de un observador externo (amigo, clínico, u otra tercera persona) o un reporte conductual, que incluya los comportamientos constructivos y destructivos hacia quien la lastimó.

Si bien, la sistematización de McCullough et al. (2000) resulta de gran valor para la psicología del perdón, el análisis de esta permite notar ligeras dificultades con respecto a la distinción entre el perdón específico a una ofensa y el perdón diádico. Es posible que, en el caso de la pareja sólo exista una transgresión que perdonar, por tanto, las categorías diádico y específico no son del todo excluyentes, por lo que la distinción se sugiere más bien en términos de la medición, mas no necesariamente a nivel conceptual. Al respecto, se sugiere que emplear la categoría perdón de estado, para incluir tanto al perdón diádico, como al perdón específico para una transgresión, ya que ello permitiría aproximarnos al nivel de perdón que una persona experimenta en un momento dado (véase Oblitas, 2010), hacia una persona específica ya sea por una o varias transgresiones. Por último, se considera importante señalar que dada la naturaleza estable del perdón disposicional, también puede ser entendido como un rasgo de personalidad, o perdón de rasgo.

El eje de la dirección del perdón ya sea de quien perdona o quien busca el perdón, parece que también puede ser mejor entendido como el perdón a otros (desde la perspectiva de quien perdona) y el perdón a sí mismo (desde la perspectiva del transgresor).

Dado lo anterior, a continuación, se propone una categorización del perdón en función de su especificidad, en términos de rasgo y estado, y su dirección, dividido en perdón a otros y el perdón a sí mismo.

La especificidad del perdón: Una categorización por rasgo y estado

Al hacer referencia a estados y rasgos, la personalidad aparece como el constructo subyacente, tal es así que, aunque existen diversas definiciones de personalidad, algunos autores la han considerado como una configuración única de rasgos y estados psicológicos del individuo (Cohen & Swerdlik, 2006). La distinción entre rasgos y estados fue introducida originalmente en el estudio de la ansiedad (véase Spielberger, 1975), sin embargo, en el contexto de la personalidad, se denomina rasgo a las tendencias estables y consistentes de comportamiento, por lo que una persona que tiene el rasgo de narcisismo, lo será de manera similar en diferentes momentos y situaciones. Por otra parte, el estado se refiere a la forma en que se encuentra una persona en un momento dado y se considera un producto del rasgo de personalidad y la situación (Oblitas, 2010). En el estudio del perdón, se ha aportado evidencia de que también es posible distinguir entre el perdón como una tendencia estable en los individuos y el perdón como un estado temporal que viven los individuos (Rye et al., 2001).

La disposición a perdonar, o el perdón de rasgo (*forgivingness* en inglés) ha sido descrito como un rasgo de personalidad que es estable a través de las situaciones y el tiempo, el cual implica la tendencia general de un individuo a disminuir su ira hacia alguien que le lastimó y pueda verlo en términos más benevolentes (Berry, Worthington, O'Connor, Parrott & Wade, 2005; Brown & Phillips, 2005; Roberts, 1995).

El perdón de estado puede ser conceptualizado como un cambio prosocial en los pensamientos, emociones, motivaciones y/o comportamientos de una víctima, hacia un transgresor por una falta específica (McCullough, Paragament & Thoresen, 2000). De manera similar, Eaton, Struthers y Santelli (2006), lo han definido como el dejar ir el resentimiento y el aumento de la afectividad positiva

hacia quien lastimó u ofendió después de una transgresión. En la tabla 3, se muestra un cuadro comparativo entre las características más importantes

Tabla 3.

Cuadro comparativo entre el perdón de rasgo y el perdón de estado

Característica	Perdón de rasgo	Perdón de estado
Se describe como	Una disposición latente	Una manifestación en un momento en particular
Surge como	Diferencia Individual	Respuesta ante una o varias transgresiones
Su Permanencia es	Duradera	Durante un momento dado
Su Intensidad es	Constante	Dinámica
Alcance	General	Específico

En general, la definición del perdón de estado no es muy diferente a la del perdón de rasgo, salvo por que el primero es una característica asociada a la personalidad de los individuos (Brown, 2003), mientras que el segundo está relacionado con episodios de transgresiones interpersonales específicos (Allemand, Amberg, Zimprich & Fincham, 2007). De hecho, es posible argumentar que el perdón de estado es una consecuencia de la interacción del perdón como rasgo de personalidad y condiciones situacionales específicas como la transgresión.

La investigación ha mostrado un claro vínculo entre el perdón de rasgo y el perdón de estado (Allemand et al., 2007; Wade & Worthington, 2003), sin embargo, el último suele mostrar correlatos más fuertes y ser un predictor más confiable (Allemand et al., 2007; Lawler, Younger, Piferi, Billington, Jobe, Edmondson & Jones, 2003; Lawler, Younger, Piferi, Jobe, Edmondson & Jones, 2005).

La dirección del perdón: Perdón a otros y el perdón a sí mismo

Otra clasificación del perdón está dada por la dirección del perdón, esta puede ser a alguien más o a uno mismo. La investigación en torno al perdón inició con énfasis en el estudio del cambio prosocial, que un individuo experimenta hacia un transgresor dentro de un contexto interpersonal específico (McCullough et al., 2001), es decir, se comenzó a profundizar en la exploración de los correlatos y mecanismos que explican el perdón hacia una persona que previamente hizo daño u ofendió a alguien más, por lo que la mayor parte de la investigación del perdón estudia el perdón a otros.

Existen múltiples conceptualizaciones del perdón a otras personas, o perdón interpersonal, las cuales se revisarán a profundidad más adelante sin embargo, Sells y Hargrave (1998) en su revisión señalan que la mayoría de los autores coinciden en que el perdón es “dejar ir” la ira, venganza, vergüenza y el resentimiento generados a partir de los errores o faltas que alguien más cometió. Por otra parte, se ha trabajado para distinguir lo que el perdón es, y lo que el perdón no es, uno de los aportes más importantes en este sentido corresponde a Coyle y Enright (1998), quienes conceptualizan el perdón falso o pseudoperdón como condonar, olvidar, hacer a un lado u olvidar la falta.

A nivel teórico, hay diversas aproximaciones disponibles en la literatura científica, sin embargo no todas gozan de la misma aceptación, una de las propuestas con mayor impacto corresponde a Enright & Fitzgibbons (2011) quienes explican el perdón como producto de una decisión y el desarrollo moral y cognitivo de los individuos, de acuerdo a ellos, una persona puede perdonar sólo si alcanza un nivel de desarrollo moral que le permita comprender que cada ser humano es valioso de forma intrínseca, y cuyo valor no puede ser alterado por su comportamiento. Por otra parte Worthington (2006), propuso que el perdón a nivel emocional tiene lugar cuando una persona que ha sido transgredida evalúa que cuenta con los recursos para afrontarla, por lo que se regula emocionalmente, y tiende a la solución de problemas, lo que genera un cambio en el cual las emociones negativas de la persona disminuyen y aumentan las emociones positivas hacia el transgresor.

El constructo perdón a sí mismo, fue introducido por primera vez por Enright (1996), y propuso que no sólo es posible lastimar a otros, sino que abrió la posibilidad de estudiar el fenómeno psicológico que tiene lugar cuando las personas llevan a cabo comportamientos que generan arrepentimiento, culpa y resentimiento consigo mismos. La mayoría de las personas enfrentan situaciones en las cuales pueden sentir arrepentimiento, culpa o vergüenza por algo que hicieron a otros, o que se hicieron ellos mismos. Al igual que en el perdón a otros, aún no hay una definición del perdón a sí mismo aceptada por una mayoría de los investigadores, no obstante, DeSeha y Wahkinney (2003) describieron el perdón a sí mismo como el proceso de liberar el resentimiento hacia uno mismo por una transgresión percibida. Más recientemente, Pelucchi, et al. (2013), definió el perdón a sí mismo como el proceso psicológico mediante el cual un transgresor, aceptando la responsabilidad de la transgresión cometida, decrementa el resentimiento a sí mismo, y es más benevolente consigo mismo. Por su parte Hall y Fincham (2005), paralelan la definición del perdón a otros propuesta por McCullough, Worthington y Rachal (1997), con la del perdón a sí mismo y lo conceptualizan como un conjunto de cambios motivacionales en los cuales una persona se siente menos motivado a evitar el estímulo asociado con la ofensa, así mismo disminuye su motivación a tomar represalias hacia sí mismo (por ejemplo, castigarse o llevar a cabo conductas autodestructivas) Con la finalidad de hacer la diferenciación entre el perdón a sí mismo y el perdón a otro, se presenta la tabla 4, en la cual Hall y Fincham (2005) ofrecen una comparación entre el perdón a sí mismo y el perdón a otros.

De manera similar a Coyle y Enright (1998), Hall y Fincham (2005) ofrecen una distinción entre el perdón sincero a sí mismo y el pseudoperdón a sí mismo, en el cual los individuos se desligan de la transgresión, perciben las consecuencias negativas como triviales y no toman responsabilidad personal por los hechos. Por otra parte, el perdón sincero a sí mismo (*true self forgiveness* en inglés) involucra admitir y hacerse responsable por la transgresión. De hecho, Tangney, Boone & Dearing (2005), plantearon el pseudoperdón a sí mismo es un atajo moral cognitivo y afectivo, es decir, que, si un individuo no se hace responsable por sus

acciones, es relativamente fácil evadir los consecuentes pensamientos y sentimientos negativos que pueden implicar el aceptar su papel como transgresor.

Tabla 4.

Cuadro comparativo entre el perdón a sí mismo y el perdón a otros

Característica	Perdón a sí mismo	Perdón a otros
Forma objetiva de la falta	Comportamientos, pensamientos, deseos y sentimientos	Comportamientos
Foco del perdón	Daño a sí mismo o a otro	Daño a la víctima
Empatía	Inhibe el perdón	Facilita el perdón
Reconciliación con la víctima	Requerida	No requerida
Foco de la evitación	Estímulos relacionados a la transgresión	El transgresor
Foco de la venganza	El transgresor (el sí mismo)	El transgresor (el otro)
Foco de la benevolencia	El transgresor (el sí mismo)	El transgresor (el otro)
Consecuencias de la falta de perdón (unforgiveness)	Extremas	Moderadas

Hall y Fincham (2005)

El primer esfuerzo por explicar el perdón a sí mismo fue planteado por Hall y Fincham (2005), en cuyo modelo del perdón a sí mismo, la severidad de la transgresión, las atribuciones de la falta, la vergüenza, la culpa, la empatía, el comportamiento conciliador y el perdón percibidos funcionan como determinantes del perdón a sí mismo.

Pero no todas las publicaciones señalan los efectos positivos del perdón, en un artículo de publicación reciente, Wohl y McLaughlin (2014) señalan que el perdón a sí mismo puede ser un obstáculo para la salud y el bienestar. Los autores argumentan que un fumador que sabe que el consumo de cigarro es nocivo para su salud, puede perdonarse por comprar otra cajetilla de cigarros y así superar los sentimientos negativos de la culpa y vergüenza. De acuerdo con los mismos autores, el estudio del perdón a sí mismo se encuentra en una etapa infantil y conforme se progresa en la descripción del fenómeno, se contará con mayor evidencia de los riesgos y beneficios del mismo.

Contextualización del perdón hacia la pareja: Una integración de las categorías del perdón

Antes de 1985, sólo se contaba con cinco estudios del perdón (Worthington, 1998), número que había aumentado en más del 4000% para el año 2003 (PsycINFO, Julio 2003, en Hall & Fincham, 2005). Como producto de este proceso, las concepciones del perdón han variado de manera importante, no sólo por cómo se le ha definido, sino además debido a la adición de las categorías previamente referidas, por lo que en la figura 1 se presenta una integración de las categorías del perdón a partir de su interacción dentro de un solo marco de trabajo.

Figura 1

Tipos de perdón a partir de la especificidad y dirección

		Dirección del perdón	
		Perdón a sí mismo	Perdón a otros
Especificidad del Perdón	Perdón de rasgo	Tendencia general a perdonar las transgresiones llevadas a cabo por el individuo	Tendencia general a perdonar las transgresiones sufridas por el individuo
	Perdón de estado	El perdón experimentado por una persona hacia él mismo	El perdón experimentado por una persona hacia quien le lastimó

Éste marco provee cuatro tipos de perdón a partir de la interacción entre especificidad y su dirección: (1) El perdón de rasgo a sí mismo, que puede ser entendido como la tendencia general, estable a través del tiempo y las situaciones a perdonar los comportamientos transgresivos llevados a cabo por la persona (Hall & Fincham, 2005); (2) El perdón de rasgo a otros, conceptualizado como la disposición general de un individuo a perdonar las transgresiones sufridas a través del tiempo y en diversas relaciones (Kamat, Jones & Row, 2006); (3) El perdón de estado a sí mismo, que fluctúa dependiendo de la interpretación de la transgresión y sus consecuencias (Wohl & McLaughlin, 2014); y finalmente (4), el perdón de

estado a otros, que implica dejar ir los pensamientos, emociones y comportamientos negativos, así como la búsqueda de una visión más compasiva hacia quien ofendió en algún momento en específico (Thoresen et al., 2000).

Si bien el desarrollo en la investigación acerca del perdón ofrece una amplia gama de tipos de perdón, es importante delimitar el tipo de perdón que será foco de la presente investigación. Dado que el objetivo es probar un modelo que explique el perdón hacia la pareja, se sitúa el presente estudio en términos del perdón de estado a otros, aunque ello no quiere decir que el estudio de los otros tipos de perdón sea menos importante.

Propuestas teóricas del perdón en relaciones cercanas

En vista de las implicaciones del perdón en el bienestar de los individuos y sus relaciones interpersonales, se han desarrollado diversas teorías del perdón, todas ellas con la finalidad de dilucidar los mecanismos y procesos que explican el fenómeno. Antes de describir a detalle dos de las propuestas teóricas con mayor impacto en la literatura científica del perdón: La teoría funcionalista del perdón de McCullough, Kurzban y Tabak (2010), la Teoría Bio-psico-social de enfrentamiento al estrés en el perdón de Worthington (2006), y la teoría del perdón teoría cognitiva del perdón incondicional (Enright & Fitzgibbons, 2011), se presentan otros modelos teóricos del perdón y sus planteamientos centrales.

Modelo de la configuración Intra e Interpersonal del perdón

Baumeister, Exline y Sommer (1998), proponen que el perdón está conformado por dos componentes, uno a nivel intrapersonal y otro a nivel interpersonal. El componente intrapersonal puede reflejar ya sea un perdón interno o la falta del mismo. El componente interpersonal involucra la expresión del perdón hacia el transgresor. La víctima puede expresarlo o no expresarlo, y de la combinación de los dos componentes surgen cuatro configuraciones:

- a) Resentimiento (*Unforgiving*), está compuesto por la ausencia de perdón, tanto a nivel intra como interpersonal.
- b) Perdón silencioso, caracterizado por la existencia del perdón intrapersonal, pero no es comunicado al transgresor.
- c) Perdón vacío, que tiene lugar cuando la víctima no ha perdonado intrapersonalmente, sin embargo, le dice al transgresor que lo ha hecho.
- d) Perdón completo, en este caso la víctima comunica el perdón interno al transgresor.

Cada una de las cuatro categorías tiene distintas implicaciones a nivel benéfico como perjudicial, tanto en la persona ofendida como en el transgresor. Aunque la presentación esquemática de Baumesiter et al. (1998), contribuye a la comprensión de la dinámica post-transgresión, al dar lugar a distintas reacciones posibles como el perdón silencioso y el perdón vacío, no considerados de manera específica en otras propuestas, también es cierto que de acuerdo con Enright et al. (1991), bien podrían ser considerados como formas de pseudoperdón. Además, dado que el perdón completo implica la comunicación del perdón al transgresor, los autores dejan pendiente la posibilidad del perdón completo hacia una persona cuya relación se ha desintegrado o ha muerto y por tanto es imposible comunicarlo.

Las cuatro estaciones del perdón

Esta teoría es propuesta por Hargrave y Sells (1997) y en ella se identifican cuatro estaciones del perdón, y cada estación puede ser un punto de partida, pero no es un proceso estrictamente secuencial. La primera estación se denomina "*Insight*" e involucra el reconocimiento de la dinámica de la transgresión. La segunda estación se denomina *Entendimiento*, y en ella la persona ofendida o lastimada comprende por qué ocurrió la transgresión. La tercera estación se denomina *Permiso de compensación*, la cual permite una consideración más benevolente del comportamiento del transgresor. Finalmente, la cuarta estación es denominada

Perdón explícito, e implica la expresión del perdón de la víctima hacia el transgresor.

La siguiente teoría tiene sus bases en la terapia familiar. Hargrave y Sells (1997), contextualizaron las cuatro fases en dos conceptos considerados como las fuerzas conductoras del perdón: La exoneración y la aprobación (*entitlement* en inglés). Los autores refieren en términos de la exoneración, que el sistema es responsable de los problemas, de manera que cuando el ofendido atraviesa por la primer y segunda fase, es decir reconoce la transgresión y la entiende, entonces asume que un sólo individuo no puede ser responsable de cómo responde el sistema, y de esa manera se exonera al transgresor. Por otra parte, la aprobación tiene lugar en la tercer y cuarta fase, al aceptar los comportamientos compensatorios del ofensor y otorgarle el perdón de manera explícita.

Ésta teoría es una contribución valiosa en términos de su aproximación al proceso de resolución del perdón, y resalta una condición que resulta fundamental para el perdón, que es el reconocimiento de la falta. La teoría puntualiza que para lograr el perdón es importante darse cuenta de que existe una falta y reconocerla, lo que implica una clara apreciación de la misma; sin embargo, el concepto de exoneración involucrado en las fases iniciales, puede derivar en condiciones de violencia e indefensión, y por tanto el perdón se convierte en una respuesta desadaptativa. Así mismo, es importante señalar que la conceptualización del perdón es muy pobre desde el punto de vista psicológico al restringirse a la comunicación explícita del mismo y no integrar los elementos cognitivos y emocionales.

Modelo basado en la toma de decisiones

Di Blasio (1998) desarrolló su modelo del perdón con énfasis en la toma de decisiones. De acuerdo a este modelo, el perdón es un acto de voluntad en el cual las personas deciden a nivel cognitivo si dejan ir o si mantienen el resentimiento, la amargura y la necesidad de venganza, aunque ello no signifique necesariamente el final del dolor emocional. Quien perdona, puede separar sus

pensamientos de resentimiento y amargura de sus sentimientos de dolor emocional.

Con respecto a esta propuesta teórica, es necesario rescatar que implica un nivel importante de empoderamiento en las víctimas sin embargo, no toma en cuenta el perdón a nivel emocional lo que limita considerablemente sus alcances explicativos.

Modelos basados en la reconciliación

De Waal y Porkorny (2005) han planteado teorías para comprender la reconciliación a partir de planteamientos de la teoría de la evolución. Se plantea que en las manadas de animales que viven con bastante proximidad social, los conflictos pueden ser resueltos mediante algunos rituales. Ellos plantean la hipótesis de que los rituales de reconciliación disminuyen la excitación emocional y reparan relaciones sociales cercanas. Ello tiene un importante valor adaptativo pues los animales de la manada podrían cooperar para superar los retos de supervivencia y reproducción.

Es posible considerar que esta disminución de excitación emocional que acompaña a los rituales de reconciliación podrían constituir una versión infrahumana del perdón. De hecho, McCullough et al. (2010) sustentan algunos elementos de su propuesta teórica del perdón, en particular en términos de la evolución del sistema motivacional del perdón.

Teoría cognitiva del perdón incondicional

Para el desarrollo de su propuesta teórica, Enright y Fitzgibbons (2011), conceptualizan al perdón como el producto de un proceso de desarrollo cognitivo. En sus primeros estudios Enright, Santos y Al-Mabuk (1989), hicieron una adaptación del dilema de Heinz originalmente propuesto por Kohlberg (1963), con la finalidad de evaluar las condiciones en que las personas perdonarían una ofensa, así como el significado del perdón. Sus hallazgos mostraron importantes

diferencias en la complejidad cognitiva con que se percibe al perdón, y dieron sustento a la secuencia de desarrollo de los seis estilos del perdón que se muestran en la tabla 5.

En función de lo anterior, los autores subrayan el perdón como amor como el único perdón verdadero. Plantean que quien perdona renuncia al resentimiento sin negar su derecho moral al mismo, y muestra una nueva postura de benevolencia, compasión y amor hacia el transgresor, aun cuando moralmente éste no lo merezca (Subkoviak, et al., 1995). Por lo que los primeros cinco estilos, serían más bien distorsiones cognitivas del perdón.

Tabla 5.

Estilos de perdón y razonamiento acerca de las condiciones en las cuales una persona perdonará

Estilo	Razonamiento
1.- Perdón Vengativo	“Puedo perdonar a alguien que me lastimó sólo si yo puedo dañarlo en la misma medida”.
2.- Perdón restitucional o por compensación	“Si recupero lo que se me quitó, entonces puedo perdonar”. O, “Si me siento culpable por no perdonar, entonces puedo perdonar para liberar mi culpa”.
3.- Perdón para cubrir expectativas	“Puedo perdonar si otros me presionan a hacerlo. Es más fácil perdonar cuando otras personas esperan que lo haga”.
4.- Perdón para cubrir expectativas normativas	“Perdono cuando mi religión me lo demanda”. Nótese que no es el estilo 2, en el cual se perdona para liberarse de la culpa por no perdonar.
5.- Perdón como armonía social	“Perdono cuando restaura la armonía o buenas relaciones en la sociedad”. El perdón disminuye las fricciones y disminuye el conflicto en la sociedad. Nótese que no es una manera de controlar a la sociedad, sino una manera de mantener relaciones pacíficas.
6.- Perdón como amor	“Perdono incondicionalmente por que promueve un verdadero sentido de amor. Porque debo preocuparme sinceramente por cada persona, un acto doloroso de su parte no altera ese sentido de amor”. Éste tipo de relación se mantiene abierta a la posibilidad de la reconciliación y cierra la puerta a la venganza. Nótese que en este estilo el perdón no depende de un contexto social, como en el estilo 5. Quien perdona no controla el otro al perdonarlo, más bien lo libera.

Enright y Fitzgibbons (2011)

A partir de estas consideraciones Enright y el Human Development Study Group (1994), propusieron la teoría cognitiva del perdón incondicional cuyo fundamento está en el concepto Piagetiano de identidad (Piaget, 1952), en el cual las cosas siguen siendo las mismas, aunque cambien en forma o apariencia. Aunque Piaget no aplicó su principio al contexto social, éstos teóricos plantearon que la identidad hace posible que las personas entiendan el concepto de incondicionalidad. La incondicionalidad social implica que los individuos se den cuenta de que las personas son las mismas independientemente de que su apariencia o su comportamiento cambien. Si un hombre hace algo que lastime a otro, será el mismo hombre antes y después de su comportamiento.

Una vez que las personas entienden el concepto de identidad e incondicionalidad, pueden comprender la equidad inherente, la cual implica que todos los humanos somos iguales independientemente de cómo tratemos a los demás. De manera que puede molestarnos el comportamiento de una persona, pero si entendemos este principio moral, entonces podremos tener en cuenta que su comportamiento no altera la verdad básica de que es un ser humano.

Finalmente, esta equidad inherente será la que dé lugar al perdón genuino, dado que la persona ofendida podrá ver más allá de la ofensa en particular, y lo percibirá en términos de su calidad de ser humano y no por su comportamiento en específico (Enright & Fitzgibbons, 2011).

Se han realizado algunos estudios que brindan soporte empírico a esta teoría. Huang (1990) con población china usó un método similar al de Enright et al. (1990) en estados unidos con la finalidad de comparar hallazgos. Encontró importantes similitudes en la progresión del nivel de desarrollo de los participantes y su estilo de perdón. En el que los participantes mayores presentaban una tendencia a usar los estilos de perdón más complejos.

Sin embargo, dado que usan un método de viñetas a partir de la modificación del dilema de Heinz, las personas sólo eligen la viñeta que creen que usarían, lo que metodológicamente representa dos limitaciones: por una parte el hecho de que no

se está midiendo el estilo que la persona usa en su vida, y que la medición por viñeta sólo explora estilos que los investigadores ya habían determinado a priori, por lo que no queda claro si las personas en un escenario natural usarían los razonamientos exhibidos en la tabla 1.

Una teoría funcionalista: El instinto del perdón

Uno de los psicólogos con mayor impacto en la literatura científica del perdón es Michael McCullough, quien es autor de la teoría funcionalista del perdón; a continuación, se describen a detalle los mecanismos involucrados en el perdón de acuerdo a ésta teoría.

McCullough et al. (2010), concibe la capacidad de perdonar como el producto de un largo proceso evolutivo, en el cual, mediante las presiones selectivas del ambiente social, los individuos desarrollaron ésta capacidad con la finalidad de aumentar las probabilidades de heredar sus genes a la siguiente generación mediante la reconciliación con otros miembros de su especie.

La propuesta teórica de McCullough et al. (2010), plantea la existencia de dos sistemas motivacionales que gobiernan la respuesta que tendrá un individuo ante las transgresiones interpersonales: el sistema del perdón y el sistema de la venganza. Ambos sistemas pueden ser igualmente adaptativos dependiendo de las condiciones específicas de la relación y la naturaleza de la transgresión.

De esta manera, el individuo debe ser capaz de evaluar las transgresiones interpersonales y decidir – en función de costos y beneficios – entre el perdón o la venganza, cuál sería la respuesta óptima ante la transgresión. Como se menciona anteriormente, el principal beneficio a ser evaluado es la posibilidad que tiene la relación de favorecer la aptitud del individuo, mientras que el principal costo consiste en que, dado que prepara al individuo para relacionarse con otro que le lastimó previamente, podría quedar vulnerable a la reincidencia y ser lastimado nuevamente; o bien, terceros individuos al observar que no se tomaron represalias, podrían sacar provecho y explotarle. Si el individuo estima que el costo tiene más probabilidades que los beneficios, entonces se desencadenará el sistema motivacional de la venganza, cuya función es disminuir la probabilidad de

volver a ser transgredido, ya sea por el mismo individuo o por terceros. Mientras que, por otra parte, si los beneficios tienen mayores probabilidades que los costos, entonces se desencadenará el sistema motivacional del perdón.

De esta manera, McCullough et al. (2010) señalan que si los humanos actuales son capaces de perdonar, es debido a que los humanos ancestrales que desarrollaron ésta estrategia lograron disfrutar los beneficios que produce en términos de su aptitud. La aptitud es un concepto central en la selección natural, en la cual un individuo es más apto si tiene mayores posibilidades de éxito reproductivo. Aquí se acentúa el carácter naturalista de la teoría, pues hace énfasis en los beneficios que el perdón puede otorgar a la preservación de la especie.

Las personas no suelen perdonar a todos por igual. McCullough et al. (2010) señaló que las personas tienen mayores probabilidades de perdonar a otros cuando se trata de personas más próximas a nivel genético o a nivel social, ya que implican mayores beneficios potenciales a la aptitud del individuo. Al respecto se ha usado el concepto “valor de la relación” para explicar este fenómeno. El valor de la relación está dado por el potencial que tiene una relación social de brindar beneficios en términos de la aptitud del individuo, lo que implica aumentar sus probabilidades de éxito reproductivo (De Waal en McCullough et al., 2010). Otros modelos basados en la reconciliación dan sustento teórico al valor de la relación (De Waal & Porkorny, 2005), y a nivel empírico, se ha reportado en una investigación con primates no humanos acerca de la reconciliación y la ansiedad post-conflicto, que el perdón y la reconciliación son más frecuentes entre los parientes, parejas, compañeros o aliados (Koski, Koops & Sterck, 2007). Entre mayores sean los beneficios recibidos o potenciales que la reconciliación con el transgresor provea a la aptitud del individuo, será más probable el perdón. De tal manera que la probabilidad del perdón variará del tipo de relación establecida con el transgresor, a continuación, se muestra la jerarquización planteada por McCullough et al. (2010).

En un primer momento, se plantea la distinción entre familiares y no familiares. Se ha señalado que tomar represalias contra los individuos genéticamente más próximos a uno, afecta directamente la propia aptitud, de manera tal que entre familiares se espera que la probabilidad del perdón sea alta. Mientras que por otra parte, en el caso de los no familiares, principalmente constituidos por compañeros de cooperación, en cuyo caso, al perdonar una transgresión el individuo puede mantener los privilegios y beneficios que la relación le provee, y al mismo tiempo evitar los costos que implicaría establecer una nueva relación cooperativa con otro individuo cuya disposición social es desconocida. Es más probable que se perdone a los familiares, como a los individuos con quienes existe cooperación, que a los individuos con quienes la interacción es mínima y no hay un beneficio potencial de la relación.

Es posible agregar entonces, que los beneficios que pueda traer perdonar a una pareja son distintos a los beneficios que podría traer perdonar a un amigo, los cuales a su vez son distintos a los beneficios de perdonar a un conocido. Dado que, en el caso de la pareja, su función biológica más importante es la reproducción, se puede esperar que el perdón sea más probable, y así cumplir la función de restaurar relaciones valiosas.

En síntesis, de acuerdo a McCullough et al. (2010), el perdón tendrá la función de restaurar relaciones siempre y cuando éstas sean valiosas y la reconciliación provea beneficios que costos para el individuo. De ésta manera McCullough et al. (2010) considera a las motivaciones como fundamentales dentro de su propuesta y define al perdón como el conjunto de cambios motivacionales mediante los cuales un individuo, con la finalidad de promover la restauración de relaciones benéficas, o potencialmente provechosas presenta (a) menor motivación a tomar represalias contra el transgresor; (b) menor motivación para evadir al transgresor; y (c) mayor motivación a tener acciones de buena voluntad, así como mayor deseo de reconciliación con el transgresor a pesar de su comportamiento ofensivo.

Es necesario precisar, que mientras que algunos investigadores han sido muy claros en afirmar que la reconciliación y el perdón son constructos distintos, aunque relacionados (Enright, 1991 en Subkoviak et al., 1995; Worthington, 2006), en la conceptualización de McCullough et al. (2010), la reconciliación es inherente al proceso del perdón.

La propuesta teórica de McCullough et al. (2010), usa conceptos clave en la teoría de la evolución, los cuales gozan de aceptación dentro de la comunidad científica, brindando cierto soporte transdisciplinario a su teoría. Algunas explicaciones quedan pendientes, como la formas de pseudoperdón descritas por Enright (2001, en Gassin & Lengel, 2011), que, si bien mantienen a la relación unida, pueden también albergar motivaciones vengativas; o bien el tipo de perdón decisional sugerido por Worthington (2006), que también mantiene a las personas dentro de la relación, pero a nivel emocional existe un distanciamiento. En general, parece que la propuesta de McCullough et al. (2010) se ha visto limitada en ese aspecto; no obstante, es necesario resaltar la importancia de ésta teoría, pues al delinear las presiones selectivas que hacen más probable el perdón, así como el hecho de identificar la información y estructuras que lo promueven, son avances tangibles en la descripción del mecanismo.

La teoría Bio-psico-social de enfrentamiento al estrés en el perdón

La siguiente teoría del perdón fue propuesta por Worthington (2006), su aproximación teórica está basada en la teoría del enfrentamiento al estrés propuesta por Lazarus y Folkman (1991), en la cual se plantea que las personas se estresan debido a que evalúan sus recursos como insuficientes para afrontar algo que sucede en su entorno, y ello pone en peligro su bienestar personal. En este sentido, Worthington (2006), considera a las transgresiones como estresores interpersonales los cuales serán apreciados mediante la evaluación cognitiva de los recursos personales del individuo y los recursos de la relación; el resultado de ésta evaluación cognitiva determinará que la transgresión sea considerada como

una amenaza o bien, como un desafío y en consecuencia, el individuo tendrá dos alternativas de respuesta, afrontar o sucumbir ante las reacciones de angustia.

Dado que no es posible perdonar a quien no haya cometido una falta, esta teoría comienza con la transgresión. Worthington (2006) plantea que puede ser de dos tipos, por una parte, está la ofensa que ocurre cuando se violan las fronteras morales del individuo, mientras que por otro lado está el daño, que tiene lugar cuando se violan las fronteras físicas o psicológicas de un individuo. En un primer momento, -y en función de la magnitud de la transgresión-, ésta tendrá efectos sobre el bienestar psicológico del individuo.

Worthington (2006) se apoya en la teoría del sociómetro, la cual postula que las personas tienen un “dispositivo interno”, que monitorea la calidad de las relaciones con los demás, y que, al detectar señales de exclusión, desaprobación o traición en su ambiente social, alerta al individuo mediante emociones y estados de ánimo negativos. De esta manera, cuando una persona se percibe transgredida, su sociómetro liberará respuestas de ira, miedo o ambas. Así mismo, tendrá lugar un sentido de indignación.

Cuando un individuo se siente transgredido, asume que ha sido tratado de una manera diferente a la que esperaría ser tratado, a la diferencia entre cómo se es tratado en realidad y cómo el individuo considera que merece ser tratado se le denominó “Brecha de injusticia” (*injustice gap* en inglés). Se plantea que la diferencia del trato recibido y el trato esperado está directamente relacionada con la experimentación de emociones negativas, de manera que si una persona considera que fue tratada mucho peor de lo que merecería o esperaría, también experimentará más emociones negativas.

Uno de los elementos centrales de la teoría es la apreciación de la transgresión, en este punto el individuo hace una valoración de la transgresión al contrastar la brecha de injusticia percibida con los recursos disponibles para afrontarla, es decir sus recursos personales y los recursos de la relación (Worthington, 2006). En éste

proceso las personas se hacen dos preguntas: ¿Puedo afrontarlo? y ¿Puede hacerme daño? Si la magnitud de la brecha de injusticia percibida sobrepasa la capacidad de respuesta de los recursos disponibles, entonces será valorada como una amenaza, mientras que, si la persona se siente con los recursos suficientes para afrontarlo, entonces la valorará como un desafío.

Si la transgresión es valorada como una amenaza, entonces la persona presentará una mayor tendencia a la rumiación, experimentará más emociones negativas, y una mayor motivación a buscar justicia, venganza o evadir al transgresor. Por otra parte, si el estresor interpersonal es valorado como un desafío, entonces presentará una mayor tendencia a la solución de problemas, regulación emocional, y se buscará un nuevo significado al evento. Tales respuestas pueden desencadenar motivaciones conciliatorias o altruistas.

Cuando el estresor interpersonal es valorado como una amenaza para el individuo, tiene lugar la rumiación cognitiva. Esta rumiación se caracteriza por la tendencia a reproducir la transgresión una y otra vez en la mente, elaborando explicaciones, explorando y preocupándose por las consecuencias negativas para el individuo y su relación (Worthington, 2006). La rumiación puede resaltar la percepción de amenaza a la autonomía del individuo y a su bienestar. La diferencia entre el sentido de justicia y el trato recibido se recuerda y analiza, de manera que la percepción de la transgresión y el daño u ofensa recibidos es cada vez mayor, lo que tiene por consecuencia el deseo de venganza o las represalias aumentarán y la posibilidad de perdonar se verá obstaculizada.

En síntesis, si un individuo aprecia la transgresión como una amenaza, entonces será más tendiente a la rumiación, lo que exacerbará los pensamientos y emociones negativas. En consecuencia, la probabilidad del perdón se verá afectada negativamente. Por otra parte, si el individuo evalúa que la brecha de injusticia percibida no es mayor que sus recursos disponibles, entonces verá la transgresión como un desafío, ante el cual dispondrá de tres estilos de

enfrentamiento, cuyo fin será reducir la brecha de injusticia y las emociones negativas experimentadas. Worthington (2006), consistente con los planteamientos de Lazarus y Folkman (1991), contextualiza a la dinámica post-transgresión de los tres estilos de enfrentamiento originales.

Inicialmente presenta el enfrentamiento enfocado en la emoción, el cual se refiere al control emocional que la persona experimenta tras haber sufrido una transgresión. Como se ha descrito antes, el autor plantea que por lo general una transgresión es percibida como ofensa o daño y la persona responde con ira o miedo. De esta manera, si la persona controla sus emociones, logrará una sensación de control, la cual podría ayudar a convencerse de que puede perdonar. Es importante especificar que el enfrentamiento enfocado en la emoción no implica una supresión emocional total, sino su expresión dosificada (Worthington, 2006). Por otra parte, se presenta el enfrentamiento enfocado en el problema. Éste se refiere a la búsqueda activa de la solución del problema, como la búsqueda de justicia, otorgar el perdón verbalmente, aunque no necesariamente emocional, o una serie de condiciones cuya finalidad sea disminuir los potenciales costos sociales de la transgresión. Por último, se presenta el enfrentamiento enfocado en el sentido. En esta estrategia se busca disminuir la brecha de injusticia mediante una narración distinta del evento, en la que se excuse, disculpe, minimice o justifique la transgresión.

El autor plantea que pese a que una estrategia de enfrentamiento podría ser suficiente, en la realidad no son mutuamente excluyentes y pueden ser empleadas simultáneamente, lo que a su vez facilita mejores posibilidades de enfrentamiento, y una mejor resolución del proceso de perdón tanto a nivel emocional como decisional.

El perdón por decisión consiste en la declaración intencional de que el individuo se comportará hacia el transgresor de la misma manera en que se hacía previamente a la transgresión. Es decir, se libera al transgresor de la deuda contraída a partir

de su falta. Sin embargo, esto no implica que quien perdona por decisión deje de sentir ira, tristeza o miedo, buscar venganza o justicia.

Para explicar el perdón emocional Worthington (2006), ha usado la hipótesis de la yuxtaposición emocional, la cual propone la sustitución de emociones negativas por emociones positivas hacia el transgresor. El perdón emocional se define como la yuxtaposición emocional de emociones positivas orientadas al otro, contra las emociones negativas características de la falta del perdón, tales emociones positivas eventualmente resultan en la neutralización o el remplazamiento parcial o total de esas emociones negativas con emociones positivas. Las emociones positivas que llevan al perdón emocional han sido identificadas como empatía, simpatía, compasión, amor romántico y amor altruista.

Este modelo teórico hace contribuciones valiosas a la comprensión del perdón, primeramente es importante reconocer la cantidad de detalle en el proceso socio cognitivo que surge desde la transgresión hasta el perdón, el cual resulta bastante ilustrativo. También hace una delimitación clara del concepto de brecha de injusticia percibida, y aunque el autor plantea que es la diferencia del trato recibido y el trato merecido o esperado, es posible sugerir que el trato deseado pueda contribuir significativamente a la explicación de la injusticia percibida. Otra contribución importante es la descripción del carácter cíclico de la rumiación, éste elemento en particular cuenta con bastante soporte empírico (McCullough, Bono, & Root, 2007; McCullough, Orsulak, Brandon & Akers, 2007; Paleari, Regalia & Fincham, 2005). Sin embargo, hay algunos conceptos que deberían ser tomados con cautela o bien a espera de recibir mayor soporte empírico. En primer lugar, el estilo de enfrentamiento centrado en el significado puede favorecer lo que Enright et al. (1991) y ha denominado pseudoperdón, ya que implica la excusa, disculpa, minimización o justificación de la transgresión, por lo que ésta contradicción conceptual debe tenerse en cuenta. Por otra parte, se plantea que la apreciación como amenaza o como desafío son categorías mutuamente excluyentes, de hecho, Worthington (2006) resalta la importancia de encontrar el punto de inflexión

en el que un desafío pasa a convertirse en amenaza, el cual prevé será distinto para cada caso. En este sentido, se sugiere revisar la dimensionalidad de ambos conceptos, en vista de la naturaleza ortogonal del perdón y el resentimiento (Rosales-Sarabia, 2013).

Medición del perdón y sus dimensiones teóricas

Pese a que existen múltiples teorías del perdón, no todas han recibido la misma atención y no todas cuentan con el mismo soporte empírico. Una de las fuentes más útiles para contar con dicho soporte, es la disponibilidad de instrumentos de medición válidos y confiables cuya estructura de cuenta de las dimensiones que se espera aparezcan conforme a la definición del constructo. Actualmente se cuenta con un importante número de instrumentos disponibles en la literatura internacional, en la tabla 6 se presenta la revisión de algunos instrumentos de medición, sus dimensiones y características psicométricas.

Tabla 6
Instrumentos que miden el perdón

Instrumento	Forma de Medición	Dimensiones	Descripción Psicométrica
<i>Wade Forgiveness Scale (Wade, 1989).</i>	Autoreporte en 83 reactivos con formato de respuesta tipo Likert.	1.- Afecto positivo y negativo 2.- Comp. Evitación 3.- Comp. Cosas de Dios 4.- Comp. Reconciliación 5.- Comp. Rencor 6.- Cogn. Venganza 7.- Cogn. Libertad de la obsesión 8.- Cogn. Afirmación 9.- Cogn. Victimización	Consistencia interna global de .97. Alta validez convergente de los 83 reactivos con los 60 del EFI ($r = .87$).
<i>Enright Forgiveness Inventory (Enright, 1994).</i>	Autoreporte en 60 reactivos con formato de respuesta tipo Likert.	1.- Afecto positivo 2.- Afecto negativo 3.- Comportamiento positivo 4.- Comportamiento negativo 5.- Cognición positiva 6.- Cognición negativa	Cuenta con abundante evidencia de validez de constructo y confiabilidad: mantiene alfas de Cronbach de .95 a .99 a través de diversas culturas (Enright & Fitzgibbon, 2011).

(continúa)

Tabla 6 (Continuación)
Instrumentos que miden el perdón

Instrumento	Forma de Medición	Dimensiones	Descripción Psicométrica
<i>Interpersonal Relationship Resolution Scale</i> (Hargrave & Sells, 1997).	Autoreporte en 44 reactivos con formato de respuesta tipo dicotómico.	1.- <i>Insight</i> (Perdón) 2.- Comprensión (Perdón) 3.- Dar oportunidad de compensación (Perdón) 4.- Acto manifiesto de perdón (Perdón) 5.- Vergüenza (Dolor) 6.- Ira (Dolor) 7.- Control (Dolor) 8.- Caos (Dolor)	Los reactivos de perdón explicaron el 56.1% de la varianza, con alfa global de .92. Los reactivos de la escala "dolor" explicaron el 47.4%, con alfa global de .95. (no hay relación entre las dos subescalas)
<i>Transgression Related Interpersonal Motivation Scale</i> (McCullough, et al., 1998)	Autoreporte en 12 reactivos con formato de respuesta tipo Likert.	1.- Venganza 2.- Evitación	AFE con 18 reactivos explicó el 68% de la varianza en dos factores. AFC: 12 reactivos $X^2(53, N = 238) = 190.53, p < .001$ y CFI = .94.
<i>Forgiveness Scale</i> (Rye, et al., 2001)	Autoreporte en 15 reactivos con formato de respuesta tipo Likert.	1.- Ausencia de Afecto, cogniciones y comportamientos negativos. 2.- Presencia de Afecto, cogniciones y comportamientos positivos.	Los dos factores explicaron el 52.3% de la varianza. La consistencia interna para AN igual a .86, mientras que para AP el alfa de Cronbach fue de .85.
<i>Forgiveness Likelihood Scale</i> (Rye, et al., 2001)	Autoreporte en 10 reactivos con formato de respuesta tipo Likert.	1.- Tendencia al Perdón (como rasgo de personalidad)	Escala unidimensional cuyos reactivos explican el 43.9% de la varianza, alfa de Cronbach igual a .85.
<i>Marital Dispositional Forgiveness Scale</i> (Fincham & Beach, 2002)	Autoreporte de 6 reactivos en respuesta tipo Likert	1.- Dimensión Positiva 2.- Dimensión Negativa	Se realizó un AFC que ajustó bien para un modelo de 2 dimensiones $X^2(8) = 7.28, GFI = .97$ Alfas de Cronbach de .79 para la dimensión positiva y .81 para la dimensión negativa.
<i>Forgiveness Inventory</i> (Gordon & Baucom, 2003)	Autoreporte de 23 reactivos en respuesta tipo Likert	1.- Impacto 2.- Significado 3.- Recuperación	Reactivos agrupados bajo criterio de correlación elemento total. AFC sustentó la existencia de las tres subescalas: $X^2(df = 22) = 29.45, p = .132$. Consistencia interna entre .75 y .85.
<i>Escala de la Capacidad de Perdonar</i> (Casullo & Fernández, 2005)	Autoreporte con 20 reactivos en repuesta tipo Likert con siete opciones de respuesta	1.- Perdón a otros 2.- Perdón a sí mismo 3.- Perdón a las situaciones	Sólo se reporta un alfa de Cronbach global igual a .62.

(continúa)

Tabla 6 (Continuación)
Instrumentos que miden el perdón

Instrumento	Forma de Medición	Dimensiones	Descripción Psicométrica
<i>Escala del perdón (Vargas-Núñez & Pozos-Gutiérrez, 2005)</i>	Autoreporte con 43 reactivos con formato de respuesta tipo Likert con cinco opciones de respuesta	1.- Dolor, remordimiento 2.- Reconciliación 3.- Perdonar y paz 4.- Poner fin a un problema y continuar la vida 5.- Perdón es una virtud 6.- Perdonar por obligación religiosa 7.- No perdonar 8.- Olvidar la ofensa 9.- Perdonar y alejarse del ofensor 10.- Autoculpa de la ofensa 11.- Tranquilidad del perdón 12.- Perdón Condicional	Los 12 factores con alfas de Cronbach que van de .528 a .845, los cuales explican el 61.592% de la varianza.
<i>Forgiving Personality Scale (Kamat, Jones & Row, 2006)</i>	Autoreporte de 33 reactivos en respuesta tipo Likert	1.- Pesimismo y Cinismo 2.- Virtud del Perdón 3.- Rencor 4.- Limitaciones del Perdón 5.- Venganza	La configuración de los cinco factores explicó el 53.7% de la varianza. Alfa de Cronbach de la escala total de .93.
<i>Emotional Forgiveness Scale (Worthington, et al., 2008)</i>	Autoreporte de 8 reactivos en respuesta tipo Likert con cinco opciones de respuesta.	1.- Presencia de emociones positivas 2.- Reducción de emociones negativas	Alfa global igual a .81 AFC sustentó la estructura de dos factores (CFI =.97; NFI= .96; GFI = .95; RMSEA = .08.).
<i>Decisional Forgiveness Scale (Worthington, et al., 2008)</i>	Autoreporte de 8 reactivos en respuesta tipo Likert con cinco opciones de respuesta	1.- Intenciones Prosociales 2.- Inhibición de la intención de hacer daño	Alfa global igual a .83 AFC sustentó la estructura de dos factores (CFI =.98; NFI= .97; GFI = .96; RMSEA = .08.).
<i>Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (Paleari, Regalia & Fincham, 2009)</i>	Autoreporte en 10 reactivos en respuesta tipo Likert.	1.- Resentimiento y Evación (Negativo) 2.- Benevolencia (Positivo)	AFE: Los 10 reactivos explican el 58.9% de la varianza. La consistencia interna de la dimensión de Resentimiento-evasión fue de .83, mientras que la de Benevolencia fue de .80.
<i>Escala del Perdón en la relación de pareja (Rosales-Sarabia, 2014)</i>	Autoreporte en 15 reactivos con formato de respuesta tipo Likert.	1.- Perdón Genuino 2.- Resentimiento	Consistencia interna global de .815 y varianza explicada total de 56.182%. El factor 1 cuenta con un alfa de .885, mientras que el 2 tiene un alfa de .704.

De acuerdo a la revisión, queda de manifiesto que existen diversas teorías y cada una cuenta con una definición de lo que es el perdón, por lo tanto, una idea de las dimensiones que lo constituyen, que deviene en la generación de los instrumentos de medición correspondientes.

Con tantos instrumentos disponibles, es cuestionable la necesidad de desarrollar aún más. Al respecto, Enright y Fitzgibbons (2011), recomiendan que antes de desarrollar un nuevo instrumento del perdón, se planteen los siguientes cuestionamientos:

1. ¿Por qué hay necesidad de un nuevo instrumento?
2. ¿La nueva escala corrige alguna falta en las escalas anteriores?
3. ¿La falla en las escalas anteriores está en (a) la definición u operacionalización, (b) contenida en la estructura de la escala en sí misma, o (c) se observa en las propiedades psicométricas de la escala?
4. ¿Cómo corregirá la nueva escala los fallos de las anteriores?
5. Más allá de corregir las fallas existentes, ¿la nueva escala agrega algo a la definición, estructura de la escala, o propiedades psicométricas que las otras escalas no poseen?

En este sentido, se considera necesario desarrollar un nuevo instrumento válido, confiable y culturalmente relevante que mida el perdón y el resentimiento en sus diferentes dimensiones para los adultos mexicanos, ya que aunque una buena parte de los instrumentos disponibles cuentan con dimensiones positivas y negativas, ambas están consideradas dentro del perdón, de manera que usualmente no generan una medición directa del resentimiento (*unforgiveness*), sino que suponen que puede ser inferido a partir de puntuaciones bajas de perdón o bien, recodifican a la inversa las puntuaciones en las dimensiones negativas (Enright, 1994; Fincham & Beach, 2002; Paleari, Regalia & Fincham, 2009; Rye, et al., 2001; Wade, 1989; Worthington et al., 2008); mientras que otros infieren el perdón a partir de puntuaciones bajas en resentimiento (McCullough, et al., 1998). En esos términos, es necesario medir el perdón y el resentimiento como dos

constructos distintos y en cada uno de sus factores teórica y psicométricamente más relevantes.

Por otra parte, uno de los instrumentos más importantes en la psicología del perdón, el *Enright Forgiveness Inventory* (Enright, 1994), cuenta con dimensiones positivas y negativas de cognición, conducta y afecto, cuyos reactivos son muy breves y claros, y pese a que el instrumento sí da un contexto importante de la ofensa interpersonal, los reactivos no lo hacen explícitamente. En este sentido no queda claro que si el reactivo es acerca de que si la persona se siente cariñoso con quien le lastimó, tenga o no un vínculo directo con la transgresión, por lo que se sugieren reactivos que den el suficiente contexto como para entender que, si se mide el cariño hacia la persona, sea a pesar de la transgresión del pasado.

Con respecto a las propiedades psicométricas de los instrumentos, no todos los autores reportan los resultados de un análisis factorial exploratorio, pero en la revisión hecha los porcentajes de varianza explicada oscilan entre 43.9% (*Forgiveness Likelihood Scale*, Rye, et al., 2001) y 68% (TRIM, McCullough, et al., 1998), sin embargo el TRIM, sólo cuenta con dos dimensiones negativas (evitación y venganza), por lo que no constituye una medición directa del perdón, y no explora otras dimensiones teóricamente relevantes como lo es la cognición, conducta y afecto. Por otra parte, también es notable que las alfas de Cronbach globales son más bajas cuando se tienen instrumentos con dimensiones positivas y negativas (Fincham & Beach, 2002; Paleari Regalia & Fincham, 2009; Rosales-Sarabia, 2014; Rye, et al., 2001), lo que sugiere que las dimensiones positivas (perdón) y negativas (resentimiento) pueden ser más bien independientes. En consecuencia, las escalas a desarrollarse tomarán en cuenta las dimensiones positivas y negativas, pero serán analizadas independientemente, de manera que se espera una escala del perdón con sólo dimensiones positivas, y otra escala del resentimiento, con sólo factores negativos.

Implicaciones del perdón en el ajuste psicológico de los individuos

Independientemente de cómo se defina al perdón, se le ha relacionado con una serie importante de beneficios. A nivel intrapersonal, el perdón ha sido asociado con mejores niveles de salud física; los hallazgos de la investigación realizada por Toussaint, Owen & Chedale (2012), revelan que el perdón está relacionado con la longevidad mediante un vínculo con la salud física, es decir, a niveles más altos de perdón corresponde una mejor salud y mayor longevidad. Por su parte, Lawler-Row et al. (2011), encontraron una relación fuerte, negativa y directa, entre el perdón y problemas de salud, así como una asociación indirecta entre el apego y los problemas de salud mediante el perdón. Otros estudios se han enfocado en la relación existente entre el perdón y la sintomatología depresiva. La literatura establece una relación negativa entre el perdón y la depresión (Brown, 2003; Ingersoll-Dayton, Torges & Krause, 2009; Stoia-Carballo et al., 2008). El perdón también ha sido asociado con una mejor calidad del sueño (Stoia-Carballo et al., 2008), menor sensación de soledad (Lawler-Row et al., 2011) y una mayor satisfacción ante la vida (Macaskill, 2012).

El perdón puede ser una respuesta saludable ante las transgresiones ejercidas por las personas cercanas, sin embargo, la falta de éste puede ser destructiva. En la literatura científica internacional la falta de perdón (*unforgiveness* en inglés) se ha asociado consistentemente con diversos constructos que resultan cruciales en el bienestar de los individuos, como lo son: depresión, ansiedad, rumiación, deseo de venganza, ira, excitabilidad fisiológica, amargura, infelicidad, soledad, estado de salud, y estrés (Berry, Worthington, Connor, Parrot & Wade, 2005; Lawler-Row, Younger & Jones, 2006; Macaskill, 2012; Ruijten, Roelofs & Rood, 2011). La falta de perdón es un constructo que es medido frecuentemente a partir de puntuaciones bajas del perdón (Lawler-Row, 2011). Sin embargo, en población mexicana se ha encontrado que el constructo puede ser mejor denominado como resentimiento, el cual está relacionado con el perdón, pero debe ser medido como un constructo independiente y no sólo a partir de puntuaciones bajas del mismo (Rosales-Sarabia, 2013).

Variables asociadas al perdón: Teoría y hallazgos de investigación

Los estudios en torno al perdón han estado predominantemente enfocados en la experiencia individual de quien fue transgredido, y se ha dejado de lado el carácter relacional del proceso. Así pues, dado que los problemas en la relación de pareja difícilmente son unilaterales, resulta útil considerar un enfoque relacional como la teoría del apego (Bowlby, 1993a; Bartholomew & Horowitz, 1991; Hazan & Shaver, 1987), para comprender mejor los procesos a nivel cognitivo y afectivo en la dinámica post-transgresión. Se ha propuesto que el estilo de apego incluye esquemas internalizados que orientan al individuo en su funcionamiento social (Feeney & Noller, 1996), permean la interpretación de los eventos dentro de la relación, y por lo tanto, pueden favorecer o dificultar el perdón.

Estilos de Apego en relaciones románticas

De acuerdo a la teoría del apego, propuesta originalmente por John Bowlby (1993a, 1993b, 1995), la capacidad de apego en los seres humanos es innata, y se desarrolla durante la infancia a través de las experiencias tempranas con los padres o cuidadores primarios. A través de las experiencias de apego se internalizan modelos mentales en el infante, que funcionan a nivel inconsciente y le sirven para orientar su comportamiento social. Hazan y Shaver (1987), propusieron que estos modelos internalizados se mantienen vigentes hasta la adultez, y orientan al individuo en sus relaciones cercanas, de tal manera que partieron de la teoría del apego para explicar el vínculo afectivo en relaciones románticas entre adultos.

Posteriormente, Bartholomew y Horowitz (1991), señalaron que los modelos internalizados, el de sí mismo y el de los otros, pueden ser dicotomizados en uno de dos valores: positivo o negativo. En el caso del modelo del sí mismo, un valor positivo se traduce en que el individuo se ve como merecedor de amor y atención, mientras que el negativo implica que el individuo se asume como indigno de recibir amor y apoyo. Por otra parte, en el caso del modelo de los otros, un valor positivo significa que el otro es visto como confiable y disponible; a la vez que un modelo

de los otros negativo, implicaría que la figura de apego es vista como desconfiable y rechazante. Bartholomew y Horowitz (1991), señalan que los valores de los modelos mentales pueden generar cuatro configuraciones distintas, que corresponden a cuatro estilos de apego: (1) Apego seguro, se refiere al sentimiento de valía propia, más la expectativa de que se es generalmente aceptado y se cuenta con otras personas. (2) El apego preocupado, es definido por la auto infravaloración, combinado con una evaluación positiva de los demás, lo que lleva al individuo a buscar la aceptación, tanto de sí mismo como de los demás. (3) Apego temeroso-evasivo, se caracteriza por la desvaloración del sí mismo, con la expectativa de que los demás no son fiables y son rechazantes, así que evitan involucramientos cercanos con otras personas para protegerse del rechazo de los demás. Finalmente, (4) el estilo desdeñoso-evitante se describe como el patrón surgido de la sensación de falta de valía del sí mismo, más una disposición negativa hacia las demás personas, manifiesto en la protección de sí mismos contra la decepción al evadir relaciones cercanas y mantener un sentido de independencia e invulnerabilidad.

En el contexto de los vínculos de apego en parejas mexicanas, Márquez, Rivera y Reyes (2009) desarrollaron una escala para medir el estilo de apego, y reportaron tres estilos (1) seguro, se caracteriza por la tranquilidad, seguridad, cercanía y apertura con la pareja, (2) experimentar la ansiedad por el abandono de su pareja y (3) caracterizados por el conflicto que les genera la cercanía e intimidad emocional con la pareja.

Los estilos de apego pueden tener un efecto en la tendencia a perdonar las transgresiones de la pareja. Las personas con mayor seguridad en su apego tienden perdonar más las transgresiones de su pareja, ya que las personas que confían en la disponibilidad y la confiabilidad de su pareja, pueden ver la transgresión como algo menor y circunstancial por lo que la transgresión no representa una amenaza para sí mismos, ni para la relación. En contraste, los individuos con modelos negativos de otros pueden ver una transgresión como

evidencia de que la pareja no es confiable. Es decir, a partir de los modelos mentales con que se maneje un individuo, podrá percibir la transgresión con mayor o menor severidad, lo que, para el primer caso, favorecerá la posibilidad del perdón y reforzará el modelo positivo de los otros, mientras que en el segundo, lo dificultará y fortalecerá un modelo negativo de los otros.

Kachadourian et al. (2004), mediante el uso del modelo de cuatro categorías de apego, encontraron que los individuos en relaciones de noviazgo con un modelo de sí mismo y de su pareja más positivo, tuvieron también mayor tendencia a perdonar transgresiones de su pareja. Por su parte, Lawler-Row et al. (2006) también usaron el modelo de cuatro categorías propuesto por Bartholomew y Horowitz (1991) para examinar el papel del estilo de apego y el perdón de un transgresor dentro de una relación cercana. Los resultados mostraron que los jóvenes adultos con apego seguro reportaron mayor perdón de rasgo y estado en dos traiciones, que los jóvenes adultos con apego inseguro (evitante, ansioso y temeroso); éstos últimos reportaron un mayor deseo de evadir al transgresor después del evento. Adicionalmente, Burnette et al. (2006), reportó una asociación positiva entre la seguridad en el apego y la tendencia al perdón. Consistentemente con los hallazgos anteriores, en un estudio realizado con estudiantes de maestría, mediante modelamiento de ecuaciones estructurales se encontró un efecto directo del estilo de apego seguro hacia el perdón (Jankowski & Sandage, 2011). Finalmente, se reportó una relación similar en un estudio realizado con población Iraní, cuyos hallazgos revelan que las parejas con apego seguro, no sólo tuvieron mayores puntuaciones en perdón, sino que reportaron mayor realización y resolución durante el proceso del perdón (Shahidi, Zaal & Mazaheri, 2012).

Como consecuencia del inicio reciente en el estudio del perdón y los estilos de apego en la relación de pareja con población mexicana, sólo se tienen registros de dos estudios que vincularon estas variables, cuyos hallazgos además, son consistentes con los referidos en la literatura científica. El primero fue realizado por Rosales-Sarabia, Hernández y Jiménez (2013), en una muestra de estudiantes

a nivel licenciatura de una universidad privada del estado de México, en el cual se reportó una relación positiva entre el estilo de apego seguro y el perdón, así como una relación negativa entre el estilo de apego evitante y el perdón. Posteriormente, la investigación realizada por Rosales-Sarabia (2013), con una muestra conformada por residentes del área metropolitana de la ciudad de México, involucrados en una relación de pareja, reveló tres relaciones significativas: El perdón genuino se relacionó positivamente con el estilo de apego seguro, y negativamente con el estilo evitante, mientras que el resentimiento se relacionó positivamente con el estilo de apego ansioso. Se explican estas relaciones a partir de la severidad percibida de la transgresión, pues de acuerdo a Bartholomew y Horowitz (1991) un modelo mental negativo de los otros implica la expectativa de que en algún momento la pareja cometerá una falta, y si efectivamente ocurre la falta, será interpretada como la confirmación del modelo, el cual resaltará su gravedad.

La severidad percibida de la transgresión

De acuerdo a la teoría bio-psico-social del perdón (Worthington, 2006), las transgresiones llevan a quien las sufre a percibir claras diferencias entre su sentido de justicia (como considera que merece ser tratado) y el trato recibido (como se es tratado en realidad), a ésta diferencia se le ha denominado brecha de injusticia percibida, y entre mayor sea ésta brecha, el individuo se sentirá más lastimado u ofendido debido a que el “sociómetro” lanzará señales más claras de rechazo o traición. No obstante, otros teóricos pueden contribuir a explicar el porqué de la magnitud de la falta juegue un papel importante en el ajuste psicológico del individuo y subsecuentemente en la probabilidad de perdonar, por ejemplo, Lerner (1965) propuso la teoría del mundo justo, en cuyos trabajos demostró que los individuos piensan que las personas obtienen lo que merecen y merecen lo que obtienen (Lerner & Simmons, 1966 en Mayoral, Romero & Gangloff, 2012).

La creencia del mundo justo cumple diversas funciones, por un lado genera confianza en el individuo, al promover que se perciba sin riesgo de ser tratado injustamente, si el antes no actúa injustamente, también tiene una función de asimilación, que le permite explicar los eventos negativos a su alrededor dentro de una estructura conceptual en la que las cosas malas, le suceden a las personas malas, y por último funciona como un aliciente para actuar de manera justa (Dalbert, 2001 en Mayoral, Romero & Gabgloff, 2012), por lo que cuando el individuo es tratado de manera injusta, su esquema conceptual puede verse vulnerado, lo que le llevaría a experimentar un estado de disonancia cognitiva y malestar (Festinger, 1957), no obstante si la magnitud de la injusticia es lo suficientemente mayor, puede exceder los recursos psicológicos del individuo y el malestar tenderá a mantenerse (Worthington, 2006).

Por otra parte, Leary y Springer (2000) propusieron que las personas son lastimadas ya que las transgresiones (llamadas eventos hirientes en éste contexto teórico) implican una devaluación de la relación, es decir, que el individuo percibe que la otra persona no valora su relación tanto como él desearía que lo hiciera. Y se ha encontrado que la diferencia entre cómo una persona desearía que su contraparte valorara la relación y como considera que la valora en realidad, está relacionada con la magnitud del daño experimentado por la transgresión.

Se ha desarrollado una línea de investigación con el objetivo de medir el efecto de la severidad de la transgresión y sus implicaciones en el proceso del perdón. Por ejemplo, para las mujeres en relaciones románticas, si aumenta la severidad en la transgresión, también lo hace la percepción de la pareja como culpable, lo que a su vez disminuye el perdón (Friesen, Flether & Overall, 2005). Asimismo, Fincham, Jackson y Beach (2005) examinaron la severidad objetiva y subjetiva de varias transgresiones vividas por los participantes. Ambos tipos de severidad estuvieron negativamente relacionados al perdón y la severidad subjetiva parcialmente medió la relación entre la severidad objetiva de la transgresión y el

perdón. Los autores también midieron el papel de las atribuciones y encontraron que tienen un papel mediador entre la severidad de la ofensa y el perdón.

Atribución de la falta

En la teoría atribucional de la emoción y motivación, Weiner (1986) señala que la interpretación cognoscitiva de las causas del comportamiento de una persona puede generar reacciones afectivas, las cuales, a su vez, tienen efectos en su comportamiento e intenciones. De acuerdo a esta teoría, existen tres propiedades que subyacen las atribuciones causales: locus, estabilidad y controlabilidad. El locus se refiere a la localización de la causa, que puede ser dentro o fuera del actor (por ejemplo, el transgresor), la estabilidad se refiere a la duración de una causa, que puede ser constante o temporal, y finalmente el control, que se refiere a la capacidad percibida en el actor para llevar a cabo o no el comportamiento. Aunque el trabajo del autor se centró en las atribuciones causales del logro, también dedicó esfuerzos a describir las atribuciones para transgresiones sociales (Weiner, 2001), y señaló que, en transgresiones interpersonales, la dimensión de controlabilidad es la más importante, ya que se vincula directamente con la percepción de responsabilidad en el transgresor. No obstante, y de manera general, las atribuciones benevolentes se traducen en la percepción de las transgresiones como menos internas, menos controlables y menos estables, y éstas a su vez pueden percibir al transgresor como menos responsable de la transgresión, lo que en consecuencia puede generar menor ira y mayor simpatía (Weiner, 2001), lo que a su vez puede favorecer al perdón.

Se cuenta con un importante consenso en términos de la relación entre las atribuciones y el perdón, el cual propone que cuando existen atribuciones más positivas acerca del comportamiento ofensivo, aumenta la probabilidad del perdón (Fincham et al., 2002; Taisy, 2010; Takaku, 2001). Por ejemplo, atribuir el hecho de que nuestra pareja no vaya a una reunión familiar debido a una importante carga de trabajo, puede ser una atribución más positiva que creer que ya no le importamos y se aleja progresivamente de la relación.

Las atribuciones positivas disminuyen la tendencia a terminar la relación, a través de aumentos en perdón (Hall & Fincham, 2006) y en algunas relaciones las atribuciones positivas se relacionan a aumentos en empatía hacia el transgresor. Esta asociación entre las atribuciones y la empatía, puede deberse a que las atribuciones son los juicios que hace una persona acerca de las causas de la transgresión que otra persona llevó a cabo, lo que hasta cierto punto implica que el individuo piense y sienta desde la perspectiva del otro.

Otros autores han aportado mayor sustento empírico. El trabajo desarrollado por Davis y Gold (2011), reveló que el aumento de remordimiento percibido disminuyó las atribuciones de estabilidad comportamental (la probabilidad de reincidencia), lo que aumentó los niveles de empatía y perdón. En este estudio, la empatía medió la relación entre las atribuciones de estabilidad y el perdón.

Empatía

La empatía consiste en la percepción cognoscitiva del mundo desde la perspectiva de alguien más, y la experimentación emocional de lo que esa persona siente. De acuerdo a Worthington (1998), el proceso del perdón requiere sentir empatía por el transgresor y verse a uno mismo como un individuo que también puede fallar. La investigación ha dado sustento a esta afirmación; si las personas no son empáticas con la persona que les lastimó, será menos probable que lo perdonen (Fincham, Pelari & Regalia, 2002; Macaskill, Maltby & Day, 2002; McCullough et al., 1998; Schimel, Wohl & Williams, 2006; Toussaint & Webb, 2005; Welton, Hill & Seybold, 2008). En el meta-análisis de Reik y Mania (2011), se reportó que la empatía es el correlato más fuerte que cualquier otro antecedente cognoscitivo no-social, a excepción de agradabilidad. Se ha propuesto, que la empatía facilita el perdón ya que se activa como resultado de la configuración de los modelos mentales cuando ésta se siente amenazada como producto de una transgresión interpersonal (Sandage & Worthington, 2010).

También se ha considerado a la empatía como una variable mediadora entre el recibir una disculpa y los niveles de perdón. Una de las aportaciones clásicas al respecto, es la de McCullough et al. (1997), quien reportó dos estudios, uno de ellos demostró que la empatía explica la relación entre recibir una disculpa de parte de quien ofendió y perdonarlo. En el segundo estudio, los autores llevaron a cabo una intervención en la cual se manipuló el perdón para brindar soporte experimental a la relación empatía-perdón. Los autores emplearon tres grupos, en uno la intervención promovía la empatía en el proceso del perdón, en el segundo grupo la intervención promovió el perdón sin manipular la empatía, y el tercer grupo fue un grupo control en lista de espera. Los resultados demostraron que una mayor empatía también promovió mayores niveles de perdón, y en los tres grupos la empatía fue un predictor del perdón. En un esfuerzo similar Sandage y Worthington (2010), obtuvieron resultados consistentes con el estudio de McCullough et al. (1997): la empatía medió los cambios en las puntuaciones del perdón de los participantes, independientemente de la condición de tratamiento. Es importante señalar, que, pese a que la empatía ha sido consistentemente vinculada con el perdón, se ha encontrado que no tiene el mismo impacto en hombres que en mujeres (Touissant & Webb, 2005).

Rumiación

Algunos de los modelos del perdón más importantes, consideran a la rumiación como un factor precedente de la falta de perdón (Worthington, 2006) y de la motivación de venganza (McCullough et al., 1998). De manera general, la rumiación se ha conceptualizado como el involucramiento pasivo en atención a los síntomas de angustia experimentados por uno mismo, en sus causas y sus posibles consecuencias (Nolen-Hoeksema & Jackson, 2001), y de manera específica la rumiación acerca de una transgresión, ha sido caracterizada por la tendencia a reproducir la transgresión una y otra vez en la mente, elaborando explicaciones, explorando posibilidades y preocupándose por las consecuencias negativas para sí mismo y para la relación (Worthington, 2006). De acuerdo con

McCullough et al. (1998), la rumiación está asociada a las motivaciones vengativas, que de acuerdo con su teoría es la respuesta alternativa al perdón.

La rumiación tiene efectos importantes en la salud y bienestar psicológico de un individuo, se han encontrado relaciones entre la rumiación y diversos factores importantes en el bienestar del individuo, como lo son: mayor sintomatología ansiosa y depresiva (Cova, Rincón & Melipillán, 2007/2009; Ruijten et al., 2011), miedo del transgresor (McCullough, Orsulak, Brandon & Akers, 2007), estrés postraumático (Caro-Monroy & Cova-Solar, 2012), y menores niveles de perdón (McCullough, Bono, & Root, 2007; Paleari, Regalia & Fincham, 2005).

Durante la rumiación una persona resentida puede experimentar amenazas a su persona y a la relación. La severidad de la transgresión es recordada y analizada, y así, al rumiar acerca de qué tan injusto fue el evento, la percepción de la magnitud de la transgresión y el daño puede ser resaltada, y con ello, algunas reacciones como la venganza o la represalia, lo que disminuirá las probabilidades del perdón (Worthington, 2006).

Al respecto de lo anterior, se ha encontrado sólido sustento empírico. En un estudio publicado por Burnette, Taylor, Worthington y Forsyth (2006), encontraron que la relación entre la inseguridad en el apego y la falta de perdón estuvo mediada por la rumiación de ira. Por otra parte, la investigación desarrollada por Berry, Worthington, O'Connor, Parrott y Wade (2005), reveló que la rumiación estuvo asociada a mayores sentimientos de ira y deseo de venganza tras una transgresión interpersonal.

De manera consistente, en una investigación desarrollada con jóvenes adultos Chinos, Wu, Sun, Miao y Lu (2011) reportaron una relación negativa entre la rumiación de ira, y el rasgo de personalidad descrito como perdonante-confiado. La validez transcultural de estos hallazgos se refuerza con las relaciones encontradas en un estudio realizado por Suchday, Friedberg y Almeida (2005),

quienes midieron el perdón, rumiación, estrés, y el nivel de salud física en estudiantes hindúes y compararon los resultados con una muestra estadounidense. Los resultados indicaron que la rumiación medió la relación entre el perdón y el estrés, sin encontrar diferencias significativas entre perdón, rumiación o estrés entre la muestra hindú y la estadounidense.

Los hallazgos anteriores sugieren que, si un individuo se siente sobrepasado por la magnitud de la transgresión, tenderá a la rumiación, lo que a su vez, generará pensamientos y emociones de ira, sintomatología depresiva y acentuará la severidad subjetiva de la transgresión. En consecuencia, la probabilidad del perdón se verá afectada negativamente, mientras que la probabilidad del resentimiento se verá afectada positivamente.

Enfrentamiento ante una transgresión en la relación de pareja

La teoría bio-psico-social de enfrentamiento al estrés en el perdón es una teoría que surge como una adaptación del trabajo de Lazarus y Folkman (1991), en la que se establece que, si una persona considera que tiene los recursos para lidiar con la falta, tenderá a usar tres estilos de enfrentamiento ante la transgresión (Worthington, 2006).

Originalmente Lazarus y Folkman (1991) proponen que el estrés psicológico es una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos y pone en peligro su bienestar. Al respecto su teoría de enfrentamiento al estrés señala que ante un elemento del medio ambiente que resulte estresante, tendrá lugar la evaluación cognitiva. Los autores señalan que la evaluación cognitiva que haga un individuo reflejará la relación particular y cambiante, que establece el individuo con determinados valores, compromisos, estilos de pensamiento y de percepción, así como con el entorno cuyas características deben predecirse e interpretarse. En este punto radica el carácter transaccional de la teoría del enfrentamiento al estrés.

La evaluación cognitiva resulta fundamental pues determinará la respuesta emocional y conductual del individuo. Existen dos actos de valoración cognitiva, el acto primario y el acto secundario (Lazarus 2000; Lazarus & Folkman, 1991). En el acto primario de valoración, el individuo evaluará si el acontecimiento ambiental es relevante en términos de sus valores, compromisos, creencias e intenciones situacionales (Lazarus, 2000). Se considera la transgresión en la relación de pareja como un estresor interpersonal (Worhington, 2006), entonces la falta puede impactar a nivel de los valores, cuando la honestidad y el respeto se ven mancillados; en el compromiso establecido dentro de la relación, en las creencias como el sentido de justicia que implica cómo considera el individuo que debe ser tratado por su pareja, y finalmente, en las intenciones para con la relación. Dado lo anterior, si la valoración primaria da como resultado que el estresor sí es importante, entonces la transacción generará estrés, mientras que, si se evalúa que no es relevante, entonces no habrá nada más que examinar y no se generará estrés.

Como consecuencia de una valoración primaria que genere estrés, tendrán lugar tres alternativas transaccionales: Daño o pérdida, que consiste en algún perjuicio que ya se sufrió; Amenaza, que es la posibilidad de tal perjuicio en un futuro y finalmente el desafío, que motiva a la persona a luchar con entusiasmo contra los obstáculos de la lucha que le espera (Lazarus, 2000).

Durante el acto secundario de valoración el individuo se cuestiona acerca de cómo proceder en el caso de la amenaza o el desafío; Lazarus (2000) plantea que las personas se preguntan: ¿Debo actuar?, ¿Cuándo debería actuar?, ¿Qué puede hacerse?, ¿Qué costos y beneficios conlleva? En este sentido, el acto secundario de valoración se centra en lo que la persona puede hacer ante la situación estresante. Implica la evaluación de los recursos disponibles del individuo y las estrategias a su alcance para hacer frente principalmente a la amenaza o al desafío, lo que conllevará a los distintos estilos de enfrentamiento.

Lazarus y Folkman (1991), definieron el enfrentamiento como los esfuerzos a nivel cognitivo y conductual que desarrollan los individuos para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como estresantes. Al respecto también distinguieron distintos modos de enfrentamiento. En primer lugar, mencionan los modos de enfrentamiento dirigidos a la emoción, que pueden tener distintas funciones, como disminuir el grado de trastorno emocional e incluyen estrategias como la evitación, la minimización, el distanciamiento, la atención selectiva, las comparaciones positivas y la extracción de valores positivos a los acontecimientos negativos. Por otra parte, otras estrategias cognitivas de enfrentamiento están orientadas a la modificación de la forma de vivir la situación, sin cambiarla objetivamente, a lo que se ha denominado reevaluación. También mencionan los modos de enfrentamiento dirigidos al problema, que generalmente están dirigidas a la definición del problema, a la búsqueda de soluciones alternativas, a la consideración de tales alternativas con base a su costo y a su beneficio y a su selección y aplicación.

En la literatura científica se han encontrado vínculos consistentes entre el enfrentamiento y el perdón. En un estudio realizado con estudiantes australianos, Strelan y Wojtysiak (2009) encontraron que cuando la transgresión es reciente las personas prefieren estrategias de enfrentamiento evitantes, mientras que a medida que pasa el tiempo, las personas emplean estrategias orientadas al problema. En otra investigación, Konstam, Holmes y Levine (2003), reportaron que, en estudiantes de una universidad pública, el enfrentamiento enfocado en la emoción estuvo asociado al perdón. Consistentemente con lo anterior, Sung-Man, Myoung-Hoy y Young-Sun (2015) encontraron que el enfrentamiento basado en la emoción puede promover el perdón en personas que sufrieron un accidente, de manera similar, Flanagan, Vanden-Hoek, Ranter y Reich (2012) encontraron que el enfrentamiento orientado al problema también está relacionado con mayores niveles de perdón en jóvenes que sufren acoso escolar. Por su otra parte, Maltby, Macaskill y Gillett (2007), reportaron que el empleo de estrategias de enfrentamiento enfocadas en la emoción estuvo asociado negativamente con el

perdón en hombres, mientras que la relación fue positiva para las mujeres. No obstante, es importante notar que la literatura no reporta estudios que vinculen el enfrentamiento con el perdón específicamente en relaciones románticas.

MÉTODO GENERAL

Planteamiento del Problema

Justificación

En las relaciones de pareja, es muy común sentirse ofendido o lastimado por la conducta del otro durante algún momento de la relación, pero no todas las personas reaccionan de la misma manera. Al respecto, se ha encontrado que las personas con mayores dificultades para perdonar, presentan también mayores índices de depresión, ansiedad, ira, excitabilidad fisiológica, amargura, infelicidad, soledad, estado de salud, y estrés (Berry et al., 2005; Lawler-Row et al., 2006; Macaskill, 2012; Ruijten, et al. 2011). En contraste, las personas que perdonan más también reportan mayor satisfacción marital (Kachadourian, et. al., 2004) bienestar (McCullough, 2000) y salud física (Glaeser, 2008). Estos hallazgos apuntan a que el perdón es un constructo importante en la salud física y mental de los individuos, y subrayan la urgencia de profundizar en su estudio desde una perspectiva científica en población mexicana.

A pesar de que la relación entre los estilos de apego y la tendencia al perdón es muy consistente tanto en estudios desarrollados en el extranjero (Burnette et al., 2006; Kachadourian et al., 2004; Lawler-Row et al., 2011; Shahidi et. al., 2012), como en los desarrollados con población mexicana (Rosales-Sarabia, 2013; Rosales-Sarabia et al., 2013), muy pocos estudios se han enfocado a explicar los mecanismos involucrados en esta relación. Al respecto, se proponen una serie de variables que, de acuerdo a la literatura, podrían desempeñar un papel importante en la dinámica post-transgresión y predecir estadísticamente el perdón.

Bowlby (1993a), planteó que los individuos disponen de modelos mentales que constituyen esquemas de sus relaciones y por lo tanto, orientan su comportamiento social, es por ello que se propone que un estilo de apego inseguro hacia la pareja, puede facilitar la percepción de mayor severidad en la transgresión con respecto a una persona con apego seguro. No obstante, la

revisión de la literatura internacional no arrojó estudios empíricos que vinculen éstas dos variables en el contexto del perdón en relaciones cercanas. Por otra parte, la severidad percibida de la transgresión ha sido vinculada con las atribuciones causales de la misma, los hallazgos sugieren que a mayor severidad percibida corresponden atribuciones internas más negativas (Fincham et al., 2005; Hook et al., 2015). Las atribuciones de estabilidad a su vez dificultan la empatía hacia el transgresor (Davis & Gold, 2011), mientras que atribuciones más positivas favorecerán la empatía (Fincham, Paleari & Regalia, 2002). Las atribuciones causales negativas de la transgresión, también han sido relacionadas con mayor rumiación cognitiva (Wenzel, Turner & Okimoto, 2010). A nivel teórico, se ha propuesto que el perdón puede ser antecedido por los estilos de enfrentamiento que emplee el individuo ante la transgresión (Worthington, 2006), y aunque se ha encontrado de manera consistente que el enfrentamiento está relacionado con el perdón (p.e. Maltby et al., 2007; Sung-Man et al., 2015), la revisión de la literatura no arrojó estudios que analicen las variables en relaciones románticas, y sólo se tiene registro de un estudio de publicación reciente que involucra el enfrentamiento, la rumiación y la empatía en el contexto del perdón (Witvliet, Hofelich, Hinman & Knoll, 2015). A partir de lo previamente expuesto, en esta investigación se propone probar un modelo explicativo del perdón en la relación de pareja, el cual se presenta en la figura 2.

En caso de demostrar que variables juegan un papel importante en la dinámica de la disposición a las relaciones y la tendencia al perdón en las mismas, se podría tener importantes implicaciones en la práctica profesional, al dirigir los esfuerzos del terapeuta, no en la herida directamente, sino en la modificación cognoscitiva de atribuciones, un mayor ejercicio de empatía y técnicas para disminuir los niveles de rumiación, así como promover estrategias de enfrentamiento saludables y así desencadenar respuestas de perdón, al tiempo en que se modifican de fondo los modelos mentales del individuo, con la finalidad de promover relaciones interpersonales más saludables.

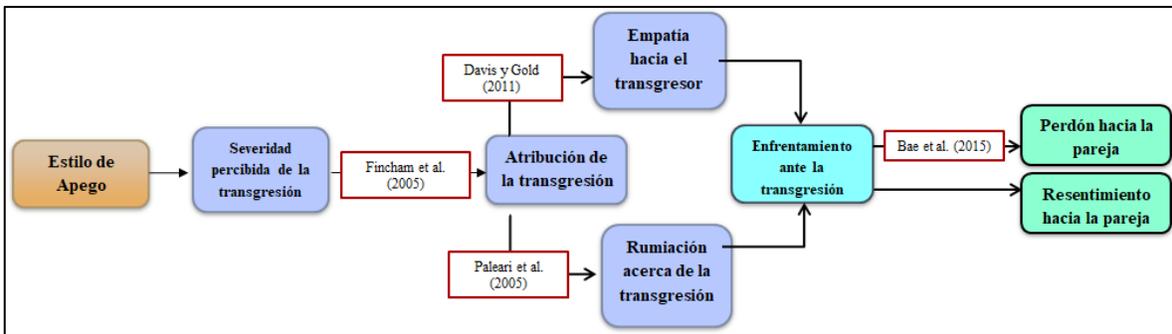


Figura 2: Modelo propuesto del perdón hacia la pareja.

Pregunta de investigación

¿Cómo explican los estilos de apego, la severidad percibida de la transgresión, la atribución de la transgresión, la empatía hacia el transgresor, la rumiación acerca de la transgresión y el enfrentamiento ante la transgresión en el perdón y el resentimiento hacia la pareja?

Objetivo general

Probar un modelo que permita explicar el perdón y el resentimiento hacia la pareja, a partir de los estilos de apego, la severidad percibida de la transgresión, la atribución de la transgresión, la empatía hacia el transgresor, la rumiación acerca de la transgresión y el enfrentamiento ante la transgresión.

Para alcanzar el propósito, será necesaria la realización de dos estudios, en el Estudio 1 se construirán los instrumentos de medición, mediante la exploración de los conceptos y desarrollo de escalas de medición válidas y confiables del perdón hacia la pareja (fase 1.1), la atribución de la transgresión (fase 1.2), la empatía hacia el transgresor (fase 1.3), la rumiación acerca de la transgresión (fase 1.4) y el enfrentamiento ante la transgresión (fase 1.5), posteriormente en el Estudio 2 se probará el modelo propuesto del perdón hacia la pareja, este estudio se dividirá en dos fases, la fase 2.1 en la que se explorarán los correlatos de cada una de las variables dentro del modelo con el perdón hacia la pareja, para posteriormente y a partir de esos hallazgos proceder a la fase 2.2, en que se prueba el modelo teórico mediante los análisis estadísticos pertinentes.

Estudio 1. Construcción de Instrumentos de Medición

Planteamiento del problema

Justificación

La revisión de la literatura científica del perdón revela que a pesar de que se han hecho avances muy importantes en la descripción del fenómeno, aún no hay un consenso en términos de las dimensiones que lo conforman, pues mientras algunos autores han propuesto que sólo incluye una dimensión positiva caracterizada de manera general como una actitud prosocial hacia el transgresor (e.g. Hargrave & Sells, 1997), otros lo consideran a partir de niveles bajos de una dimensión negativa, es decir, una baja actitud antisocial hacia el transgresor (p. e. Di Blassio, 1998) y otros tantos lo consideran la combinación de ambas (p. e. Enright et al., 1991), por otra parte, es posible notar que los índices de confiabilidad son más bajos cuando se tienen instrumentos con dimensiones positivas y negativas (Fincham & Beach, 2002; Paleari Regalia & Fincham, 2009; Rosales-Sarabia, 2014; Rye, et al., 2001), lo que sugiere que las dimensiones positivas (perdón) y negativas (resentimiento) pueden ser más bien independientes. Además, algunas de las escalas disponibles usan la palabra “perdón” en sus reactivos, lo que resta certeza al respecto de que se está midiendo más allá de su significado psicológico (p. e. Vargas-Núñez & Pozos-Gutiérrez, 2005; Rye et al., 2001). En este sentido, resulta fundamental contar con instrumentos que permitan medir el constructo y contribuyan a la descripción de sus dimensiones en México con solidez psicométrica y pertinencia teórica.

Por otra parte, y como consecuencia de la falta de estudio del perdón en México, no existen instrumentos que midan las atribuciones de la transgresión, la empatía hacia el transgresor, la rumiación acerca de la transgresión y el enfrentamiento ante la transgresión, cuya existencia resulta fundamental para describir y comprender los antecedentes del fenómeno. Sin embargo, a nivel internacional el panorama no es muy distinto, diversos estudios que han analizado éstas variables en el contexto del perdón, usan medidas desarrolladas exprofeso sin reportar sus propiedades psicométricas, por lo que su validez y confiabilidad son dudosas

(Exline, Kraft, Baumeister, Zell & Witvliet, 2008; Fatfouta, Gerlach, Schröder-Abé & Merkl, 2015), o bien, no miden específicamente los constructos dentro de la dinámica post-transgresión, sino como una característica de personalidad (Myung-Sun, 2014; Zechmeister & Romero, 2002) o bien como estados no específicos hacia la transgresión (Wenzel, Turner & Okimoto, 2010; Barber, Maltby & Macaskill, 2005). En vista de lo anterior, se resalta la importancia de contar con los instrumentos pertinentes para probar el modelo propuesto en esta investigación.

Fase 1.1 Construcción de la escala del Perdón hacia la pareja

Pregunta de investigación

¿Cuáles son las propiedades psicométricas de las escalas del Perdón y el Resentimiento hacia la pareja?

Objetivo general

- Elaborar y analizar psicométricamente las escalas que evalúen el perdón hacia la pareja en sus distintas dimensiones.

Objetivos específicos

- Validar y obtener la confiabilidad de los instrumentos del perdón hacia la pareja

Muestreo

Mediante una técnica de muestreo no probabilístico accidental, se pidió la colaboración a 581 voluntarios, en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente del área metropolitana de la Ciudad de México, 384 (66.1%) fueron mujeres y 197 (33.9%) fueron hombres, los rangos de edad oscilaron entre 18 y 49 años ($M = 28.39$, $DE = 10.69$), todos dentro de una relación de pareja en la cual reportaron haber sido lastimados por una transgresión cometida por su pareja en algún momento de la relación. Se aseguró a los participantes el anonimato y la confidencialidad de su información.

Tipo de estudio

Exploratorio

Instrumentos

A partir de la revisión de los indicadores en las concepciones del perdón (ver Tabla 2) y los factores y propiedades psicométricas de múltiples instrumentos reportados en la literatura científica internacional (ver Tabla 6), se elaboraron un instrumento del perdón hacia la pareja, y un instrumento del resentimiento hacia la pareja con las siguientes características:

Escala del Perdón hacia la pareja

Se diseñó una escala compuesta de las dimensiones positivas consistentemente reportadas en la literatura (e.g., afecto positivo, conducta positiva, cognición positiva, benevolencia y compasión). Tanto los reactivos de la escala del perdón como los de la escala del resentimiento están en el Anexo 1.

Escala del Resentimiento hacia la pareja.

Se diseñará una escala compuesta de las dimensiones más positivas reportadas en la literatura (e.g., afecto negativo, conducta negativa, cognición negativa, evitación y venganza). Tanto los reactivos de la escala del perdón como los de la escala del resentimiento están en el Anexo 1.

Procedimiento

Se procedió a aplicar los instrumentos en diversos espacios públicos del área metropolitana de la ciudad de México, se pidió la colaboración de manera voluntaria a las personas que cubrieran los criterios de inclusión, posteriormente se indicó que los datos proporcionados serán utilizados con fines de investigación y se reiteró la confidencialidad de los mismos. Al momento que los participantes terminaron de responder los instrumentos, se agradeció su colaboración.

Análisis de Datos

Se realizaron las pruebas estadísticas de validación de escalas de acuerdo a las sugerencias de Reyes-Lagunes y García-y-Barragán (2008). Con la finalidad de identificar los reactivos que cubren los requisitos estadísticos pertinentes para formar parte del instrumento. En primer lugar, se calculó el sesgo de cada

reactivo para verificar la distribución de las respuestas y se tomó como criterio de eliminación el que los reactivos cuenten con un sesgo cuyo valor absoluto fuera mayor a .5. Posteriormente, se comprobó la capacidad de discriminación de los reactivos mediante una prueba t de Student para grupos extremos. Para lo cual se calculó una nueva variable a partir de la sumatoria de todos los reactivos de la escala, esto con la finalidad de realizar un análisis descriptivo que permita determinar los cuartiles extremos, del 1% al 25% y del 75% al 100%. A continuación, se creó una nueva variable considerando los cuartiles extremos, lo que sirvió para generar dos grupos de contraste y se aplicarán pruebas t de Student para muestras independientes, lo que finalmente permitió evaluar la capacidad de discriminación de cada reactivo. Se tomó como criterio de eliminación el que un reactivo no discrimine adecuadamente entre los grupos extremos. Por último, se examinará el alfa de Cronbach si se elimina el elemento de la escala total y se tomó como criterio de eliminación el hecho de que su descarte favorezca el alfa de la escala total. Si un reactivo cumplía dos o más criterios de eliminación, no se le consideraría para análisis subsecuentes. Posteriormente, se procedió a realizar un análisis factorial de componentes principales con rotación ortogonal para obtener la validez de constructo de la escala, en el cual tomaron en cuenta sólo aquellos reactivos que tuvieron un peso factorial mayor o igual a .30 en un solo factor para conformar el instrumento, y se considerarán sólo los factores que incluyan al menos tres reactivos y cuenten con un valor propio igual o mayor a 1. Por último, se calculó la consistencia interna de la escala mediante el alfa de Cronbach para cada escala y cada factor dentro de las escalas

Resultados

Escala del Perdón hacia la Pareja

Como puede observarse en la tabla 7, aunque la mayoría de los reactivos cumplieron el criterio de eliminación por sesgo, no fue suficiente para dejarlos fuera del análisis factorial exploratorio, dado que todos discriminaron adecuadamente y todos contribuyeron al alfa de Cronbach de la escala global (alfa = .950).

Tabla 7

Análisis de Discriminación de los reactivos que componen la Escala del Perdón hacia la Pareja

Reactivos	Sesgo	t de Student para Grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
1.- Puedo volver a sentir simpatía por mi pareja, a pesar de su trato injusto	-.516	.000	.966	✓
2.- A pesar de que mi pareja me hizo sentir mal en el pasado, siento que soy amable con él (ella)	-.804	.000	.966	✓
6.- Aunque mi pareja me lastimó en otro momento, hoy mis sentimientos son positivos hacia él o ella	-.858	.000	.966	✓
8.- Mi pareja me lastimó, pero hoy la(o) quiero y disfruto mi relación	-.565	.000	.966	✓
10.- A pesar de que mi pareja me lastimó en el pasado, ahora me siento feliz cuando estamos juntos	-.656	.000	.966	✓
13.- Mi pareja me hizo sentir mal con lo que me hizo, sin embargo, ahora siento bonito cuando paso tiempo con él (ella)	-.674	.000	.966	✓
14.- Después del resentimiento, pude volver a sentir amor hacia mi pareja	-.603	.000	.966	✓
15.- Pese a lo que me hizo, ahora me siento bien con mi pareja	-.576	.000	.966	✓
18.- Mi pareja me ofendió y me hizo sentir mal, pero tras un tiempo, pude sentir cariño hacia él (ella) nuevamente	-.481	.000	.966	✓
19.- Puedo volver a sentir amor hacia mi pareja, a pesar de su trato injusto	-.418	.000	.966	✓
21.- Espero que mi pareja se sienta bien, a pesar de que me trató mal en el pasado	-.398	.000	.967	✓
22.- A pesar de lo que mi pareja me hizo anteriormente, ahora me alegro cuando le va bien	-1.308	.000	.966	✓
23.- A medida que el tiempo pasa, puedo superar el resentimiento y desearle el bien a mi pareja, a pesar de que me trató injustamente	-1.294	.000	.966	✓
24.- Aunque mi pareja me trató mal, siento ternura por él (ella) cuando está en problemas	-.885	.000	.966	✓
25.- Soy dulce con mi pareja para ayudarlo a aliviar su culpa	-.243	.000	.967	✓
26.- A pesar de que me ofendió en el pasado, creo que mi pareja merece estar bien	-1.147	.000	.966	✓
27.- Siento que mi pareja no debería seguir sufriendo por lo que me hizo	-.518	.000	.966	✓
28.- Pese a que mi pareja me lastimó en el pasado, hoy deseo que le vaya bien	-1.671	.000	.966	✓
29.- Aunque en el pasado fui maltratado por mi pareja, actualmente le deseo el bien	-1.339	.000	.966	✓

(Continúa)

Tabla 7 (Continuación)

Análisis de Discriminación de los reactivos que componen la Escala del Perdón hacia la Pareja

Reactivos	Sesgo	t de Student para Grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
30.- Aunque no justifico lo que me hizo mi pareja, me preocupo por su bienestar	-1.137	.000	.966	✓
31.- Demuestro amor a mi pareja para hacerlo sentir que estaremos bien	-.867	.000	.966	✓
32.- Me aflige ver que mi pareja se siente mal a pesar de cómo me trató en el pasado	-.284	.000	.966	✓
33.- Aunque mi pareja me hizo sentir mal en el pasado, hoy me da gusto que le vaya bien	-1.388	.000	.966	✓
34.- A pesar de lo que me hizo mi pareja, actualmente hago cosas para que él (ella) se sienta bien	-.693	.000	.966	✓
35.- Aunque fui lastimado (a) por mi pareja, no quiero que mi pareja sufra	-.748	.000	.966	✓
36.- Procuero demostrar a mi pareja que no lo odio para que se sienta mejor	-.244	.000	.967	✓
37.- Hago cosas para que mi pareja no se sienta mal por lo que hizo	.045	.000	.966	✓
38.- Pese a que me lastimó, actualmente siento feo que mi pareja pase un mal momento	-.744	.000	.966	✓
39.- Aun cuando mi pareja me lastimó en el pasado, hoy espero que le vaya bien	-1.290	.000	.966	✓
40.- Aunque recibí un mal trato por su parte, le demuestro cariño para que no se sienta mal	-.348	.000	.966	✓
41.- Soy gentil con mi pareja a pesar de que en el pasado me trató mal	-.734	.000	.966	✓
44.- A pesar de su trato injusto, soy amistoso con mi pareja	-.823	.000	.966	✓
47.- Si mi pareja está en problemas, le ayudo a pesar de que me trató mal anteriormente	-1.107	.000	.966	✓
48.- Mi pareja me hizo sentir mal en el pasado, pero ahora me llevo bien con él (ella)	-.884	.000	.966	✓
50.- Aunque mi pareja me lastimó, me intereso cuando me cuenta algo	-.963	.000	.966	✓
52.- Pese a lo que me hizo, intento echarle una mano a mi pareja cada vez que puedo	-1.098	.000	.966	✓
61.- Aun cuando mi pareja me trató mal anteriormente, le hago favores si lo necesita	-.654	.000	.966	✓
63.- Soy considerado con mi pareja a pesar que me trató injustamente	-.509	.000	.966	✓
64.- A pesar de su comportamiento, ayudo a mi pareja cuando lo necesita	-1.022	.000	.966	✓
66.- Procuero acercarme a mi pareja, incluso después de lo mal que me trató	-.466	.000	.966	✓
71.- Aunque mi pareja me ofendió en el pasado, considero que es capaz de amar	-1.095	.000	.966	✓
74.- Aunque mi pareja me ofendió anteriormente, hoy le deseo el bien	-1.553	.000	.966	✓
75.- Pese a que me ofendió, considero que mi pareja es buena persona	-1.114	.000	.966	✓
76.- A pesar de que me ofendió en el pasado, considero que mi pareja tiene buenas intenciones conmigo	-.896	.000	.966	✓
79.- Mi pareja me lastimó anteriormente, sin embargo, creo que él (ella) merece respeto	-1.345	.000	.966	✓

(Continúa)

Tabla 7 (Continuación)

Análisis de Discriminación de los reactivos que componen la Escala del Perdón hacia la Pareja

Reactivos	Sesgo	t de Student para Grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
80.- Aun cuando mi pareja me trató mal en el pasado, hoy espero que sea exitoso (a)	-1.535	.000	.966	✓
81.- Aunque anteriormente me lastimó, hoy pienso que mi pareja es agradable	-.994	.000	.966	✓
82.- Aun después de su trato injusto, espero que le vaya bien en la vida	-1.677	.000	.966	✓
83.- A pesar de que mi pareja me trató de manera injusta, espero que encuentre la felicidad	-1.858	.000	.966	✓

Se procedió a realizar un análisis factorial de componentes principales con rotación oblicua debido a las correlaciones entre los reactivos. Se eligieron sólo aquellos reactivos que tenían un peso factorial mayor o igual a .30 para conformar el instrumento, resultó un total de 19 reactivos constituidos en cinco factores con un valor propio mayor a 1 (ver Tabla 8), y cuyas definiciones se presentan a continuación. La versión final de la escala se encuentra en el Anexo 2.

Definición de los factores:

- **Afecto Positivo:** El cual representa la dimensión de emocionalidad placentera hacia la pareja, a pesar del su comportamiento transgresivo.
- **Compasión:** Se caracteriza por la percepción y comprensión del sufrimiento de la pareja debido a su falta, y el deseo de aliviar, reducir o eliminar tal sufrimiento a pesar de haber sido lastimado por ella en el pasado.
- **Cognición positiva:** Patrones de pensamiento positivos acerca de la pareja, en los que se le desea el bienestar a largo plazo a la pareja a pesar de su comportamiento transgresivo.
- **Benevolencia:** Denota la preocupación por el bienestar de la pareja a pesar de su comportamiento transgresivo.
- **Comportamiento Positivo:** Son manifestaciones conductuales prosociales hacia la pareja a pesar de su previo comportamiento transgresivo.

Tabla 8

Ponderación de Factores con rotación Oblicua de la Escala del Perdón hacia la Pareja

Reactivo	Factor					Total
	1	2	3	4	5	
15.- Pese a lo que me hizo, ahora me siento bien con mi pareja	.873	-.124	.069	.021	-.006	
8.- Mi pareja me lastimó, pero hoy la(o) quiero y disfruto mi relación	.814	-.014	.051	-.041	-.086	
14.- Después del resentimiento, pude volver a sentir amor hacia mi pareja	.802	.013	-.071	-.035	.033	
10.- A pesar de que mi pareja me lastimó en el pasado, ahora me siento feliz cuando estamos juntos	.794	.025	-.003	-.042	.012	
13.- Mi pareja me hizo sentir mal con lo que me hizo, sin embargo ahora siento bonito cuando paso tiempo con él (ella)	.754	.010	-.059	.059	.053	
6.- Aunque mi pareja me lastimó en otro momento, hoy mis sentimientos son positivos hacia él o ella	.751	-.008	.106	-.046	-.153	
1.- Puedo volver a sentir simpatía por mi pareja, a pesar de su trato injusto	.647	.023	.005	-.085	.067	
18.- Mi pareja me ofendió y me hizo sentir mal, pero tras un tiempo, pude sentir cariño hacia él (ella) nuevamente	.646	.034	-.108	.008	.093	
19.- Puedo volver a sentir amor hacia mi pareja, a pesar de su trato injusto	.646	.059	-.003	.056	.045	
2.- A pesar de que mi pareja me hizo sentir mal en el pasado, siento que soy amable con él (ella)	.566	.076	.047	-.080	-.011	
28.- Pese a que mi pareja me lastimó en el pasado, hoy deseo que le vaya bien	-.039	1.024	-.019	-.083	-.086	
29.- Aunque en el pasado fui maltratado por mi pareja, actualmente le deseo el bien	-.028	.956	-.010	-.012	-.136	
33.- Aunque mi pareja me hizo sentir mal en el pasado, hoy me da gusto que le vaya bien	-.085	.797	-.006	-.023	.175	
26.- A pesar de que me ofendió en el pasado, creo que mi pareja merece estar bien	.218	.697	-.007	.043	-.125	
23.- A medida que el tiempo pasa, puedo superar el resentimiento y desearle el bien a mi pareja, a pesar de que me trató injustamente	.110	.613	.122	.066	-.112	
30.- Aunque no justifico lo que me hizo mi pareja, me preocupo por su bienestar	.102	.608	.017	.084	.105	
39.- Aun cuando mi pareja me lastimó en el pasado, hoy espero que le vaya bien	-.016	.593	.078	-.010	.205	
80.- Aun cuando mi pareja me trató mal en el pasado, hoy espero que sea exitoso (a)	-.078	.071	.820	-.051	.019	
81.- Aunque anteriormente me lastimó, hoy pienso que mi pareja es agradable	.186	-.084	.800	.048	-.035	
79.- Mi pareja me lastimó anteriormente, sin embargo, creo que él (ella) merece respeto	.039	-.046	.707	.022	-.003	
82.- Aun después de su trato injusto, espero que le vaya bien en la vida	-.146	.268	.599	-.088	.160	

(Continúa)

Tabla 8 (Continuación)

Ponderación de Factores con rotación Oblicua de la Escala del Perdón hacia la Pareja

Reactivo	Factor					Total
	1	2	3	4	5	
75.- Pese a que me ofendió, considero que mi pareja es buena persona	.022	.085	.584	.118	-.004	
71.- Aunque mi pareja me ofendió en el pasado, considero que es capaz de amar	.218	.021	.438	.022	-.002	
37.- Hago cosas para que mi pareja no se sienta mal por lo que hizo	-.096	-.012	.009	.817	-.050	
40.- Aunque recibí un mal trato por su parte, le demuestro cariño para que no se sienta mal	.031	-.044	-.025	.768	.044	
36.- Procuero demostrar a mi pareja que no lo odio para que se sienta mejor	-.143	-.032	.055	.765	-.095	
31.- Demuestro amor a mi pareja para hacerlo sentir que estaremos bien	.150	-.005	-.004	.532	.100	
32.- Me aflige ver que mi pareja se siente mal a pesar de cómo me trató en el pasado	.056	.227	-.045	.405	.013	
52.- Pese a lo que me hizo, intento echarle una mano a mi pareja cada vez que puedo	-.033	-.063	.000	-.054	.934	
47.- Si mi pareja está en problemas, le ayudo a pesar de que me trató mal anteriormente	.016	-.072	.156	-.026	.706	
50.- Aunque mi pareja me lastimó, me intereso cuando me cuenta algo	.111	.083	.023	.037	.619	
44.- A pesar de su trato injusto, soy amistoso con mi pareja	.166	.134	-.041	.110	.413	
Número de reactivos	10	7	6	5	4	32
Varianza Explicada (%)	47.779	6.155	4.592	3.074	1.962	57.562
Media	3.684	4.166	4.153	3.341	3.922	
Desviación estándar	1.023	0.944	0.912	1	1.011	
Alfa de Cronbach	0.920	0.920	0.878	0.792	0.833	0.954
KMO						0.958

Nota: Los números en negrita indican las cargas factoriales más altas

Escala del Resentimiento hacia la Pareja

A partir de las pruebas de sesgo, análisis de frecuencias, discriminación de reactivos para grupos extremos (prueba *t* de Student) y la contribución a la consistencia interna del instrumento global (alfa= .939), todos los reactivos cubrieron los requisitos pertinentes para formar parte del instrumento (ver Tabla 9).

Tabla 9

Análisis de Discriminación de los reactivos que componen la Escala del Resentimiento hacia la Pareja

Reactivos	Sesgo	t de Student para Grupos extremos (<i>p</i>)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
3.- Desde que mi pareja se comportó de esa forma, me cuesta trabajo sentir amor por él (ella)	0.357	.000	0.938	✓
4.- Siento que mi vida se ha amargado por culpa de lo que me hizo mi pareja	0.956	.000	0.938	✓
5.- Soy hostil con mi pareja porque me lastimó	0.484	.000	0.939	✓
7.- A veces odio a mi pareja por lo que me hizo	0.549	.000	0.937	✓
9.- Mi pareja me lastimó, y ahora siento antipatía por él (ella)	0.842	.000	0.937	✓
11.- A partir de que mi pareja me lastimó, mi pareja me desagrada	1.135	.000	0.936	✓
12.- Desde lo que me hizo mi pareja y hasta ahora, soy bastante frío con ella	0.663	.000	0.937	✓
17.- A partir de lo que me hizo, siento repulsión hacia mi pareja	1.655	.000	0.936	✓
20.- Estoy enojado con mi pareja por lo que me hizo	0.398	.000	0.937	✓
42.- A partir de que mi pareja me lastimó, procuro mantenerme lejos de él (ella)	0.742	.000	0.937	✓
43.- Espero que mi pareja tenga su merecido por haberme tratado mal	0.801	.000	0.937	✓
45.- Me gustaría ver sufrir a mi pareja de la misma manera en que yo sufrí por el (ella)	1.173	.000	0.936	✓
46.- Desde que mi pareja me lastimó, soy irónico con él (ella)	0.609	.000	0.937	✓
49.- Las acciones de mi pareja me hicieron daño y debe enfrentar las consecuencias	0.096	.000	0.939	✓
51.- Como mi pareja me trató mal, ahora yo hablo mal de él (ella)	1.612	.000	0.938	✓
53.- Como mi pareja me lastimó, ahora deseo que le suceda algo malo	1.751	.000	0.937	✓
54.- A partir de que mi pareja me lastimó, me incomoda estar cerca de él (ella)	1.255	.000	0.936	✓
55.- Como mi pareja me ofendió, ahora finjo distracción cuando me pide algo	1.121	.000	0.936	✓
56.- Me gustaría que mi pareja pagara por lo que me hizo	1.606	.000	0.936	✓
57.- Como mi pareja me lastimó, ahora me comporto como si él (ella) no estuviera	1.452	.000	0.935	✓
58.- Después de lo sucedido, procuro hablar sólo lo necesario con mi pareja	0.912	.000	0.937	✓

Tabla 9 (Continuación)

Análisis de Discriminación de los reactivos que componen la Escala del Resentimiento hacia la Pareja

Reactivos	Sesgo	t de Student para Grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
59.- Desde que mi pareja me lastimó, hago planes para vengarme	2.19	.000	0.937	✓
60.- Desde que mi pareja se comportó de esa manera, procuro mantener mi distancia	1.047	.000	0.936	✓
62.- Soy grosero con mi pareja porque él (ella) me lastimó	1.418	.000	0.937	✓
65.- Procuro evitarlo (evitarla) la mayor parte del tiempo debido a lo que me hizo	1.186	.000	0.936	✓
67.- Pienso que mi pareja es una mala persona, por la manera en que me lastimó	1.175	.000	0.936	✓
68.- Desde que el (ella) me lastimó lo (la) considero una persona miserable	1.885	.000	0.936	✓
69.- Después del daño que me hizo, considero que es una persona que no vale la pena	1.387	.000	0.936	✓
70.- Considero que mi pareja es una persona malvada por haberme ofendido de esa manera	1.373	.000	0.936	✓
72.- Mi pareja me lastimó de tal manera que ahora sólo puedo verlo como un horrible ser humano	2.015	.000	0.936	✓
73.- Desde que mi pareja me lastimó, pienso que es una terrible persona	2.009	.000	0.937	✓
77.- El daño que mi pareja me hizo, me hace verlo (verla) como una persona inmoral	1.136	.000	0.937	✓
78.- Maldigo a mi pareja por el trato injusto que recibí de él (ella)	1.726	.000	0.937	✓

Se procedió a realizar un análisis factorial de componentes principales con rotación oblicua para obtener la validez de la escala. Se eligieron sólo aquellos reactivos que tenían un peso factorial mayor o igual a .30 para conformar el instrumento, resultó un total de 15 reactivos constituidos en cuatro factores con un valor propio mayor a 1 que explican el 60.784% de la varianza (ver Tabla 10). La consistencia interna de la escala total se obtuvo mediante el alfa de Cronbach y arrojó un valor de .876. La versión validada de la escala se encuentra en el Anexo 3.

Tabla 10

Ponderación de Factores con rotación Oblicua de la Escala del Resentimiento hacia la pareja

Reactivo	Factores				Total
	1	2	3	4	
72.- Mi pareja me lastimó de tal manera que ahora sólo puedo verlo como un horrible ser humano	.901	.007	-.119	-.037	
73.- Desde que mi pareja me lastimó, pienso que es una terrible persona	.828	-.076	.065	-.056	
68.- Desde que el (ella) me lastimó lo (la) considero una persona miserable	.799	-.034	.010	-.026	
70.- Considero que mi pareja es una persona malvada por haberme ofendido de esa manera	.642	.050	.067	.034	
67.- Pienso que mi pareja es una mala persona, por la manera en que me lastimó	.568	.084	-.010	.119	
77.- El daño que mi pareja me hizo, me hace verlo (verla) como una persona inmoral	.484	.085	.025	.116	
12.- Desde lo que me hizo mi pareja y hasta ahora, soy bastante frío con ella	.003	.773	-.007	-.037	
11.- A partir de que mi pareja me lastimó, mi pareja me desagrada	.086	.754	.077	-.146	
5.- Soy hostil con mi pareja porque me lastimó	-.103	.690	-.083	.085	
9.- Mi pareja me lastimó, y ahora siento antipatía por él (ella)	.054	.554	.041	-.026	
3.- Desde que mi pareja se comportó de esa forma, me cuesta trabajo sentir amor por él (ella)	-.066	.549	.075	.024	
17.- A partir de lo que me hizo, siento repulsión hacia mi pareja	.222	.524	-.015	.012	
7.- A veces odio a mi pareja por lo que me hizo	.029	.514	-.049	.195	
58.- Después de lo sucedido, procuro hablar sólo lo necesario con mi pareja	-.139	.037	.775	.017	
60.- Desde que mi pareja se comportó de esa manera, procuro mantener mi distancia	.117	-.005	.743	-.047	
54.- A partir de que mi pareja me lastimó, me incomoda estar cerca de él (ella)	.111	-.026	.707	-.006	
55.- Como mi pareja me ofendió, ahora finjo distracción cuando me pide algo	.042	.050	.623	.100	
43.- Espero que mi pareja tenga su merecido por haberme tratado mal	.072	-.060	-.070	.795	
45.- Me gustaría ver sufrir a mi pareja de la misma manera en que yo sufrí por el (ella)	.153	-.111	.058	.692	
46.- Desde que mi pareja me lastimó, soy irónico con él (ella)	-.090	.198	.099	.498	
49.- Las acciones de mi pareja me hicieron daño y debe enfrentar las consecuencias	-.134	.193	.029	.425	
Número de reactivos	6	7	4	4	21
Varianza Explicada (%)	37.162	6.338	3.772	3.111	50.383
Media	1.718	2.148	3.255	2.180	
Desviación estándar	.908	.918	.754	.998	
Alfa de Cronbach	0.876	0.834	0.839	0.733	0.919
KMO					0.938

Nota: Los números en negrita indican las cargas factoriales más altas

Definición de los factores:

- Cognición negativa: Mantenimiento de patrones de pensamiento que implican una percepción negativa acerca de la pareja debido a su comportamiento transgresivo.
- Afecto negativo: Mantenimiento de un estado de emocionalidad displacentera o desagradable y malestar en el individuo, así como hacia la pareja debido a su comportamiento transgresivo.
- Venganza: Mantenimiento de comportamientos y cogniciones que denotan el deseo de que la pareja sufra por haber causado daño.
- Evitación: Mantenimiento de una tendencia a reservar la distancia o ignorar a la pareja debido a uno o más comportamientos transgresivos por parte de ésta.

Discusión

Mediante esta investigación se buscó contribuir al entendimiento de la dinámica post-transgresión en la relación de pareja. Para cumplir con este propósito, se desarrollaron escalas que miden el perdón tanto en su dimensión positiva como negativa. Hay un importante disenso en la literatura internacional con respecto a la dimensionalidad del perdón, y a la forma en que debe ser medido el constructo, con sólo dimensiones positivas (Hargrave & Sells, 1997), negativas (Gordon & Baucom, 1998) o ambas (Enright et al., 1991; Enright, Freedman & Rique, 1998; Enright & Fitzgibbons, 2011; Subkoviak et al., 1995). En este estudio se abre la posibilidad de explorar la dinámica post-transgresión en dos dimensiones: El perdón hacia la pareja y el resentimiento hacia la pareja, ambas medidas directa e independientemente, ya que los hallazgos de ésta investigación demuestran que si bien es adecuado medir al perdón y al resentimiento directamente y no inferir uno a partir de puntajes bajos en el otro (p. e. McCullough et al., 1998) también es importante no medir al perdón y al resentimiento (*unforgiveness* en inglés), como parte del mismo instrumento (p. e. McCullough, Root & Cohen, 2006; Rosales-Sarabia, 2013, 2014), ya que se obtiene una mejor medición si se les evalúa de manera independiente.

Éste estudio aporta una escala multifactorial del perdón hacia la pareja, la cual integra elementos teóricamente relevantes en la descripción del fenómeno. Enright (1994) quien ha hecho las aportaciones más importantes a nivel teórico y es autor de uno de los instrumentos del perdón más importantes, e integra dimensiones de afecto, conducta y cognición, presentes en este instrumento. Por otro lado, múltiples autores han incluido a la benevolencia y compasión como componentes relevantes del perdón (Enright et al. 1991; Fincham et al., 2004), mientras que Worthington (2006) ha privilegiado el papel de la afectividad en el perdón, éstos instrumentos cuentan con una dimensión de afecto positivo para el perdón y otra de afecto negativo para el resentimiento. Éste instrumento también integra a la venganza y la evitación, que han sido fundamentales en el trabajo teórico y empírico de McCullough (2000), McCullough et al. (1998) y McCullough et al. (2006).

De esta manera, la Escala del perdón hacia la pareja y la escala del resentimiento hacia la pareja recogen los componentes teóricos más importantes en la dinámica post-transgresión y los miden de manera válida, confiable y con propiedades psicométricas robustas. La medición del perdón y el resentimiento en estos términos, representa un avance sensible en la investigación de éste fenómeno en México, pues el análisis de sus dimensiones permitirá un conocimiento más específico y profundo del mismo en nuestra población.

Fase 1.2 Construcción de la escala de Atribuciones Causales de la Transgresión

Para cubrir con los objetivos de esta investigación, es importante contar con un instrumento que mida de manera válida y confiable las atribuciones causales de la transgresión, en las dimensiones de localización, estabilidad y controlabilidad (Weiner, 1986). No hay instrumentos que midan esta variable en castellano, y los esfuerzos por disponer de mediciones específicas son recientes en la literatura internacional, aunque hasta ahora sólo miden la dimensión de internalidad (Hook et al., 2015). Resulta entonces fundamental explorar las manifestaciones culturales de las atribuciones causales en el contexto de una transgresión.

Fase 1.2.1. Conceptuación de las Atribuciones Causales de la Transgresión

Pregunta de investigación

¿Cuáles son los indicadores de las categorías de las atribuciones causales de un comportamiento transgresivo cometido por la pareja?

Objetivo general

- Obtener la conceptualización culturalmente válida del constructo para su posterior utilización en la elaboración de un nuevo instrumento de atribuciones causales de un comportamiento transgresivo.

Objetivos específicos:

- Obtener los indicadores empíricos de las atribuciones causales de un comportamiento transgresivo por parte de la pareja en una muestra de adultos mexicanos.
- Obtener las categorías de las atribuciones causales de un comportamiento transgresivo por parte de la pareja.

Definición de la variable

La interpretación cognoscitiva de las causas de un comportamiento (Weiner, 1986).

Muestreo

La selección de la muestra para esta investigación fue no probabilística intencional por cuotas (Shaughnessy, 2007), 180 adultos residentes del área metropolitana de la ciudad de México, 37.2% hombres y 62.2% mujeres, con edades entre 18 y 56 años ($M = 26.75$, $SD = 10.24$) cuya participación fue voluntaria, anónima y confidencial. Para la realización de esta investigación se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión: (a) Tuvieron una relación de pareja al momento de la aplicación del instrumento (18.3% Matrimonio, 63.3% Noviazgo, 13.3% Unión Libre y 1.1% relación informal) y (b) reportaron haber sufrido al menos una transgresión por parte de su pareja a lo largo de la relación, y cuya transgresión haya causado daño. Los participantes contaron con escolaridades de educación primaria (1.1%), secundaria (10%), bachillerato (22.2%), estudios profesionales (62.8%) y posgrado (1.7%).

Tipo de estudio

Exploratorio

Instrumento

Mediante un cuestionario de preguntas abiertas (disponible en el Anexo 5) se obtuvieron los descriptores adecuados para las atribuciones causales del comportamiento transgresivo.

Análisis de datos

Las respuestas fueron analizadas mediante un análisis de contenido por categorías.

Procedimiento

Se procedió a aplicar los instrumentos en diversos lugares públicos de esparcimiento de la Ciudad de México y Área Metropolitana. Se informó de manera general el propósito de la investigación (para no sesgar los resultados y evitar la deseabilidad social) y se solicitó la colaboración de manera voluntaria a las personas que cubrieran los criterios de inclusión, posteriormente se indicó que los datos proporcionados serían utilizados con fines de investigación y se reiteró la confidencialidad y anonimato de estos. A los participantes que rechazaron participar se les agradeció su atención y no se solicitó información, a los que

aceptaron se les proporcionó el cuestionario, que previo a las preguntas abiertas incluyó un cuestionario para explorar la transgresión (ver Anexo 4), al momento que los participantes terminaban de responder, se agradeció su participación-

Resultados

Posterior al vaciado de datos de los cuestionarios de preguntas abiertas, se procedió a realizar análisis de contenido por medio de categorías, para identificar las categorías de las atribuciones causales de un comportamiento transgresivo por parte de la pareja. En la tabla 11 se muestran las categorías identificadas, la definición y ejemplos para cada una.

Tabla 11

Categorías de la atribución de la transgresión

Categoría	Definición	Ejemplos
Atribución Interna	La localización de la causa de la transgresión está en las características intrínsecas del transgresor, como pueden ser rasgos de personalidad, estados de ánimo o esquemas cognoscitivos.	“Por una obsesión en saber con quién hablo o me mensajeo”, “Porque es una persona que no acepta sus errores, es soberbio e inmaduro” y “Por sentirse que aún podía andar con otra persona, sin ningún problema, el machismo del hombre”
Atribución Externa	La localización de la causa está en agentes externos al transgresor, como lo pueden ser las circunstancias en que ocurrió el incidente, personas externas e incluso, el observador mismo.	“Porque ya no le hacía caso, la ignoraba para todo”, “Porque su mejor amigo la sedujo y ella cayó y también porque teníamos problemas en la relación” y “Por toda la tensión de la casa, escuela, trabajo, etc.”
Atribución Estable	Se percibe que la causa de la transgresión no tiende a fluctuar a través del tiempo, es decir que tiene poca probabilidad de cambiar, por lo que se considera muy probable que vuelva a suceder.	“Porque si me lo ocultó mucho tiempo, lo puede volver a hacer sin que me dé cuenta” y “Porque siempre miente, me entero y después dice que es para que no me enojara”
Atribución Inestable	La causa de la transgresión tiende a fluctuar a través del tiempo, por lo que la probabilidad percibida de que el evento vuelva a suceder es baja.	“No creo que lo vuelva a hacer porque sabe que habría consecuencias permanentes, sin embargo, nunca se puede estar segura de cómo va a actuar la pareja” y “Porque me prometió que no lo volverá a hacer para que nuestra hija termine la licenciatura”

(Continúa)

Tabla 11 (Continuación)

Categorías de la atribución de la transgresión

Categoría	Definición	Ejemplos
Atribución Controlable	La causa de la transgresión es percibida como dependiente del control voluntario del transgresor.	"Pudo haber hecho algo diferente, avisarme por ejemplo", "Porque nadie le estaban diciendo que poner ni de quién poner estados. El solo lo hacía.", "Fue un acto deliberado, no un impulso" y "Porque el dejó de tomar y en un tiempo dejó de hacerlo, ya no había maltrato, pero cuando volvió el alcohol eso continuó"
Atribución Incontrolable	Se considera que la causa de la transgresión es inmanejable para el transgresor, por lo que no depende de su control voluntario.	"Se dejó llevar por la emoción", "Porque no lo hace consciente y no lo hace con el fin de lastimarme" y "Porque es un evento que no podía detener o planear, a menos que no nos viéramos, pero creo que hubiera sido más feo para mí".

Discusión

El estudio de la atribución comenzó como una teoría para explicar la interpretación cognoscitiva de las causas de un comportamiento (Weiner, 1986), en particular, en referencia a su propio desempeño con respecto a algunas tareas específicas (Weiner, 1985), sin embargo, en esta investigación se buscó obtener una definición y los indicadores empíricos de las atribuciones causales de un comportamiento transgresivo por parte de la pareja, es decir, las atribuciones causales del comportamiento de alguien más.

El análisis de contenido por categorías indicó que es posible agrupar seis categorías que se presentaron consistentemente en las respuestas del cuestionario de preguntas abiertas y que replican los hallazgos de Weiner (1986), en términos de las tres dimensiones de causalidad: localización (interna o externa a la persona), estabilidad (variable o invariable a través del tiempo) y control (depende o no de la voluntad del sujeto). La primera categoría que se presenta en la tabla 11, hace referencia a atribución causal interna de la transgresión, y considera rasgos estables del individuo, estados cognoscitivo-afectivos y esquemas cognoscitivos (idiosincrasia, cultura o vivencias previas), éstos últimos conceptualizados como el conjunto de cogniciones organizadas a partir de conductas y experiencias pasadas que forman un cuerpo de conocimiento y modelan la forma en que percibe e interpreta al mundo y al sí mismo (Segal, 1988). Esto

implica, que si bien la escala de atribuciones internas negativas de Hook et al. (2015), es un avance en términos de la medición de atribuciones de comportamientos transgresivos a nivel interpersonal, dado que sólo mide características de personalidad (e.g. “Él o ella es una mala persona”, o “Él o ella no es confiable”), los hallazgos de esta investigación añaden a la conceptualización de las atribuciones internas, estados cognoscitivo-afectivos y esquemas cognoscitivos. Con respecto a la categoría de atribuciones externas, los hallazgos profundizan en la caracterización de ésta dimensión, pues dado que la Escala de Atribuciones en la Relación (RAM: Fincham & Bradbury, 1992), y la Escala de las Dimensiones Causales Revisada (CDSII: McAuley, Duncan & Russel, 1992), miden la localización de la atribución como un continuo, de externo a interno, las particularidades de las atribuciones externas han recibido poca atención, en este sentido, en esta investigación se identificó a las circunstancias bajo las cuales se dio la transgresión, al papel que desempeñaron personas externas a la díada, y a la misma persona que sufrió la transgresión, como parte de las atribuciones externas de una trasgresión cometida por la pareja.

Las categorías de atribución de estabilidad y atribución de inestabilidad también son consistentes a las planteadas por Weiner (1986), e indican que es posible que se atribuya las causas del comportamiento transgresivo como algo que puede cambiar o mantenerse constante. A diferencia de la conceptualización de Davis y Gold (2011), que identifica las atribuciones de estabilidad en función del arrepentimiento y la disculpa del transgresor (e.g. “Cuando se disculpó arrepentido, ¿Qué tan seguro estuviste de que tu pareja no te volvería a lastimar de la misma manera?”), esta investigación arrojó una conceptualización e indicadores que no necesariamente requieren del arrepentimiento de la pareja. Finalmente, los resultados también replican la dimensión de controlabilidad, con las categorías de atribución controlable y atribución incontrolable, presentes en diversas escalas (e.g. Fincham & Bradbury, 1992; McAuley et al., 1992), pero que previo a este trabajo no se han descrito en términos de transgresiones interpersonales reales.

En conclusión, las definiciones conceptuales, las categorías y los indicadores empíricos obtenidos son consistentes, pero también aportan nueva información a los hallazgos reportados en investigaciones previas, y pueden servir como base para la elaboración de un nuevo instrumento de medición de las atribuciones causales de un comportamiento transgresivo por parte de la pareja.

Fase 1.2.2. Desarrollo, validación y confiabilidad de un instrumento culturalmente válido de las atribuciones causales de la transgresión.

Pregunta de investigación

¿Cuáles son las propiedades psicométricas de la escala de atribuciones causales de una transgresión cometida por la pareja?

Objetivo general

- Analizar psicométricamente la escala que evalúe las atribuciones causales de una transgresión.

Objetivos específicos:

- Validar la escala de atribuciones causales de la transgresión
- Obtener la confiabilidad de la escala de atribuciones causales de la transgresión.

Definición de la variable

La interpretación cognoscitiva de las causas del comportamiento transgresivo cometido por la pareja.

Muestreo

Mediante una técnica de muestreo no probabilístico accidental, se pidió la colaboración a 466 voluntarios, en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente del área metropolitana de la Ciudad de México, 271(58.2%) fueron mujeres y 193 (41.4%) fueron hombres, los rangos de edad oscilaron entre 18 y 63 años ($M = 32.09\%$, $DE = 11.87$), todos dentro de una relación de pareja (33.7% Matrimonio, 45.1% Noviazgo, 20.2% Unión libre, y 1.1% Otro) en la cual reportaron haber sido lastimados por una transgresión cometida por su pareja en algún momento de la relación. Se aseguró a los participantes el anonimato y la confidencialidad de su información.

Tipo de estudio

Exploratorio

Instrumentos

Escala de atribuciones causales de la transgresión cometida por la pareja (EACT-P). Se desarrolló a partir de las categorías e indicadores obtenidos en la fase 1.2.1 de esta investigación. La escala original cuenta con 86 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *totalmente en desacuerdo*, y 5=*totalmente de acuerdo*). La escala está disponible en el Anexo 6.

Procedimiento

Se aplicaron los instrumentos en diversas universidades públicas, y en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente. Se pidió la colaboración de manera voluntaria a las personas que cubrieron los criterios de inclusión, posteriormente se indicó que los datos proporcionados serían utilizados con fines de investigación y se reiteró la confidencialidad de estos. Al momento que los participantes terminaron de responder los instrumentos, se agradeció su colaboración.

Análisis de Datos

Al igual que en el estudio 1.1, de esta investigación, a ésta escala se le realizaron las pruebas estadísticas para la identificación de reactivos que cubrieron los requisitos estadísticos pertinentes para formar parte del instrumento sugeridas por Reyes y García (2008). Posteriormente, para la validación del instrumento se llevó a cabo un Análisis Factorial Exploratorio, considerando las recomendaciones y especificaciones de Osborne (2014).

Resultados

Como puede observarse en la tabla 12, los reactivos 9, 14, 15, 21, 26, 28, 36, 42, 45, 50 y 66 fueron eliminados durante el proceso de discriminación de reactivos, ya que cubrieron al menos dos de los criterios de eliminación (con un alfa global inicial de .934).

Tabla 12

Análisis de Discriminación de los reactivos de la EACT – P

	Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
1.	Seguimos con el problema	.602	.000	.934	✓
2.	Se debió a sus creencias	.684	.000	.934	✓
3.	Lo hizo por su inmadurez	-.273	.000	.933	✓
4.	Fue por sus recuerdos de otras relaciones	.358	.000	.934	✓
5.	Pudo haber reflexionado antes de hacer daño	-.916	.000	.934	✓
6.	No pudo pensar las cosas y sólo reaccionó así	-.255	.000	.934	✓
7.	Lo hizo con una clara intención	.180	.000	.933	✓
8.	Se dio cuenta de que me hizo sentir mal	-1.006	.000	.934	✓
9.	Ahora es más centrado	-.587	.116	.936	✗
10.	En ese momento sólo actuó sin importarle a quien lastima	-.560	.000	.933	✓
11.	Lo hizo porque se sintió mal	.145	.000	.934	✓
12.	Sigue haciéndolo	.669	.000	.934	✓
13.	Lo hizo porque sintió coraje	.155	.000	.934	✓
14.	Impediré que vuelva a suceder	-.675	.030	.935	✗
15.	Nunca antes había pasado	-.242	.915	.936	✗
16.	Ya había pasado antes	.244	.000	.934	✓
17.	Se debió que es chantajista	.648	.000	.933	✓
18.	Fue porque tuvo la intención de lastimarme	.736	.000	.933	✓
19.	Podría haberse detenido antes de hacerlo	-.707	.000	.933	✓
20.	Lo hizo por su carácter	-.397	.000	.934	✓
21.	Generalmente no hace esas cosas	-.247	.593	.935	✗
22.	Se dio cuenta de que me lastimó	-1.018	.000	.934	✓
23.	No piensa las cosas antes de decirlas	-.380	.000	.933	✓

(Continúa)

Tabla 12 (Continuación)

Análisis de Discriminación de los reactivos de la EACT - P

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
24. No fue un impulso	.107	.000	.934	✓
25. Pudo haber hecho algo diferente	-.943	.000	.934	✓
26. Aceptó que estuvo mal haber hecho eso	-.918	.489	.935	✗
27. Actuó sin pensar	-.417	.009	.934	✓
28. Sólo pasó una vez	-.216	.089	.936	✗
29. Se debió a sus valores	.295	.000	.934	✓
30. Fue porque es coqueto(a)	.624	.000	.934	✓
31. Planeó la forma de hacerlo	.833	.000	.934	✓
32. Pudo haber recapacitado antes de hacerlo	-.819	.000	.933	✓
33. En ese momento no pudo haber pensado en lo que hacía	-.155	.002	.935	✓
34. Sabe que habría consecuencias	-.790	.000	.933	✓
35. La emoción lo controló	-.214	.000	.934	✓
36. Lo hizo sin darse cuenta	.073	.648	.935	✗
37. No va a cambiar	.289	.000	.934	✓
38. Recientemente se ha estado comportando de esa manera	.667	.000	.934	✓
39. Es una constante en nuestra relación	.595	.000	.933	✓
40. Lo hizo por mucho tiempo	.699	.000	.933	✓
41. Lo hizo porque sintió celos	.773	.000	.934	✓
42. Es algo que no volverá a suceder	-.041	.163	.935	✗
43. Fue por su tipo de educación	.305	.000	.934	✓
44. Lo hizo porque quería hacerme daño	.734	.000	.934	✓
45. Ha cambiado para bien	-.562	.598	.935	✗
46. Sólo cuando se siente amenazado actúa mal	.229	.000	.933	✓
47. Pudo haber pensado antes de actuar	-.876	.000	.933	✓
48. Lo hizo porque sabía que podía lastimarme	.487	.000	.933	✓
49. Sigue pensando de esa manera	.441	.000	.933	✓
50. Lo hizo sin el fin de lastimarme	.132	.997	.935	✗
51. Se podría haber controlado	-.902	.000	.933	✓
52. Lo hizo porque quería molestarme	.486	.000	.933	✓
53. Fue porque el(ella) así lo quiso	-.244	.000	.933	✓

(Continúa)

Tabla 12 (Continuación)

Análisis de Discriminación de los reactivos de la EACT - P

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
54. No acepta lo que le digo	-.056	.000	.933	✓
55. Se debió a que es explosivo	-.027	.000	.933	✓
56. Sólo se dejó llevar por la emoción	-.526	.000	.933	✓
57. Le fue imposible pensar si me lastimaba o no	-.169	.000	.934	✓
58. Se debió a las cosas que ha vivido	-.153	.000	.933	✓
59. Se pudo haber detenido si él hubiera querido	-.705	.000	.933	✓
60. Creyó que no lo descubriría	-.035	.000	.933	✓
61. Fue porque se cree mucho	.657	.000	.933	✓
62. Ella (él) no fue capaz de pensar las cosas	-.093	.000	.934	✓
63. Fue porque quiso hacerlo	-.171	.000	.933	✓
64. No pensó que me enteraría	-.090	.000	.933	✓
65. Sigue sin entender su falla	.289	.000	.934	✓
66. Nunca ha vuelto a pasar	-.137	.956	.936	✗
67. Me prometió que no lo volvería a hacer	-.473	.001	.934	✓
68. Fue porque es sensible	.243	.007	.935	✓
69. Pudo pensar mejor las cosas antes de hacerlo	-.902	.000	.933	✓
70. Se debió a que es egoísta	.412	.000	.933	✓
71. Él(ella) lo hizo todo por sí mismo	-.201	.000	.933	✓
72. Ya lo ha hecho varias veces	.353	.000	.933	✓
73. Pudo haber actuado de otra manera	-1.078	.000	.933	✓
74. En esas circunstancias no pudo pensar en detenerse	-.069	.000	.934	✓
75. Lo hizo porque es su forma de pensar	-.144	.000	.933	✓
76. Perdió el control en ese momento	-.326	.000	.933	✓
77. Fue una ocasión excepcional	.155	.007	.935	✓
78. Si ya lo hizo una vez puede volver a hacerlo	-.482	.000	.933	✓
79. Pudo haber hecho algo para evitarlo	-1.084	.000	.933	✓
80. Pudo haber hecho algo para no lastimarme	-1.062	.000	.933	✓
81. Él (ella) decidió hacerlo	-.626	.000	.933	✓
82. No esperaba que lo supiera	-.115	.000	.933	✓
83. Fue algo que se le salió de las manos	-.391	.000	.934	✓
84. Lo hace frecuentemente	.534	.000	.934	✓
85. No pudo pensar lo que decía	-.011	.000	.933	✓
86. Tuvo una crisis emocional	.123	.000	.934	✓

Con los reactivos restantes se realizó un análisis factorial exploratorio, con extracción por factorización de ejes principales y rotación oblicua promax para obtener la validez de la escala. Se eligieron sólo aquellos reactivos que tenían comunalidades iniciales mayores a .40, un peso factorial mayor o igual a .50 y se eliminaron los reactivos cuyas cargas cruzadas fueran iguales o mayores a .32. Resultó un total de 25 reactivos constituidos en cuatro factores con un valor propio mayor a 1 que explican el 55.52% de la varianza (ver Tabla 13). La consistencia interna de la escala total se obtuvo mediante el coeficiente alfa de Cronbach y arrojó un valor de .905. La versión final de la escala se encuentra en el Anexo 7.

Tabla 13

Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales Rotadas, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la EACT- P

Reactivos	M (DE)	Factor				Comunalidad
		1	2	3	4	
79. Pudo haber hecho algo para evitarlo	3.89 (1.26)	.786	-.057	.036	.017	.649
51. Se podría haber controlado	3.80 (1.30)	.775	-.003	-.016	.053	.648
69. Pudo pensar mejor las cosas antes de hacerlo	3.84 (1.28)	.740	.029	.002	.007	.538
73. Pudo haber actuado de otra manera	3.93 (1.25)	.724	.055	-.006	.008	.560
25. Pudo haber hecho algo diferente	3.88 (1.18)	.723	.087	-.110	-.195	.421
32. Pudo haber recapitado antes de hacerlo	3.75 (1.37)	.712	.044	-.089	.042	.512
47. Pudo haber pensado antes de actuar	3.79 (1.33)	.683	-.029	.033	.015	.531
5. Pudo haber reflexionado antes de hacer daño	3.82 (1.33)	.666	-.044	-.049	-.075	.420
59. Se pudo haber detenido si él hubiera querido	3.63 (1.37)	.660	-.020	.060	.175	.594
80. Pudo haber hecho algo para no lastimarme	3.86 (1.28)	.614	-.026	.015	.071	.492
19. Podría haberse detenido antes de hacerlo	3.63 (1.37)	.598	-.058	.147	-.040	.401
38. Recientemente se ha estado comportando de esa manera	2.19 (1.33)	-.019	.827	-.056	-.037	.547
39. Es una constante en nuestra relación	2.26 (1.36)	.001	.818	-.070	.006	.575
12. Sigue haciéndolo	2.24 (1.38)	.035	.788	-.100	-.021	.504
84. Lo hace frecuentemente	2.32 (1.38)	-.012	.713	.110	-.085	.525
40. Lo hizo por mucho tiempo	2.22 (1.38)	-.050	.639	.008	.193	.528
49. Sigue pensando de esa manera	2.42 (1.39)	.078	.619	.173	-.063	.505
65. Sigue sin entender su falla	2.63 (1.48)	-.056	.513	.110	.109	.403
44. Lo hizo porque quería hacerme daño	2.17 (1.33)	-.101	-.043	.786	.053	.527
48. Lo hizo porque sabía que podía lastimarme	2.43 (1.44)	.047	.012	.779	-.023	.556

(Continúa)

Tabla 13

Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales Rotadas, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la EACT - P (Continuación)

Reactivos	M (DE)	Factor				Comunalidad
		1	2	3	4	
52. Lo hizo porque quería molestarte	2.39 (1.40)	.070	.048	.750	-.093	.539
18. Fue porque tuvo la intención de lastimarme	2.22 (1.36)	-.023	.169	.626	.037	.542
60. Creyó que no lo descubriría	3.00 (1.53)	.043	-.039	.007	.855	.654
64. No pensó que me enteraría	2.99 (1.54)	-.033	.037	-.004	.849	.649
82. No esperaba que lo supiera	3.07 (1.47)	.013	.034	-.034	.831	.638
Eigenvalue		7.714	4.702	1.699	1.405	
% de varianza		29.129	16.966	5.474	3.953	

Nota: Los números en negrita indican las cargas factoriales más altas

En la tabla 14 se presenta la definición conceptual y la consistencia interna de los factores encontrados en el AFE

Tabla 14

Definiciones, número de reactivos y confiabilidad de los factores de la EACT-P

Factores			Número de Reactivos	α de Cronbach
1	Atribución Controlable	Se considera que el comportamiento transgresivo depende del control voluntario de la pareja.	11	.911
2	Atribución Estable	Se percibe que la causa de la transgresión no tiende a fluctuar a través del tiempo, es decir que tiene poca probabilidad de cambiar, por lo que se considera muy probable que vuelva a suceder.	7	.882
3	Atribución Interna de Daño	La localización de la causa de la transgresión está en las intenciones lesivas de la pareja.	4	.842
4	Atribución Interna de Engaño	Se considera que la causa de la transgresión estuvo en la intención de ocultar el evento a la pareja.	3	.883

Discusión

A partir de la exploración cualitativa previa, en este estudio se desarrollaron y pusieron a prueba reactivos a partir de las dimensiones atributivas que podrían considerarse positivas ya que promueven comportamientos más constructivos para la relación (e.g., atribución externa, inestable e incontrolable) y negativas, que pueden generar más interacciones negativas en la pareja (e.g., atribución interna, estable y controlable) (Fincham, Paleari & Regalia, 2002). Sin embargo, al final del análisis de datos la escala sólo se integró de factores de atribución negativa, aunque a diferencia de la escala de atribuciones internas negativas (Hook et al., 2015), se integraron las tres dimensiones clásicas propuestas por Weiner (1986), localización, controlabilidad y estabilidad, por lo que abre la posibilidad a explorar –además de las características de personalidad negativas– un abanico mayor de atribuciones.

Esta escala no mide las características negativas de personalidad como dimensiones de atribución, aunque de inicio sí se desarrollaron reactivos al respecto, pero sí arrojó dos factores de atribución interna, uno orientado a la intención de causar daño por parte de la pareja y otro orientado a la intención de ocultar el comportamiento transgresivo por parte de la pareja. Ello permitirá la exploración de las implicaciones de hacer este tipo de atribuciones en la dinámica de la relación de pareja, no obstante queda pendiente analizar la posibilidad de la existencia de un sesgo de atribución negativo (i.e., hacer atribuciones más negativas de lo que los hechos implican) o bien, las personas identificaron efectivamente ese tipo de intenciones negativas en el comportamiento de sus parejas. Lo mismo sucede con las atribuciones estables en que la persona que hace la atribución puede estar percibiendo comportamientos negativos por parte de su pareja cuando en realidad no están sucediendo, como es característico en el caso de los celos (Reidl, 2005).

La literatura científica de la atribución en el contexto interpersonal también ha señalado la importancia de la intencionalidad en las atribuciones. Si bien, no se consideró como factor aislado queda claro que los cuatro factores en la escala implican de alguna manera la intencionalidad en la transgresión, que si bien está

íntimamente asociado con la controlabilidad del comportamiento (Weiner, 2004), la estabilidad, así como la finalidad de hacer daño o de engañar a la pareja reiteran el papel de la responsabilidad como un elemento que puede estar permeando la escala a nivel teórico.

Dado que todos los reactivos que se diseñaron para medir las dimensiones positivas de la atribución quedaron fuera de la escala, se sugiere el análisis de esos reactivos de manera independiente de las dimensiones negativas para explorar en el futuro su comportamiento como una dimensión autónoma.

Fase 1.3 Construcción de la escala de Empatía hacia el Transgresor

Para cubrir con los objetivos de esta investigación, es importante contar con un instrumento que mida de manera válida y confiable la empatía experimentada hacia la pareja después de una transgresión por parte de ésta. No hay instrumentos que midan esta variable en español, y aunque se han desarrollado medidas de este tipo de empatía (McCullough et al., 2007), no existe un artículo publicado cuya aportación sea un instrumento que mida éste constructo. Por lo que se exploraron las manifestaciones culturales de la empatía hacia la pareja como transgresor.

Fase 1.3.1 Conceptuación de la Empatía hacia el Transgresor

Pregunta de investigación

¿Cuáles son los indicadores de las categorías de la empatía hacia la pareja después de una transgresión cometida por ésta?

Objetivo general

- Obtener la conceptualización culturalmente válida del constructo para su posterior utilización en la elaboración de un nuevo instrumento de la empatía experimentada hacia el transgresor.

Objetivos específicos:

- Obtener los indicadores empíricos de la empatía hacia la pareja después de una transgresión cometida por ésta, en una muestra de adultos mexicanos.
- Obtener las categorías de empatía hacia el transgresor.

Definición de la variable

Una habilidad o rasgo que permite a una persona adoptar la perspectiva de otros con la finalidad de entender sus sentimientos, pensamientos o acciones (Hogan, 1969)

Muestreo

La selección de la muestra para esta investigación fue no probabilística intencional por cuotas (Shaughnessy, 2007), 180 adultos residentes del área metropolitana de la ciudad de México, 37.2% hombres y 62.2% mujeres, con edades entre 18 y 56

años ($M = 26.75$, $SD = 10.24$) cuya participación fue voluntaria, anónima y confidencial. Para la realización de esta investigación se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión: (a) Tuvieron una relación de pareja al momento de la aplicación del instrumento (18.3% Matrimonio, 63.3% Noviazgo, 13.3% Unión Libre y 1.1% relación informal) y (b) reportaron haber sufrido al menos una transgresión por parte de su pareja a lo largo de la relación, y cuya transgresión haya causado daño. Los participantes contaron con escolaridades de educación primaria (1.1%), secundaria (10%), bachillerato (22.2%), estudios profesionales (62.8%) y posgrado (1.7%).

Tipo de estudio

Exploratorio

Instrumento

Mediante un cuestionario de preguntas abiertas (disponible en el Anexo 8) se obtuvieron los descriptores adecuados para la empatía hacia el transgresor.

Análisis de datos

Las respuestas fueron analizadas mediante un análisis de contenido por categorías.

Procedimiento

Se procedió a aplicar los instrumentos en diversos lugares públicos de esparcimiento de la Ciudad de México y Área Metropolitana. Se informó de manera general el propósito de la investigación (para no sesgar los resultados y evitar la deseabilidad social) y se solicitó la colaboración de manera voluntaria a las personas que cubrieran los criterios de inclusión, posteriormente se indicó que los datos proporcionados serían utilizados con fines de investigación y se reiteró la confidencialidad y anonimato de estos. A los participantes que rechazaron participar se les agradeció su atención y no se solicitó información, a los que aceptaron se les proporcionó el cuestionario, que previo a las preguntas abiertas incluyó un cuestionario para explorar la transgresión (disponible en el Anexo 4), al momento que los participantes terminaban de responder, se agradeció su participación.

Resultados

Posterior al vaciado de datos de los cuestionarios de preguntas abiertas, se procedió a realizar análisis de contenido por medio de categorías, para identificar las categorías de la empatía hacia el transgresor. En la tabla 15 se muestran las categorías identificadas, la definición y ejemplos para cada una.

Tabla 15

Categorías de Empatía hacia el Transgresor

Categoría	Definición	Ejemplos
Empatía Cognoscitiva	La capacidad de tomar la perspectiva del transgresor, así como percatarse y entender los pensamientos, en términos de evaluaciones, motivos y acciones, así como los estados afectivos que tiene con respecto a la transgresión.	“Sería y tal vez un poco molesta”, “Triste, tratando de superarlo”, “Mal, porque en realidad no quería hacerlo”, “Mal, por haber discutido por algo que no fue cierto o que no pasó” y “Mal porque no era para pegarme”.
Empatía Afectiva	La capacidad de tomar la perspectiva del transgresor con respecto al incidente, y tras atribuirle un estado emocional, re-experimentar una emoción similar.	“Cuando en ocasiones se disculpa y lo veo que realmente está muy arrepentido”, “Cuando me enteré del incidente y decidí alejarme de él, darme un tiempo, él se puso triste y eso me conmovió, pero seguí adelante con mi decisión”, y “A veces cuando me hace algo, está triste y llora, me siento conmovida por que me pide que lo perdone, que en realidad no quiso hacerlo, pero lo vuelve a hacer”.
Preocupación Empática	La capacidad de experimentar sentimientos de compasión y preocupación hacia el transgresor tras este haber atravesado por experiencias negativas.	“Cuando se encuentra decaído por algún problema familiar”, “Cuando me cuenta sobre sus problemas familiares, cuando me cuenta de sus problemas de estrés en el trabajo” y “En cuanto discutimos o cuando tiene otros problemas con otras personas y luego trata de desahogarse conmigo” y “Por ejemplo, cuando no lo aceptan en la escuela que quiere, trato de hacerlo sentir bien”
Sabiduría Empática	La capacidad de comprender que, dada la naturaleza humana del transgresor, es un ser falible que puede cometer errores al igual que cualquier otro ser humano, incluso la persona transgredida.	“Que fue una experiencia desagradable, pero errores todos los cometemos, ya no importa.”, “En que también tiene errores y que también trata de ser mejor de lo que ya es”, “Somos humanos y no somos perfectos, es parte de conocerse siempre respetando al otro” y “Todos podemos cometer errores en una relación”

Discusión

Esta investigación buscó obtener la conceptualización culturalmente válida de empatía hacia el transgresor para su posterior utilización en la elaboración de un nuevo instrumento de medición, ante lo que un análisis de contenido arrojó cuatro categorías, de las cuales tres son consistentes con la literatura previa y una de ellas surge como un aporte nuevo a la literatura psicológica de la empatía. A partir de los hallazgos, es posible conceptualizar de manera global a la empatía por la pareja en el contexto de la transgresión, como la capacidad de adoptar la perspectiva de la pareja con la finalidad de entender sus sentimientos, pensamientos o acciones en lo que se refiere a su comportamiento transgresivo. De manera más específica, la primera categoría encontrada, se denominó empatía cognoscitiva, y es consistente con la definición de Trevithick (2005), que la conceptúa como la capacidad de ponerse en el lugar de otra persona con la finalidad de sentir, y entender las emociones, pensamientos, acciones y motivos de la otra persona. En este sentido, la empatía implica el esfuerzo por entender, tan fielmente como sea posible la naturaleza de la experiencia de la otra persona, desde su propio y único punto de vista, así como el significado que tiene para ese individuo. De forma similar, y más específicamente en la de las transgresiones interpersonales, Worthington y Wade (1999), que la definieron como la habilidad de entender y relacionarse con las experiencias cognoscitivas y afectivas de otro. La siguiente categoría, es la empatía afectiva, que es similar al contagio emocional, que puede implicar la replicación automática de las emociones del otro (Iacoboni & Dapretto, 2006), o bien, matizada por la habilidad para sentir un estado emocional apropiado cuando se es confrontado con un estado mental atribuido a otra persona (Bryant, 1982), ambas definiciones tienen en común que no es sólo darse cuenta o atribuir un estado afectivo a la persona (i.e. empatía cognoscitiva), sino que además se experimenta una emoción igual o similar a la de la otra persona, estando consciente de que esa emoción se experimenta como el otro la siente o se espera que la sienta y no es sólo sentir una emoción por la otra persona (Eisenberg, 2010). La tercera categoría que arrojó el análisis es la preocupación empática, que corresponde a la definición de Davis (1983) en la que

se caracteriza por sentimientos de calidez, simpatía, compasión y preocupación por la otra persona, este factor también ha sido denominado compasión empática (e.g. Díaz-Loving, Andrade & Nadelsticher-Mitrani, 1986).

La cuarta categoría que resultó del análisis de contenido, surge como un aporte potencial al estudio de la empatía en el contexto de las transgresiones interpersonales, y se denominó sabiduría empática, dado que la psicología positiva ha hecho un énfasis importante en las virtudes y fortalezas humanas (Linley, Joseph, Harrington & Wood, 2006), entre las cuales, la sabiduría ha comenzado a ser investigada, y aunque no existe una definición universalmente aceptada, Ardel (2003) ha propuesto que la dimensión cognoscitiva de la sabiduría se refiere a la habilidad que tiene una persona para entender la vida, es decir, para comprender el significado más profundo de los fenómenos y acontecimientos, particularmente con respecto a asuntos intra e interpersonales. Ante ello, la capacidad de ver al transgresor en su naturaleza humana, y por tanto falible en sus relaciones interpersonales, al igual que el sí mismo (intrapersonal), identifica y da sentido a indicadores como: *“Yo también me hubiera enojado muchísimo, pero hubiera comprendido que todos podemos fallar y lo quería mucho, así que las cosas hubieran sido resueltas con facilidad”* así como los referidos en la tabla 12, constituyan esta nueva categoría. En conclusión, los hallazgos de esta investigación en términos de las categorías, sus conceptualizaciones e indicadores resultan útiles para desarrollar una escala que mida la empatía hacia el transgresor de manera culturalmente relevante.

Fase 1.3.2. Desarrollo, validación y confiabilidad de un instrumento culturalmente válido de la empatía hacia el transgresor.

Pregunta de investigación

¿Cuáles son las propiedades psicométricas de la escala empatía hacia la pareja tras una transgresión?

Objetivo general

- Analizar psicométricamente la escala que evalúe la empatía hacia la pareja tras una transgresión, culturalmente válida, confiable y relevante.

Objetivos específicos:

- Diseñar la escala que evalúe empatía hacia la pareja tras una transgresión.
- Validar la escala de empatía hacia la pareja tras una transgresión.
- Obtener la confiabilidad de la escala de empatía hacia la pareja tras una transgresión

Definición de la Variable

La capacidad de adoptar la perspectiva de la pareja con la finalidad de entender sus sentimientos, pensamientos o acciones en lo que se refiere a su comportamiento transgresivo.

Muestreo

Mediante una técnica de muestreo no probabilístico accidental, se pidió la colaboración a 466 voluntarios, en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente del área metropolitana de la Ciudad de México, 271(58.2%) fueron mujeres y 193 (41.4%) fueron hombres, los rangos de edad oscilaron entre 18 y 63 años ($M = 32.09\%$, $DE = 11.87$), todos dentro de una relación de pareja (33.7% Matrimonio, 45.1% Noviazgo, 20.2% Unión libre, y 1.1% Otro) en la cual reportaron haber sido lastimados por una transgresión cometida por su pareja en algún momento de la relación. Se aseguró a los participantes el anonimato y la confidencialidad de su información.

Tipo de estudio

Exploratorio

Instrumentos

Escala de empatía hacia la pareja en el contexto de la transgresión. Se desarrolló a partir de las categorías e indicadores obtenidos en la fase 1.3.1 de esta investigación. La escala original cuenta con 47 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *extremadamente en desacuerdo*, y 5=*extremadamente de acuerdo*). La escala se encuentra en el Anexo 9.

Procedimiento

Se aplicaron los instrumentos en diversas universidades públicas, y en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente. Se pidió la colaboración de manera voluntaria a las personas que cubrieran los criterios de inclusión, posteriormente se indicó que los datos proporcionados serían utilizados con fines de investigación y se reiteró la confidencialidad de los mismos. Al momento que los participantes terminaron de responder los instrumentos, se agradeció su colaboración.

Análisis de Datos

Al igual que en el estudio 1.1 de esta investigación, a la escala se le realizaron las pruebas estadísticas para la identificación de reactivos que cubrieron los requisitos estadísticos pertinentes para formar parte del instrumento sugeridas por Reyes y García (2008). Posteriormente, para la validación del instrumento se llevó a cabo un Análisis Factorial Exploratorio, considerando las recomendaciones y especificaciones de Osborne (2014).

Resultados

Como puede observarse en la tabla 16, los reactivos 3, 8, 12, 19, 22 y 25 fueron eliminados durante el proceso de discriminación de reactivos, ya que cubrieron al menos dos de los criterios de eliminación (con un alfa global inicial de .903).

Tabla 16

Análisis de discriminación de los reactivos que componen la escala de empatía hacia la pareja

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
1. Mi pareja considera que no debió agregar más problemas a la relación	-.440	.000	.902	✓
2. Cualquiera comete un error	-.843	.000	.900	✓
3. Él (ella) está complacido por lo que me hizo	.727	.829	.905	✗
4. Entiendo lo que mi pareja estaba sintiendo cuando hizo lo que me lastimó	.106	.000	.900	✓
5. Yo también he sido injusta(o) con él	-.455	.000	.902	✓
6. Trato de imaginarme en el lugar de mi pareja cuando hizo lo que me lastimó	-.288	.000	.900	✓
7. Mi pareja piensa que fue tonto al comportarse así	-.277	.000	.901	✓
8. Mi pareja se siente igual que antes	.105	.611	.906	✗
9. Intento entender cómo vivió mi pareja el evento que me lastimó	-.261	.000	.900	✓
10. Mi pareja se siente culpable	-.079	.000	.901	✓
11. Él (ella) está confundido	.322	.000	.901	✓
12. Él (ella) se siente bien con lo que me hizo	.966	.666	.906	✗
13. Intento entender cómo se siente mi pareja por lo ocurrido	-.287	.000	.899	✓
14. Mi pareja se siente arrepentida	-.332	.000	.901	✓
15. Yo también podría fallar en la relación	-.612	.000	.901	✓
16. Él (ella) tiene cargo de consciencia	-.030	.000	.900	✓
17. Entiendo la situación de mi pareja cuando ocurrió el incidente	-.151	.000	.900	✓
18. Mi pareja se siente desilusionado de sí mismo por lo que me hizo	.046	.000	.900	✓
19. Mi pareja piensa que fue divertido	.810	.251	.905	✗
20. Él (ella) considera fue un mal entendido	.129	.000	.902	✓
21. Todos cometemos errores	-.991	.000	.901	✓
22. Él (ella) está feliz con lo que me hizo	1.146	.257	.905	✗

(Continúa)

Tabla 16 (Continuación)

Análisis de discriminación de los reactivos que componen la escala de empatía hacia la pareja

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
23. Él (ella) considera que fue por un instante de ira	.231	.000	.901	✓
24. Él (ella) tiene cruda moral	.280	.000	.902	✓
25. Él (ella) está a gusto porque tendrá la oportunidad de hacerlo de nuevo	.859	.136	.905	✗
26. Él (ella) considera que necesitaba salir de lo cotidiano	.465	.001	.904	✓
27. Él (ella) considera que fue sin mala intención	-.213	.000	.902	✓
28. Cuando pienso que mi pareja me lastimó intento ponerme sus zapatos	-.055	.000	.900	✓
29. Intento saber qué piensa del daño que me hizo	-.306	.000	.900	✓
30. Mi pareja tiene sentimientos encontrados con respecto a lo que pasó	-.020	.000	.901	✓
31. Los humanos somos imperfectos	-.998	.000	.901	✓
32. Sé cómo piensa mi pareja acerca de lo que me hizo	-.224	.000	.902	✓
33. Intento entender el incidente desde el punto de vista de mi pareja	-.294	.000	.900	✓
34. Él (ella) tiene remordimiento por lo que me hizo	.001	.000	.901	✓
35. Él (ella) se siente mal porque las cosas no le salieron como quería	.100	.000	.902	✓
36. Yo también he cometido errores	-1.090	.000	.901	✓
37. Creo que mi pareja entiende como me siento	-.534	.000	.901	✓
38. Él (ella) está preocupado por lo que me hizo	-.309	.000	.900	✓
39. Todos podemos cometer errores en una relación	-1.033	.000	.902	✓
40. Yo también me he equivocado en la relación	-.994	.000	.901	✓
41. Comprendo la reacción de mi pareja ante la situación que atravesó cuando me lastimó	-.130	.000	.899	✓
42. Mi pareja sabe que hizo mal	-.916	.000	.901	✓
43. Él (ella) debió haber pensado mejor las cosas	-1.094	.000	.901	✓
44. Él (ella) sabe que estuvo mal ofenderme	-.988	.000	.901	✓
45. Cualquiera puede fallar alguna vez	-1.179	.000	.901	✓
46. Él (ella) se siente desgastado emocionalmente	-.013	.000	.901	✓
47. Él (ella) también comete errores como cualquier persona	-1.037	.000	.901	✓

Con los reactivos restantes se realizó un análisis factorial exploratorio, con extracción por factorización de ejes principales y rotación oblicua promax para obtener la validez de la escala. Se eligieron aquellos reactivos que presentaron una comunalidad inicial mayor a .3, tenían un peso factorial mayor o igual a .50 y se eliminaron los reactivos con cargas cruzadas iguales o mayores a .32. Resultó un total de 18 reactivos constituidos en tres factores con un valor propio mayor a 1 que explican el 51.61% de la varianza (ver Tabla 17). La consistencia interna de la escala total se obtuvo mediante el coeficiente alfa de Cronbach y arrojó un valor de .89. La versión validada de la escala se encuentra en el Anexo 10.

Tabla 17
Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales Rotadas, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la ESEMT - P

Reactivos	M (DE)	Factor			Comunalidad
		1	2	3	
39. Todos podemos cometer errores en una relación	3.96 (1.22)	.873	-.011	-.098	.649
45. Cualquiera puede fallar alguna vez	3.95 (1.21)	.844	-.015	-.062	.630
40. Yo también me he equivocado en la relación	3.90 (1.29)	.807	-.073	.013	.633
36. Yo también he cometido errores	3.86 (1.33)	.766	-.008	-.048	.515
47. Él (ella) también comete errores como cualquier persona	3.97 (1.17)	.730	.019	-.011	.534
21. Todos cometemos errores	3.86 (1.32)	.688	.024	.107	.578
31. Los humanos somos imperfectos	3.91 (1.30)	.683	.051	-.021	.454
15. Yo también podría fallar en la relación	3.64 (1.38)	.596	-.016	.115	.424
2. Cualquiera comete un error	3.76 (1.29)	.527	.048	.173	.444
18. Mi pareja se siente desilusionado de sí mismo por lo que me hizo	2.88 (1.36)	-.006	.777	-.078	.470
16. Él (ella) tiene cargo de consciencia	3.05 (1.35)	-.010	.709	.014	.425
34. Él (ella) tiene remordimiento por lo que me hizo	2.98 (1.33)	-.037	.702	.016	.408
10. Mi pareja se siente culpable	2.98 (1.37)	.013	.700	.006	.438
38. Él (ella) está preocupado por lo que me hizo	3.25 (1.37)	.038	.620	.024	.365
9. Intento entender cómo vivió mi pareja el evento que me lastimó	3.16 (1.36)	-.050	-.031	.767	.410
6. Trato de imaginarme en el lugar de mi pareja cuando hizo lo que me lastimó	3.24 (1.42)	-.023	-.069	.715	.345
13. Intento entender cómo se siente mi pareja por lo ocurrido	3.20 (1.38)	.064	.091	.657	.470
17. Entiendo la situación de mi pareja cuando ocurrió el incidente	3.11 (1.38)	.096	.031	.504	.316
Eigenvalue		6.617	2.682	1.44	
% de varianza		34.187	12.209	5.217	

En la tabla 18 se presenta la definición conceptual y la consistencia interna de los factores encontrados en el AFE.

Tabla 18

Definiciones, número de reactivos y confiabilidad de los factores de la EACT-P

	Factores	Definición	Número de Reactivos	α de Cronbach
1	Sabiduría Empática	Se comprende que, dada la naturaleza humana del transgresor, puede fallar y cometer errores al igual que cualquier otro, incluso la persona transgredida.	9	.914
2	Empatía Cognoscitiva	Se comprende que el transgresor tiene un estado afectivo negativo vinculado a la culpa y el arrepentimiento como consecuencia de su conducta transgresiva	5	.827
3	Toma de Perspectiva	Se esfuerza por ver las cosas desde el punto de vista del transgresor en el momento de la transgresión.	4	.773

Discusión

Se desarrolló una escala válida y confiable para medir la empatía hacia la pareja una vez que ésta incurrió en un comportamiento transgresivo. Las categorías empatía cognoscitiva y sabiduría empática, obtenidas en el estudio 1.3.1, volvieron a aparecer después del análisis psicométrico de los resultados. En contraste, el factor toma de perspectiva emergió como un nuevo factor que incluyó reactivos originalmente diseñados a partir de otras categorías. De manera global, la escala presenta adecuada validez de contenido en el contexto de una transgresión cometida por la pareja, debido a la previa exploración cualitativa, lo que implica que, si bien tiene algunas particularidades de la medición, también se notan algunas similitudes con respecto a otros instrumentos de empatía, los factores encontrados en la escala serán discutidos a la luz de esas similitudes y diferencias.

En términos del factor toma de perspectiva, puede ser encontrado en algunas de las escalas más utilizadas para medir empatía en general (e.g., Davis, 1980), y recientemente también ha sido incluida en escalas más específicas de la empatía hacia la pareja (e.g., Sánchez & Martínez, 2016). En ambos casos, implica la capacidad de una persona para ponerse en los zapatos del otro, que probablemente es la más comúnmente asociada a la empatía. No obstante, para la escala de empatía hacia la pareja tras una transgresión, los reactivos que forman parte del factor de toma de perspectiva, hacen referencia a los esfuerzos por comprender la situación que atravesó su pareja, lo que sentía y pensaba al llevar a cabo el comportamiento transgresivo. Si bien es un componente claro de la empatía, previo a este trabajo no se contaba con una operacionalización del constructo en este contexto en particular.

La sabiduría empática es un factor que se introduce a la literatura mediante esta escala. Spreng, McKinnon, Mar y Levine (2009) hicieron una revisión detallada de los factores medidos por diversas escalas de empatía a nivel mundial y ningún factor parece medir la tendencia a considerar que las personas pueden actuar mal o cometer errores al igual que ellos mismos. La empatía fundamentalmente

implica relacionarse con la experiencia de otra persona, lo que el otro piensa o siente en función de lo que hace, por lo que ser capaz de comprender que la pareja cometió un error es algo humano, y que incluso la persona en sí misma también ha hecho daño antes o bien, es capaz de hacer daño dada su misma naturaleza humana, habla de un fortaleza psicológica importante, recientemente estudiada por la psicología positiva (Gooty, Gavin, Ashkanasy & Thomas, 2014; Baltes & Staudinger, 2000). En ese sentido, la sabiduría empática, conceptualizada como la capacidad de comprender que, dada la naturaleza humana del transgresor, puede fallar y cometer errores al igual que cualquier otro, incluso la persona transgredida, ofrece la posibilidad de estudiar la empatía como uno de los componentes que a nivel teórico se ha planteado con mayor importancia en la dinámica post-transgresión (Worthington, 2006).

La empatía cognoscitiva es uno de los factores más ampliamente estudiados en el área. La atribución de estados afectivos o cogniciones específicas a otra persona es probablemente el eje más importante en el estudio de la empatía en general (Jolliffe & Farrington, 2004), y a partir de la exploración cualitativa y el análisis psicométrico, emergió un factor que se caracteriza por reactivos que denotan la comprensión de que el transgresor tiene un estado afectivo negativo, específicamente vinculado a la culpa y el arrepentimiento como consecuencia de su conducta transgresiva. Es decir, no se consideran otro tipo de pensamientos o emociones, sino los específicos al remordimiento que la pareja pueda o no estar experimentando debido a su propio comportamiento. Si bien, originalmente se generaron reactivos que también exploraban otro tipo de emociones (e.g., “Él(ella) está complacido por lo que me hizo”), éstos fueron eliminados en el proceso de validación. La escala permite evaluar la empatía hacia el transgresor y dada su estructura factorial permite hacer comparaciones con otros estudios, pero también aporta indicadores que sólo son esperables en el contexto de una transgresión interpersonal.

Fase 1.4 Construcción de la escala de Rumiación acerca de la transgresión

Para cubrir con los objetivos de esta investigación, es importante contar con un instrumento que mida de manera válida y confiable la rumiación acerca de la transgresión. Se han usado diversos instrumentos de rumiación en las investigaciones del perdón en relaciones cercanas, el más importante corresponde a McCullough et al. (2007), quienes hicieron una adaptación de la escala del impacto del evento (Horowitz, Wilnor & Alvarez, 1979 en McCullough et al., 2007), la cual mide la transgresión acerca de un evento transgresivo en nueve reactivos que en conjunto reportan un alfa de Cronbach igual a .94, no obstante no se ha reportado una validación factorial del instrumento. Por otra parte, se han usado instrumentos que miden la rumiación como una característica de personalidad (Caprara, 1986; Sukhdolsky et al., 2001 en Barber et al., 2005), que usan un reactivo aislado (Fatfouta et al., 2015), o bien con propiedades psicométricas dudosas (Myung-Sun, 2014). En vista de lo anterior, queda manifiesto que hace falta un instrumento que mida la rumiación acerca de la transgresión sufrida, psicométricamente robusta, teóricamente pertinente y culturalmente relevante.

Fase 1.4.1 Conceptuación de la Rumiación acerca de la transgresión

Pregunta de investigación

¿Cuáles son los indicadores de las categorías de la rumiación acerca de una transgresión cometida por la pareja?

Objetivo general

- Obtener la conceptualización culturalmente válida del constructo para su posterior utilización en la elaboración de un nuevo inventario de la rumiación acerca de una transgresión.

Objetivos específicos:

- Obtener los indicadores empíricos de la rumiación acerca de una transgresión cometida por la pareja en una muestra de adultos mexicanos.
- Obtener las categorías de la rumiación acerca de una transgresión cometida por la pareja.

Definición de la variable

La rumiación cognoscitiva se caracteriza por la repetición pasiva de pensamientos estresantes, dañinos y negativos acerca de un evento estresante (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, 2003).

Muestreo

La selección de la muestra para esta investigación fue no probabilística intencional por cuotas (Shaughnessy, 2007), 180 adultos residentes del área metropolitana de la ciudad de México, 37.2% hombres y 62.2% mujeres, con edades entre 18 y 56 años ($M = 26.75$, $SD = 10.24$) cuya participación fue voluntaria, anónima y confidencial. Para la realización de esta investigación se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión: (a) Tuvieron una relación de pareja al momento de la aplicación del instrumento (18.3% Matrimonio, 63.3% Noviazgo, 13.3% Unión Libre y 1.1% relación informal) y (b) reportaron haber sufrido al menos una transgresión por parte de su pareja a lo largo de la relación, y cuya transgresión haya causado daño. Los participantes contaron con escolaridades de educación primaria (1.1%), secundaria (10%), bachillerato (22.2%), estudios profesionales (62.8%) y posgrado (1.7%).

Tipo de estudio

Exploratorio

Instrumento

Mediante un cuestionario de preguntas abiertas (ver Anexo 11) se obtuvieron los descriptores para la rumiación acerca de la transgresión.

Análisis de datos

Las respuestas fueron analizadas mediante un análisis de contenido por categorías.

Procedimiento

Se procedió a aplicar los instrumentos en diversos lugares públicos de esparcimiento de la Ciudad de México y Área Metropolitana. Se informó de manera general el propósito de la investigación (para no sesgar los resultados y evitar la deseabilidad social) y se solicitó la colaboración de manera voluntaria a las personas que cubrieran los criterios de inclusión, posteriormente se indicó que

los datos proporcionados serían utilizados con fines de investigación y se reiteró la confidencialidad y anonimato de los mismos. A los participantes que rechazaron participar se les agradeció su atención y no se solicitó información, a los que aceptaron se les proporcionó el cuestionario, que previo a las preguntas abiertas incluyó un cuestionario para explorar la transgresión (disponible en el Anexo 4), al momento que los participantes terminaban de responder, se agradeció su participación.

Resultados

Posterior al vaciado de datos de los cuestionarios de preguntas abiertas, se procedió a realizar análisis de contenido por medio de categorías, para identificar las categorías de la rumiación acerca de una transgresión. En el caso de la frecuencia con que recuerdan la transgresión, en la tabla 19 se muestran las categorías identificadas, la definición y ejemplos para cada una.

Tabla 19

Categorías para la pregunta ¿Con qué frecuencia recuerdas el incidente?

Categoría	Definición	Ejemplos
Rumiación	Recuerdan repetidamente la transgresión, mantienen e incluso aumentan su malestar a través el tiempo.	"Muy seguido, diario y constantemente", "Mucho, diario desde el día que ocurrió" y "Desde que me dijo que ya no me quiere y todo eso, no he podido dormir bien"
Disipación	Recuerdan con poca frecuencia la transgresión y resuelven el malestar o los deseos de venganza.	"Casi nunca, no le doy importancia a esas situaciones", "Antes muy frecuente, hoy ya casi no" y "Yo soy de las personas que los malos momentos los olvido porque no vale la pena recordar".

A continuación, en la tabla 20 se muestran las categorías identificadas con respecto a las características que se recuerdan acerca de la transgresión.

Tabla 20

Categorías para la pregunta ¿Qué características recuerdas del incidente?

Categoría	Definición	Ejemplos
Características del Transgresor	Se recuerdan las particularidades del transgresor en el momento del incidente.	"Sus gestos y su forma agresiva", "Su ira y el rostro de mi esposa" y "La forma en que me veía cuando lo hablamos"
Consecuencias de la Transgresión	Se recuerdan eventos que ocurrieron como resultado de la transgresión.	"Las marcas que me dejó", "Las caritas de mis hijos de tristeza" y "Que se enojó, peleamos y luego lo mandé muy lejos, me arrepentí y lo intentamos solucionar"

(Continúa)

Tabla 20 (Continuación)

Categorías para la pregunta ¿Qué características recuerdas del incidente?

Categoría	Definición	Ejemplos
Contexto de la Transgresión	Se recuerdan elementos relativos a las condiciones en que ocurrió la transgresión.	"El día, la hora, el lugar, mi familia" y "Cuando llegamos a la fiesta".
Exaltación de la Transgresión	Recuerdos que resaltan la magnitud de la transgresión experimentada.	"El hecho de decir que me quería y no respetó lo que decidí", "Cuando yo me la pasaba sola en mi embarazo y él no llegaba" y "Los golpes que dejaba en mi rostro y el temor que hacía que sintiera".
Exaltación del daño	Recuerdos del daño físico, moral o emocional experimentado por causa de la transgresión.	"Como me sentí por no salir, tristeza, culpa por que teníamos un rato sin salir", "Lo triste y enojada que me sentí cuando me dijo que sólo nos veríamos poco tiempo y que ya no podríamos hacer los planes" y "En lo que me afectó por el momento"

En la tabla 21 se muestran las categorías identificadas con respecto a los momentos en que se recuerda la transgresión.

Tabla 21

Categorías de la pregunta ¿En qué momentos recuerdas el incidente?

Categoría	Definición	Ejemplos
Detonantes de la Rumiación	Se refieren a los eventos, circunstancias o estados de ánimo vinculados a la transgresión que desencadenan involuntariamente la rumiación	"Cuando no me contesta las llamadas, mensajes etc..." "Cada que veo parejas o me acuerdo de ella" "Cuando le llega algún mensaje, cuando sale tarde de trabajar, cuando nos enojamos" y "Cuando yo estoy triste"
Pensamientos Intrusivos	Se caracterizan por iniciar la rumiación en momentos en que no hay un estímulo elicitor aparente	"En todo momento, ya sea día o noche, incluso llego a soñarlo", "Cuando estoy sola, regularmente", y "En las noches antes de dormir y en las mañanas"
Supresión de pensamientos	que se identifica por los esfuerzos que lleva a cabo el individuo para evitar los pensamientos intrusivos	"Lo trato de olvidar y seguir adelante", "Trato de no recordarlos" y "Trato de no pensar, más bien actuar diferente"

En la tabla 22 se muestran las categorías identificadas con respecto a lo que las personas piensan y sienten durante la rumiación acerca de la transgresión, estas categorías se obtuvieron a partir de las respuestas de las preguntas: ¿Qué sucede dentro de ti cuando recuerdas el incidente?, ¿Qué piensas cuando recuerdas el incidente? y ¿Qué sientes cuando recuerdas el incidente?

Tabla 22

Categorías lo que se siente y piensa durante la rumiación

Categoría	Definición	Ejemplos
Análisis Causal	Se caracteriza por la búsqueda a nivel cognoscitivo de las causas del comportamiento transgresivo de su pareja	"Qué la orilló a hacerlo cuando yo le daba todo, dejé toda una vida por ella", "Pienso en por qué o qué pasó en su cabeza en ese momento" y "Sigo haciéndome preguntas de cuál fue la razón de tanta violencia"
Preventibilidad de la Transgresión	Pensamientos de que la transgresión pudo no haber ocurrido si se hubiera procedido de manera distinta, como se considera que se debería proceder	"Que si se dijera la verdad no tendrían por qué ocurrir estos incidentes", "Que se pudieron hacer cosas para evitarlo" y "Que pudo ser diferente pero bueno"
Rumiación depresiva	Pensamientos que se centran en sentimientos de angustia, así como sus antecedentes y sus repercusiones potenciales.	"No tengo ganas de hacer nada, me siento en un abismo del cual no paro de caer y me cierro en mi mundo", "Triste y decepcionada, porque imaginé que había la suficiente confianza" y "Me siento muy triste y pienso en cómo permití y como llegué a que eso pasara"
Rumiación de ira	Pensamientos que se enfocan en los propios sentimientos de ira y pensamientos de venganza	"Siento furia hacia él y ganas de patearlo", "Siento enojo por falta de comunicación que nos faltó", "Me siento furiosa por haber sido tan vulnerable" y "Frustración, enojo, impotencia"
Alejamiento	Hace referencia a los pensamientos que implican distanciamiento físico y emocional de la pareja como consecuencia de su transgresión	"Que ya no puedo confiar como antes", "Pues que no me casaría con ella", y "Querer cambiar de vida (pero no puedo porque tengo diabetes)"
Somatización	Se caracteriza por la experimentación de malestar físico durante la rumiación de la transgresión	"Mi corazón se acelera y en ocasiones me arde el estómago" "Me siento mal y débil, se me revuelve la panza" y "Me siento mal, me duele la cabeza, en algunos momentos el estómago y siento muchas ganas de llorar"

Discusión

Los hallazgos de ésta investigación arrojaron información con respecto a la frecuencia con que se recuerda la transgresión, que mientras algunos lo hacen repetidamente (rumiantes), otros no lo hacen, más bien disipan, resuelven el malestar o los deseos de venganza, ambas categorías son coherentes con la aproximación de Caprara (1985), en la que quienes disipan poco y rumian más, tienden a recordar insultos previos, evaluar comentarios negativos y atascarse en los sentimientos asociados a los juicios que hacen con respecto a sí mismos.

Los resultados también indican que las características de la transgresión que se recuerdan durante la rumiación pueden agruparse en características del transgresor, consecuencias, contexto y exaltación de la transgresión, y finalmente exaltación del daño, que son elementos que no se han explorado en estudios previos acerca de la rumiación en el contexto de una transgresión interpersonal. En términos de los momentos en que recuerdan la transgresión, surgieron tres categorías: detonantes de la rumiación, pensamientos intrusivos y supresión de pensamientos, en este sentido las categorías pueden constituir el mismo fenómeno, ya que como Rachman (1981) señaló, los pensamientos intrusivos son cogniciones espontáneas, disruptivas, difíciles de controlar y no deseadas, y de hecho en psicopatología, las imágenes mentales (recuerdos y pensamientos) tienden a ser muy intrusivos, angustiantes, repetitivos y se desencadenan con facilidad por estímulos externos e incluso internos (Birrner, Michael & Munsch, 2007), por lo que la obtención de éstas categorías, sus conceptualizaciones y sus indicadores es muy importante para describir la rumiación acerca de la transgresión.

Dado que la rumiación consiste en pensar repetitivamente acerca de las causas, consecuencias y los síntomas del propio afecto negativo (Nolen-Hoeksema, 1991), describimos las seis categorías obtenidas mediante el análisis de contenido de lo que las personas sienten o piensan durante la rumiación en términos de causas, síntomas del afecto y consecuencias. De esta forma, el análisis causal y la

preventividad de la transgresión, están particularmente centradas en las causas de la transgresión y en la posibilidad de evitar que ocurrieran, por otra parte, en términos de los síntomas, la rumiación depresiva (Nolen-Hoeksema, Wisco & Lyubomirsky, 2008), centrada en los sentimientos de tristeza y angustia, así mismo el análisis arrojó la categoría de rumiación de ira que se centra en la ira e incluso deseos de venganza (Bushman, 2002), tanto rumiación de ira y rumiación depresiva también implican sus propios antecedentes y consecuentes, como la decepción en el caso de la rumiación depresiva y la frustración en el caso de la rumiación de ira. El análisis de contenido también arrojó la categoría de somatización, que hace referencia a las molestias físicas sin explicación médica más bien asociadas al estado de afecto negativo. Finalmente, centrados en las consecuencias se encontró la categoría alejamiento, que corresponde a pensamientos de distanciamiento con respecto a la pareja (Díaz-Loving, 2010).

Fase 1.4.2. Desarrollo, validación y confiabilidad de un instrumento culturalmente relevante para medir la rumiación acerca de la transgresión.

Pregunta de investigación

¿Cuáles son las propiedades psicométricas del inventario rumiación acerca de la transgresión?

Objetivo general

- Analizar psicométricamente las escalas de un inventario que evalúe la rumiación acerca de una transgresión cometida por la pareja.

Objetivos Específicos

- Diseñar las escalas que evalúen la frecuencia de la rumiación, el contenido de la rumiación, los suscitadores de la rumiación y la rumiación acerca de una transgresión cometida por la pareja.
- Validar de las escalas del inventario de rumiación acerca de una transgresión cometida por la pareja.
- Obtener la confiabilidad de las escalas del inventario de rumiación acerca de una transgresión cometida por la pareja.

Definición de la Variable

Rumiación acerca de la transgresión.

Un patrón de pensamientos pasivos, repetitivos e intrusivos, acerca de la transgresión cometida por la pareja, así como sus causas y consecuencias, el cual que resulta estresante, dañino, negativo y en general está fuera del control del individuo.

Muestreo

Mediante una técnica de muestreo no probabilístico accidental, se pidió la colaboración a 466 voluntarios, en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente del área metropolitana de la Ciudad de México, 271(58.2%) fueron mujeres y 193 (41.4%) fueron hombres, los rangos de edad oscilaron entre 18 y 63 años ($M = 32.09\%$, $DE = 11.87$), todos dentro de una relación de pareja (33.7%

Matrimonio, 45.1% Noviazgo, 20.2% Unión libre, y 1.1% Otro) en la cual reportaron haber sido lastimados por una transgresión cometida por su pareja en algún momento de la relación. Se aseguró a los participantes el anonimato y la confidencialidad de su información.

Tipo de estudio

Exploratorio

Instrumentos

Escala de rumiación-disipación de la transgresión

Se desarrolló a partir de las categorías e indicadores obtenidos en la fase 1.4.1 de esta investigación. La escala original cuenta con 10 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *extremadamente en desacuerdo*, y 5=*extremadamente de acuerdo*), y se encuentra disponible en el Anexo 12.

Escala de contenido de la rumiación.

Se desarrolló a partir de las categorías e indicadores obtenidos en la fase 1.4.1 de esta investigación. La escala original cuenta con 43 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), y se encuentra disponible en el Anexo 13.

Escala de detonantes de la rumiación acerca de la transgresión

Se desarrolló a partir de las categorías e indicadores obtenidos en la fase 1.4.1 de esta investigación. La escala original cuenta con 44 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), y se encuentra disponible en el Anexo 14.

Escala de la rumiación acerca de la transgresión

Se desarrolló a partir de las categorías e indicadores obtenidos en la fase 1.4.1 de esta investigación. La escala original cuenta con 64 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), y se encuentra disponible en el Anexo 15.

Procedimiento

Se aplicaron los instrumentos en diversas universidades públicas, y en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente. Se pidió la colaboración de manera voluntaria a las personas que cubrieron los criterios de inclusión, posteriormente se indicó que los datos proporcionados serían utilizados con fines de investigación y se reiteró la confidencialidad de los mismos. Al momento que los participantes terminaron de responder los instrumentos, se agradeció su colaboración.

Análisis de Datos

Al igual que en el estudio 1.1, de esta investigación, a la escala se le realizarán las pruebas estadísticas de validación de escalas de acuerdo a las sugerencias de Reyes-Lagunes y García-Barragán (2008). Con la finalidad de identificar los reactivos que cubren los requisitos estadísticos pertinentes para formar parte del instrumento. Posteriormente, para la validación del instrumento se llevó a cabo un Análisis Factorial Exploratorio, considerando las recomendaciones y especificaciones de Osborne (2014).

Resultados

Escala de Rumiación-Disipación de la Transgresión

Como puede observarse en la tabla 23, el reactivo 1 fue eliminado durante el proceso de discriminación de reactivos, ya que cubrió dos de los criterios de eliminación, no discriminó adecuadamente y afectaba la consistencia interna del instrumento (con un alfa global inicial de .524).

Tabla 23

Análisis de Discriminación de los reactivos en la Escala de Rumiación-Disipación de la Transgresión

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
1. He dejado de pensar en lo que pasó	-.418	.908	.594	✗
2. A menudo me pongo a pensar en lo que pasó	.072	.000	.461	✓
3. Pienso muy seguido en lo que me hizo mi pareja	.446	.000	.452	✓
4. Cuando recuerdo lo que pasó puedo dejar de pensar en ello fácilmente	-.353	.000	.531	✓
5. Pienso en lo que pasó menos seguido que antes	-.440	.000	.499	✓
6. He estado pensando constantemente en el incidente	.641	.000	.458	✓
7. Cuando lo recuerdo ya no me causa ningún sentimiento o emoción	.046	.000	.540	✓
8. Le resto importancia a esas situaciones	-.191	.000	.497	✓
9. Desde que pasó casi no dejo de pensar en eso	.554	.000	.446	✓
10. Cuando pienso en lo que pasó mi ánimo cambia	.212	.000	.467	✓

Se realizó un Análisis Factorial Exploratorio, con extracción por Factorización de Ejes Principales y rotación ortogonal para obtener la validez de la escala. Se eligieron sólo aquellos reactivos que tenían un peso factorial mayor o igual a .30 para conformar el instrumento, resultó un total de 9 reactivos constituidos en dos factores con un valor propio mayor a 1 que explican el 59.24% de la varianza (ver Tabla 24). La consistencia interna de la escala total se obtuvo mediante el alfa de Cronbach y arrojó un valor de .594, no obstante, la consistencia interna de cada factor es aceptable, por lo que la escala sólo puede ser interpretada a partir de sus factores y no como una puntuación global. La escala está disponible en el Anexo 16.

Tabla 24
Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales Rotadas, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la Escala de Rumiación-Disipación acerca de la Transgresión cometida por la pareja

Reactivos	M(DE)	Factor		Comunalidad
		1	2	
3. Pienso muy seguido en lo que me hizo mi pareja	2.46 (1.364)	.804	-.053	.669
6. He estado pensando constantemente en el incidente	2.26 (1.312)	.801	.009	.638
9. Desde que pasó casi no dejo de pensar en eso	2.31 (1.319)	.794	.065	.610
2. A menudo me pongo a pensar en lo que pasó	2.71 (1.411)	.700	-.061	.514
10. Cuando pienso en lo que pasó mi ánimo cambia	2.67 (1.446)	.696	.037	.474
7. Cuando lo recuerdo ya no me causa ningún sentimiento o emoción	3.10 (1.385)	-.060	.668	.470
8. Le resto importancia a esas situaciones	3.13 (1.356)	.071	.656	.412
5. Pienso en lo que pasó menos seguido que antes	3.47 (1.348)	.030	.565	.312
4. Cuando recuerdo lo que pasó puedo dejar de pensar en ello fácilmente	3.34 (1.349)	-.045	.473	.236
Eigenvalue		3.486	1.886	
% de varianza		33.943	14.221	

En la tabla 25 se presenta la definición conceptual y la consistencia interna de los factores encontrados en el AFE.

Tabla 25
Definiciones, número de reactivos y confiabilidad de los factores de la Escala de Rumiación-Disipación

Factores	Definición	Número de Reactivos	α de Cronbach
1 Rumiación	Se recuerda y piensa recurrentemente en la transgresión lo que mantiene e incluso aumenta el malestar psicológico del individuo	5	0.87
2 Disipación	Se recuerda y piensa con poca frecuencia en la transgresión y no genera malestar psicológico al individuo	4	0.68

Escala de contenido de la Rumiación

Como puede observarse en la tabla 26, ningún fue eliminado durante este proceso de discriminación de reactivos, ya que ninguno cubrió dos de los criterios de eliminación, la consistencia interna inicial de la escala fue de .98.

Tabla 26

Análisis de Discriminación de la Escala de Contenido de la Rumiación

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
1. Lo mal que nos sentimos después de lo que pasó	.121	.000	.983	✓
2. Las palabras específicas que me afectaron	.012	.000	.983	✓
3. El sentimiento que tuve	-.102	.000	.983	✓
4. El momento en que me di cuenta lo que pasaba	.013	.000	.983	✓
5. En todo lo que se dijo después	-.121	.000	.983	✓
6. En que lloré al ver que me ofendió	.023	.000	.983	✓
7. En cómo lo mandé muy lejos cuando pasó	.116	.000	.983	✓
8. En todo lo que me di cuenta	-.052	.000	.983	✓
9. En que no pensó en mí	-.037	.000	.983	✓
10. En cómo peleamos cuando sucedió	-.012	.000	.983	✓
11. La escena de mi pareja haciendo lo que me lastimó	.120	.000	.983	✓
12. En que me faltó al respeto con lo que hizo	.008	.000	.983	✓
13. Como me habló en ese momento	-.027	.000	.983	✓
14. Sus gestos en ese momento	.103	.000	.983	✓
15. En lo que me afectó en ese momento	-.071	.000	.983	✓
16. En lo mal que me sentí estando enojados	-.076	.000	.983	✓
17. El tono de su voz en ese momento	.112	.000	.983	✓
18. En el momento en que lo descubrí	.015	.000	.983	✓
19. En cómo me sentí	.034	.000	.983	✓
20. En los reproches que se sacaron debido al incidente	.092	.000	.983	✓
21. En lo que vi	.071	.000	.983	✓
22. Pienso en cómo me lastimó	9.011	.000	.984	✓
23. En lo enojado (a) que me sentí cuando pasó	.035	.000	.983	✓
24. El momento en que pasó el incidente	.177	.000	.982	✓

(Continúa)

Tabla 26 (Continuación)

Análisis de Discriminación de la Escala de Contenido de la Rumiación

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
25. En lo que más me hirió	.083	.000	.983	✓
26. En que le valí gorro al momento	.010	.000	.983	✓
27. En lo triste que me sentí cuando pasó	-.101	.000	.983	✓
28. En lo que sentí en ese momento	-.018	.000	.982	✓
29. Lo que hicimos después	.043	.000	.983	✓
30. En la forma en que me enteré de lo que sucedió	.195	.000	.983	✓
31. Como me trató en ese momento	.069	.000	.983	✓
32. En las palabras hirientes	.045	.000	.983	✓
33. En donde estábamos en ese momento	.310	.000	.983	✓
34. Lo que pasaba alrededor en ese momento	.348	.000	.983	✓
35. Las personas con quien estábamos en ese momento	.398	.000	.983	✓
36. Me imagino cosas peores de lo que pasó	.351	.000	.983	✓
37. En lo desagradable que fue	-.060	.000	.983	✓
38. En todo lo que me ocultó	.100	.000	.983	✓
39. En lo que hacían las demás personas cuando pasó el incidente	.465	.000	.983	✓
40. A mi pareja haciendo lo que me hizo daño	.215	.000	.982	✓
41. La manera despectiva en que se comportó	.105	.000	.983	✓
42. En las emociones del momento	.049	.000	.983	✓
43. Como se comportó conmigo en ese momento	.026	.000	.982	✓

Con los reactivos restantes se realizó un análisis factorial exploratorio, con extracción por factorización de ejes principales y rotación oblicua promax para obtener la validez de la escala. Se eligieron aquellos reactivos que presentaron una comunalidad inicial mayor a .3, tenían un peso factorial mayor o igual a .50 y se eliminaron los reactivos con cargas cruzadas iguales o mayores a .32. Resultó un total de 12 reactivos constituidos en un factor con un valor propio mayor a 1 que explica el 66.67% de la varianza (ver Tabla 27). La consistencia interna de la escala total se obtuvo mediante el coeficiente alfa de Cronbach y arrojó un valor de .96. La escala se encuentra en el Anexo 17.

Tabla 27

Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la Escala de Contenido de la Rumiación

Reactivos	M (DE)	Factor	
		1	Comunalidad
19. En cómo me sentí	2.83 (1.326)	.752	.613
25. En lo que más me hirió	2.85 (1.335)	.837	.683
20. En los reproches que se sacaron debido al incidente	2.75 (1.276)	.773	.621
21. En lo que vi	2.73 (1.337)	.811	.655
24. El momento en que pasó el incidente	2.72 (1.272)	.842	.700
28. En lo que sentí en ese momento	2.93 (1.310)	.873	.769
26. En que le valí gorro al momento	2.88 (1.388)	.818	.679
23. En lo enojado (a) que me sentí cuando pasó	2.92 (1.319)	.792	.644
37. En lo desagradable que fue	2.91 (1.356)	.835	.678
27. En lo triste que me sentí cuando pasó	2.97 (1.336)	.845	.750
32. En las palabras hirientes	2.83 (1.364)	.817	.655
30. En la forma en que me enteré de lo que sucedió	2.67 (1.322)	.798	.646
Eigenvalue		8.330	
% de varianza		66.672	

En la tabla 28 se presenta la definición conceptual y la consistencia interna de los factores encontrados en el AFE.

Tabla 28

Definiciones, número de reactivos y confiabilidad de la escala de Contenido de la Rumiación

Factores	Definición	Número de Reactivos	α de Cronbach
1 Rememoración de la Transgresión	Un patrón de pensamientos dañinos enfocados en lo que la persona experimentó/sufrió durante el suceso de la transgresión	12	0.96

Escala de detonadores de la Rumiación

Como puede observarse en la tabla 29, ningún fue eliminado durante este proceso de discriminación de reactivos, ya que ninguno cubrió dos o más criterios de eliminación, la consistencia interna inicial de la escala fue de .981.

Tabla 29

Análisis de Discriminación de los reactivos que componen la Escala de Detonantes de la Rumiación

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
1. Cuando veo ciertas fotos	.655	.000	.981	✓
2. Cuando no estoy haciendo nada	.543	.000	.980	✓
3. Trato de impedir que me lastime recordarlo	.001	.000	.981	✓
4. Casi todo el día	.966	.000	.980	✓
5. Cuando vuelve a salir el tema	-.010	.000	.981	✓
6. Cuando veo a ciertas personas	.326	.000	.981	✓
7. Cuando no contesta las llamadas	.622	.000	.980	✓
8. Cuando está serio	.566	.000	.980	✓
9. Cuando no sé con quién habla	.514	.000	.980	✓
10. Llego a soñarlo	.804	.000	.981	✓
11. Cuando comienzo a confiar	.438	.000	.980	✓
12. Cuando lo platico con alguien	.290	.000	.981	✓
13. Cuando estoy caminando solo(a)	.690	.000	.980	✓
14. Cuando estoy en mi habitación o cuarto	.451	.000	.980	✓
15. Cuando lo(a) noto raro(a)	.512	.000	.980	✓
16. Cuando estoy sola	.519	.000	.980	✓
17. En las noches	.627	.000	.980	✓
18. En todo momento	1.026	.000	.980	✓
19. Cuando pienso que lo ha vuelto a hacer	.477	.000	.980	✓
20. No hay un momento en específico	.476	.000	.981	✓
21. A todas horas	1.159	.000	.981	✓
22. Quisiera olvidar lo que pasó	-.329	.000	.981	✓
23. Cuando no me contesta rápido	.625	.000	.981	✓
24. Cuando discutimos	.120	.000	.980	✓
25. Cuando estoy sin compañía	.660	.000	.980	✓

(Continúa)

Tabla 29 (Continuación)

Análisis de Discriminación de los reactivos que componen la Escala de Detonantes de la Rumiación

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
26. En las mañanas	1.021	.000	.980	✓
27. Cuando lo(a) siento distante	.401	.000	.980	✓
28. Cuando veo algo que me lo recuerda	.176	.000	.980	✓
29. Cuando no hablamos en las noches	.680	.000	.980	✓
30. Cuando estoy triste	.499	.000	.980	✓
31. Cuando pasa algo similar	.087	.000	.981	✓
32. Cuando siento inestabilidad en la relación	.169	.000	.980	✓
33. Antes de dormir	.849	.000	.980	✓
34. Cuando no contesta los mensajes	.626	.000	.980	✓
35. Cuando estoy enojado(a)	.363	.000	.980	✓
36. Cuando se enoja	.381	.000	.981	✓
37. Más bien trato de no recordarlo	-.379	.002	.982	✓
38. Cuando lo volvemos a mencionar	.036	.000	.981	✓
39. Cuando sale con sus amigos	.679	.000	.981	✓
40. Cuando no sé dónde está	.573	.000	.980	✓
41. Al final del día	.835	.000	.980	✓
42. Cuando ya voy a dormir	.813	.000	.980	✓
43. Evito pensar en ello	-.266	.000	.982	✓
44. Cuando no sé con quién está	.556	.000	.980	✓

Se realizó un análisis factorial exploratorio, con extracción por factorización de ejes principales y rotación oblicua promax para obtener la validez de la escala. Se eligieron aquellos reactivos que presentaron una comunalidad inicial mayor a .3, tenían un peso factorial mayor o igual a .50 y se eliminaron los reactivos con cargas cruzadas iguales o mayores a .32. Resultó un total de 25 reactivos constituidos en tres factores con un valor propio mayor a 1 que explican el 68.66% de la varianza (ver Tabla 30). La consistencia interna de la escala total se obtuvo mediante el coeficiente alfa de Cronbach y arrojó un valor de .97. La escala final se encuentra en el Anexo 18.

Tabla 30

Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la Escala de Detonantes de la Rumiación

Reactivos	M(DE)	Factor			Comunalidad
		1	2	3	
33. Antes de dormir	2.09 (1.317)	.878	-.015	.025	.791
21. A todas horas	1.93 (1.244)	.859	-.107	.056	.693
18. En todo momento	1.98 (1.254)	.839	-.135	.170	.756
26. En las mañanas	1.91 (1.214)	.778	-.014	.039	.688
42. Cuando ya voy a dormir	2.07 (1.310)	.771	-.069	.117	.697
13. Cuando estoy caminando solo(a)	2.20 (1.299)	.770	.264	-.156	.780
17. En las noches	2.26 (1.319)	.757	.153	-.017	.760
14. Cuando estoy en mi habitación o cuarto	2.31 (1.305)	.753	.264	-.134	.776
4. Casi todo el día	2.06 (1.313)	.744	-.054	.146	.676
25. Cuando estoy sin compañía	2.14 (1.293)	.605	.244	.043	.736
2. Cuando no estoy haciendo nada	2.26 (1.344)	.595	.242	.002	.658
10. Llego a soñarlo	2.16 (1.304)	.517	.062	.216	.584
31. Cuando pasa algo similar	2.71 (1.350)	-.100	.915	-.061	.683
27. Cuando lo(a) siento distante	2.38 (1.335)	-.097	.772	.178	.730
28. Cuando veo algo que me lo recuerda	2.64 (1.385)	.033	.736	.068	.718
36. Cuando se enoja	2.52 (1.407)	.132	.721	-.030	.723
24. Cuando discutimos	2.64 (1.357)	.068	.717	.032	.657
15. Cuando lo(a) noto raro(a)	2.41 (1.339)	.023	.671	.155	.693
32. Cuando siento inestabilidad en la relación	2.57 (1.406)	.129	.660	.050	.648
35. Cuando estoy enojado(a)	2.44 (1.404)	.195	.610	.049	.713
40. Cuando no sé dónde está	2.27 (1.360)	.013	-.025	.934	.803
44. Cuando no sé con quién está	2.25 (1.407)	.100	.089	.719	.750
39. Cuando sale con sus amigos	2.22 (1.326)	.165	.016	.670	.692
9. Cuando no sé con quién habla	2.34 (1.430)	.040	.242	.633	.740
23. Cuando no me contesta rápido	2.22 (1.318)	.085	.227	.540	.684
Eigenvalue		15.528	1.496	1.041	
% de varianza		60.877	4.7	3.09	

En la tabla 31 se presenta la definición conceptual y la consistencia interna de los factores encontrados en el AFE.

Tabla 31

Factores, Definiciones, número de reactivos y confiabilidad de la escala de Detonadores de la Rumiación

	Factores	Definición	Número de Reactivos	α de Cronbach
1	Pensamientos Intrusivos	La rumiación cognitiva tiene inicio de manera involuntaria, en momentos donde no hay un estímulo elicitor claro.	12	0.961
2	Tensión Interpersonal	La rumiación cognitiva tiene inicio cuando la persona siente inquietud psicológica, incomodidad y malestar con respecto a su pareja, y puede estar vinculado a la transgresión.	8	0.935
3	Recelo	La rumiación cognitiva tiene inicio de manera involuntaria ante si	5	0.923

Escala de Rumiación acerca de una transgresión cometida por la pareja

Como puede observarse en la tabla 32, ningún fue eliminado durante este proceso de discriminación de reactivos, ya que ninguno cubrió dos o más criterios de eliminación, la consistencia interna inicial de la escala fue de .986.

Tabla 32

Análisis de Discriminación de la Escala de Rumiación de una transgresión cometida por la pareja

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
1. Siento un nudo en la garganta	.444	.000	.986	✓
2. Pienso que no me comprometería con él(ella)	.485	.000	.986	✓
3. Mi corazón se acelera	.488	.000	.986	✓
4. Dudo si valdrá la pena la relación	.401	.000	.986	✓
5. Pienso que pudo haber sido diferente	-.245	.000	.986	✓
6. Pienso que ya no será lo mismo	.243	.000	.986	✓
7. Me siento inseguro(a)	.489	.000	.986	✓
8. Me pongo nostálgico(a)	.417	.000	.986	✓
9. Quiero alejarme de él (ella)	.676	.000	.986	✓
10. Me da por llorar	.700	.000	.986	✓
11. Siento malestar en el estómago	.802	.000	.986	✓
12. Me siento mal	.589	.000	.986	✓
13. Pienso que se pudo haber solucionado de otra forma	-.196	.000	.986	✓
14. Me siento sin ganas de nada	.716	.000	.986	✓
15. Me duele la cabeza	.938	.000	.986	✓
16. Me siento agredido(a)	.636	.000	.986	✓
17. Me siento débil	.877	.000	.986	✓
18. Me duele el estómago	.929	.000	.986	✓
19. Me pregunto por qué sigo con él(ella)	.464	.000	.986	✓
20.Cuál fue la razón de hacerlo	.111	.000	.986	✓
21. Pienso en qué pasó por su cabeza	.134	.000	.986	✓
22. Me duele	.208	.000	.986	✓
23. Pienso en que un día terminaré la relación	.326	.000	.986	✓
24. Pienso que se pudo hacer algo para evitarlo	-.348	.000	.986	✓
25. Pienso en dejarlo(a)	.477	.000	.986	✓
26. Me siento traicionado(a)	.333	.000	.986	✓
27. Pienso que la relación se fracturó	.235	.000	.986	✓
28. Pienso que no debería seguir con él(ella)	.409	.000	.986	✓
29. Pienso que se pudo haber dicho la verdad	-.183	.000	.986	✓

(Continúa)

Tabla 32 (Continuación)

Análisis de Discriminación de la Escala de Rumiación de una transgresión cometida por la pareja

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
30. Pienso que se pudo haber prevenido	-.353	.000	.986	✓
31. Pienso que todo tenía solución	-.501	.000	.986	✓
32. Pienso que, si se dijera la verdad, no tendrían por qué pasar esas cosas	-.388	.000	.986	✓
33. Tengo una sensación fea en el pecho	.603	.000	.986	✓
34. Me siento impotente	.553	.000	.986	✓
35. Siento un dolor en el pecho	.783	.000	.986	✓
36. Me siento deprimido(a)	.628	.000	.986	✓
37. Me vuelvo a enojar	.410	.000	.986	✓
38. Me siento angustiado(a)	.693	.000	.986	✓
39. Me siento ansioso(a)	.683	.000	.986	✓
40. Me siento desmotivado(a)	.737	.000	.986	✓
41. Siento desesperación	.643	.000	.986	✓
42. Me pregunto por qué lo hizo	.138	.000	.986	✓
43. Pienso en por qué pasó	.097	.000	.986	✓
44. Pienso que aún ignoro lo que sucedió en realidad	.419	.000	.986	✓
45. Se me revuelve la panza	.753	.000	.986	✓
46. Me siento molesto(a)	.562	.000	.986	✓
47. Siento que me falta la respiración	.972	.000	.986	✓
48. Me siento frustrado(a)	.727	.000	.986	✓
49. Sería mejor que cada quien haga su vida aparte	.536	.000	.986	✓
50. Pienso que debimos solucionar nuestras dificultades desde antes	-.176	.000	.986	✓
51. Me siento alterado(a)	.677	.000	.986	✓
52. Me pregunto ¿Por qué reaccionó así mi pareja?	.064	.000	.986	✓
53. Me siento dolido(a)	.401	.000	.986	✓
54. Me siento triste	.467	.000	.986	✓
55. Me siento enojado(a)	.470	.000	.986	✓
56. Me siento lastimado(a)	.335	.000	.986	✓
57. Siento odio	1.100	.000	.986	✓
58. Siento incertidumbre	.736	.000	.986	✓
59. Me siento utilizado(a)	.764	.000	.986	✓
60. Siento coraje	.451	.000	.986	✓
61. Pienso que no tenemos futuro como pareja	.505	.000	.986	✓
62. Pienso en terminar la relación	.598	.000	.986	✓
63. Me siento engañado(a)	.551	.000	.986	✓
64. Pienso que se pueden evitar situaciones así	-.446	.000	.986	✓

Se realizó un análisis factorial exploratorio, con extracción por factorización de ejes principales y rotación oblicua promax para obtener la validez de la escala. Se eligieron aquellos reactivos que presentaron una comunalidad inicial mayor a .3, tenían un peso factorial mayor o igual a .50 y se eliminaron los reactivos con cargas cruzadas iguales o mayores a .32. Resultó un total de 23 reactivos constituidos en tres factores con un valor propio mayor a 1 que explican el 67.44% de la varianza (ver Tabla 33). La consistencia interna de la escala total se obtuvo mediante el coeficiente alfa de Cronbach y arrojó un valor de .98. La escala validada se encuentra en el Anexo 19.

Tabla 33

Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la Escala de Rumiación acerca de la Transgresión

Reactivos	M (DE)	Factor			Comunalidad
		1	2	3	
36. Me siento deprimido(a)	2.29 (1.369)	.942	-.028	-.029	.859
39. Me siento ansioso(a)	2.21 (1.301)	.938	-.021	-.035	.859
40. Me siento desmotivado(a)	2.20 (1.307)	.910	-.080	.056	.849
35. Siento un dolor en el pecho	2.18 (1.336)	.908	-.075	.014	.811
38. Me siento angustiado(a)	2.24 (1.308)	.892	-.014	.012	.835
17. Me siento débil	2.04 (1.260)	.891	.018	-.115	.789
41. Siento desesperación	2.23 (1.297)	.875	-.039	.016	.802
51. Me siento alterado(a)	2.20 (1.329)	.860	.041	-.079	.781
47. Siento que me falta la respiración	1.98 (1.238)	.853	.043	-.152	.734
54. Me siento triste	2.41 (1.376)	.819	-.046	.086	.774
45. Se me revuelve la panza	2.19 (1.352)	.817	.067	-.052	.741
34. Me siento impotente	2.38 (1.409)	.813	-.020	.084	.786
14. Me siento sin ganas de nada	2.22 (1.329)	.813	.066	-.046	.764
15. Me duele la cabeza	2.06 (1.309)	.812	.006	-.058	.707
33. Tengo una sensación fea en el pecho	2.32 (1.356)	.811	-.079	.109	.753
48. Me siento frustrado(a)	2.18 (1.321)	.795	.072	-.028	.744
12. Me siento mal	2.36 (1.390)	.763	.021	.082	.761
10. Me da por llorar	2.24 (1.335)	.752	.058	.033	.762
53. Me siento dolido(a)	2.48 (1.405)	.738	.040	.094	.775
58. Siento incertidumbre	2.19 (1.294)	.723	.149	.026	.756
56. Me siento lastimado(a)	2.56 (1.435)	.686	.054	.119	.725
16. Me siento agredido(a)	2.24 (1.315)	.674	.146	-.025	.657
8. Me pongo nostálgico(a)	2.47 (1.365)	.617	.161	.070	.721
62. Pienso en terminar la relación	2.36 (1.398)	-.078	.955	-.077	.818
25. Pienso en dejarlo(a)	2.41 (1.347)	-.001	.915	-.058	.812

(Continúa)

Tabla 33 (Continuación)

Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la Escala de Rumiación acerca de la Transgresión

Reactivos	M (DE)	Factor			Comunalidad
		1	2	3	
28. Pienso que no debería seguir con él(ella)	2.51 (1.397)	-.004	.869	-.017	.782
49. Sería mejor que cada quien haga su vida aparte	2.40 (1.394)	.078	.845	-.086	.759
23. Pienso en que un día terminaré la relación	2.61 (1.404)	-.079	.823	.096	.730
61. Pienso que no tenemos futuro como pareja	2.43 (1.417)	.095	.812	-.113	.765
9. Quiero alejarme de él (ella)	2.26 (1.338)	.036	.808	-.055	.696
4. Dudo si valdrá la pena la relación	2.49 (1.365)	.082	.767	-.031	.736
27. Pienso que la relación se fracturó	2.67 (1.386)	-.001	.760	.129	.768
6. Pienso que ya no será lo mismo	2.66 (1.387)	.047	.719	.105	.707
19. Me pregunto por qué sigo con él(ella)	2.47 (1.404)	.140	.664	.054	.688
2. Pienso que no me comprometería con él(ella)	2.43 (1.371)	.011	.626	.143	.611
26. Me siento traicionado(a)	2.66 (1.432)	.228	.519	.164	.735
31. Pienso que todo tenía solución	3.42 (1.421)	-.033	-.189	.910	.649
30. Pienso que se pudo haber prevenido	3.31 (1.413)	-.069	.023	.886	.733
32. Pienso que si se dijera la verdad, no tendrían por qué pasar esas cosas	3.33 (1.461)	.012	-.003	.776	.651
24. Pienso que se pudo hacer algo para evitarlo	3.27 (1.445)	.050	-.042	.753	.629
13. Pienso que se pudo haber solucionado de otra forma	3.15 (1.399)	.107	-.068	.711	.600
29. Pienso que se pudo haber dicho la verdad	3.11 (1.502)	-.071	.202	.700	.664
5. Pienso que pudo haber sido diferente	3.19 (1.406)	.049	.025	.699	.636
50. Pienso que debimos solucionar nuestras dificultades desde antes	3.08 (1.433)	.056	.058	.696	.614
64. Pienso que se pueden evitar situaciones así	3.40 (1.462)	-.087	.116	.690	.538
Eigenvalue		24.257	4.068	3.014	
% de varianza		53.21	8.292	5.947	

En la tabla 34 se presenta la definición conceptual y la consistencia interna de los factores encontrados en el AFE.

Tabla 34

Factores, Definiciones, número de reactivos y confiabilidad de la escala de Rumiación acerca de la transgresión

	Factores	Definición	Número de Reactivos	α de Cronbach
1	Rumiación Ansioso-Depresiva	Experimenta una mezcla de síntomas de somatización, ansiedad, depresión y afecto negativo en general durante la rumiación	23	0.981
2	Rumiación de Separación	Se rumia acerca de las consecuencias negativas de la transgresión en términos	13	0.962
3	Rumiación de Incertidumbre	La rumia se caracteriza por cogniciones que denotan la falta de una clara	9	0.922

Discusión

Se desarrolló y validó un inventario multidimensional para medir la rumiación acerca de una transgresión compuesto por cuatro escalas: La escala de rumiación-disipación, la escala de detonadores de la transgresión, la escala de contenido de la transgresión y la escala de rumiación acerca de la transgresión. Miden de manera válida y confiable los aspectos teóricamente más relevantes en el estudio de la rumiación (Smith & Alloy, 2009) en el contexto de una transgresión cometida por la pareja romántica.

Escala de Rumiación-Disipación

A partir de sus estudios en la agresión, Caprara (1986) desarrolló una escala de rumiación-disipación para el aumento o decremento de la conducta agresiva en función del lapso de tiempo entre la instigación a la agresión y el momento en el cual es posible ejercerla, de manera que los rumiantes serán más agresivos que los disipantes debido a que tienen más pensamientos repetitivos acerca del evento, siendo rumiación y disipación, extremos de un mismo continuo. No obstante, al exportar el marco rumiación-disipación a los pensamientos repetitivos acerca de una transgresión cometida por la pareja, los resultados sugieren que rumiación y disipación no son dos extremos del mismo continuo, sino dos factores diferentes, aunque relacionados.

Los resultados psicométricos no sustentan el uso de una puntuación compuesta de rumiación y disipación. Dado que la consistencia interna global de la escala es considerablemente baja, no se recomienda el uso de una medición que integre reactivos de uno y otro factor mediante puntuaciones invertidas u otro tipo de métodos para calcular las puntuaciones por factor, más bien se recomienda fuertemente que se analicen los dos factores de manera independiente.

Dado que es una escala breve, facilita mucho su aplicación conjunta con otro tipo de instrumentos y da información muy clara con una mínima cantidad de esfuerzo por parte del participante, sin embargo la poca cantidad de reactivos implica

menores niveles en el coeficiente alfa de Cronbach (Tang, Cui & Babenko, 2014). Por otra parte, hacen falta análisis confirmatorios para determinar si rumiación y disipación son o no dos extremos de un continuo, ya que AFE podría haberlos separado como efectos del método (Harrington, 2009).

Escala de Detonantes de la Rumiación

Otra dimensión relevante al estudio de la rumiación está dada por los detonantes o suscitadores (conceptos que serán empleados de manera indistinta) de la rumiación o ciclo rumiativo. Aunque a nivel teórico los modelos de rumiación divergen en términos de si éstos detonadores son internos (proviene del individuo) o externos (proviene del medio ambiente) (Smith & Alloy, 2009). No obstante, los resultados de esta escala, así como del estudio 1.4.1 sugieren que pueden ser ambos.

En términos de los detonadores internos, los pensamientos intrusivos suscitan la rumiación al ser pensamientos repetitivos que son particularmente vívidos en el individuo, interrumpen actividades, son difíciles de controlar y requieren esfuerzos para suprimirlos (Horowitz, 1975), y si bien los datos no hacen referencia explícita a los esfuerzos por suprimirlos, reactivos como “A todas horas” y “Casi todo el día” sugieren que son pensamientos repetitivos difíciles de suprimir para el individuo, y que tienen su origen en las cogniciones o afectos de individuo mismo. Aunque la literatura ha documentado el papel del estado de ánimo como detonante de rumiación (Lyumbomirsky & Nolen-Hoeksema, 1993, 1995), y se consideraron reactivos como “Cuando estoy triste”, no formaron parte de la escala tras el proceso de validación.

La rumiación reactiva al estrés (*stress-reactive rumination* en inglés), ha sido conceptualizada como los pensamientos repetitivos y cíclicos acerca de y posterior a un evento interpersonal estresante (Smith & Alloy, 2009), por lo que es un marco adecuado para estudiar la rumiación acerca de una transgresión cometida por la pareja. En ese sentido, los detonantes externos, corresponden a los factores de

tensión interpersonal y recelo hacia la pareja. En términos del primero, la rumiación tiene lugar cuando la persona experimenta tensión psicológica así como incomodidad, intranquilidad y algún tipo de presión para buscar alivio mediante la verbalización o el pensamiento (Worthington, 2006), sin embargo es importante notar que esta tensión se da debido a la interacción con la pareja (e.g., “Cuando pasa algo similar”, “cuando lo(a) siento distante”, “cuando discutimos”, “cuando siento inestabilidad en la relación”, y “cuando veo algo que me lo recuerda”). Por lo que ese estado de tensión, generado a partir de la interacción con la pareja es un suscitador de la rumiación. Con respecto al segundo, el recelo hacia la pareja suscita la rumiación debido está dado por la desconfianza hacia la pareja experimentada al no saber qué está haciendo y/o con quién lo está haciendo, en un momento dado, y parece estar asociado a la sospecha en el marco transaccional de los celos (Rydell & Bringle, 2007). Aunque tanto la tensión como el recelo son experimentados por el individuo, tienen su origen en la interacción real o imaginada con la pareja, por lo que son considerados externos.

Escala de Contenido de la Rumiación

Además de medir la recurrencia y los desencadenadores de la rumiación, otra dimensión importante concierne a qué es lo que las personas piensan mientras están rumiando, es decir, cuál es el contenido de los pensamientos rumiativos. Los modelos teóricos han divergido en este aspecto también, pues mientras algunos señalan que se enfocan en sentimientos negativos y/o en las circunstancias que rodean esa emoción (Nolen-Hoeksema, 1991), otros señalan que más bien los pensamientos rumiativos se centran en la discrepancia entre cómo se está y cómo se desearía estar (Martin, Tesser & McIntosh, 1993). En esos términos, los resultados de este estudio muestran que la rumiación de una transgresión cometida por la pareja se centra en la experiencia negativa de la transgresión, de manera que los pensamientos repetitivos se centran en los sentimientos, cogniciones y eventos que lo lastimaron durante el incidente. Así, la rumiación se distingue de cualquier estrategia de afrontamiento en términos de que sólo se

estanca en lo negativo, mientras una estrategia de afrontamiento está orientada hacer frente al problema.

Escala de Rumiación acerca de la Transgresión

Se obtuvo una escala válida y confiable con tres factores para medir lo que las personas sienten y piensan mientras rumian, con tres factores que se ajustan conceptualmente al modelo de estilos de respuesta (Nolen-Hoeksema, 1991), y establece que la rumiación es un patrón de pensamientos repetitivos acerca de las causas, consecuencias y los síntomas de afecto negativo que experimenta el individuo. Con respecto a las causas, el factor rumiación de incertidumbre denota una condición en la cual la transgresión no ha sido completamente asimilada y la persona tiene pensamientos repetitivos acerca de lo que habría pasado si algunas circunstancias o acciones hubieran sido distintas. El foco de las cogniciones está en lo negativo de las causas, no en la búsqueda de soluciones o maneras de prevenir futuros incidentes a partir del conocimiento de las mismas, por lo que es claro que el factor mide rumiación y no una estrategia de afrontamiento.

En términos de las consecuencias, el factor rumiación de separación denota pensamientos repetitivos centrados en el alejamiento físico y emocional, a corto, mediano y largo plazo, como consecuencia del comportamiento transgresivo de la pareja. Este factor es muy consistente con la noción de Diaz-Loving (1996 en Sánchez, 2010) con respecto al alejamiento como una fase de la relación de pareja, el cual se caracteriza por el uso de estrategias de evitación en el contacto cotidiano de la pareja, en general debido a que las personas se lastiman durante la relación. Así, si bien la rumiación de separación también se refiere a la tendencia al alejamiento debido al comportamiento transgresivo, el factor mide un fenómeno unidireccional, es decir, las cogniciones repetitivas de un miembro de la diada acerca del alejamiento de su pareja, como consecuencia de ciertos comportamientos transgresivos por parte de ésta.

Con respecto a los síntomas de afecto negativo, la escala arrojó el factor rumiación ansioso-depresiva. Se ha documentado que la depresión y ansiedad son de las principales consecuencias de la rumiación (Olatunji, Naragon-Gainey & Wolitzky-Taylor, 2013), sin embargo, la presencia adicional de síntomas somáticos constituye uno de los aportes de la escala. El factor presenta una especie de síndrome mixto de somatización, ansiedad y depresión, así como de afecto negativo en general, ello puede explicarse mediante la importante comorbilidad entre la sintomatología de ansiedad y de depresión (Hirshfeld, 2001), pero más profundamente mediante el modelo tripartito de ansiedad y depresión, que incluyen al afecto negativo como un componente importante de ambos trastornos (Clark & Watson, 1991), lo que implica que el constructo subyacente a éste factor es el afecto negativo, y a su vez se ajusta a la definición de rumiación de Nolen-Hoeksma (1991). Por otra parte, es probable que los indicadores de ansiedad, depresión, somatización y afecto negativo se hayan conglomerado debido a que la investigación se llevó a cabo en una muestra de población abierta, por lo que es necesario revisar la estructura de la escala en una muestra clínica.

Fase 1.5 Construcción de la escala del Enfrentamiento ante la transgresión

Para cubrir con los objetivos de esta investigación, es importante contar con un instrumento que mida de manera válida y confiable el enfrentamiento ante la transgresión de la pareja. No existen instrumentos que midan esta variable en español, y aunque se han desarrollado diversos estudios que vinculan el enfrentamiento y el perdón, usualmente miden el estilo de enfrentamiento de manera general (Ysseldyk, Matheson & Anisman, 2009). Resulta entonces importante explorar las manifestaciones culturales del enfrentamiento ante una transgresión.

Fase 1.5.1 Conceptuación del Enfrentamiento ante la transgresión

Pregunta de investigación

¿Cuáles son los indicadores de las categorías de las estrategias de enfrentamiento ante una transgresión cometida por la pareja?

Objetivo general

- Obtener la conceptualización culturalmente válida del constructo para su posterior utilización en la elaboración de un nuevo instrumento de estrategias de enfrentamiento ante una transgresión.

Objetivos específicos

- Obtener los indicadores empíricos de las estrategias de enfrentamiento ante una transgresión cometida por la pareja en una muestra de adultos mexicanos.
- Obtener las categorías de las estrategias de enfrentamiento ante una transgresión.

Definición de la variable

Aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son

evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo (Lazarus & Folkman, 1991).

Muestreo

La selección de la muestra para esta investigación fue no probabilística intencional por cuotas (Shaughnessy, 2007), 180 adultos residentes del área metropolitana de la ciudad de México, 37.2% hombres y 62.2% mujeres, con edades entre 18 y 56 años ($M = 26.75$, $SD = 10.24$) cuya participación fue voluntaria, anónima y confidencial. Para la realización de esta investigación se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión: (a) Tuvieron una relación de pareja al momento de la aplicación del instrumento (18.3% Matrimonio, 63.3% Noviazgo, 13.3% Unión Libre y 1.1% relación informal) y (b) reportaron haber sufrido al menos una transgresión por parte de su pareja a lo largo de la relación, y cuya transgresión haya causado daño. Los participantes contaron con escolaridades de educación primaria (1.1%), secundaria (10%), bachillerato (22.2%), estudios profesionales (62.8%) y posgrado (1.7%).

Tipo de estudio

Exploratorio

Instrumento

Mediante un cuestionario de preguntas abiertas (disponible en el Anexo 20) se obtuvieron los descriptores adecuados para el enfrentamiento ante una transgresión realizada por la pareja.

Análisis de datos

Las respuestas fueron analizadas mediante un análisis de contenido por categorías.

Procedimiento

Se procedió a aplicar los instrumentos en diversos lugares públicos de esparcimiento de la Ciudad de México y Área Metropolitana. Se informó de manera general el propósito de la investigación (para no sesgar los resultados y evitar la deseabilidad social) y se solicitó la colaboración de manera voluntaria a las personas que cubrieran los criterios de inclusión, posteriormente se indicó que los datos proporcionados serían utilizados con fines de investigación y se reiteró la

confidencialidad y anonimato de los mismos. A los participantes que rechazaron participar se les agradeció su atención y no se solicitó información, a los que aceptaron se les proporcionó el cuestionario, que previo a las preguntas abiertas incluyó un cuestionario para explorar la transgresión (disponible en el Anexo 4), al momento que los participantes terminaban de responder, se agradeció su participación.

Resultados

Posterior al vaciado de datos de los cuestionarios de preguntas abiertas, se procedió a realizar análisis de contenido por medio de categorías, para identificar las categorías del enfrentamiento ante una transgresión. En la tabla 35 se muestran las categorías identificadas, la definición y ejemplos para cada una.

Tabla 35

Categorías de Enfrentamiento ante la Transgresión

Categoría	Definición	Ejemplos
Enfocado a la Emoción	Estrategias que se llevan a cabo para disminuir el nivel de alteración emocional debido a la transgresión, como lo son la evitación, la distracción cognoscitiva, el autocontrol emocional, el apoyo social y la actividad física.	“Controlarme para que ya no se llevara a otro nivel el acto”, “Quise relajarme un poco y alejarme”, “Sólo salí corriendo del lugar y pude controlar mis emociones”, “Traté de no pensar en eso y distraerme haciendo otras cosas”, “Me puse a hacer mucho ejercicio” y “Lo hablé con un amigo”
Enfocado al Problema	Esfuerzos por describir y aclarar la transgresión, identificar sus causas, reparar los daños provocados por ésta y llevar a cabo acciones para prevenir que sucedan eventos similares en el futuro.	“Planteé bien el problema y ví en lo que yo estaba bien y mal, y dimos una solución”, “Bien, creo que lo platicamos y todo quedó claro”, “Pensé en hablar con él, y arreglarlo, preguntarle por qué lo había hecho, jamás pasó por mi cabeza dejarlo hasta que me lo dijeron mis amigas, pero no lo hice.”, “Claro que estuvo mal, pero lo pudimos arreglar y solucionar todo pero lo más importante estar bien con nosotros mismos” y “Que no sucederá de nuevo, ya que hablando tranquilamente se pudo resolver”
Enfocado al Sentido	Es una reevaluación que modifica la forma de vivir la transgresión, en la que revalora su importancia y sus consecuencias, así como la responsabilidad e intencionalidad del transgresor.	“Que no fue tan grave la manera en que sucedió, sino que simplemente me dejé llevar por los sentimientos y que eso me ayuda a manejarlos mejor ahora”, “Que son cosas que pasan para fortalecer una relación de pareja y que si se logra superar, se fortalecen más los lazos de unión”, “Pensé que fue parte de la relación, también que pudo ser algo que ni él pensó”, “Que lo hace porque me ama” y “Que ya quedó en el pasado”.

Discusión

Las categorías de enfrentamiento son consistentes con las propuestas originalmente por Lazarus y Folkman (1991), y aportan una variedad importante de indicadores que describen ampliamente el abanico de posibilidades que tiene una persona al enfrentar un comportamiento aversivo por parte de su pareja romántica, cuya función es la contención emocional, la interpretación distinta del evento y la solución activa del problema. Los hallazgos de esta investigación también aportan las dimensiones e indicadores necesarios para avanzar en la operacionalización del constructo mediante el futuro desarrollo de instrumentos de medición.

Las categorías obtenidas en esta investigación no indican por sí mismas qué tan adaptativas pueden ser para el individuo y la relación de pareja, por lo que la futura investigación podría orientarse a identificar qué estrategias aportan los mejores resultados para las personas en la dinámica post-transgresión.

Fase 1.5.2. Desarrollo, validación y confiabilidad de un instrumento culturalmente válido para medir el enfrentamiento ante una transgresión.

Pregunta de investigación

¿Cuáles son las propiedades psicométricas del Inventario de Estrategias de Enfrentamiento ante una transgresión cometida por la pareja?

Objetivo general

- Analizar psicométricamente las escalas que evalúen las estrategias de enfrentamiento enfocadas en el problema, la emoción y el sentido ante una transgresión cometida por la pareja

Objetivos específicos:

- Diseñar las escalas que evalúen las estrategias enfocadas al problema, la emoción y el sentido ante una transgresión cometida por la pareja.
- Validar las escalas del Inventario de estrategias de enfrentamiento enfocadas en el problema, la emoción y el sentido ante una transgresión.
- Obtener la confiabilidad de las escalas del Inventario de estrategias de enfrentamiento enfocadas en el problema, la emoción y el sentido ante una transgresión.

Definición de la Variable

Estrategias cognitivas y conductuales que se emplean para hacer frente a las consecuencias de la transgresión cometida por la pareja, tanto a nivel inter como intrapersonal.

Muestreo

Mediante una técnica de muestreo no probabilístico accidental, se pidió la colaboración a 466 voluntarios, en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente del área metropolitana de la Ciudad de México, 271(58.2%) fueron mujeres y 193 (41.4%) fueron hombres, los rangos de edad oscilaron entre 18 y 63 años

($M = 32.09\%$, $DE = 11.87$), todos dentro de una relación de pareja (33.7% Matrimonio, 45.1% Noviazgo, 20.2% Unión libre, y 1.1% Otro) en la cual reportaron haber sido lastimados por una transgresión cometida por su pareja en algún momento de la relación. Se aseguró a los participantes el anonimato y la confidencialidad de su información.

Tipo de estudio

Exploratorio

Instrumentos

Escala de Enfrentamiento enfocado en la emoción.

Se desarrolló a partir de las categorías e indicadores obtenidos en la fase 1.5.1 de esta investigación. La escala original cuenta con 37 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), y se encuentra disponible en el Anexo 21.

Escala de Enfrentamiento enfocado en el sentido.

Se desarrolló a partir de las categorías e indicadores obtenidos en la fase 1.5.1 de esta investigación. La escala original cuenta con 32 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), y se encuentra disponible en el Anexo 22.

Escala de contenido de la rumiación.

Se desarrolló a partir de las categorías e indicadores obtenidos en la fase 1.5.1 de esta investigación. La escala original cuenta con 30 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), y se encuentra disponible en el Anexo 23.

Procedimiento

Se aplicaron los instrumentos en diversas universidades públicas, y en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente. Se pidió la colaboración de manera

voluntaria a las personas que cubrieron los criterios de inclusión, posteriormente se indicó que los datos proporcionados serían utilizados con fines de investigación y se reiteró la confidencialidad de estos. Al momento que los participantes terminaron de responder los instrumentos, se agradeció su colaboración.

Análisis de Datos

Al igual que en el estudio 1.1, de esta investigación, a ésta escala se le realizarán las pruebas estadísticas de validación de escalas de acuerdo a las sugerencias de Reyes-Lagunes y García-Barragán (2008). Con la finalidad de identificar los reactivos que cubren los requisitos estadísticos pertinentes para formar parte del instrumento. Posteriormente, para la validación del instrumento se llevó a cabo un Análisis Factorial Exploratorio, considerando las recomendaciones y especificaciones de Osborne (2014).

Resultados

Escala de Enfrentamiento enfocado en la Emoción

Como puede observarse en la tabla 36, ningún reactivo fue eliminado durante este proceso de discriminación de reactivos, ya que ninguno cubrió dos o más criterios de eliminación, el coeficiente de consistencia interna inicial del instrumento fue de .939.

Tabla 36

Análisis de Discriminación de los reactivos de la Escala de Enfrentamiento enfocado en la Emoción

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
1. Respiro para relajarme	-.371	.000	.937	✓
2. Empiezo a agredir	.711	.000	.938	✓
3. Me concentro en mis actividades	-.366	.000	.939	✓
4. Lo hablo con un familiar	.595	.000	.938	✓
5. Le hablo feo	.610	.000	.938	✓
6. Me pongo a gritar	.826	.000	.938	✓
7. Comienzo a hacer ejercicio	.570	.000	.937	✓
8. Le dejo de hablar por un tiempo	.542	.000	.937	✓
9. Pienso en otra cosa	-.304	.000	.937	✓
10. Me contengo	.001	.000	.937	✓
11. Lo hablo con un amigo o amiga	.387	.000	.938	✓
12. Me aguanto	.171	.000	.938	✓
13. Platico las cosas con otra persona	.314	.000	.938	✓
14. Salgo a caminar	.350	.000	.937	✓
15. Me distraigo haciendo otras cosas	-.372	.000	.937	✓
16. Intento relajarme	-.382	.000	.938	✓
17. Evito el contacto con mi pareja	.335	.000	.936	✓
18. Procuro estar tranquilo	-.470	.000	.938	✓
19. Salgo a respirar	.012	.000	.937	✓
20. Actúo de forma violenta	.822	.000	.938	✓
21. Intento reprimir mis emociones	.316	.000	.937	✓
22. Me pongo a hacer otras cosas	-.292	.000	.937	✓

(Continúa)

Tabla 36 (Continuación)

Análisis de Discriminación de los reactivos de la Escala de Enfrentamiento enfocado en la Emoción

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
23. Salgo a dar la vuelta	.168	.000	.936	✓
24. Pongo mi distancia de el	.363	.000	.937	✓
25. Me pongo a la defensiva	.344	.000	.937	✓
26. Me enojo	.148	.000	.937	✓
27. Siento que exploto de coraje	.343	.000	.937	✓
28. Me controlo	-.274	.000	.938	✓
29. Escucho mi música favorita	-.452	.000	.938	✓
30. Lo evito en la medida que puedo	-.018	.000	.937	✓
31. Salgo a correr	.578	.000	.937	✓
32. Me pongo a hacer ejercicio	.466	.000	.937	✓
33. Respiro profundamente	-.255	.000	.937	✓
34. Me pongo a llorar	.473	.000	.937	✓
35. Me alejo de mi pareja	.432	.000	.937	✓
36. Lo platico con personas cercanas a mí	.307	.000	.937	✓
37. Pienso en cosas agradables	-.397	.000	.937	✓

Se realizó un análisis factorial exploratorio, con extracción por factorización de ejes principales y rotación oblicua promax para obtener la validez de la escala. Se eligieron aquellos reactivos que presentaron una comunalidad inicial mayor a .3, tenían un peso factorial mayor o igual a .50 y se eliminaron los reactivos con cargas cruzadas iguales o mayores a .32. Resultó un total de 24 reactivos constituidos en cinco factores con un valor propio mayor a 1 que explican el 62.05% de la varianza (ver Tabla 37). La consistencia interna de la escala total se obtuvo mediante el coeficiente alfa de Cronbach y arrojó un valor de .91. La versión final de la escala se encuentra en el Anexo 24.

Tabla 37

Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la Escala de Estrategias de Enfrentamiento Enfocadas a la Emoción

Reactivo	M (DE)	Factor					Comunalidad
		1	2	3	4	5	
2. Empiezo a agredir	2.11(1.24)	.849	-.066	.042	.017	-.090	.662
6. Me pongo a gritar	2.11(1.25)	.815	-.056	.061	.033	-.038	.700
5. Le hablo feo	2.18(1.26)	.813	-.023	.054	-.055	-.013	.647
27. Siento que exploto de coraje	2.43 (1.38)	.808	.089	-.020	-.039	.015	.753
25. Me pongo a la defensiva	2.45 (1.34)	.803	.075	-.124	-.001	.106	.747
26. Me enojo	2.57 (1.36)	.792	.070	-.043	-.082	.118	.815
20. Actúo de forma violenta	2.09 (1.25)	.621	-.098	-.017	.114	.103	.539
16. Intento relajarme	3.34 (1.35)	.080	.773	.032	-.022	-.128	.543
18. Procuero estar tranquilo	3.49 (1.32)	-.095	.770	-.079	-.097	.048	.460
15. Me distraigo haciendo otras cosas	3.40 (1.32)	-.142	.712	.048	.027	.078	.567
22. Me pongo a hacer otras cosas	3.32 (1.28)	.015	.709	-.100	.009	.179	.538
1. Respiro para relajarme	3.31 (1.38)	.182	.651	.051	-.015	-.163	.457
33. Respiro profundamente	3.21 (1.35)	.067	.608	.042	.168	-.098	.497
37. Pienso en cosas agradables	3.39 (1.35)	-.081	.586	.078	.035	.061	.425
13. Platico las cosas con otra persona	2.55 (1.37)	-.041	.087	.839	-.073	.006	.628
36. Lo platico con personas cercanas a mí	2.55 (1.42)	-.022	-.052	.823	.008	.071	.619
11. Lo hablo con un amigo o amiga	2.56 (1.42)	-.083	.045	.795	.004	.054	.595
4. Lo hablo con un familiar	2.27 (1.36)	.244	-.054	.582	.070	-.076	.517
32. Me pongo a hacer ejercicio	2.34 (1.32)	-.069	-.011	-.041	.964	.008	.708
31. Salgo a correr	2.27 (1.32)	-.038	.028	.041	.838	-.015	.679
7. Comienzo a hacer ejercicio	2.27 (1.34)	.126	.024	-.013	.707	.036	.588
24. Pongo mi distancia de el	2.49 (1.39)	.154	-.009	-.024	.060	.740	.678
35. Me alejo de mi pareja	2.41 (1.33)	.197	-.012	.038	-.043	.689	.628
17. Evito el contacto con mi pareja	2.55 (1.35)	.149	-.001	.093	.004	.668	.606
Eigenvalue		8.41	3.75	1.86	1.57	1.05	
% de varianza		33.58	13.94	6.21	5.35	2.96	

En la tabla 38 se presenta la definición conceptual y la consistencia interna de los factores encontrados en el AFE.

Tabla 38

Definiciones de los factores de la Escala de Enfrentamiento enfocado a la Emoción

	Factor	Definición	Número de Reactivos	α de Cronbach
1	Distrés Emocional	Reacciones psicosociales negativas y desagradables que interfieren con la habilidad de enfrentar de manera efectiva.	7	0.92
2	Autocontrol	Son esfuerzos por manejar las reacciones emocionales y controlar los impulsos.	7	0.86
3	Apoyo Social	Las personas buscan alivio a su malestar emocional mediante la divulgación de su experiencia en la transgresión a personas en quienes confía.	4	0.85
4	Activación física	Actividad física no necesariamente estructurada, cuyo objetivo es reducir el malestar emocional más que mantener o mejorar la condición física.	3	0.88
5	Tiempo-fuera	Se busca la separación espacial de la pareja durante el tiempo necesario para relajarse.	3	0.87

Escala de Enfrentamiento enfocado en el Sentido

Como puede observarse en la tabla 39, ningún reactivo fue eliminado durante este proceso de discriminación de reactivos, ya que ninguno cubrió dos o más criterios de eliminación, el coeficiente de consistencia interna inicial del instrumento fue de .912.

Tabla 39

Análisis de Discriminación de los reactivos de la Escala de Enfrentamiento enfocado al Sentido

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
1. Ahora lo veo con otro enfoque	-.312	.000	.908	✓
2. Ahora creo que no era para molestarme	.264	.000	.906	✓
3. Ahora pienso que no tuvo intención de herirme	-.032	.000	.908	✓
4. Pienso que no lo hacía en mi contra	-.036	.000	.908	✓
5. Nos hizo madurar como pareja	-.391	.000	.907	✓
6. Creo que ha madurado en ese aspecto	-.301	.000	.907	✓
7. Fue útil para cambiar algunas cosas en la relación	-.431	.000	.907	✓
8. Está destruyendo la relación	.431	.059	.912	✓
9. Ahora pienso que no era para tanto	.227	.000	.907	✓
10. Fortaleció nuestra confianza	.008	.000	.907	✓
11. Ahora pienso que todo fue una tontería	.334	.000	.906	✓
12. Mi manera de ver el incidente ha cambiado	-.002	.000	.907	✓
13. Generó más conflictos	.472	.413	.912	✓
14. Sólo fue inmadurez	.109	.000	.909	✓
15. Ahora pienso que no tenía mala intención	.062	.000	.907	✓
16. Hizo que la relación sea más fría	.387	.449	.912	✓
17. Sólo fue falta de experiencia por parte de los dos	.008	.000	.907	✓
18. Creo que son cosas que pasan para fortalecer la relación	.058	.000	.907	✓
19. Ahora pienso que fue algo que no valía la pena	.215	.000	.907	✓
20. Nos ayudó a valorarnos	-.446	.000	.907	✓
21. Ahora pienso en que realmente no importaba	.281	.000	.908	✓
22. Fue un mal momento, pero aprendimos de esa experiencia	-.441	.000	.907	✓
23. Creo que somos mejores a partir de lo que pasó	-.281	.000	.906	✓
24. Ayudó a que estuviéramos mejor como pareja	-.174	.000	.907	✓
25. Cambió mi forma de pensar acerca de lo que pasó	-.166	.000	.907	✓

(Continúa)

Tabla 39 (Continuación)

Análisis de Discriminación de los reactivos de la Escala de Enfrentamiento enfocado al Sentido

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
26. Cambió mi forma de ver las cosas	-.361	.000	.908	✓
27. Sigue afectando para mal mi relación	.431	.006	.918	✓
28. Ha disminuido la confianza entre nosotros	.424	.038	.918	✓
29. Creo que ya no es tan importante	.200	.000	.907	✓
30. Ahora pienso que no valía la pena pelear	.152	.000	.906	✓
31. Creo que él(ella) era inmaduro(a)	.072	.004	.913	✓
32. Ahora pienso que no fue tan grave lo que sucedió	.309	.000	.907	✓

Se realizó un Análisis Factorial Exploratorio, con extracción por Factorización de Ejes Principales y rotación oblicua para obtener la validez de la escala. Se eligieron sólo aquellos reactivos que tenían un peso factorial mayor o igual a .30 para conformar el instrumento, resultó un total de 22 reactivos constituidos en tres factores con un valor propio mayor a 1 que explican el 59.56% de la varianza (ver Tabla 33). La consistencia interna de la escala total se obtuvo mediante el alfa de Cronbach y arrojó un valor de .87. La versión validada de la escala se encuentra disponible en el Anexo 25.

Tabla 40

Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la Escala de Estrategias de Enfrentamiento Enfocadas al sentido

Reactivos	M (DE)	Factor			Comunalidad
		1	2	3	
7. Fue útil para cambiar algunas cosas en la relación	3.38 (1.34)	.816	-.086	.077	.587
22. Fue un mal momento, pero aprendimos de esa experiencia	3.44 (1.34)	.797	.011	-.019	.688
5. Nos hizo madurar como pareja	3.37(1.34)	.791	-.020	-.004	.662
23. Creo que somos mejores a partir de lo que pasó	3.26 (1.38)	.760	.051	-.152	.740
6. Creo que ha madurado en ese aspecto	3.32 (1.36)	.751	-.003	-.047	.642
20. Nos ayudó a valorarnos	3.41 (1.36)	.748	.024	-.073	.645
25. Cambió mi forma de pensar acerca de lo que pasó	3.12 (1.40)	.721	.072	.035	.635

(Continúa)

Tabla 40 (Continuación)

Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la Escala de Estrategias de Enfrentamiento Enfocadas al sentido

Reactivos	M (DE)	Factor			Comunalidad
		1	2	3	
26. Cambió mi forma de ver las cosas	3.28 (1.35)	.700	.040	.113	.568
24. Ayudó a que estuviéramos mejor como pareja	3.12 (1.42)	.679	.069	-.226	.701
1. Ahora lo veo con otro enfoque	3.38 (1.29)	.670	-.006	.236	.417
30. Ahora pienso que no valía la pena pelear	2.83 (1.38)	-.022	.826	-.019	.622
11. Ahora pienso que todo fue una tontería	2.63 (1.43)	-.017	.795	-.078	.616
32. Ahora pienso que no fue tan grave lo que sucedió	2.72 (1.38)	-.035	.789	-.051	.547
19. Ahora pienso que fue algo que no valía la pena	2.72 (1.42)	.015	.758	.077	.607
21. Ahora pienso en que realmente no importaba	2.70 (1.39)	.004	.744	.008	.574
9. Ahora pienso que no era para tanto	2.70 (1.36)	.026	.713	.019	.512
29. Creo que ya no es tan importante	2.80 (1.35)	.154	.580	.110	.500
28. Ha disminuido la confianza entre nosotros	2.50 (1.39)	.095	-.080	.868	.654
27. Sigue afectando para mal mi relación	2.41 (1.40)	-.010	.014	.841	.679
16. Hizo que la relación sea más fría	2.48 (1.39)	.027	.064	.824	.607
8. Está destruyendo la relación	2.31 (1.34)	-.072	.069	.772	.592
13. Generó más conflictos	2.24 (1.29)	.061	-.024	.714	.483
Eigenvalue		8.68	3.72	1.88	
% de varianza		37.62	15.24	6.68	

En la tabla 41 se presenta la definición conceptual y la consistencia interna de los factores encontrados en el AFE.

Tabla 41

Definiciones de los factores de la Escala de Enfrentamiento enfocado al sentido

	Factor	Definición	Número de Reactivos	α de Cronbach
1	Maduración de la relación	Una reinterpretación cognoscitiva en la que la transgresión ahora es vista como un evento que benefició a la relación.	10	0.93
2	Minimización de la transgresión	Una reinterpretación cognoscitiva en la que se considera menos severa o importante la transgresión.	7	0.9
3	Deterioro de la relación	La transgresión es interpretada como un evento cuyas consecuencias negativas siguen afectando a la relación	5	0.9

Escala de Enfrentamiento enfocado en el Problema

Como puede observarse en la tabla 42, los reactivos 11, 18, 21, 26 y 30 fueron excluidos para análisis posteriores debido a que, durante este proceso de discriminación de reactivos, ya que cubrieron dos o más criterios de eliminación. El coeficiente de consistencia interna inicial del instrumento fue de .913.

Tabla 42

Análisis de Discriminación de los reactivos de la Escala de Enfrentamiento orientado al Problema

Reactivos	Sesgo	t de Student para grupos extremos (p)	Alfa si se elimina el elemento	Toma de decisión
1. Aprendimos de la experiencia y cambiamos	-.423	.000	.907	✓
2. Hablamos las cosas bien	-.623	.000	.905	✓
3. Hablamos para llevar una buena relación	-.632	.000	.905	✓
4. Hablamos del problema	-.316	.000	.908	✓
5. Aclaremos todo	-.465	.000	.905	✓
6. Hablo con él (ella)	-.595	.000	.906	✓
7. Los conflictos han continuado	.460	.002	.920	✓
8. Lo solucionamos	-.422	.000	.906	✓
9. Hablamos de lo que pasó	-.129	.000	.909	✓
10. Él buscó ayuda profesional	1.369	.002	.913	✓
11. El problema no se ha solucionado	.471	.059	.917	✗
12. Entramos en razón acerca de lo que pasó	-.352	.000	.907	✓
13. Sigue sin volver a pasar	-.199	.000	.910	✓
14. Hablando llegamos a acuerdos	-.617	.000	.905	✓
15. Pusimos en claro la situación	-.709	.000	.906	✓
16. Fuimos a terapia	1.790	.001	.913	✓
17. Hablando se pudo resolver	-.535	.000	.906	✓
18. Fui a terapia	1.286	.106	.916	✗
19. Cambiamos en lo que es/era necesario	-.474	.000	.906	✓
20. Le dije todo lo que pensaba	-.994	.000	.908	✓
21. Reaccionamos de manera que el problema crece	.450	.099	.919	✗
22. Intento que me explique	-.386	.000	.909	✓
23. Trabajamos juntos para salir adelante	-.712	.000	.905	✓
24. Cambiamos para mejorar la relación	-.559	.000	.906	✓
25. Procuramos no volver a tocar el tema	-.138	.000	.911	✓
26. Pedimos ayuda	1.178	.001	.914	✗
27. He procurado olvidar lo que sucedió	-.333	.000	.911	✓
28. Lo pudimos solucionar	-.548	.000	.907	✓
29. Hablando llegamos a buenos términos	-.567	.000	.906	✓
30. Seguimos sin solucionar el problema	.666	.000	.922	✗

Con los reactivos restantes se realizó un análisis factorial exploratorio, con extracción por factorización de ejes principales y rotación oblicua promax para obtener la validez de la escala. Se eligieron aquellos reactivos que presentaron una comunalidad inicial mayor a .3, tenían un peso factorial mayor o igual a .50 y se eliminaron los reactivos con cargas cruzadas iguales o mayores a .32. Resultó un total de 11 reactivos constituidos en un factor con valor propio mayor a 1 que explica el 60.95% de la varianza (ver Tabla 43). La consistencia interna de la escala total se obtuvo mediante el coeficiente alfa de Cronbach y arrojó un valor de .94. La versión final de la escala se encuentra en el Anexo 26.

Tabla 43
Media, Desviación Estándar, Cargas Factoriales, Comunalidades, Eigenvalues y Porcentaje de Varianza de la Escala de Estrategias de Enfrentamiento Enfocadas al Problema

Reactivos	M (SD)	Factor	
		1	Comunalidad
14. Hablando llegamos a acuerdos	3.71(1.27)	.853	.763
24. Cambiamos para mejorar la relación	3.51(1.36)	.820	.699
29. Hablando llegamos a buenos términos	3.63 (1.33)	.817	.666
2. Hablamos las cosas bien	3.52 (1.30)	.814	.694
15. Pusimos en claro la situación	3.72 (1.28)	.808	.707
23. Trabajamos juntos para salir adelante	3.61 (1.36)	.806	.683
17. Hablando se pudo resolver	3.56 (1.35)	.795	.629
8. Lo solucionamos	3.51 (1.31)	.745	.549
19. Cambiamos en lo que es/era necesario	3.44 (1.27)	.729	.519
1. Aprendimos de la experiencia y cambiamos	3.46 (1.29)	.721	.584
12. Entramos en razón acerca de lo que pasó	3.27 (1.37)	.661	.444
Eigenvalue		7.086	
% de varianza		60.950	

En la tabla 44 se presenta la definición conceptual y la consistencia interna de los factores encontrados en el AFE.

Tabla 44
Definiciones de los factores de la Escala de Enfrentamiento enfocado al Problema

Factor	Definición	Número de Reactivos	α de Cronbach
1 Negociación	Son acciones en las que ambos miembros de la díada exponen su posición con respecto a la transgresión y llegan a acuerdos que están dirigidos a resarcir las consecuencias de la transgresión y prevenir incidentes en el futuro.	11	0.94

Discusión

Previo a ésta investigación los instrumentos empleados para medir las estrategias de enfrentamiento en el contexto de una transgresión interpersonal, no presentaron evidencia de validez (e.g., Strelan & Wojtysiak, 2009; Flanagan et al., 2004), en contraste, la estructura factorial de cada una de las tres escalas desarrolladas en ésta investigación sugiere una adecuada validez de constructo para cada instrumento. En términos de confiabilidad, la consistencia interna tanto a nivel global como por factor, son más robustos que otros disponibles en la literatura (e.g., Gates, 2012; Jeter & Brannon, 2016).

La operacionalización de las estrategias de enfrentamiento basada en los indicadores empíricos previos (Rosales-Sarabia, 2018) aportó mayor validez de contenido. Dado que los instrumentos empleados anteriormente son adaptaciones que en general no contextualizaron la medición a la transgresión interpersonal, y en consecuencia tampoco al marco de la relación romántica, no necesariamente fueron sensibles a todos los dominios posibles de estrategias que se usan en este contexto. Como es el caso de los factores Maduración de la relación y Deterioro de la relación, que no se encuentran en otros estudios (c.f., Carver, 1997, Jeter & Brannon, 2016; Kochenderfer-Ladd, 2004).

A nivel conceptual, la mayoría de los factores de las escalas son consistentes con las estrategias de enfrentamiento reportadas en la literatura, independientemente del contexto en que sean estudiadas. Interesantemente, en los esfuerzos que se llevan a cabo para disminuir el nivel de alteración emocional debido a la transgresión, apareció el distrés emocional, que de hecho ha sido ampliamente descrito como la consecuencia a una valoración como amenaza de un estresor (Lazarus y Folkman, 1991), e implica la manera menos adaptativa de responder al mismo. Por otro lado, el autocontrol parece ser una estrategia más adaptativa y que ha sido reportada en diversas investigaciones como una estrategia de enfrentamiento enfocada en la emoción (Lazarus y Folkman, 1991). EL apoyo social también está reconocido como una estrategia de enfrentamiento enfocada

en la emoción (Barra, 2004), ya que puede tener una función de descarga emocional generada por el estresor sin necesariamente cambia la forma en que es percibido, ni modificarlo objetivamente. La estrategia de enfrentamiento activación física ha comenzado a ser reportada en la literatura científica aunque sólo se ha operacionalizado con un solo reactivo (Harris, Cronkite y Moos, 2006), y aunque su estudio es reciente su estudio correspondía más bien al área de la salud, más que a una situación interpersonal y ahora se dispone con un conjunto de reactivos que dan cuenta del empleo del ejercicio físico como una forma de disminuir la afectación emocional a causa de una transgresión interpersonal. Una transgresión cometida por la pareja puede generar ira en la persona (Worthington & Wade, 1999), y una manera de manejar esa emoción es el tiempo-fuera, como una estrategia que implica el alejamiento físico de la pareja con la finalidad de enfriar la emoción y probablemente prevenir las consecuencias negativas de la ira.

El enfrentamiento enfocado al sentido, conceptualizado como la reevaluación cognoscitiva que modifica la forma de vivir la transgresión, en la que revalora su importancia y sus consecuencias, así como la responsabilidad e intencionalidad del transgresor, arrojó factores bastante representativos de la interacción diádica de pareja, como la maduración de la relación en la que se aprecia el incidente como un evento a partir del cual la relación pudo crecer y se obtuvieron consecuencias positivas de un evento que inicialmente fue negativo. La minimización de la transgresión, por otro lado, implica que la transgresión es recordada con menor importancia, aunque aún queda por determinar si esa apreciación se debe a una visión menos emocional de la transgresión o a un fenómeno de disonancia cognoscitiva. Finalmente, el deterioro de la relación aparece como un elemento en el que de manera similar al distrés emocional de la E-FCS, son respuestas desadaptativas ante el estresor interpersonal.

El enfrentamiento enfocado al problema se caracteriza por los esfuerzos para describir y aclarar la transgresión, identificar sus causas, reparar los daños provocados por ésta y llevar a cabo acciones para prevenir que sucedan eventos

similares en el futuro. En ese sentido, la negociación que incluye un elemento de comunicación y otro de acción es una estrategia que permite la modificación real de las circunstancias y tiene el potencial de ser una estrategia bastante adaptativa. Si bien, explícitamente la negociación no ha sido ampliamente reconocida en la literatura, se ha argumentado que los modelos de negociación pueden ser mejor explicados mediante los de enfrentamiento (Schneider & Stains, 2007).

En conjunto, las tres escalas de enfrentamiento ante una trasgresión cometida por la pareja ofrecen la posibilidad de entender con mayor precisión la dinámica post-transgresión en el individuo y la pareja. No obstante, dado que hasta ahora se han presentado resultados de AFE, hacen falta estudios confirmatorios en distintas muestras. En el futuro, la investigación debería estar orientada a identificar qué estrategias son más adaptativas mediante el estudio de sus correlatos, y eventualmente partir de esa evidencia para poner a prueba intervenciones que promuevan las estrategias de enfrentamiento con mejores resultados.

Estudio 2. Comprobación del Modelo del Perdón y el Resentimiento hacia la pareja

Justificación

Si bien se han llevado a cabo diversos estudios que han explorado la relación de la empatía, la rumiación, atribuciones y el enfrentamiento con el perdón, incluyendo al menos tres de éstas variables en sus diseños (e.g., Davis & Gold, 2011; Fincham et al., 2002; Fincham, Hall & Beach, 2006; Myung-Sun, 2014; Park, Enright, Essex, Zahn-Waxler & Klatt, 2013; Wenzel et al., 2010), la gran mayoría no han contextualizado la medición de éstas variables al transgresor o la transgresión específicos, al respecto Fishbein y Ajzen (1974), señalan que cuando se busca predecir un comportamiento específico (como lo es el perdón), la variable predictora debe coincidir con la variable de salida en lo que se refiere a tiempo, lugar y especificidad, con ello en mente, éste trabajo explora los mecanismos involucrados en el perdón y el resentimiento a una transgresión específica en un tipo de relación en particular, la pareja. Además, pese a que existen diversos modelos del perdón en la literatura, ningún estudio ha propuesto un modelo explicativo del perdón a partir de los estilos de apego, la severidad percibida de la transgresión, atribuciones, empatía, rumiación y los estilos de enfrentamiento, y tampoco se ha considerado al resentimiento dentro de estos modelos. En consecuencia, los hallazgos de ésta investigación pueden contribuir a la comprensión del perdón y el resentimiento como procesos y no sólo como constructos aislados, y aportar evidencia de los mecanismos involucrados en tales procesos de manera que tanto en futura investigación, como en la práctica profesional de los psicólogos mexicanos se disponga de evidencia que sugiera intervenciones probablemente no sólo enfocadas en la herida emocional, sino en los procesos a nivel cognoscitivo, conductual y afectivo involucrados. En síntesis, la presente investigación contribuirá de manera significativa en la comprensión de la dinámica post-transgresión en relaciones de pareja.

Dado lo anterior, esta fase tendrá como propósito identificar si las variables del estudio explican el perdón hacia la pareja en una muestra de hombres y mujeres mexicanos. Para cumplir con lo dicho, esta fase se dividirá de la siguiente manera:

1. Correlatos del Perdón hacia la Pareja
2. Predictores del Perdón hacia la Pareja

Objetivo general

- Identificar y evaluar si el perdón hacia la pareja se explica a partir del Estilo de Apego, la severidad percibida de la transgresión, la atribución acerca de la transgresión, la empatía hacia el transgresor, la rumiación acerca de la transgresión y las estrategias de enfrentamiento ante la transgresión.

Objetivos específicos

- Obtener correlatos entre las variables del estudio
- Comprobar un modelo explicativo del perdón hacia la pareja

Fase 2.1 Correlatos del Perdón hacia la Pareja

Pregunta de Investigación

¿Cómo se relacionan los estilos de apego, la severidad percibida de la transgresión, la atribución acerca de la transgresión, la empatía hacia el transgresor, la rumiación acerca de la transgresión y las estrategias de enfrentamiento ante la transgresión con el perdón hacia la pareja en adultos mexicanos?

Objetivo general

- Identificar si los estilos de apego, la severidad percibida de la transgresión, la atribución acerca de la transgresión, la empatía hacia el transgresor, la rumiación acerca de la transgresión y los estilos de enfrentamiento ante la transgresión correlacionan con el perdón hacia la pareja.

Objetivos específicos

- Obtener correlatos significativos y culturalmente relevantes entre las variables del estudio

Hipótesis estadísticas

Estilos de Apego Adulto y Perdón hacia la Pareja

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre los estilos de apego adulto y el perdón hacia la pareja.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre los estilos de apego adulto y el perdón hacia la pareja

Severidad Percibida de la Transgresión y Perdón hacia la Pareja

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre la severidad percibida de la transgresión y el perdón hacia la pareja.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre la severidad percibida de la transgresión y el perdón hacia la pareja

Atribuciones de la Transgresión y Perdón hacia la Pareja

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre las atribuciones de la transgresión y el perdón hacia la pareja.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre las atribuciones de la transgresión y el perdón hacia la pareja

Empatía hacia el Transgresor y Perdón hacia la Pareja

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre la empatía hacia el transgresor y el perdón hacia la pareja.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre la empatía hacia el transgresor y el perdón hacia la pareja

Rumiación acerca de la Transgresión y Perdón hacia la Pareja

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre la rumiación acerca de la transgresión y el perdón hacia la pareja.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre la rumiación acerca de la transgresión y el perdón hacia la pareja.

Enfrentamiento ante la Transgresión y Perdón hacia la Pareja

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre los estilos de enfrentamiento ante la transgresión y el perdón hacia la pareja.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre los estilos de enfrentamiento ante la transgresión y el perdón hacia la pareja.

Definición de variables

Perdón

- Conceptual: El perdón es un cambio emocional, caracterizado por el aumento de emociones positivas orientadas al transgresor, contra una disminución de las emociones negativas características de la falta del perdón, sea de manera súbita o gradual (Worthington, 2006).
- Operacional: Se midió a partir de las puntuaciones obtenidas en el instrumento desarrollado en el estudio 1.1 de esta investigación para tal fin.

Resentimiento

- Conceptual: Emociones, cogniciones y conductas que denotan una alta afectividad negativa tras una o varias transgresiones por parte de la pareja (Rosales-Sarabia, 2013).
- Operacional: Se midió a partir de las puntuaciones obtenidas en el instrumento desarrollado en el estudio 1.1 de esta investigación para tal fin.

Apego Adulto

- Conceptual: Los aspectos que hacen referencia a la forma o dinámica en que los seres humanos generan, a lo largo de su historia de vida, un patrón de lazos afectivos e interacción con los demás, de manera especial, con aquellos significativos (Márquez-Domínguez, 2010).
- Operacional: Se midió a partir de las de las puntuaciones obtenidas en el Escala de Estilos de Apego Adulto para población mexicana (Márquez, Rivera & Reyes, 2009).

Severidad percibida de la transgresión

- Conceptual: La seriedad y severidad percibidas de la transgresión, así como el daño y dolor que generó en la persona transgredida (McCullough et al., 2006)

- Operacional: Se midió a través de la calificación obtenida en el continuo psicológico del reactivo: ¿En qué medida consideras que fuiste lastimado por lo que tu pareja te hizo?, con formato de respuesta tipo Likert, de 0 a 5 (0=*Nada* y 5=*Demasiado*).

Atribución

- Conceptual: La interpretación cognoscitiva de las causas del comportamiento de una persona (Weiner, 1986).
- Operacional: Se midió a partir de las puntuaciones obtenidas en el instrumento desarrollado en el estudio 1.2 de esta investigación para tal fin.

Empatía

- Conceptual: Se define como una respuesta afectiva más apropiada para la situación de otro que para la de uno mismo y puede manifestarse mediante la experimentación automática de los sentimientos de otro individuo, o bien como producto del proceso activo de imaginarse en el lugar del otro (Hoffman, 2001).
- Operacional: Se midió a partir de las puntuaciones obtenidas en el instrumento desarrollado en el estudio 1.3 de esta investigación para tal fin.

Rumiación acerca de la transgresión

- Conceptual: La tendencia a reproducir la transgresión una y otra vez en la mente, elaborando explicaciones, explorando posibilidades y preocupándose por las consecuencias negativas para sí mismo y para la relación (Worthington, 2006).
- Operacional: Se midió a partir de las puntuaciones obtenidas en el inventario desarrollado en el estudio 1.4 de esta investigación para tal fin.

Enfrentamiento

- Conceptual: Los esfuerzos cognoscitivos y conductuales que desarrolla el individuo para manejar, reducir, minimizar, dominar o tolerar las demandas externas y/o internas que evalúa que podrían sobrepasar sus recursos (Lazarus & Folkman, 1993)
- Operacional: Se midió a partir de las puntuaciones obtenidas en el inventario desarrollado en el estudio 1.5 de esta investigación para tal fin.

Muestreo

Mediante una técnica de muestreo no probabilístico accidental, se pidió la colaboración a 466 voluntarios, en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente del área metropolitana de la Ciudad de México, 271(58.2%) fueron mujeres y 193 (41.4%) fueron hombres, los rangos de edad oscilaron entre 18 y 63 años ($M = 32.09\%$, $DE = 11.87$), todos dentro de una relación de pareja (33.7% Matrimonio, 45.1% Noviazgo, 20.2% Unión libre, y 1.1% Otro) en la cual reportaron haber sido lastimados por una transgresión cometida por su pareja en algún momento de la relación. Se aseguró a los participantes el anonimato y la confidencialidad de su información.

Tipo de estudio y diseño

Correlacional, transversal, con un solo grupo (Kerlinger & Lee, 2001).

Instrumentos

Escala del perdón hacia la pareja. Se validó en la fase 1.1 de esta investigación. La escala cuenta con 32 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *extremadamente en desacuerdo*, y 5=*extremadamente de acuerdo*), constituidos en cinco factores que explican el 57.56% de la varianza y cuenta con una consistencia interna global de .95.

Escala del resentimiento hacia la pareja. Se validó en la fase 1.1 de esta investigación. La escala cuenta con 21 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *totalmente en desacuerdo*, y 5=*totalmente de acuerdo*), constituidos en cuatro factores que explican el 50.38% de la varianza y cuenta con una consistencia interna global de .91.

Estilos de Apego Adulto. Para medir el estilo de apego, se utilizará la Escala de Estilos de Apego Adulto para población mexicana, desarrollada por Márquez-Domínguez, Rivera-Aragón y Reyes-Lagunes (2009). El instrumento mide el estilo de apego mediante 21 reactivos con formato de respuesta tipo Likert con siete opciones de respuesta donde 1 es “totalmente en desacuerdo” y 7 es “totalmente de acuerdo”. La escala consta de tres factores que explican el 55.49% de la varianza y con una consistencia interna global mediante alfa de Cronbach de .740.

Severidad Percibida de la Transgresión. Para medir la severidad percibida de la transgresión, se usó el reactivo: ¿En qué medida consideras que fuiste lastimado por la transgresión de tu pareja?, el cual contará con un formato de respuesta en escala de 0 a 5, donde 0 es “no me lastimó en absoluto” y 5 es “me lastimó extremadamente”.

Escala de atribuciones causales de la transgresión cometida por la pareja. Se validó en la fase 1.2.2 de esta investigación. La escala cuenta con 25 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *extremadamente en desacuerdo*, y 5=*extremadamente de acuerdo*), constituidos en cuatro factores que explican el 55.52% de la varianza y cuenta con una consistencia interna global de .90.

Escala de empatía hacia la pareja en el contexto de la transgresión. Se validó en la fase 1.3.2 de esta investigación. La escala cuenta con 18 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *extremadamente en desacuerdo*, y 5=*extremadamente de acuerdo*), constituidos en tres factores que explican el 51.61% de la varianza y cuenta con una consistencia interna global de .89.

Escala de rumiación-disipación de la transgresión cometida por la pareja. Se validó en la fase 1.4.2 de esta investigación. La escala cuenta con 9 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *extremadamente en desacuerdo*, y 5=*extremadamente de acuerdo*), constituidos en dos factores que cuentan con una consistencia interna de .87 y .68, y en conjunto explican el 59.2% de la varianza.

Escala de contenido de la rumiación. Se validó en la fase 1.4.2 de esta investigación. La escala cuenta con 12 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), constituidos en un factor que explica el 66.7% de la varianza y cuenta con una consistencia interna global de .96.

Escala de detonadores de la rumiación. Se validó en la fase 1.4.2 de esta investigación. La escala cuenta con 25 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), constituidos en tres factores que explican el 68.66% de la varianza y cuenta con una consistencia interna global de .97.

Escala de rumiación acerca de una transgresión cometida por la pareja. Se validó en la fase 1.4.2 de esta investigación. La escala cuenta con 23 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), constituidos en tres factores que explican el 67.44% de la varianza y cuenta con una consistencia interna global de .98.

Escala de enfrentamiento enfocado en la emoción ante la transgresión. Se validó en la fase 1.5.2 de esta investigación. La escala cuenta con 24 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), constituidos en cinco factores que explican el 62.05% de la varianza y cuenta con una consistencia interna global de .91.

Escala de enfrentamiento enfocado al sentido ante la transgresión. Se validó en la fase 1.5.2 de esta investigación. La escala cuenta con 22 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), constituidos en tres factores que explican el 59.56% de la varianza y cuenta con una consistencia interna global de .87.

Escala de enfrentamiento enfocado al problema ante la transgresión. Se validó en la fase 1.5.2 de esta investigación. La escala cuenta con 11 reactivos en formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5 (1= *nunca*, y 5=*siempre*), constituidos en tres factores que explican el 60.95% de la varianza y cuenta con una consistencia interna global de .94.

Procedimiento

Se aplicaron los instrumentos en diversas universidades públicas, y en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente. Se pidió la colaboración de manera voluntaria a las personas que cubrieron los criterios de inclusión, posteriormente se indicó que los datos proporcionados serían utilizados con fines de investigación y se reiteró la confidencialidad de estos. Al momento que los participantes terminaron de responder los instrumentos, se agradeció su colaboración.

Análisis de Datos

Se llevaron a cabo análisis de correlación producto-momento de Pearson entre las puntuaciones en severidad percibida de la transgresión, los factores de las escalas de estilos de apego, las atribuciones de la transgresión, la empatía hacia el transgresor, las dimensiones de rumiación acerca de la transgresión, y las estrategias de enfrentamiento ante la transgresión, con el perdón y el resentimiento hacia la pareja.

Resultados

Asociación de Perdón y Resentimiento con los Estilos de Apego Adulto

En la tabla 45 se observan las correlaciones de los estilos de apego con el perdón y el resentimiento.

Tabla 45

Correlaciones entre los factores de Perdón, Resentimiento y Estilos de Apego

Factor	10. Apego Evitante	11. Apego Ansioso	12. Apego Seguro	<i>M</i>	<i>DE</i>
1. Afecto Positivo	-.365**	-.040	.547**	3.78	1.01
2. Benevolencia	-.315**	-.117*	.401**	4.20	0.92
3. Cognición positiva	-.335**	-.106*	.462**	4.18	0.91
4. Compasión	-.149**	.133*	.223**	3.42	0.99
5. Comportamiento Positivo	-.282**	-.069	.423**	3.93	0.98
6. Cognición Negativa	.412**	.251**	-.444**	1.76	0.94
7. Afecto Negativo	.427**	.236**	-.513**	2.17	0.97
8. Evitación	.472**	.211**	-.469**	1.95	1.06
9. Venganza	.341**	.260**	-.438**	2.14	0.98
<i>M</i>	2.38	3.28	5.39		
<i>DE</i>	1.22	1.38	1.34		

Nota. Los factores de 1 a 5 corresponden a la escala de perdón, del 6 al 9 corresponden a resentimiento y del 10 al 12 a estilo de apego. * $p < .05$. ** $p < .01$.

Asociación de Perdón y Resentimiento con la severidad percibida y las atribuciones casuales de la transgresión

En la tabla 46 se observan las correlaciones de la severidad percibida de la transgresión y las atribuciones de la transgresión con el perdón y el resentimiento hacia la pareja.

Tabla 46

Correlaciones de los factores de Perdón, Resentimiento con Severidad y Atribución

Factor	Atribución				
	10. Severidad de la Transgresión	11. Atribución Controlable	12. Atribución Estable	13. Atribución Interna de Daño	14. Atribución Interna de Engaño
1. Afecto Positivo	-.096	.084	-.453**	-.340**	-.233**
2. Benevolencia	.024	.309**	-.236**	-.254**	-.022
3. Cognición positiva	-.025	.257**	-.272**	-.226**	-.092
4. Compasión	-.006	.133 [†]	-.118 [†]	-.135 [†]	-.074
5. Comportamiento Positivo	.078	.272**	-.262**	-.244**	-.086
6. Cognición Negativa	.234**	-.025	.511**	.498**	.305**
7. Afecto Negativo	.234**	.096	.563**	.454**	.366**
8. Evitación	.270**	.034	.565**	.449**	.284**
9. Venganza	.199**	.015	.446**	.334**	.296**
<i>M</i>	3.46	3.81	2.31	2.3	3.01
<i>DE</i>	1.37	0.95	1.06	1.14	1.36

Nota. Los factores de 1 a 5 corresponden a la escala de perdón, del 6 al 9 corresponden a resentimiento, y del 11 al 14 a la escala de Atribuciones. * $p < .05$. ** $p < .01$.

Asociación de Perdón y Resentimiento con Empatía

En la tabla 47 se observan las correlaciones de los factores de empatía hacia la pareja tras una transgresión con el perdón y el resentimiento hacia la pareja.

Tabla 47

Correlaciones entre Perdón y Resentimiento con Empatía

Factor	10. Sabiduría Empática	11. Empatía Cognoscitiva (Remordimiento)	12. Toma de Perspectiva
1. Afecto Positivo	.378**	.246**	.277**
2. Benevolencia	.522**	.207**	.248**
3. Cognición positiva	.502**	.234**	.247**
4. Compasión	.271**	.299**	.326**
5. Comportamiento Positivo	.414**	.238**	.274**
6. Cognición Negativa	-.308**	-.031	-.070
7. Afecto Negativo	-.271**	-.042	-.126*
8. Evitación	-.237**	-.066	-.128**
9. Venganza	-.258**	-.039	-.101*
<i>M</i>	3.88	3.03	3.18
<i>DE</i>	0.98	1.04	1.06

Nota. Los factores de 1 a 5 corresponden a la escala de perdón, del 6 al 9 corresponden a resentimiento, y del 10 al 12 a la escala de Empatía. * $p < .05$. ** $p < .01$.

Asociación de Perdón y Resentimiento con las dimensiones de Rumiación acerca de la transgresión.

En la tabla 48 se observan las correlaciones de los factores de las dimensiones de rumiación acerca de una transgresión cometida por la pareja con el perdón y el resentimiento hacia la pareja.

Tabla 48

Correlaciones del Perdón y Resentimiento con los factores de Rumiación acerca de la transgresión

Factor	Rumiación-Discipación		Contenido	Sucitadores			Rumiación		
	10. Rumiación	11. Discipación	12. Rememoración de la Transgresión	13. Pensamientos Intrusivos	14. Tensión Interpersonal	15. Recelo	16. Rumiación Ansioso-Depresiva	17. Rumiación de Separación	18. Rumiación de Incertidumbre
1. Afecto Positivo	-.362**	.284**	-.212**	-.383**	-.216**	-.268**	-.304**	-.514**	-.126*
2. Benevolencia	-.290**	.253**	-.138**	-.374**	-.205**	-.310**	-.309**	-.314**	.007
3. Cognición positiva	-.278**	.234**	-.180**	-.312**	-.164**	-.270**	-.249**	-.309**	-.026
4. Compasión	-.065	.171**	.001	-.059	.035	-.066	.020	-.188**	.092
5. Comportamiento Positivo	-.255**	.205**	-.119*	-.275**	-.122*	-.180**	-.180**	-.293**	.026
6. Cognición Negativa	.469**	-.121*	.335**	.516**	.388**	.442**	.488**	.540**	.192**
7. Afecto Negativo	.500**	-.132**	.391**	.452**	.368**	.428**	.450**	.618**	.265**
8. Evitación	.463**	-.104*	.322**	.451**	.350**	.379**	.440**	.642**	.265**
9. Venganza	.421**	-.187**	.333**	.454**	.360**	.386**	.428**	.501**	.197**
<i>M</i>	2.47	3.26	2.83	2.11	2.54	2.26	2.23	2.47	3.26
<i>DE</i>	1.11	0.97	1.11	1.08	1.14	1.20	1.12	1.15	1.13

Nota. Los factores de 1 a 5 corresponden a la escala de perdón, del 6 al 9 corresponden a resentimiento, el 10 y 11 a la escala de rumiación-discipación, el 12 a la escala de contenido de la rumiación, del 13 al 15 a la escala de sucitadores de la rumiación, y del 16 al 18 a la estala de rumiación acerca de la transgresión. * $p < .05$. ** $p < .01$.

Asociación de Perdón y Resentimiento con el Enfrentamiento enfocado a la emoción, al sentido y al problema.

En la tabla 49 se observan las correlaciones de los factores de las estrategias de enfrentamiento con el perdón y el resentimiento hacia la pareja.

Tabla 49

Correlaciones del Perdón y Resentimiento con los factores de las Estrategias de Enfrentamiento ante la Transgresión

Factor	Problema	Sentido			Emoción				
	10. Negociación	11. Maduración de la Relación	12. Minimización de la Transgresión	13. Deterioro de la Relación	14. Distrés Emocional	15. Autocontrol	16. Apoyo Social	17. Activación Física	18. Tiempo Fuera
1. Afecto Positivo	.573**	.459**	.206**	-.472**	-.334**	.003	-.213**	-.122*	-.429**
2. Benevolencia	.432**	.342**	.091	-.304**	-.310**	.163**	-.204**	-.128*	-.259**
3. Cognición positiva	.451**	.395**	.180**	-.332**	-.273**	.115*	-.153**	-.055	-.206**
4. Compasión	.365**	.316**	.252**	-.191**	-.100	.159**	.002	.018	-.164**
5. Comportamiento Positivo	.480**	.357**	.103*	-.305**	-.176**	.109*	-.138**	-.096	-.265**
6. Cognición Negativa	-.384**	-.204**	.027	.487**	.514**	.108*	.362**	.164**	.402**
7. Afecto Negativo	-.414**	-.240**	-.065	.554**	.482**	.122*	.260**	.194**	.505**
8. Evitación	-.467**	-.249**	-.012	.523**	.459**	.124*	.308**	.205**	.503**
9. Venganza	-.331**	-.205**	-.027	.433**	.418**	.097	.263**	.091	.375**
<i>M</i>	3.54	3.32	2.72	2.38	2.28	3.36	2.48	2.30	2.48
<i>DE</i>	1.05	1.07	1.09	1.15	1.09	0.99	1.17	1.20	1.21

Nota. Los factores de 1 a 5 corresponden a la escala de perdón, del 6 al 9 corresponden a resentimiento, el 10 pertenece a la escala de enfrentamiento enfocado en el problema, del 11 al 13 a la escala de enfrentamiento enfocado en el sentido, y del 14 al 18 a la escala de enfrentamiento enfocado en la emoción. * $p < .05$. ** $p < .01$.

Discusión

De manera general, se encontró que el perdón y el resentimiento hacia la pareja están asociados de manera significativa con todas las otras variables de estudio. Con la finalidad de discutir los hallazgos de manera sistemática se presentarán de manera ordenada por variable de estudio.

Relación del Perdón y el Resentimiento con los Estilos de Apego

Los resultados de la investigación muestran que el apego seguro se relaciona de manera positiva con los cinco factores del perdón hacia la pareja, y de manera negativa con los cuatro factores de resentimiento, es decir que las personas que tienen esquemas positivos personales así como de la pareja, y se sienten tranquilos, seguros y cómodos con la cercanía e intimidad con su pareja, también experimentan más emociones cogniciones y conductas positivas hacia su pareja (i.e. perdonan), y mantienen menos afecto, cogniciones y comportamientos negativos hacia su pareja (i.e., resentimiento) a pesar de que cometieron algún comportamiento transgresivo. De tal manera que este hallazgo es consistente con la literatura científica literatura en términos de que mayor seguridad en el apego implica mayores niveles de perdón (Burnette et al., 2006; Jankowski & Sandage, 2011; Lawler-Row et al., 2006; Rosales-Sarabia, 2013), y aporta evidencia de que la relación es muy similar en fuerza, pero opuesta en direccionalidad con el resentimiento.

En términos del estilo de apego ansioso, se relacionó negativamente con los factores benevolencia, cognición positiva y compasión de la escala de perdón, lo que sugiere que entre más las personas experimenten ansiedad ante el abandono por parte de su pareja, también presentarán menos preocupación por el bienestar de su pareja, menos pensamientos positivos hacia su pareja y menos deseo de aliviar o reducir el sufrimiento que padece su pareja debido a su comportamiento transgresivo. No obstante estas relaciones son considerablemente débiles, y al contrastarlas con la literatura internacional se encuentra una inconsistencia importante con otros resultados, pues mientras por un lado algunos estudios también reportan relaciones negativas entre el perdón y el apego ansioso (e.g.,

Bonab, Motamedi, Shabizade & Sadeghi, 2016; Burnette et al., 2008; Liao & Wei, 2015), éstas relaciones son considerablemente más fuertes que las encontradas en la investigación actual, por otro lado otros estudios reportan una relación no significativa (Martin, Vosvick & Riggs, 2012). Cabe la posibilidad de que tales inconsistencias pueden ser efecto de los instrumentos de medición empleados para cada variable (i.e., uso de mediciones de perdón que mezclan indicadores positivos y negativos, o con sólo negativos, el uso mediciones indirectas de apego ansioso, o el uso de instrumentos con dudosas propiedades psicométricas), pues al revisar los resultados de las relaciones entre perdón y resentimiento, los resultados de la investigación previa y los de la actual adquieren mayor sentido.

El apego ansioso se relacionó positivamente con los cuatro factores de resentimiento, con índices de correlación más fuertes que los de la asociación con el perdón. Ello significa que las personas con temor al abandono de parte de sus parejas experimentan también más afecto, conductas y cogniciones negativas hacia ésta después de un comportamiento transgresivo. De tal manera que, en conjunto, los datos sugieren que la relación del apego ansioso con el resentimiento es más importante que su relación con el perdón, hallazgo consistente en otros estudios con población mexicana (Rosales-Sarabia, 2013).

Con respecto al apego evitante, se encontró un patrón de asociaciones inverso al encontrado con el apego seguro. Los datos indican que entre más se experimente conflicto interno ante la cercanía e intimidad emocional con la pareja romántica, también experimentará más emociones, cogniciones y conductas negativas, y menos emociones, cogniciones y conductas positivas hacia su pareja después de un comportamiento transgresivo por parte de ésta. Este hallazgo es consistente con la literatura en cuanto al perdón, pues se ha asociado negativamente con el apego evitante (Burnette et al., 2008; Guzmán, Santelices & Trabucco, 2015).

Si bien los resultados de esta investigación muestran en general una correspondencia inversa entre el perdón y el resentimiento, es necesario poner atención a las discrepancias entre éstos patrones. La relación entre el apego ansioso con el perdón y el resentimiento resalta la importancia de tener

indicadores independientes para tener una descripción más precisa de la dinámica post transgresión en la pareja.

De manera general, los hallazgos de esta investigación pueden explicarse a partir de los modelos mentales de sí mismo y del otro que subyacen los estilos de apego. Dado que el apego seguro se caracteriza de modelos positivos del otro y de uno mismo (Bartholomew & Horowitz, 1991), puede implicar que las transgresiones sean percibidas como menos negativas, y favorezca el perdón y disminuya la posibilidad de mantener el resentimiento. El modelo positivo del otro y negativo de uno mismo, que caracterizan el apego ansioso puede contribuir a la explicación de la asociación positiva entre el apego ansioso y el resentimiento, pues dado que temen el abandono de la pareja deciden permanecer, pese a que tengan sentimientos negativos hacia la pareja, no obstante, su temor a estar solos puede ser mayor. Finalmente, en términos del apego evitante, funciona inversamente al apego seguro, dado que se tiene un esquema positivo de uno y negativo de la pareja, la persona desarrolla la premisa de que, en algún momento, sea con la pareja o la relación, algo estará mal y al ocurrir la transgresión, puede ser vista como una confirmación a tal cognición y promover el resentimiento, y disminuir el perdón. No obstante, si bien los datos a la luz de la teoría sugieren estas relaciones causales, es necesario llevar a cabo un estudio que aporte evidencia empírica de orden explicativo para confirmarlas o refutarlas, lo que constituye el siguiente y último estudio de esta tesis.

Relación del Perdón y el Resentimiento con la Severidad de la Transgresión

Los resultados no mostraron relaciones significativas entre la magnitud de la transgresión y los cuatro factores de la escala del perdón hacia la pareja. La magnitud del daño experimentado al momento de la transgresión no se relacionó con el perdón hacia la pareja, ello constituye un hallazgo contraintuitivo y distinto a lo reportado en otras investigaciones que previamente habían reportado relaciones negativas entre el perdón y la severidad de la transgresión (e.g., Fincham et al.,

2005; Friesen et al., 2005). No obstante, el panorama es más claro al observar las correlaciones con el resentimiento, pues la severidad de la transgresión sí correlacionó positivamente con los cuatro factores de esa escala. Es decir, que la magnitud del daño experimentado al momento de la transgresión no tiene nada que ver con el perdón, pero mayores niveles en la magnitud de la transgresión sí están asociados a mayores niveles en el resentimiento, lo que puede explicarse mediante la teoría funcionalista del perdón (McCullough, 2008) que establece que las personas desean la venganza (que es uno de los factores del resentimiento) cuando han sido lastimados de manera significativa e intencionalmente por otra persona, y donde entre más severo e intencional sea el daño será más intenso el deseo de venganza.

Por otra parte, la fuerza de las relaciones permite especular que la severidad de la transgresión no es de las variables que más pueden explicar el perdón y el resentimiento hacia la pareja, pues incluso a nivel correlacional se han encontrado otros correlatos más importantes (e.g., estrategias de enfrentamiento o empatía), lo que sería positivo en términos de sus implicaciones prácticas, ya que puede ser más importante el manejo psicológico de la dinámica post transgresión, que el daño hecho durante la misma (el cual dado que está en el pasado, es inamovible). No obstante, se requiere evidencia a nivel explicativo que permita poner a prueba el papel de la magnitud de la transgresión como predictor del resentimiento, para contrastarlo con otras variables susceptibles de modificación clínica.

Relación del Perdón y el Resentimiento con las Atribuciones Negativas de la Transgresión

Los resultados de la investigación muestran que, de todos los factores de atribución, la atribución estable es la que se asoció con más fuerza, tanto con el perdón como con el resentimiento y ello indica que entre más se considere que la transgresión cometida por su pareja se debe a factores permanentes o que difícilmente van a cambiar, las personas experimentan menores niveles de perdón

y mayor resentimiento. Este hallazgo replica lo encontrado por Davis y Gold (2011), quienes explicaron esa relación a partir de la percepción de remordimiento por parte del transgresor, de manera que es posible que si la persona percibe la transgresión como algo constante en la interacción con su pareja o algo que puede ocurrir en cualquier momento, se obstaculice de manera importante el proceso del perdón, pues podría ser una señal de que el transgresor no está arrepentido ni tiene intención de cambiar su comportamiento.

Con respecto a los factores de atribución interna, es decir que la persona considera que la causa de la transgresión se encuentra en la pareja, la atribución interna de daño se asoció negativamente con todos los factores de perdón y positivamente con todos los de resentimiento. Ello significa que entre más el individuo considere que la transgresión se debió a que su pareja tuvo la intención de lastimarlo, también experimentará menores niveles de perdón y mayor resentimiento hacia su pareja. Lo que de hecho, de acuerdo a McCullough (2008) puede ser adaptativo, dado que si la pareja en realidad tuvo la intención de hacer daño, el perdón puede ser perjudicial para la persona, ya que expondría la integridad física y psicológica del individuo, mientras que por otro lado el mantener el resentimiento hacia una pareja actual que se considera tuvo la intención de hacer daño en el pasado, puede ser adaptativo también en alguna medida, ya que la venganza y la evitación pueden ser estrategias básicas para prevenir otras transgresiones en el futuro. Aunque la atribución estable y la atribución interna de daño son las que se asociaron más fuertemente con el perdón y el resentimiento, siendo ambas atribuciones que podrían dificultar el perdón y al mismo tiempo fomentar el resentimiento, y por tanto incluso es posible considerarlas más negativas que las restantes, a nivel descriptivo también se puede observar que tienen medias menores y muy similares entre sí, ambas debajo de la media teórica.

El factor de atribución interna de engaño se asoció negativamente sólo con el factor de afecto positivo de la escala del perdón, mientras que se asoció con más fuerza en cada uno de los cuatro factores del resentimiento, ello significa que

entre más se considere que la pareja cometió la transgresión debido a que esperaba engañar u ocultar cosas a su contraparte, también se experimentará menos afecto positivo, y más afecto, cogniciones y conductas negativas hacia la pareja a consecuencia de la transgresión. La relación de ambos factores de atribución interna con el resentimiento es consistente con lo encontrado por Hook et al. (2015), quienes reportaron que las atribuciones internas se relacionaron negativamente con el perdón emocional y la benevolencia, mientras que se relacionaron positivamente con la venganza y la evitación. Si bien las atribuciones internas que midieron Hook et al. (2015) son más en términos de rasgos de personalidad que de intenciones, tanto unas como otras son consistentes con la noción de atribuciones de responsabilidad (i.e., qué tanto la pareja es responsable de la transgresión), que a su vez coincide con lo encontrado por Hall y Fincham (2006), quienes reportaron que la atribución de responsabilidad se asoció con evitación y venganza, en el contexto de transgresiones hipotéticas (i.e., no reales).

Finalmente, el factor de atribución controlable no correlacionó con ningún factor del resentimiento, pero sorprendentemente sí correlacionó con cuatro de los cinco factores del perdón, ello sugiere que entre más las personas consideren que su pareja podía haber hecho algo para prevenir o detener el comportamiento transgresivo, experimentarán más benevolencia, cogniciones positivas, compasión y comportamientos positivos hacia su pareja. De principio, esos hallazgos son contra intuitivos, pues tanto a nivel teórico como empírico (Sinha & Lu, 2015; Weiner, 1986) se esperaría una relación negativa entre esos factores, no obstante si se toma en cuenta que los datos se obtuvieron de personas que actualmente se encuentran en las relaciones y que la media de atribución controlable es mayor (aritméticamente) que los otros tres factores de atribución, es posible deducir (con algún margen de error) que las personas consideren que su pareja se podría haber detenido, pero que además en realidad sí se detuvo antes de hacer más daño, sin embargo, dado que la escala no fue diseñada para ser sensible a esa posibilidad, se sugiere el desarrollo de futuros estudios que subsanen ésta limitación.

De manera general, los datos muestran que las atribuciones que hagan las personas acerca del comportamiento transgresivo de su pareja están asociadas con las emociones que experimentan hacia ellos. Si bien, los datos son de orden correlacional y no permiten establecer relaciones de causalidad, la evidencia que se presenta en esta investigación da fundamento para llevar a cabo el último estudio de esta tesis, que será de corte explicativo y permitirá poner a prueba la noción de que dependiendo la interpretación cognoscitiva de las causas del comportamiento de la pareja, dependerán las reacciones afectivas del individuo (Weiner, 1986).

Relación del Perdón y el Resentimiento con la Empatía hacia la Pareja en el contexto de la Transgresión

Los tres factores de empatía se relacionaron positivamente con el perdón hacia la pareja. Los resultados de ésta investigación indican que entre más uno considere que su pareja puede llevar a cabo comportamientos negativos y cometer errores al igual que cualquier otra persona, incluso uno misma (Sabiduría empática), o entre más perciba que su pareja está experimentando emociones y cogniciones asociadas al remordimiento (Empatía cognoscitiva), o haga esfuerzos por ponerse en los zapatos de su pareja en el contexto de la transgresión (Toma de perspectiva), las personas también experimentarán mayor afecto, cogniciones y conductas positivas hacia su pareja a pesar de su comportamiento transgresivo. Este hallazgo es consistente con lo encontrado en diversos estudios alrededor del mundo que han examinado el vínculo entre la empatía y el perdón (Fincham et al., 2002; Macaskill et al., 2002; McCullough et al., 1998; Montes-Berges & Aranda, 2017; Schimel et al., 2006; Toussaint & Webb, 2005; Welton et al., 2008), siendo éste uno de los correlatos mejor estudiados del perdón. No obstante, dado que esta investigación es la primera que examina esta relación con una escala específica de la empatía hacia la pareja en el contexto de la transgresión, aporta un panorama más detallado de la dinámica post-transgresión.

Las relaciones encontradas entre la empatía y el resentimiento fueron negativas, aunque se encontraron menos relaciones significativas y de menor fuerza en comparación con las del perdón. De los factores de la escala de empatía, sabiduría empática fue el correlato más importante para el resentimiento, e indica que entre menos las personas consideren que su pareja es un ser falible (como ellos mismos), guardarán más resentimiento, ello puede contribuir a comprender por qué en otros estudios se ha encontrado que las personas narcisistas perdonan menos (Exline, Baumeister, Bushman, Campbell & Finkel, 2004), aunque no por ello se sugiere que el narcisismo u otras características de personalidad sean la causa de que las personas no sean empáticas y en consecuencia no perdonen, los datos difícilmente permiten hacer inferencias de ese orden y hay muchas otras posibilidades. Así pues, si se consideran en conjunto la correlación con el perdón y el resentimiento, los datos aportan evidencia empírica que, si bien no es a nivel causal, sugiere que la afirmación de Worthington (2006), de que el proceso del perdón requiere sentir empatía por el transgresor y verse a uno mismo como un individuo que también puede fallar, es atinada. Por otra parte, la toma de perspectiva se asoció negativamente con los factores de resentimiento: afecto negativo, la evitación y venganza. Aunque las relaciones son considerablemente bajas, los datos sugieren que, si la persona se esfuerza por ponerse en los zapatos de su pareja, favorecerá no sólo al perdón, sino a la disminución del resentimiento, de manera que la toma de perspectiva puede ser (al menos en algunos casos) un factor útil en el trabajo clínico del psicólogo.

Relación del Perdón y el Resentimiento con las dimensiones de Rumiación acerca de la transgresión

En términos de la escala de rumiación y disipación, se encontró que la rumiación se asoció negativamente con todos los factores del perdón excepto compasión, y se relacionó positivamente y con más fuerza con los cuatro factores de resentimiento, mientras que la disipación se asoció positivamente con el perdón y negativamente con el resentimiento. Ello quiere decir que entre más pensamientos

recurrentes acerca de la transgresión tengan las personas, experimentarán también más cogniciones, afecto y conductas negativas y menos positivas hacia su pareja, ello puede deberse a que la rumiación se caracteriza por generar emociones negativas (Berkowitz, 1993), que son característicos del resentimiento.

En términos del contenido de la rumiación, se encontró que entre más recurrentemente las personas recuerden lo que sucedió durante la transgresión, experimentarán menos afecto, cogniciones y comportamientos positivos hacia su pareja (correlacionaron cuatro factores de la escala, pero no correlacionó el factor compasión). Worthington (2006), a partir de sus observaciones clínicas, señala que durante la rumiación acerca de una transgresión, pueden saltar a la mente pensamientos e imágenes del evento de manera aislada y aleatoria "*like freeze-frames caught by a strobe light*" (Worthington, 2006, p. 46), y si no se detienen desembocarán en recuerdos mucho más detallados y vívidos de la transgresión, lo que a su vez generará mayor malestar emocional en el individuo, lo que puede implicar menores niveles de perdón y mayores de resentimiento.

Con respecto a los suscitadores de la rumiación acerca de la transgresión, se relacionaron negativamente cuatro de los cinco factores del perdón (una vez más, sólo compasión no correlacionó con ninguno de los suscitadores de la rumiación), y positivamente con los cuatro factores de resentimiento. Es importante especificar que los pensamientos intrusivos son el correlato más fuerte, tanto con el perdón como con el resentimiento, lo que es consistente con las observaciones de Worthington (2006), quien plantea que a mayor grado de intrusividad (*intrusiveness* en inglés) de la rumiación, se desencadenarán emociones negativas más intensas, lo que a su vez puede favorecer el resentimiento, y dificultar el perdón. Esta relación también puede explicarse debido a que dado que es un detonante interno (Smith & Alloy, 2009) e involuntario, puede ser más difícil de evadir y controlar para la persona, por lo que la rumiación y las emociones negativas que conlleva podrían ser muy intensas.

La tensión interpersonal en la relación también se asoció negativamente con el perdón y positivamente con el resentimiento. Es decir, que si las personas

empiezan a rumiar ante situaciones de estrés en la relación, también guardarán mayor resentimiento y presentarán menores niveles de perdón hacia la pareja, lo que puede ser un problema para el funcionamiento de la relación, ya que aunque el estresor que enfrente la relación en ese momento, pueda no estar relacionado con la transgresión cometida por la pareja, podría incluso generar mayor conflicto al ser ésta recordada en un patrón rumiativo, y generar mayor tensión y malestar emocional.

La relación del recelo como elicitador de la rumiación, negativa con el perdón y negativa con el resentimiento, sugiere que, si la persona comienza a rumiar a partir de la sospecha del comportamiento de su pareja, será más difícil de perdonar y tenderá a experimentar mayor resentimiento. Aunque el mecanismo que lo explica puede ser muy similar al de tensión interpersonal, el recelo correlacionó con más fuerza que la tensión, probablemente debido a que es más específico que el anterior y puede detonar la rumiación mediante la posibilidad percibida de ser lastimado de manera similar nuevamente, y disparar con más fuerza las emociones negativas características del resentimiento (factor con el que correlacionó con más fuerza).

En términos de la escala de rumiación acerca de la transgresión cometida por la pareja, los resultados muestran que la rumiación de incertidumbre sólo se asoció negativa y con poca fuerza con el factor de afecto positivo, no obstante se correlacionó sistemáticamente con más fuerza en los cuatro factores de resentimiento, por lo que el rumiar acerca de las causas del evento parece no ser muy importante en términos del perdón que pueda experimentar la persona hacia su pareja, como lo es en el caso del resentimiento, dado que la persona permanece estancado en lo negativo del evento.

La experimentación de síntomas de ansiedad, depresión somatización y afecto negativo en general, condensados en el factor rumiación ansioso-depresiva, mostró el mismo patrón de correlaciones que los suscitadores de la rumiación (i.e., relaciones positivas con todos los factores del resentimiento y negativas con el perdón, excepto por la compasión). En este caso en particular, la relación entre la

rumiación y las emociones negativas es más cercana, dado que este factor evalúa ese componente de la rumiación, por lo que es lógico que entre mayor afecto negativo experimente el individuo, será más difícil que lo perdone, no obstante no es el correlato más importante de la escala.

La rumiación de separación se asoció más fuertemente con los cinco factores de perdón y los cuatro del resentimiento, ello implica que es el correlato más importante de la escala, ello significa que entre más la persona está pensando repetidamente en las consecuencias de la transgresión, en términos de dejar la relación o en su poca viabilidad a futuro, tendrá también más pensamientos, afecto y conductas negativas y menos positivas hacia su pareja. Este hallazgo es consistente con lo propuesto por la teoría del ciclo de acercamiento-alejamiento en la relación de pareja (Díaz-Loving, 1996 en Sánchez & Díaz-Loving, 2010), en la que el alejamiento de la pareja se da como consecuencia de interacciones negativas en la pareja (e.g., daño en la relación), y probablemente lleve a la disolución de la relación, llena de afecto negativo y probablemente más conflicto.

De manera general, el análisis de la correlación entre las distintas dimensiones de la rumiación apuntan a que entre más rumien las personas, perdonarán menos y guardarán mayor resentimiento, muy probablemente debido a las emociones negativas generadas durante la rumiación (Berkowitz, 1993; Worthington, 2006), lo que es consistente con un gran número de investigaciones a nivel internacional (Berry et al., 2005; Burnette et al., 2006; Suchday et al., 2005; Wu et al., 2011), no obstante esta investigación integra una medición multidimensional desarrollada específicamente para medir la rumiación ante una transgresión cometida por la pareja, por lo que sus hallazgos aportan el estudio empírico de algunas dimensiones que previamente sólo se habían desarrollado a nivel teórico a partir de observaciones clínicas (e.g., Worthington, 2006).

Relación del Perdón y el Resentimiento con las Estrategias de Enfrentamiento ante la transgresión cometida por la pareja.

Las estrategias de enfrentamiento que usan las personas ante la transgresión cometida por la pareja resultaron ser uno de los correlatos más importantes que se examinaron en este estudio. Las estrategias enfocadas a la emoción, al contrario de lo planteado por Worthington (2006), se asoció negativamente con el perdón y positivamente con el resentimiento, hallazgo que es consistente con otros estudios (Maltby et al., 2007). Ello probablemente se deba a que si bien estrategias como el apoyo social, la activación física y el tiempo fuera pueden regular las emociones en el corto plazo, por sí mismas no implican esfuerzos por llegar a acuerdos con la pareja, resarcir los daños provocados, o en general hacer esfuerzos activos por restaurar la relación, por lo que se podrían seguir generando emociones, cogniciones y comportamientos negativos hacia la pareja. De tal manera que la relación positiva entre la negociación como estrategia de enfrentamiento enfocada al problema se asoció positivamente con el perdón y negativamente con el resentimiento hacia la pareja, dado que permite cambiar cosas en la interacción de pareja que resarcen daños y previenen nuevos incidentes, por lo que puede generar menos afectividad negativa en la relación. En consecuencia, los datos sugieren que, si se requiere hablar acerca de la transgresión en la relación de pareja, es mucho más adaptativo hablarlo con la pareja y llegar a acuerdos (negociación), que hablarlo con alguien más (apoyo social).

En este estudio la mayoría de las variables que se asociaron tanto con perdón como con resentimiento, lo hacían con direccionalidades opuestas (e.g., Negociación se asoció positivamente con perdón, pero negativamente con resentimiento), no obstante la excepción a la regla fue el factor autocontrol de las estrategias enfocadas a la emoción. El autocontrol se asoció positivamente tanto con perdón como con resentimiento hacia la pareja, ello implica que entre más las personas hagan esfuerzos por controlar y suprimir sus emociones, presentarán tanto mayores niveles de perdón, como de resentimiento, lo que puede deberse a que la necesidad de autoregulación se da ante la presencia de emociones

negativas (Fox & Calkins, 2003) que son características del resentimiento, no obstante la función de esta autoregulación es generar respuestas apropiadas y adaptativas de comportamiento social, por lo que también puede funcionar como un mecanismo psicológico que promueva el perdón. Si bien la relación es interesante a nivel teórico, a nivel empírico son relaciones muy débiles por lo que se necesitan diseños de investigación explicativos que aporten evidencia más sólida al respecto.

En términos de las estrategias enfocadas al sentido, se encontró que la maduración de la relación se asoció negativamente con el resentimiento y positivamente con el perdón hacia la pareja, ello significa que entre más las personas consideren que el evento transgresivo eventualmente ayudó a mejorar la relación, perdonarán más a sus parejas y mantendrán menor resentimiento. Aunque la maduración de la relación implica un cambio en la forma de percibir la transgresión por parte de la pareja, será valioso que futura investigación se encargue de determinar si éste cambio ocurre como consecuencia del empleo de estrategias enfocadas al problema (i.e., las personas perciben que a partir de la transgresión llegaron hablaron de ciertos temas, llegaron acuerdos y cambiaron comportamientos que eventualmente mejoraron la relación), mientras que el factor de deterioro de la relación se relacionó negativamente con el perdón y positivamente con el resentimiento, lo que similarmente se podría explicar en términos de la falta de uso de adecuadas estrategias enfocadas al problema (i.e., la pareja no llega a acuerdos, no cambia cosas en la relación y en consecuencia ésta se deteriora).

La estrategia de minimización de la transgresión se asoció positivamente con cuatro de los cinco factores del perdón, pero con ninguno de los factores de resentimiento. Ello significa que entre más las personas consideren que la transgresión es menos severa de lo que inicialmente consideraron, tenderán a experimentar mayores niveles de afecto, cogniciones y comportamientos positivos hacia su pareja, muy probablemente debido a la reapreciación cognoscitiva del

estresor interpersonal (Park & Folkman, 1997), que promueva a un proceso de aceptación y resolución.

El trabajo de Worthington (2006) es una de las bases más importantes para el estudio del enfrentamiento y el perdón, sin embargo, gran parte de los hallazgos de éste estudio contradicen lo que el autor propuso a nivel conceptual. El enfrentamiento enfocado al problema, no se limita sólo a la búsqueda de justicia (como castigo), sino que también a llevar a cabo acciones que prevengan la futura incidencia de eventos similares, o bien que ayuden a resarcir daños. Por otra parte, las estrategias enfocadas en el sentido, no se restringen a nuevas narraciones del evento que excusen o justifiquen la transgresión, nuestros datos más bien indican que estas estrategias están en las que se resalta el papel central de la apreciación en el proceso de lograr congruencia entre el sentido global del individuo (i.e., sus metas básicas en la relación de pareja y suposiciones fundamentales, creencias y expectativas del comportamiento de su pareja) y el sentido de la transgresión en particular (i.e., la interacción de su sentido global versus la transgresión) (Park & Folkman, 1997).

La contraposición de nuestros hallazgos con respecto a lo propuesto por Worthington (2006) es mayor con respecto al enfrentamiento enfocado a la emoción. El autor señala que las estrategias enfocadas a la emoción, dado que están orientadas a la regulación de la experiencia emocional, favorecerán el proceso de yuxtaposición emocional, por lo que considera el perdón emocional como una estrategia de enfrentamiento enfocada a la emoción. No obstante, nuestros resultados indican que la regulación de la experiencia emocional más bien está asociada negativamente con el proceso del perdón y favorece el resentimiento, por motivos expuestos algunos párrafos más arriba. Dado lo anterior, se resalta el valor de obtener evidencia empírica para corroborar las proposiciones establecidas a nivel teórico-conceptual, por sus implicaciones importantes en el trabajo clínico del psicólogo.

Fase 2.2 Predictores del Perdón hacia la Pareja

Con base en el estudio 2.1, se determinó que todas las variables permanecerán en el modelo debido a que todas cuentan con factores que correlacionaron con el perdón y el resentimiento hacia la pareja.

Pregunta de Investigación

¿Cómo influyen los estilos de apego, la severidad percibida de la transgresión, las atribuciones causales de la transgresión, la empatía hacia la pareja tras la transgresión, la rumiación acerca de la transgresión y las estrategias de enfrentamiento ante la transgresión en el perdón y el resentimiento hacia la pareja?

Objetivo general

- Desarrollar y probar un modelo que permita explicar el perdón y el resentimiento hacia la pareja en una muestra de adultos mexicanos a partir de los estilos de apego, la severidad percibida de la transgresión, las atribuciones causales de la transgresión, la empatía hacia la pareja tras la transgresión, la rumiación acerca de la transgresión y las estrategias de enfrentamiento ante la transgresión.

Objetivos específicos

- Identificar variables predictoras del perdón y el resentimiento hacia la pareja
- Comprobar el modelo propuesto sobre el perdón hacia la pareja

Hipótesis conceptuales

- Los estilos de apego adulto son manifestaciones de los modelos mentales de otros y de sí mismo (Bartholomew & Horowitz, 1991), los cuales funcionan como guías que sirven al individuo para predecir el comportamiento de los demás y manejarse en el medio social. Por lo que

tienen el potencial de permear la interpretación del comportamiento y actitudes de la pareja, lo cual implica que las personas con mayor seguridad en su apego, es decir, esquemas más positivos, tanto de sí mismos como de la relación, también sean más proclives a volver a experimentar afectividad positiva tras una o varias transgresiones por parte de su pareja. Existe evidencia que sustenta esta afirmación, como los resultados reportados por Heinonen et al. (2004), Lawler-Row et al. (2006), Webb et al., (2006) y Rosales-Sarabia (2013).

- La severidad percibida de la transgresión se relacionará negativamente con el perdón hacia la pareja, debido a que las transgresiones llevan a quien las sufre a percibir claras diferencias entre como considera que merece ser tratado y el trato recibido, con lo que entre mayor sea ésta brecha, el individuo se sentirá más lastimado u ofendido y experimentará mayor afectividad negativa (Worthington, 2006), es decir, una persona se sentirá peor si la transgresión es más severa, por lo que será menos proclive a experimentar afectividad positiva hacia el transgresor. Otros investigadores han encontrado sustento a lo anterior, en términos de que a mayor severidad percibida de la transgresión correspondieron menores niveles de perdón (Fincham et al., 2005; Friesen et al., 2005).
- Las personas que hagan atribuciones más externas, incontrolables e inestables acerca de la transgresión cometida por su pareja, presentarán mayores niveles de perdón, debido a que este tipo de atribuciones tienden a generar menor ira y mayor simpatía hacia el transgresor como actor (Weiner, 2001). Dado que las personas consideren que la causa del comportamiento transgresivo por parte de su pareja estuvo fuera de su control, implicará que la pareja sea considerada como menos responsable de su comportamiento, y experimente más perdón, al respecto se cuenta con sustento empírico el cual señala que cuando existen atribuciones más positivas acerca del comportamiento ofensivo, aumenta la probabilidad del perdón (Fincham et al., 2002; Taisy, 2010; Takaku, 2001).

- El perdón requiere sentir empatía por el transgresor y verse a uno mismo como un individuo que también puede hacer daño a otros (Worthington, 1998), por lo que la empatía hacia la pareja como transgresor estará relacionada positivamente con el perdón experimentado hacia la pareja, se cuenta con diversos estudios que sustentan la premisa de que si las personas no son empáticas con la persona que les lastimó, será menos probable que lo perdonen (Fincham et al., 2002; Macaskill et al., 2002; McCullough et al., 1998; Schimel, Wohl & Williams, 2006; Toussaint & Webb, 2005; Welton, Hill & Seybold, 2008).
- Los niveles de rumiación acerca del comportamiento transgresivo estarán relacionados negativamente con el perdón, debido a que al repetir los recuerdos acerca de la transgresión y el considerar sus implicaciones para el sí mismo, así como para la relación, se elicitará nuevamente parte del afecto negativo que se experimentó en el momento de la transgresión, y éste afecto negativo tendrá efectos en la cognición, emociones y comportamiento del individuo, disminuyendo la probabilidad del perdón (McCullough et al., 2007). Esta relación cuenta con evidencia empírica, en un estudio publicado por Burnette et al. (2006), encontraron una relación positiva entre la falta de perdón (*unforgiveness* en inglés) y la rumiación de ira. Por otra parte, Berry et al. (2005), revelaron que la rumiación estuvo asociada a mayores sentimientos de ira y deseo de venganza tras una transgresión interpersonal.
- El enfrentamiento centrado en el problema estará relacionado con el perdón hacia la pareja, ya que implica la búsqueda activa de la solución del problema (Worthington, 2006), como lo puede ser el llegar a acuerdos que prevengan la revictimización. El enfrentamiento centrado en la emoción también estará asociado de manera positiva, dado que la sensación de control sobre las propias emociones, favorecerán a que el individuo no sucumba ante la angustia y afectos característicos del resentimiento. En este sentido, se cuenta con soporte para la asociación positiva entre el perdón y el enfrentamiento enfocado al problema (Flanagan et al., 2012) y

el enfrentamiento enfocado a la emoción (Maltby et al., 2007; Sung-Man et al., 2015).

Hipótesis estadísticas

Estilos de Apego Adulto y Perdón hacia la Pareja

H0: Los estilos de apego adulto no predicen el perdón hacia la pareja.

H1: Los estilos de apego adulto predicen el perdón hacia la pareja.

Severidad Percibida de la Transgresión y Perdón hacia la Pareja

H0: La severidad percibida de la transgresión no predice el perdón hacia la pareja.

H1: La severidad percibida de la transgresión predice el perdón hacia la pareja.

Atribuciones de la Transgresión y Perdón hacia la Pareja

H0: Las atribuciones de la transgresión no predicen el perdón hacia la pareja.

H1: Las atribuciones de la transgresión predicen el perdón hacia la pareja.

Empatía hacia el Transgresor y Perdón hacia la Pareja

H0: La empatía hacia el transgresor no predice el perdón hacia la pareja.

H1: La empatía hacia el transgresor predice el perdón hacia la pareja.

Rumiación acerca de la Transgresión y Perdón hacia la Pareja

H0: La rumiación acerca de la transgresión no predice el perdón hacia la pareja.

H1: La rumiación acerca de la transgresión predice el perdón hacia la pareja.

Enfrentamiento ante la Transgresión y Perdón hacia la Pareja

H0: Los estilos de enfrentamiento ante la transgresión no predicen el perdón hacia la pareja.

H1: Los estilos de enfrentamiento ante la transgresión predicen el perdón hacia la pareja.

Definición de variables

Las variables utilizadas en este estudio corresponden completamente a las utilizadas en el estudio 2.1.

Muestreo

Mediante una técnica de muestreo no probabilístico accidental, se pidió la colaboración a 300 voluntarios, en lugares públicos de esparcimiento de la zona oriente del área metropolitana de la Ciudad de México, 213 (71%) fueron mujeres y 87 (29%) fueron hombres, los rangos de edad oscilaron entre 18 y 80 años ($M = 29.47\%$, $DE = 12.61$), todos dentro de una relación de pareja (23% Matrimonio, 59% Noviazgo, 13% Unión libre, y 3.7% Otro) en la cual reportaron haber sido lastimados por una transgresión cometida por su pareja en algún momento de la relación. Se aseguró a los participantes el anonimato y la confidencialidad de su información.

Instrumentos

Los instrumentos utilizados en este estudio son los mismos que se emplearon en el estudio 2.1:

1. Escala de Estilo de Apego Adulto (Márquez, Rivera & Reyes, 2009).
2. Escala del Perdón hacia la pareja.
3. Escala del Resentimiento hacia la Pareja
4. Reactivo acerca de la Severidad Percibida de la transgresión.
5. Escala de Atribuciones de la transgresión.
6. Escala de Empatía hacia el transgresor.
7. Inventario de Rumiación acerca de la transgresión.
8. Inventario de Estrategias de Afrontamiento ante la transgresión.

Procedimiento

Se aplicarán los instrumentos en diversos lugares públicos del área metropolitana de la ciudad de México, se pedirá la colaboración voluntaria a las personas que cubran los criterios de inclusión, posteriormente se indicará que los datos proporcionados serían utilizados con fines de investigación y se reiteró la

confidencialidad de estos. Al momento que los participantes terminen de responder los instrumentos, se agradecerá su colaboración.

Análisis de Datos

Dado que se observaron correlaciones moderadas y altas entre los factores de las escalas de perdón y resentimiento, las escalas del inventario de rumiación acerca de la transgresión, y las escalas del inventario de estrategias de enfrentamiento ante la transgresión, es posible que existan factores subyacentes a los arrojados por las validaciones iniciales, por lo que se decidió llevar a cabo un análisis factorial de segundo orden (Thompson, 2004), que permite una interpretación más parsimoniosa de los resultados y evita futuros problemas de colinealidad o multicolinealidad. Posteriormente, se llevaron a cabo análisis de regresión múltiple paso por paso, uno para el Perdón como variable de salida y otro para el Resentimiento como variables de salida, en ambos casos la severidad percibida de la transgresión, las atribuciones causales de la transgresión, la empatía hacia la pareja tras la transgresión, la rumiación acerca de la transgresión y las estrategias de enfrentamiento ante la transgresión fueron las variables de entrada.

Resultados

Análisis factorial exploratorio de segundo orden para las escalas de perdón y resentimiento hacia la pareja

Se encontraron dos dimensiones generales para los factores de primer orden (ver Tabla 50): (a) Perdón hacia la pareja, que se define como la experimentación de afecto, cogniciones y conductas positivas hacia la pareja a pesar de su previo comportamiento transgresivo; (b) resentimiento hacia la pareja, que se caracteriza por el mantenimiento de afecto, cogniciones y conductas negativas hacia la pareja como consecuencia de su previo comportamiento transgresivo. Ambos factores explican el 79.10% de la varianza.

Tabla 50
Factores de segundo orden para Resentimiento y Perdón hacia la pareja

Factor de 1er orden	M (DE)	Factor de 2do orden		Comunalidades
		1	2	
Benevolencia	4.41 (.77)	1.001	.153	.830
Cognición Positiva	4.26 (.82)	.914	-.049	.866
Conducta Positiva	4.28 (.89)	.895	-.028	.801
Afecto Positivo	4.03 (.97)	.791	-.204	.843
Compasión	3.43 (1.03)	.632	.019	.379
Afecto Negativo	1.78 (.97)	-.011	.978	.905
Evitación	1.84 (1.04)	-.021	.917	.848
Cognición Negativa	1.58 (.92)	-.017	.906	.837
Venganza	2.03 (1.07)	.061	.832	.632
Eigenvalue		5.85	1.63	
% de varianza		63.10	16.00	

Análisis factorial exploratorio de segundo orden para las escalas del Inventario de Rumiación acerca de la Transgresión

Se encontró una dimensión general para los factores de primer orden (ver Tabla 51): Rumiación acerca de la transgresión, que denota la tendencia a reproducir la transgresión una y otra vez en la mente, elaborando explicaciones, explorando posibilidades y preocupándose por las consecuencias negativas para sí mismo y para la relación (Worthington, 2006). El factor explica el 57.68% de la varianza.

Tabla 51
Factores de segundo orden para Rumiación acerca de la Transgresión

Factor de 1er orden	M (DE)	Factor de 2do orden	
		1	Comunalidades
Rumiación Ansioso-Depresiva	2.12 (1.07)	.928	.820
Tensión Interpersonal	2.54 (1.09)	.907	.789
Rumiación de Separación	2.34 (1.25)	.833	.691
Rememoración de la Transgresión	2.79 (1.09)	.818	.648
Pensamientos Intrusivos	1.73 (.87)	.788	.663
Recelo	2.04 (1.17)	.737	.608
Rumiación	2.42 (1.15)	.727	.525
Rumiación de Incertidumbre	3.26 (1.17)	.619	.453
Disipación	3.21 (.93)	-.263	.096
Eigenvalue		61.45	
% de varianza		57.68	

Análisis factorial exploratorio de segundo orden para las escalas del inventario de estrategias de enfrentamiento ante una transgresión

Se encontraron tres dimensiones generales para los factores de primer orden (ver Tabla 51): (a) Estrategias de aproximación, aproximación que incluyen la negociación, minimización de la transgresión y la maduración de la relación como estrategias activas de enfrentamiento caracterizados por esfuerzos activos para tener el control del estresor, resolver problemas y hacer comparaciones positivas (optimistas) del evento (Roesch & Weiner, 2001); (b) Distrés psicológico, que son estrategias que implican un funcionamiento psicológico mal adaptativo ante el estresor interpersonal, es decir la transgresión cometida por la pareja (c.f., Abeloff et al., 2000 en Ridner, 2004); y (c) Estrategias de evasión, que se caracteriza por los esfuerzos pasivos de retirada conductual (activación física) y cognoscitiva (autocontrol) y emocional (apoyo social) para hacer frente a la transgresión (c.f., Roesch & Weiner, 2001). Los tres factores explican el 57.13% de la varianza.

Tabla 51

Factores de segundo orden para las estrategias de enfrentamiento ante la transgresión

Factor de 1er orden	M (DE)	Factor de 2do orden			Comunalidades
		1	2	3	
Maduración de la Relación	3.30 (.94)	1.032	.134	.062	.693
Negociación	3.73 (1.18)	.715	-.187	.089	.667
Minimización de la Transgresión	2.80 (1.13)	.589	.061	-.131	.329
Distrés Emocional	2.06 (1.01)	.163	.916	-.096	.490
Tiempo-fuera	2.47 (1.25)	-.027	.674	.185	.517
Deterioro de la Relación	2.28 (1.22)	-.277	.648	.082	.585
Autocontrol	3.39 (1.00)	-.013	-.116	.883	.339
Apoyo Social	2.66 (1.23)	-.068	.106	.495	.243
Activación Física	2.17 (1.18)	.088	.152	.358	.187
Eigenvalue		3.14	2.07	1.02	
% de varianza		31.18	18.92	7.02	

Regresión lineal múltiple paso por paso para explicar el Perdón hacia la pareja

El análisis de regresión múltiple arrojó que estilo de apego seguro, las estrategias de enfrentamiento por aproximación, la sabiduría empática, el estilo de apego evitante, el distrés psicológico, las atribuciones de controlabilidad y las atribuciones internas de daño son predictores confiables y explicaron en conjunto el 57% de la varianza del perdón hacia la pareja después de una transgresión (ver Tabla 52).

Tabla 52
Análisis de Regresión Paso por Paso Prediciendo el Perdón hacia la Pareja

Paso y Variables Predictoras	Perdón hacia la Pareja							
	B	SE	β	IC 95%	Tolerancia	VIF	R^2 Ajustado	ΔR^2
Paso 1								
Apego Seguro	0.45	0.04	0.60***	[0.37, 0.53]	1.00	1.00	0.358***	0.361
Paso 2								
Apego Seguro	0.36	0.04	0.49***	[0.28, 0.45]	0.84	1.19	0.428***	0.072
Aproximación	0.26	0.05	0.29***	[0.16, 0.36]	0.84	1.19		
Paso 3								
Apego Seguro	0.33	0.04	0.45***	[0.25, 0.42]	0.82	1.21	0.482***	0.056
Aproximación	0.23	0.05	0.26***	[0.14, 0.33]	0.83	1.20		
Sabiduría Empática	0.29	0.06	0.24***	[0.17, 0.41]	0.94	1.06		
Paso 4								
Apego Seguro	0.26	0.04	0.35***	[0.17, 0.35]	0.66	1.52	0.512***	0.032
Aproximación	0.24	0.05	0.27***	[0.15, 0.34]	0.83	1.21		
Sabiduría Empática	0.28	0.06	0.24***	[0.16, 0.39]	0.94	1.07		
Apego Evitante	-0.17	0.05	-0.20***	[-0.26, -0.08]	0.77	1.30		
Paso 5								
Apego Seguro	0.21	0.05	0.28***	[0.11, 0.30]	0.57	1.76	0.529***	0.019
Aproximación	0.20	0.05	0.22***	[0.10, 0.30]	0.76	1.32		
Sabiduría Empática	0.29	0.06	0.25***	[0.18, 0.41]	0.93	1.07		
Apego Evitante	-0.15	0.05	-0.18**	[-0.24, 0.06]	0.75	1.33		
Distrés	-0.17	0.06	-0.17**	[-0.28, -0.05]	0.63	1.59		
Paso 6								
Apego Seguro	0.19	0.05	0.26***	[0.10, 0.28]	0.56	1.78	0.558***	0.031
Aproximación	0.20	0.05	0.22***	[0.11, 0.30]	0.76	1.32		
Sabiduría Empática	0.23	0.06	0.19***	[0.11, 0.34]	0.85	1.17		
Apego Evitante	-0.16	0.04	-0.19***	[-0.25, -0.07]	0.75	1.33		
Distrés	-0.23	0.06	-0.24***	[-0.34, -0.11]	0.58	1.72		
Atribución Controlable	0.19	0.05	0.19***	[0.09, 0.30]	0.83	1.20		
Paso 7								
Apego Seguro	0.16	0.05	0.22***	[0.07, 0.26]	0.54	1.85	0.575***	0.018
Aproximación	0.19	0.05	0.21***	[0.09, 0.28]	0.75	1.34		
Sabiduría Empática	0.22	0.06	0.18***	[0.10, 0.33]	0.85	1.18		
Apego Evitante	-0.14	0.04	-0.16**	[-0.22, -0.05]	0.73	1.38		
Distrés	-0.19	0.06	-0.20**	[-0.31, -0.08]	0.56	1.78		
Atribución Controlable	0.22	0.05	0.22***	[0.12, 0.32]	0.81	1.23		
Atribución Interna (Daño)	-0.12	0.04	-0.16**	[-0.20, -0.04]	0.67	1.49		

Nota: ** $p < .01$. *** $p < .001$.

Regresión lineal múltiple paso por paso para explicar el Resentimiento hacia la pareja

El análisis de regresión múltiple arrojó que el distrés psicológico, el estilo de apego seguro, las atribuciones internas de daño, el apego evitante, la sabiduría empática, la atribución estable, la atribución interna de engaño y el apego ansioso son predictores confiables y explicaron en conjunto el 65% de la varianza del resentimiento hacia la pareja después de una transgresión (ver Tabla 53).

Tabla 53

Análisis de Regresión Paso por Paso Prediciendo el Resentimiento hacia la Pareja

Paso y Variables Predictoras	Resentimiento hacia la Pareja							
	B	SE	β	IC 95%	Tolerancia	VIF	R^2 Ajustado	ΔR^2
Paso 1								
Distrés	0.74	0.06	0.66***	[0.62, 0.85]	1.00	1.00	0.444***	0.447
Paso 2								
Distrés	0.51	0.06	0.46***	[0.39, 0.63]	0.70	1.43	0.542***	0.099
Apego Seguro	-0.33	0.05	-0.37***	[-0.42, -0.23]	0.70	1.43		
Paso 3								
Distrés	0.42	0.06	0.37***	[0.30, 0.54]	0.64	1.56	0.593***	0.052
Apego Seguro	-0.26	0.05	-0.29***	[-0.35, -0.16]	0.64	1.55		
Atribución Interna (Daño)	0.23	0.05	0.26***	[0.14, 0.32]	0.72	1.39		
Paso 4								
Distrés	0.40	0.06	0.36***	[0.29, 0.52]	0.64	1.57	0.612***	0.02
Apego Seguro	-0.21	0.05	-0.24***	[-0.31, -0.11]	0.58	1.71		
Atribución Interna (Daño)	0.20	0.04	0.23***	[0.12, 0.29]	0.70	1.44		
Apego Evitante	0.16	0.05	0.16***	[0.06, 0.26]	0.74	1.36		
Paso 5								
Distrés	0.41	0.06	0.37***	[0.29, 0.53]	0.64	1.57	0.623***	0.013
Apego Seguro	-0.19	0.05	-0.21***	[-0.28, -0.09]	0.57	1.76		
Atribución Interna (Daño)	0.20	0.04	0.23***	[0.12, 0.29]	0.70	1.44		
Apego Evitante	0.16	0.05	0.16***	[0.06, 0.25]	0.74	1.36		
Sabiduría Empática	-0.16	0.06	-0.11**	[-0.28, -0.04]	0.95	1.05		
Paso 6								
Distrés	0.36	0.06	0.32***	[0.24, 0.48]	0.57	1.75	0.634***	0.012
Apego Seguro	-0.18	0.05	-0.21***	[-0.28, -0.09]	0.57	1.76		
Atribución Interna (Daño)	0.16	0.05	0.18***	[0.07, 0.25]	0.62	1.61		
Apego Evitante	0.14	0.05	0.14**	[0.05, 0.23]	0.73	1.38		
Sabiduría Empática	-0.16	0.06	-0.11**	[-0.27, -0.04]	0.95	1.05		
Atribución Estable	0.13	0.05	0.14**	[0.03, 0.22]	0.60	1.68		
Paso 7								
Distrés	0.31	0.06	0.28***	[0.18, 0.43]	0.51	1.95	0.643***	0.011
Apego Seguro	-0.18	0.05	-0.20***	[-0.27, -0.08]	0.57	1.77		
Atribución Interna (Daño)	0.14	0.05	0.16**	[0.05, 0.23]	0.60	1.68		
Apego Evitante	0.13	0.05	0.13**	[0.04, 0.22]	0.72	1.39		
Sabiduría Empática	-0.14	0.06	-0.10*	[-0.26, -0.03]	0.94	1.06		
Atribución Estable	0.13	0.05	0.14**	[0.04, 0.23]	0.60	1.68		
Atribución Interna (Engaño)	0.10	0.04	0.12*	[0.02, 0.18]	0.68	1.47		

Nota: * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

(Continúa)

Tabla 53 (Continuación)

Análisis de Regresión Paso por Paso Prediciendo el Resentimiento hacia la Pareja

Paso y Variables Predictoras	Resentimiento hacia la Pareja							
	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	IC 95%	Tolerancia	VIF	R^2_{Ajustado}	ΔR^2
Paso 8								
Distrés	0.37	0.07	0.33***	[0.23, 0.50]	0.44	2.27		
Apego Seguro	-0.16	0.05	-0.18***	[-0.26, -0.07]	0.55	1.81		
Atribución Interna (Daño)	0.12	0.05	0.14**	[0.03, 0.21]	0.58	1.72		
Apego Evitante	0.15	0.05	0.15**	[0.06, 0.24]	0.70	1.44		
Sabiduría Empática	-0.14	0.06	-0.10*	[-0.26, -0.03]	0.94	1.06		
Atribución Estable	0.13	0.05	0.14**	[0.04, 0.22]	0.60	1.68		
Atribución Interna (Engaño)	0.11	0.04	0.14**	[0.03, 0.19]	0.67	1.50		
Apego Ansioso	-0.08	0.04	-0.10*	[-0.15, -0.01]	0.74	1.34	0.650***	0.009

Nota: * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

Los resultados muestran valores del factor de inflación de varianza (VIF) cerca de uno (ver Tablas 52 y 52), y en ningún caso se encontró un VIF mayor a 10. Así mismo, los valores de tolerancia estuvieron por encima del .2 en todos los casos, en consecuencia, se puede afirmar que los datos no presentan problemas de multicolinealidad (Field, 2013).

Discusión

En términos generales, los resultados de esta investigación señalan que el apego, la empatía, el afrontamiento y las atribuciones causales, propuestas dentro del modelo (Figura 2), contribuyen de manera considerable a la explicación del perdón y el resentimiento hacia la pareja. La discusión de estos hallazgos se presenta en términos de los predictores confiables identificados, y posteriormente de las implicaciones de los hallazgos en términos modelo teórico propuesto.

Predictores del Perdón y el Resentimiento hacia la pareja

Los hallazgos confirman que el apego seguro hacia la pareja sí es un predictor confiable positivo del perdón y negativo del resentimiento hacia la pareja después de una transgresión. La hipótesis conceptual planteada al respecto se confirmó, de manera que los datos dan evidencia de que debido a que los modelos mentales de apego orientan el comportamiento social de los individuos, permean la interpretación del comportamiento transgresivo de la pareja (Bartholomew & Horowitz, 1991; Bowlby, 1993), de manera que si las personas tienen apego seguro hacia su pareja (manejan modelos mentales positivos tanto de sí mismo como de la pareja y la relación), influirá positivamente al perdón, (i.e., perdonarán más fácilmente la transgresión cometida por la pareja) , y experimentarán menor resentimiento. Es decir, que de quedarse en la relación, lo harán experimentando más afectividad positiva y menos afectividad negativa hacia su pareja. En contraste, el apego evitante hacia la pareja es un predictor confiable negativo del perdón hacia la pareja y positivo del resentimiento hacia la pareja, es decir que funciona a la inversa del apego seguro, muy probablemente debido a que de acuerdo a la teoría del apego adulto, las personas con apego evitante se manejan con modelos negativos de la pareja y la relación (Bartholomew & Horowitz, 1991), por lo que pueden interpretar las transgresiones de manera más negativa, o incluso pueden operar los principios de la profecía autocumplida (Downey, Freitas, Michaelis & Khouri, 1998), que dificulten el proceso del perdón, pero sobre todo que promuevan el resentimiento hacia la pareja.

Ello resalta el potencial de promover los esquemas positivos tanto del sí mismo, como de la pareja y la relación en el trabajo clínico del psicólogo, pues si se considera que el perdón no pone en riesgo la integridad de las personas (i.e., si hay buenas razones para considerar que perdonar a la pareja no expone a la persona a sufrir más violencia u otro tipo de transgresiones), los modelos mentales son un terreno fértil para promover unas relaciones interpersonales más saludables. Por otra parte, si perdonar pone en riesgo la integridad de la persona, en primer lugar, se debe poner a la persona a salvo y hecho lo anterior, se puede trabajar para disminuir el resentimiento, de manera que se eviten mayores daños secundarios (Enright & Fitzgibbons, 2015).

El estudio de los efectos de la empatía en el perdón no es nuevo, y los estudios apuntan a que es un predictor importante del perdón (Fincham et al., 2002; Macaskill et al., 2002; McCullough et al., 1998; Schimel, Wohl & Williams, 2006; Toussaint & Webb, 2005; Welton, Hill & Seybold, 2008), no obstante, ningún estudio antes había explorado la dimensión de sabiduría empática, que en ésta investigación también resultó ser un predictor confiable del perdón hacia la pareja. Martin Luther King (1929-1968), dijo “Debemos desarrollar y conservar la capacidad de perdonar... hay algo bueno hasta en el peor de nosotros y hay algo malo en el mejor de nosotros. Cuando descubrimos esto, nos volvemos menos propensos a odiar a nuestros enemigos”, y más recientemente Worthington (2006) escribió que, para perdonar, hace falta verse a uno mismo como una persona que también puede fallar. El factor sabiduría empática operacionaliza la idea básica detrás de estas afirmaciones, y permite la exploración científica de su impacto en el funcionamiento de las personas en la dinámica post-transgresión. Específicamente, los datos establecen que las personas que consideren que el comportamiento aversivo de su pareja forma parte de sus imperfecciones y son conscientes de que ellos mismos han llevado a cabo comportamientos aversivos en el pasado, promoverá el perdón hacia su pareja, y permitirá seguir en la relación experimentando emociones, teniendo pensamientos y llevando a cabo conductas positivas hacia su pareja, lo que eventualmente puede favorecer la construcción de relaciones constructivas y sustentables (c.f., Díaz-Loving, 2010).

El distrés psicológico es un predictor confiable negativo del perdón y positivo del resentimiento. Cuando las estrategias de enfrentamiento no logran cambiar las apreciaciones cognoscitivas de los estresores, se tiende al distrés (Lazarus & Folkman, 1991), y es un concepto general de funcionamiento psicológico mal adaptativo ante los eventos estresores de la vida (Abeloff et al., 2000 en Ridner, 2004), y representa las estrategias de enfrentamiento más desadaptativas, por lo que llevar a cabo éste tipo de comportamientos con respecto a la transgresión (e.g., actuar de forma violenta, agredir, alejarse o poner distancia de la pareja, y considerar que hizo que la relación se deteriorara), hará que las personas experimenten menos afecto, cogniciones y conductas positivas hacia su pareja y aumentará la presencia de afecto, cogniciones y conductas negativas características del resentimiento hacia la pareja, lo que puede implicar una sobrevida de la relación muy negativa y poco saludable para los miembros de la díada, por lo que en el contexto clínico los psicólogos deberían prestar atención a éste tipo de estrategias desadaptativas de afrontamiento, y cambiarlas por otras más positivas.

La dimensión de enfrentamiento orientado a la aproximación hacia el estresor (*approach* en inglés) es un predictor positivo confiable del perdón hacia la pareja. Las estrategias de aproximación que incluyen la negociación, minimización de la transgresión y la maduración de la relación como estrategias activas de enfrentamiento caracterizados por esfuerzos activos para tener el control del estresor, resolver problemas y hacer comparaciones positivas (optimistas) del evento (Roesch & Weiner, 2001), y llevar a cabo éste tipo de estrategias de aproximación promoverá el perdón hacia la pareja, es decir que si los miembros de la pareja hablan y llegan a acuerdos que reparen daños y prevengan nuevos incidentes, hacen esfuerzos por ver las consecuencias positivas de la transgresión (lo positivo dentro de la adversidad), hará que las personas experimenten más emociones, pensamientos y conductas positivas hacia su pareja, lo que funcionaría como base también para una relación sustentable. Por otra parte, los datos en general no dan sustento a las hipótesis conceptuales planteadas en términos del enfrentamiento enfocado a la emoción y el perdón.

Las atribuciones de controlabilidad son predictores confiables del perdón, sin embargo, los datos no brindan sustento a la hipótesis conceptual planteada para este estudio. Weiner (2001) planteó que las atribuciones controlables generarían más emociones negativas después de una transgresión, de forma contraria, las atribuciones de control tienen efectos positivos en el perdón hacia la pareja, es decir que si la persona considera que el comportamiento transgresivo de su pareja estaba bajo su control (para detenerse para reflexionar), favorecerá el perdón hacia su pareja. Para interpretar este hallazgo, es importante considerar la posibilidad de que las personas hayan hecho una atribución controlable porque de alguna u otra manera consideran que su pareja efectivamente se detuvo antes de hacer más daño, o de consumir la transgresión. Para corroborar esta especulación, hace falta que futura investigación considere la atribución de controlabilidad (podría haberse detenido) junto con un indicador de control real (se detuvo), para una descripción más detallada del fenómeno.

Las atribuciones internas de daño fueron predictores confiables negativos del perdón y positivos del resentimiento. Considerar que la pareja tenía intenciones de lastimar con su comportamiento transgresivo causará más resentimiento en las personas y más dificultades para poder perdonar a su pareja. Este hallazgo sí fue consistente con lo planteado en la hipótesis conceptual, y es posible explicarlo ya que las atribuciones internas (la causa de la transgresión está en el individuo) generan mayor ira en los individuos (Weiner, 2001), lo que promueve el resentimiento, y dificultan el perdón (Fincham et al., 2002; Taisy, 2010; Takaku, 2001). Otras atribuciones internas consideradas en la investigación hacen referencia a la intención de ocultar información a la pareja, es decir las atribuciones internas de engaño, que también fueron un predictor confiable positivo del resentimiento, ello implica que, si las personas consideran que su pareja llevó a cabo la transgresión con la intención de engañarla, experimentará mayor resentimiento.

Las atribuciones estables fueron predictores confiables positivos del resentimiento. Si las parejas consideran que las causas de la transgresión son una constante en

su relación, experimentarán más resentimiento hacia su pareja. Ello también es consistente con lo planteado en las hipótesis conceptuales, ya que este tipo de atribuciones han demostrado generar más emociones negativas en las personas (Weiner, 2001), y es claro que, si la transgresión es frecuente durante la relación, éste tipo de emociones negativas características del resentimiento se generan al menos con la misma frecuencia.

Los efectos de las atribuciones internas y estables en el resentimiento pueden tener un papel adaptativo en el individuo. Si una persona considera que su pareja la lastimó y ofendió, porque tuvo la intención de hacer daño, de engañarla y además es algo que sucede con frecuencia o se considera que puede suceder en cualquier momento, experimentará más resentimiento, más emociones negativas que de acuerdo a la teoría del sociómetro (Leary, 1999), podrían tener la función de distanciar a la persona de quien le está haciendo daño con la finalidad de salvaguardar su integridad, quizá respondiendo con venganza y evitación para prevenir futuras revictimizaciones (McCullough, 2008, 2010). Independientemente del papel de la venganza y la evitación, la pregunta que queda en el aire es cómo y por qué las personas permanecen en una relación con tales características en detrimento de su salud física y mental, y la investigación futura podría contribuir a ese hueco en el conocimiento.

El modelo teórico del perdón y el resentimiento hacia la pareja a la luz de la evidencia

Si bien, tanto el modelo del perdón como el del resentimiento explican una parte significativa de la varianza, no todas las hipótesis conceptuales planteadas para el modelo propuesto fueron sustentadas por la evidencia, de hecho, algunas variables dentro del modelo original no resultaron ser predictores.

La severidad percibida de la transgresión fue una medida de qué tanto daño experimentó la persona al momento de la transgresión, y la hipótesis señaló que una mayor fuera la severidad, implicaría menores niveles de perdón y mayores de resentimiento (c.f., Fincham et al., 2005; Friesen et al., 2005), no obstante, la severidad no fue un predictor confiable. Tanto para el perdón como para el

resentimiento es más importante el rol del apego, la empatía, las atribuciones, y las estrategias de enfrentamiento. Ello implica que es mucho más importante lo que se hace para hacer frente a la transgresión, que el daño generado por la misma, lo que de hecho es positivo ya que independientemente de la magnitud del daño hecho, las personas podrían beneficiarse de una intervención psicoterapéutica para disminuir el resentimiento o promover el perdón, siempre y cuando esto no implique poner a la persona en una situación de vulnerabilidad física y/o psicológica (Enright & Fitzgibbons, 2015).

Otra gran divergencia en términos del modelo propuesto y los resultados finales de la investigación concierne al papel de la rumiación acerca de la transgresión en el perdón y el resentimiento. Diversas investigaciones alrededor del mundo han coincidido en que mayor rumiación conlleva menores niveles de perdón (Berry et al., 2005; Burnette et al., 2006; McCullough, et al., 2007; Paleari, et al., 2005; Suchday et al., 2005; Wu et al., 2011), y la explicación teórica es bastante sólida (McCullough et al., 2007; Worthington, 2006), no obstante en ésta investigación la rumiación no apareció como un predictor confiable, aunque como puede verse en la tabla 48, la rumiación mostró un claro y sólido patrón de correlaciones con perdón y resentimiento. Ello es probable que se deba a la naturaleza del análisis de regresión múltiple paso por paso, pues una de sus limitaciones es que, durante su procedimiento matemático, puede dejar fuera del modelo predictores con base en los que ya forman parte del modelo (Field, 2013), es decir que la rumiación podría no haber figurado como un predictor importante debido a que otra variable (e.g., Distrés) ya estaba dentro del modelo. En esos términos, resulta fundamental que en el futuro se lleven a cabo otro tipo de análisis en muestras diferentes para corroborar este hallazgo.

En términos generales los hallazgos en términos de los modelos constituyen un soporte relevante para el estudio de los mecanismos involucrados en el perdón y el resentimiento hacia la pareja actual, y arrojan luz sobre qué predictores son susceptibles de modificación psicoterapéutica para promover el perdón y/o disminuir el resentimiento en las personas.

Consideraciones Finales

El perdón no es panacea, si bien los beneficios de perdonar son claros, ello no implica que en todas las condiciones perdonar sea siempre la respuesta correcta. Enright y Fitzgibbons (2011, 2015) enfatizan que antes de entrar a un proceso de perdón, es menester que la persona se encuentre a salvo de futuras transgresiones, ya que si la persona sigue conviviendo con quien le lastimó, y éste no muestra evidencia de arrepentimiento, ni de intenciones de cambiar en su comportamiento, el perdón la pondría en un grave estado de vulnerabilidad física y psicológica. Por otra parte, los autores también señalan que, si la persona decidiera alejarse de quien le hizo daño, y una vez a salvo decide perdonar a la otra persona, podría estar dando un paso importante hacia su salud mental. De manera similar, se argumenta que el perdón no está contrapuesto con la búsqueda de justicia, una vez llevada a cabo la falta, es necesario que se busque justicia (a nivel interpersonal e incluso legal), y entonces el perdón puede entrar en juego, no para beneficiar al transgresor, sino a la persona que fue lastimada.

Distinguir entre perdón y resentimiento parece un terreno fértil para el estudio de la dinámica inter e intrapersonal post transgresión. En sus concepciones teóricas Worthington (2006) y Enright (2012), sugieren que el perdón puede otorgarse tanto a personas con quienes ya se tenía un vínculo previo a la transgresión (e.g., pareja), como a personas con las que no se tenía ninguna relación (e.g., asaltante). Ello resulta controversial, no obstante en ésta investigación y en un artículo, Rosales-Sarabia, Rivera, Reidl y García (2018), se propuso distinguir el perdón del resentimiento, de manera que se propone que cuando una persona tiene un vínculo previo con el transgresor, entonces perdonar y dejar ir el resentimiento son opciones viables, por ejemplo, en una relación actual de pareja (i.e., la pareja está junta y la relación sigue adelante), el perdón conceptualizado como la afectividad positiva hacia la pareja a pesar de su comportamiento transgresivo tiene sentido, pues previo a la transgresión, ya existía afectividad positiva, mientras que si no existe tal vínculo previamente, parece razonable

enfocar los esfuerzos sólo en disminuir el resentimiento (disminuir la afectividad negativa) que puede afectar el bienestar del individuo.

Hay otras dimensiones en las que el perdón amerita estudio científico. Esta investigación ha aportado datos valiosos para entender el perdón y el resentimiento en personas involucradas en una relación de pareja, no obstante ambos constructos operan en diversas relaciones interpersonales, por lo que su estudio en otros contextos (e.g, laboral, educativo, amistad y familia entre otros) permanece como un área de oportunidad. Así mismo, a nivel intrapersonal, el estudio del perdón a sí mismo, y el remordimiento (como homólogo del resentimiento), son constructos que han recibido muy poca atención en la literatura científica en español, por lo que el campo se beneficiará de futura investigación que aporte a la comprensión de éste fenómeno.

Referencias

- Allemand, M., Amberg, I., Zimprich, D. & Fincham, F. D. (2007). The role of trait forgiveness and relationship satisfaction in episodic forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology, 26:2*, 199-217.
- American Psychological Association, (2006). *Forgiveness: A Sampling of Research Results*. Washington, DC: Office of International Affairs.
- Ardelt, M. (2003). Empirical Assessment of a Three-Dimensional Wisdom Scale. *Research on Aging, 25:3*, 275-324.
- Baltes, P. B. & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom. A Metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *The American Psychologist, 55:1*, 122-136.
- Barber, L., Maltby, J. & Macaskill, A. (2005). Angry memories and thoughts of revenge: The relationship between forgiveness and anger rumination. *Personality and Individual Differences, 39*, 253-262.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. (1991). Attachment Styles Among Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology, 61:2*, 226-244.
- Baumeister, R., Exline, J. & Sommer, K. (1998). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. In E. L. Worthington (Ed.), *Dimensions of Forgiveness: Psychological research and theological perspectives*. (pp. 79-104). Philadelphia: Templeton Foundation Press.
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression Its causes, consequences, and control*. New York McGraw-Hill Book Company
- Berry, J., Worthington, E., O'Connor, L., Parrott, L. & Wade, N. (2005). Forgiveness, vengeful rumination and affective traits. *Journal of personality, 73:1*, 183-225.
- Bonab, B., Motamedi, F., Shabizade, F. & Sadeghi, S. (2016). Quality of Romantic Attachment Altruism in Parents of Children with Special Needs and Parents of Regular School Children. *Journal of Educational, Health and Community Psychology, 5:3*, 15-34.
- Bowlby, J. (1993a). *El vínculo afectivo*. Buenos Aires: Paidós.
- Bowlby, J. (1993b). *La pérdida afectiva*. Barcelona: Paidós.
- Bowlby, J. (1995). *Una base segura*. Buenos Aires: Paidós.
- Brown, R. P. (2003). Measuring Individual Differences in the Tendency to Forgive: Construct Validity and Links with Depression. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23:6*, 759-771.
- Bryant, B. K. (1982). An index of empathy for children and adolescents. *Child Development, 53*, 413-425.
- Burnette, J. L., Taylor, K., Worthington, E.L., Jr., & Forsyth, D. R. (2006). Attachment and trait forgiveness: The mediating role of angry rumination. *Personality and Individual Differences, 42*, 1585-1596.
- Burnette, J. L., Taylor, K., Worthington, E.L., Jr., & Forsyth, D. R. (2007). Attachment working models and trait forgiveness: The mediating role of angry rumination. *Personality and Individual Differences, 42*, 1585-1596.

- Caprara, G. V. (1986). Indicators of Aggression: The dissipation-rumination scale. *Personality and Individual Differences*, 7:6, 763-769.
- Caro-Monroy, P. & Cova-Solar, F. (2010). Relación entre estrés postraumático, afrontamiento represivo y rumiación en estudiantes universitarios Chilenos. *Ciencia y enfermería*. 18: 3, 121-130.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4:1, 92-100.
- Casullo, M., & Fernández, M. (2005). Evaluación de la capacidad de perdonar. Desarrollo y validación de una escala. *Acta Psiquiátrica y psicológica de América Latina*, 51:1, 14-20.
- Clark, L. A. & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: psychometric evidence and taxonomic implications. *Journal of Abnormal Psychology*, 100:3, 316-336.
- Cova, F., Rincón, P. & Melipillán, R. (2007). Rumiación y presencia de sintomatología ansiosa y depresiva en adolescentes. *Revista Mexicana de Psicología*, 24:2, 175-183.
- Cova, F., Rincón, P. & Melipillán, R. (2009). Reflexión, Rumiación Negativa y Desarrollo de Sintomatología Depresiva en Adolescentes de Sexo Femenino. *Terapia Psicológica*, 27:2, 155-160.
- Coyle, C. T. & Enright, R. D. (1998). Forgiveness Education with Adult Learners. En Smight, C. & Pourchot, T. (Editores), *Adult Learning and Development: Perspectives form Educational Psychology*. Estados Unidos: Routledge.
- Davis, J. & Gold, G. (2011). An examination of emotional empathy, attributions of stability, and the link between perceived remorse and forgiveness. *Personality & Individual Differences*. 50:3, 392-397.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85-104.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 113-126
- De Waal, F.B.M & Pokorny, J.J. (2005). Primate conflict and its relation to human forgiveness. In Everett L. Worthington (Ed.). *Handbook of Forgiveness*. New York: Routledge.
- Di Blasio, F.A. (1998). The use of decision-based forgiveness intervention within intergenerational family therapy. *Journal of Family Therapy*, 20:1, 77-94.
- Díaz-Loving, R. (2010a) Relaciones Sustentables: el papel del amor y otras especies en la promoción de parejas positivas. En R. Díaz-Loving & S. Rivera (Comps.), *Antología psicosocial de la pareja. Clásicos y Contemporáneos*, (pp. 737-759). México: Miguel Ángel Porrúa.
- Díaz-Loving, R. (2010b) Una teoría Bio-Psico-Socio-Cultural de la Relación de Pareja. En R. Díaz-Loving & S. Rivera (Comps.), *Antología psicosocial de la pareja. Clásicos y Contemporáneos*, (pp. 11-33). México: Miguel Ángel Porrúa.
- Díaz-Loving, R., Andrade-Palos, P. y Nadelsticher-Mitrani, A. (1986). Desarrollo de la escala multidimensional de empatía. *Revista de Psicología Social y Personalidad*, 2:1, 1-12.

- Downey, G., Freitas, A. L., Michaelis, B. & Khouri, H. (1998). The Self-Fulfilling Prophecy in Close Relationships: Rejection Sensivity and Rejection by Romantic Partners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75:2, 545-600.
- Eaton, J., Struthers, W. & Stanelli, A. (2006). Dispositional and state forgiveness: The role of self-esteem, need for structure, and narcissism. *Personality and Individual Differences*, 41:2, 371- 380.
- Eisenberg, N. (2010). Empathy-related responding: Links with selfregulation, moral judgment, and moral behavior. En M. Mikulincer & P. R. Shaver (Eds.), *Prosocial motives, emotions, and behavior: The better angels of our nature* (pp. 129–148). Washington, DC: American Psychological Association.
- Enright, R. & Fitzgibbons, R. (2011). *Helping Clients Forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington DC: American Psychological Association.
- Enright, R. (1994). *The Enright Forgiveness Inventory*. (Disponible en la web el Instituto Internacional del Perdón en www.ForgivenessInstitute.org).
- Enright, R. D. & The Human Development Study Group. (1994). Piaget on the moral development of forgiveness: Reciprocity or identity? *Human Development*, 37, 63-80.
- Enright, R. D., & the Human Development Study Group. (1991). The moral development of forgiveness. En W. Kurtines & J. Gewirtz (Editores), *Handbook of moral behavior and development*, (Vol. 1, pp. 123-152). Hillsdale NJ: Erlbaum.
- Enright, R. D., Freedman, S. & Rique, J. (1998). The psychology of interpersonal forgiveness. In: Enright R. D. & North, J., eds. *Exploring Forgiveness*. Madison, WI: The University of Wisconsin Press; 46–62.
- Enright, R. D., Santos, M. J. O., & Al-Mabuk, R. H. (1989). The adolescent as forgiver. *Journal of Adolescence*, 12, 95-110.
- Exline, J. J., & Baumeister, R. F. (2000). Expressing forgiveness and repentance: Benefits and barriers. En M. E. McCullough, K. Pargament, & C. Thoresen (Editores.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 133-155). Nueva York: Guilford.
- Exline, J. J., Kraft, A. J., Baumeister, R. F., Zell, A. L. & Witvliet, C. V. (2008). Not So Innocent: Does Seeing One's Own Capability for Wrongdoing Predict Forgiveness? *Personality Processes and Individual Differences*, 94:3, 495-515.
- Exline, J., Baumeister, Bushman, Campbell & Finkel (2004). Too proud to let go: narcissistic entitlement as a barrier to forgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87:6, 894-912.
- Fatfouta, R. D. (2015). How forgiveness affects processing time: Mediation by rumination about the transgression. *Personality and Individual Differences*, 82, 90-95.
- Fatfouta, R., Gerlach, T. M., Schröder-Abé, M. & Meril, A. (2015). Narcissism and lack of interpersonal forgiveness: The mediating role of state anger, state rumination, and state empathy. *Personality and Individual Differences*, 75:36-40.

- Feeney, J. & Noller, P. (1996). *Adult Attachment*. United States of America: Sage Publications.
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Field, A. (2013). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*. Los Angeles: SAGE Publications Ltd.
- Fincham, F. & Beach, S. (2002). Forgiveness in marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. *Personal Relationships, 9*, 239-251.
- Fincham, F. & Bradbury, T. N. (1992). Assessing Attributions in Marriage: The Relationship Attribution Measure. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*: 3, 457-468.
- Fincham, F. D., Beach, S. R. & Davila, J. (2004). Forgiveness and Conflict Resolution in Marriage. *Journal of Family Psychology, 18*:1, 72-81.
- Fincham, F. D., Hall, J. & Beach, S. R. H. (2006). Forgiveness in Marriage: Current Status and Future Directions. *Family Relations, 55*:4, 415-427.
- Fincham, F., Jackson, H., & Beach, S. (2005). Transgression severity and forgiveness: Different moderators for objective and subjective severity. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24*:6, 860–875.
- Fincham, F., Pelari, G. & Regalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: The role of relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships, 9*:1, 27-37.
- Flanagan, K. S., Vanden Hoek, K. K., Ranter, J. M., & Reich, H. A. (2012). The potential of forgiveness as a response for coping with negative peer experiences. *Journal of Adolescence, 35*:5, 1215–1223.
- Fox, N. A. & Calkins, S. D. (2003). The Development of Self-Control of Emotion: Intrinsic and Extrinsic Influences. *Motivation and Emotion, 27*:1, 7-26.
- Fraley, C. R. & Shaver, P. R. (2000). Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions. *Review of General Psychology, 4*:2, 132-154.
- Friesen, M. D., Fletcher, G., & Overall, N. C. (2005). A dyadic assessment of forgiveness in intimate relationships. *Personal Relationships, 12*:1, 61–77.
- Gates, M. S. (2012). *Devaluing Stigma in the Context of Forgiveness, Coping and Adaptation: A Structural Regression Model of Reappraisal* (Doctoral dissertation, University of North Texas).
- Glaeser, M. (2008). What does it take to let go? An investigation into the facilitating and obstructing factors of forgiveness: The therapist's perspective. *Counselling Psychology Quarterly, 21*:4, 337-348.
- Gooty, J., Gavin, M.B., Ashkanasy, N.M., & Thomas, J.S. (2014). The wisdom of letting go and performance: The moderating role of emotional intelligence and discrete emotions. *Journal of Occupational and Organizational Psychology, 87*, 392-413.
- Gordon, K. C. & Baucom, D. H. (1998). Understanding Betrayals in Marriage: A Synthesized Model of Forgiveness. *Family Process, 37*:4, 425-449.
- Gordon, K. C. & Baucom, D. H. (2003). Forgiveness and marriage: Preliminary support for a measure based on a model of recovery from marital betrayal. *The American Journal of Family Therapy, 31*, 179-199.

- Guzmán, M. (2010). El perdón en relaciones cercanas: Conceptualización desde una perspectiva psicológica e implicancias para la práctica clínica. *Psykhé*, 19:1, 19-30.
- Guzmán, M., Santelices, M. & Trabuco, C. (2015). Apego y Perdón en el Contexto de las Relaciones de Pareja. *Terapia Psicológica*, 33:1, 35-45.
- Hall, J. H., & Fincham, F. D. (2006). Relationship dissolution following infidelity: The roles of attributions and forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25, 508–522.
- Hargrave, T.D., y Sells, J.N. (1997). The development of a forgiveness scale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23:1, 41-63.
- Harrington, D. (2009). *Confirmatory Factor Analysis*. Estados Unidos de América: Oxford University Press.
- Harris, A. H., Cronkite, R., & Moos, R. (2006). Physical activity, exercise coping, and depression in a 10-year cohort study of depressed patients. *Journal of affective disorders*, 93:1, 79-85.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social psychology*, 52:3, 511-524.
- Hirshfeld, R. (2001). The Comorbidity of Major Depression and Anxiety Disorders: Recognition and Management in Primary Care. *The Primary Care Companion to the Journal of Clinical Psychiatry*, 3:6, 244-254.
- Hoffman, M. L. (2001). *Empathy and Moral Development: Implications for Caring and Justice*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Hook, J. N., Ramos, M. J., Worthington, E. L., Utsey, S. O., Coy, A. E., Davis, D. E., Van-Tonegerem, D. R., Gartner, A. L., Jennings, D. J. & Dueck, A. (2015). Negative causal attributions of a specific offense and forgiveness. *Personal Relationships*, 22:3, 449-459.
- Huang, S. T. (1990). Cross-cultural and real-life validations of the theory of forgiveness in Taiwan, the Republic of China (Disertación Doctoral, Universidad de Wisconsin-Madison, 1990). *Dissertation Abstracts International B*, 51 (05), 2644.
- Iacoboni, M., & Dapretto, M. (2006). The mirror neuron system and the consequences of its dysfunction. *Nature Reviews Neuroscience*, 7, 942–951.
- Ingersoll-Dayton, B., Torges, C. & Krause, N. (2010). Unforgiveness, Rumination, and Depressive Symptoms among Older Adults. *Aging & Mental Health*, 14: 4, 439-449.
- Jankowski, P. & Sandage, S. (2011). Meditative prayer, hope, adult attachment, and forgiveness: A proposed model. *Psychology of Religion and Spirituality*, 3:2, 115-131.
- Jeter, W. K., & Brannon, L. A. (2016). Perceived and Actual Effectiveness of Coping Strategies Used When Forgiving, *Counseling and Values*, 61:2, 176–191.
- Jolliffe, D. & Farrington, D. P. (2004). Empathy and offending: A systematic review and meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior*, 9:5, 441-476.
- Kachadourian, L., Fincham, F. & Davila, J. (2004). The tendency to forgive in dating and married couples: The role of attachment and relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 11(3), 373-393.

- Kamat, V. I., Jones, W. H., & Row, K. L. (2006). Assessing forgiveness as a dimension of personality. *Individual Differences Research*, 4, 322-330.
- Kerlinger, F. (1994). *Investigación del comportamiento*. México: McGrawHill.
- Klatt, J. S., & Enright, R. D. (2011). Initial validation of the unfolding forgiveness process in a natural environment. *Counseling & Values*, 56:1, 25-42.
- Kochenderfer-Ladd, B. (2004). Peer Victimization: The Role of Emotions in Adaptive and Maladaptive Coping, *Social Development*, 13:3, 329-349.
- Kohlberg, L. (1963). The Development of Children's Orientations Toward a Moral Order. *Vita Humana*, 6, 11-33.
- Konstam, V. Holmes, W. & Bethany, L. (2003). Empathy, selfism, and coping as elements of the psychology of forgiveness: A preliminary study. *Counseling and Values*, 47:3, 172-183.
- Lawler, K. A., Younger, J. W., Piferi, R. L., Billington, E., Jobe, R., Edmondson, K. & Jones, W. H. (2003). A change of heart: Cardiovascular correlates of forgiveness in response to interpersonal conflict. *Journal of Behavioral Medicine*, 26:5, 373 – 393.
- Lawler, K. A., Younger, J. W., Piferi, R. L., Jobe, R. L., Edmondson, K. A. & Jones, W. H. (2005). The unique effects of forgiveness on Health: An Exploration of Pathways. *Journal of Behavioral Medicine*, 28:2, 157 – 167.
- Lawler-Row, K., Hyatt-Edwards, L., Wuensch, K. & Karremans, J. (2011). Forgiveness and health: the role of attachment. *Personal Relationships*, 18:2, 170-183.
- Lawler-Row, K., Younger, J., Piferi, R. & Jones, W. (2006). The Role of Adult Attachment Style in Forgiveness Following an Inperpersonal Offense. *Journal of Counseling & Development*, 84:4, 493-502.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1991). *Estrés y procesos cognitivos*. España: Ediciones Roca
- Lazarus, R. (2000). *Estrés y emoción: Manejo e implicaciones en nuestra salud*. España: Desclée de Brouwer.
- Leary, M. R. (1999). Making Sense of Self-Esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 8:1, 32–35.
- Leary, M. & Springer, C. A. (2000). Hurt Feelings: The Neglected Emotion. En R. M. Kowalski (Ed.), *Behaving Badly*, (pp. 151-175). Washington, DC: American Psychological Association.
- Lerner, M. J. (1965). Evaluation of performance as a function of performer's reward and attractiveness, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1, 355-360.
- Liao, K. Y. & Wei, M. (2015). Insecure attachment and depressive symptoms: Forgiveness of self and others as moderators. *Personal Relationships*, 22:2, 216-229.
- Linley, A. P., Joseph, S., Harrington, S., & Wood, A. M. (2006). Positive psychology: Past, present, and (possible) future. *The Journal of Positive Psychology*, 1:1, 3-16.
- Macaskill, A. (2012). Differentiating Dispositional Self-Forgiveness from other-forgiveness: Associations with mental Health and Life Satisfaction, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 31:1, 28-50.

- Macaskill, A., Maltby, J. & Liza, D. (2002). Forgiveness of Self and Others and Emotional Empathy. *Journal of Social Psychology*, 142:5, 663-665.
- Maltby, J., Macaskill, A. & Gillett, R. (2007). The Cognitive Nature Of Forgiveness: Using Cognitive Strategies of Primary Appraisal and Coping to Describe the Process of Forgiving. *Journal of Clinical Psychology*, 63:6, 555-566.
- Manassero-Mas, M. A. & Vázquez-Alonso, A. (1995). La atribución causal como determinante de las expectativas. *Psicothema*, 7:2, 361-376.
- Márquez, F., Rivera, S., & Reyes, I. (2009). Desarrollo de una escala de estilos de apego adulto para la población mexicana. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 28:2, 9-30.
- Márquez-Domínguez, J. F. (2010). *Apego, auto-esquema y cultura, como determinantes del compromiso y la satisfacción dentro de las relaciones de pareja*. (Tesis Doctoral). Recuperada de la Biblioteca Digital de la UNAM.
- Martin, L. A., Vosvick, M. & Riggs, S. A. (2012). Attachment, forgiveness, and psysical health quality of life in HIV + adults. *AIDS Care*, 24:11, 1333-1340.
- Martin, L. L., Tesser, A., & McIntosh, W. D. (1993). Wanting by not having: The effects of unattained goals on thoughts and feelings. En D. Wegner, & C. Papageorgiou (Eds.), *Handbook of Mental Control Englewood Cliffs*, New Jersey: Prentice Hall.
- Mayoral, L., Romero, M. C. & Gangloff, B. (2012). La teoría del mundo justo en el ámbito laboral: un estudio de la justicia organizacional percibida según género y status frente al empleo, *Técnica y Administrativa*, 11:03. Recuperado de <http://www.cyta.com.ar/ta1103/v11n3a2.htm> el 7 de Junio del 2018.
- McAuley, E., Duncan, T., & Russell, D. (1992). Measuring causal attributions: The revised Causal Dimension Scale (CDSII). *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 566-573.
- McCullough, M. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19:1, 43-55.
- McCullough, M. (2008). *Beyond Revenge: The Evolution of the Forgiveness Instinct*. Estados Unidos de América: Jossey Bass.
- McCullough, M. E., Bono, G. & Root, L. (2007). Rumination, Emotion, and Forgiveness: Three Longitudinal Studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92:3, 490-505.
- McCullough, M. E., Hoyt, W. T. & Rachal, K. C. (2000). What we know (and need to know) about assessing forgiveness constructs. En M. McCullough & K. I. Pargament (Editores) *Forgiveness: Theory, research, and practice*, (pp. 65-88). Estados Unidos: Guilford Press.
- McCullough, M. E., Pargament, K. I. & Thoresen, C. E. (2001). The Psychology of Forgiveness: History, Conceptual Issues, and Overview. En M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Editores), *Forgiveness: Theory, Research and Practice* (pp. 1-14). Nueva York: The Guilford Press.
- McCullough, M. E., Root, L. M., & Cohen, A. D. (2006). Writing about the personal benefits of a transgression facilitates forgiveness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74:5, 887-897.

- McCullough, M., Kurzban, R., & Tabak, B. A. (2010). Evolved mechanisms for revenge and forgiveness. En P. R. Shaver and M. Mikulincer (eds.), *Understanding and reducing aggression, violence, and their consequences* (pp. 221-239). Washington, DC: American Psychological Association.
- McCullough, M., Orsulak, P., Brandon, A. & Akers, L. (2007). Rumination, Fear, and Cortisol: An in vivo study of interpersonal transgressions. *Health Psychology, 26*:1, 126-132.
- McCullough, M., Sandage, S., Brown, S., Rachal, C., Worthington, E. & Hight, T. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical Elaboration and Measurement. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*:6, 1586-1603.
- McCullough, M., Worthington, E. & Rachal, K. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*:2, 321-336.
- Montes-Berges, B. & Aranda, M. (2017). Violencia de género: El papel de la empatía y el perdón sobre la actitud de volver con la expareja. La psicología hoy: Retos, logros y perspectivas de futuro. *International Journal of Developmental and Educational Psychology, 1*, 353-362.
- Myung-Sun, C. (2014). Pathways between attachment and marital satisfaction: The mediating roles of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences, 40*, 246-251.
- Neider, J. W. & Thompson, T. M. (1991). *Forgive & Love Again*. Oregon: Harvest House Publishers.
- Nolen-Hoeksema, S. & Jackson, B. (2001). Mediators of the gender difference in rumination. *Psychology of Women Quarterly, 25*, 37-47.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology, 100*, 569-582.
- Oblitas, L. A. (2010). *Psicología de la salud y calidad de vida*. Ciudad de México: Cengage Learning Latin America.
- Olatunji, B. O., Naragon-Gainey, K. & Wolitzky-Taylor, K. B. (2013). Specificity of Rumination in Anxiety and Depression: A Multimodal Meta-Analysis. *Clinical Psychology Science and Practice, 20*:3, 225-257.
- Paleari, F. G, Regalia, C., & Fincham, F.D. (2009). Measuring offence-specific forgiveness in marriage: The Marital Offence-specific Forgiveness Scale (MOFS). *Psychological assessment, 21*, 194-209.
- Paleari, G., Regalia, C. & Fincham, F. (2005). Marital Quality, Forgiveness, Empathy, and Rumination: A Longitudinal Analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*:3, 368-378.
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology, 1*:2, 115-144.
- Park, J., Enright, R. D., Essex, M. J., Zahn-Waxler, C. & Klatt, J. S. (2013). Forgiveness intervention for female South Korean adolescent aggressive victims. *Journal of Applied Developmental Psychology, 34*:6, 268-276.
- Pelucchi, S., Regalia, C., Paleari, G. & Fincham, F. (2013). Self-Forgiveness in Romantic Relationships: It Matters to Both of Us. *Journal of Family Psychology, Avance en línea de la publicación*.1-8.

- Reidl, L. M. (2005). *Celos y Envidia: Emociones Humanas*. Universidad Nacional Autónoma de México: Ciudad de México.
- Reik, B. & Mania, E. (2012). The antecedents and consequences of interpersonal forgiveness: A meta-analytic review. *Personal Relationships*, 19, 2, 304-325.
- Ridner, S. H. (2004). Psychological Distress: concept analysis. *Nursing theory and concept development or analysis*, 45:5, 536-545.
- Roberts, R. C. (1995). Forgiveness. *American Philosophical Quarterly*, 32:4, 289 – 306.
- Roesch S. C., Weiner B. (2001). A meta-analytic review of coping with illness: do causal attributions matter? *Journal of Psychosomatic Research*. 50:4, 205–219.
- Rosales-Sarabia, R. M. (2013). El perdón en la relación de pareja: Validación de una escala y su relación con los estilos de apego. (Tesis de Licenciatura). Recuperada de la Biblioteca Digital de la UNAM.
- Rosales-Sarabia, R. M., Martínez, B. & Jiménez, R. (2013). Estilos de apego y el perdón en la relación de pareja. *3er Congreso Estudiantil de Investigación en Psicología*, Ciudad de México, México. 4 al 6 de septiembre.
- Ruijten, T., Roelofs, J. & Rood, L. (2011). The mediating role of rumination in the relation between quality of attachment relations and depressive symptoms in non-clinical adolescents. *Journal of Child & Family Studies*. 20, 452-549.
- Rydell, R., & Bringle, R. (2007). Differentiating reactive and suspicious jealousy. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 35, 1099-1114.
- Rye, M. S. & Pargament, K. I. (2002). Forgiveness and Romantic Relationships in College: Can It Heal the Wounded Heart? *Journal of Clinical Psychology*, 58:4, 419-441.
- Rye, M., Loiacono, D., Folck, C., Olszewski, B., Heim, T. & Madia, B. (2001). Evaluation of the Psychometric Properties of Two Forgiveness Scales. *Current Psychology*, 20:3, 260-277.
- Sánchez, R. & Díaz-Loving, R. (2010). Evaluación del Cilo de Acercamiento-Alejamiento. En R. Díaz-Loving & S. Rivera (Comps.), *Antología psicosocial de la pareja. Clásicos y Contemporáneos*, (pp. 36-87). México: Miguel Ángel Porrúa.
- Sánchez, R. & Martínez, M. (2016). Empatía en el contexto romántico: diseño y validación de una medida. *Universitas Psychologica*, 15:1, 19-28.
- Sandage, S. & Worthington, E. (2010). Comparison of Two Group Interventions to Promote Forgiveness: Empathy as a Mediator of Change. *Journal of Mental Health Counseling*. 32:1, 35-57.
- Schimel, J., Wohl, M. J. A. & Williams, T. J. (2006). Terror management and trait empathy: Evidence that mortality salience promotes reactions of forgiveness among people with empathic (vs. non-empathic) worldviews. *Motivation and Emotion*, 30, 217-227.
- Schneider, I. E., & Stains, S. A. (2007). Coping: An Alternative Conceptualization for Constraint Negotiation and Accommodation. *Leisure Sciences*, 29:4, 391-401.

- Segal, Z. V. (1988). Appraisal of the self-schema construct in cognitive models of depression. *Psychological Bulletin*, 103:2, 147-162.
- Sells, J. N., & Hargrave, T. N. (1998). Forgiveness: A review of the theoretical and empirical literature. *Journal of Family Therapy*, 20:1, 21-36.
- Shahidi, S., Zaal, B. & Mazaheri, M. (2012). Forgiveness in relation to attachment style and consanguine marriage in Iranian married individuals. *Psychological Reports*, 110:2, 489-500.
- Sinha, J. & Lu F. (2015). "I" value justice, but "we" value relationships: Self-construal effects on post-transgression consumer forgiveness. *Journal of Consumer Psychology*, 26:2, 265-274.
- Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, 129:2, 216–269.
- Smith, J. M. & Alloy, L. B. (2009). A roadmap to rumination: a review of the definition, assessment, and conceptualization of this multifaceted construct. *Clinical Psychology Review*, 29:2, 116-128.
- Spreng, R.N., McKinnon, M. C., Mar, R. A. & Levine, B. (2009). The Toronto Empathy Questionnaire: scale development and initial validation of a factor-analytic solution to multiple empathy measures. *Journal of Personality Assessment*, 91:1, 62-71.
- Stoia-Carballo, R., Mark, R. Pan, W., Krischman, K., Lutz-Zois, C. & Lyons, A. (2008). Negative affect and anger rumination as mediators between forgiveness and sleep quality. *Journal of Behavioral Medicine*. 31:6, 478-488.
- Strelan, P. & Wojtysiak, N. (2009). Strategies for coping with interpersonal hurt: Preliminary evidence for the relationship between coping and forgiveness. *Counseling and Values*, 53:2, 97-111.
- Subkoviak, M., Enright, R., Wu, C., Gassin, E., Freedman, S., Olson, L. & Sarinopoulos, I. (1995). Measuring interpersonal forgiveness in late adolescence and middle adulthood. *Journal of Adolescence*, 18:6, 641-655.
- Suchday, S., Friedberg, J. & Almeida, M. (2006). Forgiveness and rumination: a cross-cultural perspective comparing India and the US. *Stress and Health*. 22:2, 81-86.
- Taisy, E. (2010). Forgiveness in Marriage: The role of Marital Adjustment and Attributions. *Turkish Journal of Psychology*, 25:65, 53-55.
- Takaku, S. (2001). The effects of apology and perspective taking on interpersonal forgiveness: A Dissonance-Attribution model of interpersonal forgiveness. *The Journal of Social Psychology*, 141:4, 494-508.
- Tangney, J. P., Boone A. L., & Dearing, R. (2005). Forgiving the self: Conceptual issues and empirical findings. En E.L. Worthington, Jr. (Editor.), *Handbook of forgiveness* (pp. 143-158). Nueva York: Brunner-Routledge.
- Terzino, K. A. (2010). *Self-Forgiveness for interpersonal and intrapersonal transgressions*. Tesis Doctoral, Universidad Estatal de Iowa, Estados Unidos.
- Thompson, B. (2004). *Exploratory and Confirmatory Factor Analysis: Understanding Concepts and Applications*. Washington, DC: American Psychological Association.

- Thompson, L. Y. & Shaken, P. E. (2003). Forgiveness in the workplace. En R. A. Giacalone & C. L. Jurkiewicz (Editores) *Handbook of Workplace Spirituality and Organizational Performance* (pp. 405-420). Estados Unidos: M. E. Sharpe.
- Thompson, L.Y., & Snyder, C.R. (2003). Measuring forgiveness. En S.J. Lopez & C.R. Snyder (Editores.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 301-312). Washington, DC: American Psychological Association.
- Thoresen, C. E., Harris, A. H. S., & Luskin, F. (2000). Forgiveness and health. En McCullough, M. E., Pargament, K. I. & Thoresen C. E. (Editores.), *Forgiveness: Theory, Research and Practice* (pp. 254-280). Nueva York: Guilford.
- Toussaint, L. & Webb, J. (2005). Gender differences in the relationship between empathy and forgiveness. *Journal of Social Psychology, 145*:6, 673-685.
- Toussaint, L., Owen, A. & Cheadle, A. (2012). Forgive to live: Forgiveness, health, and longevity. *Journal of Behavioral Medicine, 35*, 375-386.
- Trevithick, P. (2005) *Social Work Skills*. Open University Press: Berkshire.
- Vargas-Nuñez, B. I. & Pozos-Gutiérrez, J. L. (2005). Desarrollo de la escala del perdón. *30º Congreso Interamericano de Psicología*, Buenos Aires, Argentina. 26 al 30 de junio.
- Wade, S. H. (1989). *The development of a scale to measure forgiveness* (Disertación Doctoral). Dissertation Abstracts International B, 50 11, 5338.
- Weiner, B. (1985). An Attribution Theory of Achievement, Motivation, and Emotion. *Psychological Review, 92*:4, 548-573.
- Weiner, B. (1986). *An Attributional Theory of Motivation and Emotion*. New York: Springer-Verlag.
- Weiner, B. (2001). Responsibility of Social Transgressions: An Attributional analysis. En B. F. Malle, L. J. Moses, & D. A. Baldwin (Editores), *Intentions and intentionality: Foundations of social cognition* (pp. 331-344). Cambridge, MA: MIT Press.
- Welton, G., Peter, H. & Seybold, K. (2008). Forgiveness in the Trenches: Empathy, Perspective Taking, and Anger. *Journal of Psychology & Christianity, 27*:2, 168-177.
- Wenzel, M., Turner, J. K. & Okimoto, T. G. (2010). Is Forgiveness an Outcome or Initiator of Sociocognitive Processes? Rumination, Empathy, and Cognitive Appraisals Following a Transgression. *Social Psychological and Personality Science, 1*:4, 369-377.
- Witvilet, C., Hofelich-Mohr, A. J., Hinman, N. G. & Knoll, R. W. (2015). Transforming or restraining rumination: The impact of compassionate reappraisal versus emotion suppression on empathy, forgiveness, and affective psychophysiology. *Journal of Positive Psychology, 10*:3, 248-261.
- Worthington, E. & Wade, N.G. (1999). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social & Clinical Psychology, 18*:4, 385-418.
- Worthington, E. (1998). An empathy-humility-commitment model of forgiveness applied within family dyads. *Journal of Family Therapy, 20*:1, 56-79.

- Worthington, E. (2006). *Forgiveness and Reconciliation: Theory and Application*. New York: Routledge
- Worthington, E., Hook, J. N., Utsey, S. O., Williams, J., Vitvliet, C. V. O., Nir, T. & Dueck, A. (2008). *Decisional and Emotional Forgiveness: Conceptualization and Development of Self-Report Measures*. Manuscrito no publicado. Departamento de Psicología, Universidad de Virginia Commonwealth.
- Wu, J., Sun, S., Miao, T. & Yu, L. (2011). Higher ruminative tendency of Anger in Trust-Forgiveness Young Adults. *International Conference on Social Science and Humanity IPEDR*.5:1, 511-515.
- Zenchmeister, J. S., Romero, C. (2002). Victim and Offender Accounts of Interpersonal Conflict: Autobiographical Narratives of Forgiveness and Unforgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 28:4, 675-686.

ANEXO 1: Reactivos de las Escalas del Perdón y Resentimiento (Antes de Validación)

Instrucciones: Sabemos que, durante toda relación de pareja, es muy probable que nuestro compañero o compañera nos ofenda o lastime en algún momento. A continuación, te pedimos que de la siguiente lista, marques con una **✓** aquellos comportamientos que tu pareja **ha cometido**, y con una **✗** aquellos en los que consideres que tu pareja **no ha cometido**, durante el tiempo que llevan en su relación. Posteriormente, para los que hayas marcado con una "✓", en la columna **Daño**, indica la **severidad del daño u ofensa** que te causó **cuando ocurrió el incidente** de acuerdo a la siguiente escala:

No me lastimó	Me lastimó un poco	Me lastimó moderadamente	Me lastimó bastante	Me lastimó demasiado
0	1	2	3	4

Falta cometida por la pareja	✓ / ✗	Daño
Impuntualidad o dejarte plantado		
Celos		
Falta de respeto		
Infidelidad		
Mentir		
Chantaje		
Otra (Especifique) _____		

A continuación, responde a las siguientes afirmaciones indicando qué tan de acuerdo o desacuerdo estás con cada una de ellas, tomando en cuenta los comportamientos de tu pareja que señalaste previamente.

Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo
1	2	3	4	5

1.- Puedo volver a sentir simpatía por mi pareja, a pesar de su trato injusto	1	2	3	4	5
2.- A pesar de que mi pareja me hizo sentir mal en el pasado, siento que soy amable con él (ella)	1	2	3	4	5
3.- Desde que mi pareja se comportó de esa forma, me cuesta trabajo sentir amor por él (ella)	1	2	3	4	5
4.- Siento que mi vida se ha amargado por culpa de lo que me hizo mi pareja	1	2	3	4	5
5.- Soy hostil con mi pareja porque me lastimó	1	2	3	4	5
6.- Aunque mi pareja me lastimó en otro momento, hoy mis sentimientos son positivos hacia él o ella	1	2	3	4	5
7.- A veces odio a mi pareja por lo que me hizo	1	2	3	4	5
8.- Mi pareja me lastimó, pero hoy la(o) quiero y disfruto mi relación	1	2	3	4	5
9.- Mi pareja me lastimó, y ahora siento antipatía por él (ella)	1	2	3	4	5
10.- A pesar de que mi pareja me lastimó en el pasado, ahora me siento feliz cuando estamos juntos	1	2	3	4	5
11.- A partir de que mi pareja me lastimó, mi pareja me desagrada	1	2	3	4	5
12.- Desde lo que me hizo mi pareja y hasta ahora, soy bastante frío con ella	1	2	3	4	5
13.- Mi pareja me hizo sentir mal con lo que me hizo, sin embargo, ahora siento bonito cuando paso tiempo con él (ella)	1	2	3	4	5
14.- Después del resentimiento, pude volver a sentir amor hacia mi pareja	1	2	3	4	5
15.- Pese a lo que me hizo, ahora me siento bien con mi pareja	1	2	3	4	5
16.- Desde que mi pareja se comportó de esa forma, mis sentimientos son negativos hacia él (ella)	1	2	3	4	5
17.- A partir de lo que me hizo, siento repulsión hacia mi pareja	1	2	3	4	5
18.- Mi pareja me ofendió y me hizo sentir mal, pero tras un tiempo, pude sentir cariño hacia él (ella) nuevamente	1	2	3	4	5

Recuerda, responde a las siguientes afirmaciones indicando qué tan de acuerdo o desacuerdo estás con cada una de ellas, tomando en cuenta los comportamientos de tu pareja que señalaste al principio.

Totalmente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

19.- Puedo volver a sentir amor hacia mi pareja, a pesar de su trato injusto	1	2	3	4	5
20.- Estoy enojado con mi pareja por lo que me hizo	1	2	3	4	5
21.- Espero que mi pareja se sienta bien, a pesar de que me trató mal en el pasado	1	2	3	4	5
22.- A pesar de lo que mi pareja me hizo anteriormente, ahora me alegra cuando le va bien	1	2	3	4	5
23.- A medida que el tiempo pasa, puedo superar el resentimiento y desearle el bien a mi pareja, a pesar de que me trató injustamente	1	2	3	4	5
24.- Aunque mi pareja me trató mal, siento ternura por él (ella) cuando está en problemas	1	2	3	4	5
25.- Soy dulce con mi pareja para ayudarlo a aliviar su culpa	1	2	3	4	5
26.- A pesar de que me ofendió en el pasado, creo que mi pareja merece estar bien	1	2	3	4	5
27.- Siento que mi pareja no debería seguir sufriendo por lo que me hizo	1	2	3	4	5
28.- Pese a que mi pareja me lastimó en el pasado, hoy deseo que le vaya bien	1	2	3	4	5
29.- Aunque en el pasado fui maltratado por mi pareja, actualmente le deseo el bien	1	2	3	4	5
30.- Aunque no justifico lo que me hizo mi pareja, me preocupo por su bienestar	1	2	3	4	5
31.- Demuestro amor a mi pareja para hacerlo sentir que estaremos bien	1	2	3	4	5
32.- Me aflige ver que mi pareja se siente mal a pesar de cómo me trató en el pasado	1	2	3	4	5
33.- Aunque mi pareja me hizo sentir mal en el pasado, hoy me da gusto que le vaya bien	1	2	3	4	5
34.- A pesar de lo que me hizo mi pareja, actualmente hago cosas para que él (ella) se sienta bien	1	2	3	4	5
35.- Aunque fui lastimado (a) por mi pareja, no quiero que mi pareja sufra	1	2	3	4	5
36.- Procuo demostrar a mi pareja que no lo odio para que se sienta mejor	1	2	3	4	5
37.- Hago cosas para que mi pareja no se sienta mal por lo que hizo	1	2	3	4	5
38.- Pese a que me lastimó, actualmente siento feo que mi pareja pase un mal momento	1	2	3	4	5
39.- Aun cuando mi pareja me lastimó en el pasado, hoy espero que le vaya bien	1	2	3	4	5
40.- Aunque recibí un mal trato por su parte, le demuestro cariño para que no se sienta mal	1	2	3	4	5
41.- Soy gentil con mi pareja a pesar de que en el pasado me trató mal	1	2	3	4	5
42.- A partir de que mi pareja me lastimó, procuro mantenerme lejos de él (ella)	1	2	3	4	5
43.- Espero que mi pareja tenga su merecido por haberme tratado mal	1	2	3	4	5
44.- A pesar de su trato injusto, soy amistoso con mi pareja	1	2	3	4	5
45.- Me gustaría ver sufrir a mi pareja de la misma manera en que yo sufrí por el (ella)	1	2	3	4	5
46.- Desde que mi pareja me lastimó, soy irónico con él (ella)	1	2	3	4	5
47.- Si mi pareja está en problemas, le ayudo a pesar de que me trató mal anteriormente	1	2	3	4	5
48.- Mi pareja me hizo sentir mal en el pasado, pero ahora me llevo bien con él (ella)	1	2	3	4	5
49.- Las acciones de mi pareja me hicieron daño y debe enfrentar las consecuencias	1	2	3	4	5
50.- Aunque mi pareja me lastimó, me intereso cuando me cuenta algo	1	2	3	4	5
51.- Como mi pareja me trató mal, ahora yo hablo mal de él (ella)	1	2	3	4	5
52.- Pese a lo que me hizo, intento echarle una mano a mi pareja cada vez que puedo	1	2	3	4	5
53.- Como mi pareja me lastimó, ahora deseo que le suceda algo malo	1	2	3	4	5

Recuerda, responde a las siguientes afirmaciones indicando qué tan de acuerdo o desacuerdo estás con cada una de ellas, tomando en cuenta los comportamientos de tu pareja que señalaste al principio.

Totalmente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

54.- A partir de que mi pareja me lastimó, me incomoda estar cerca de él (ella)	1	2	3	4	5
55.- Como mi pareja me ofendió, ahora finjo distracción cuando me pide algo	1	2	3	4	5
56.- Me gustaría que mi pareja pagara por lo que me hizo	1	2	3	4	5
57.- Como mi pareja me lastimó, ahora me comporto como si él (ella) no estuviera	1	2	3	4	5
58.- Después de lo sucedido, procuro hablar sólo lo necesario con mi pareja	1	2	3	4	5
59.- Desde que mi pareja me lastimó, hago planes para vengarme	1	2	3	4	5
60.- Desde que mi pareja se comportó de esa manera, procuro mantener mi distancia	1	2	3	4	5
61.- Aun cuando mi pareja me trató mal anteriormente, le hago favores si lo necesita	1	2	3	4	5
62.- Soy grosero con mi pareja porque él (ella) me lastimó	1	2	3	4	5
63.- Soy considerado con mi pareja a pesar de que me trató injustamente	1	2	3	4	5
64.- A pesar de su comportamiento, ayudo a mi pareja cuando lo necesita	1	2	3	4	5
65.- Procuro evitarlo (evitarla) la mayor parte del tiempo debido a lo que me hizo	1	2	3	4	5
66.- Procuro acercarme a mi pareja, incluso después de lo mal que me trató	1	2	3	4	5
67.- Pienso que mi pareja es una mala persona, por la manera en que me lastimó	1	2	3	4	5
68.- Desde que el (ella) me lastimó lo (la) considero una persona miserable	1	2	3	4	5
69.- Después del daño que me hizo, considero que es una persona que no vale la pena	1	2	3	4	5
70.- Considero que mi pareja es una persona malvada por haberme ofendido de esa manera	1	2	3	4	5
71.- Aunque mi pareja me ofendió en el pasado, considero que es capaz de amar	1	2	3	4	5
72.- Mi pareja me lastimó de tal manera que ahora sólo puedo verlo como un horrible ser humano	1	2	3	4	5
73.- Desde que mi pareja me lastimó, pienso que es una terrible persona	1	2	3	4	5
74.- Aunque mi pareja me ofendió anteriormente, hoy le deseo el bien	1	2	3	4	5
75.- Pese a que me ofendió, considero que mi pareja es buena persona	1	2	3	4	5
76.- A pesar de que me ofendió en el pasado, considero que mi pareja tiene buenas intenciones conmigo	1	2	3	4	5
77.- El daño que mi pareja me hizo, me hace verlo (verla) como una persona inmoral	1	2	3	4	5
78.- Maldigo a mi pareja por el trato injusto que recibí de él (ella)	1	2	3	4	5
79.- Mi pareja me lastimó anteriormente, sin embargo, creo que él (ella) merece respeto	1	2	3	4	5
80.- Aun cuando mi pareja me trató mal en el pasado, hoy espero que sea exitoso (a)	1	2	3	4	5
81.- Aunque anteriormente me lastimó, hoy pienso que mi pareja es agradable	1	2	3	4	5
82.- Aun después de su trato injusto, espero que le vaya bien en la vida	1	2	3	4	5
83.- A pesar de que mi pareja me trató de manera injusta, espero que encuentre la felicidad	1	2	3	4	5

¡Agradecemos mucho tu esfuerzo!

ANEXO 2: Escala del Perdón hacia la Pareja (Versión Validada)

Instrucciones: A continuación, responde a las siguientes afirmaciones indicando con una “X” qué tan de acuerdo o desacuerdo estás con cada una de ellas, tomando en cuenta lo que te hizo tu pareja.

Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo
1	2	3	4	5

1.- Pese a lo que me hizo, ahora me siento bien con mi pareja	1	2	3	4	5
2.- Aun cuando mi pareja me trató mal en el pasado, hoy espero que sea exitoso (a)	1	2	3	4	5
3.- Pese a lo que me hizo, intento echarle una mano a mi pareja cada vez que puedo	1	2	3	4	5
4.- Hago cosas para que mi pareja no se sienta mal por lo que hizo	1	2	3	4	5
5.- Mi pareja me lastimó, pero hoy la(o) quiero y disfruto mi relación	1	2	3	4	5
6.- A pesar de que me ofendió en el pasado, creo que mi pareja merece estar bien	1	2	3	4	5
7.- Aunque mi pareja me hizo sentir mal en el pasado, hoy me da gusto que le vaya bien	1	2	3	4	5
8.- Aunque mi pareja me lastimó, me intereso cuando me cuenta algo	1	2	3	4	5
9.- Aunque anteriormente me lastimó, hoy pienso que mi pareja es agradable	1	2	3	4	5
10.- A pesar de su trato injusto, soy amistoso con mi pareja	1	2	3	4	5
11.- Pese a que me ofendió, considero que mi pareja es buena persona	1	2	3	4	5
12.- Pese a que mi pareja me lastimó en el pasado, hoy deseo que le vaya bien	1	2	3	4	5
13.- Mi pareja me hizo sentir mal con lo que me hizo, sin embargo, ahora siento bonito cuando paso tiempo con él (ella)	1	2	3	4	5
14.- Puedo volver a sentir simpatía por mi pareja, a pesar de su trato injusto	1	2	3	4	5
15.- Aun cuando mi pareja me lastimó en el pasado, hoy espero que le vaya bien	1	2	3	4	5
16.- A pesar de que mi pareja me hizo sentir mal en el pasado, siento que soy amable con él (ella)	1	2	3	4	5
17.- A pesar de que mi pareja me lastimó en el pasado, ahora me siento feliz cuando estamos juntos	1	2	3	4	5
18.- Aunque mi pareja me lastimó en otro momento, hoy mis sentimientos son positivos hacia él o ella	1	2	3	4	5
19.- Mi pareja me lastimó anteriormente, sin embargo, creo que él (ella) merece respeto	1	2	3	4	5
20.- A medida que el tiempo pasa, puedo superar el resentimiento y desearle el bien a mi pareja, a pesar de que me trató injustamente	1	2	3	4	5
21.- Mi pareja me ofendió y me hizo sentir mal, pero tras un tiempo, pude sentir cariño hacia él (ella) nuevamente	1	2	3	4	5
22.- Aunque en el pasado fui maltratado por mi pareja, actualmente le deseo el bien	1	2	3	4	5
23.- Si mi pareja está en problemas, le ayudo a pesar de que me trató mal anteriormente	1	2	3	4	5
24.- Puedo volver a sentir amor hacia mi pareja, a pesar de su trato injusto	1	2	3	4	5
25.- Demuestro amor a mi pareja para hacerlo sentir que estaremos bien	1	2	3	4	5
26.- Aunque recibí un mal trato por su parte, le demuestro cariño para que no se sienta mal	1	2	3	4	5
27.- Procuero demostrar a mi pareja que no lo odio para que se sienta mejor	1	2	3	4	5
28.- Aun después de su trato injusto, espero que le vaya bien en la vida	1	2	3	4	5
29.- Aunque no justifico lo que me hizo mi pareja, me preocupo por su bienestar	1	2	3	4	5
30.- Después del resentimiento, pude volver a sentir amor hacia mi pareja	1	2	3	4	5
31.- Aunque mi pareja me ofendió en el pasado, considero que es capaz de amar	1	2	3	4	5
32.- Me aflige ver que mi pareja se siente mal a pesar de cómo me trató en el pasado	1	2	3	4	5

ANEXO 3: Escala del Resentimiento hacia la Pareja (Versión Validada)

Instrucciones: A continuación, responde a las siguientes afirmaciones indicando con una "X" qué tan de acuerdo o desacuerdo estás con cada una de ellas, tomando en cuenta lo que te hizo tu pareja.

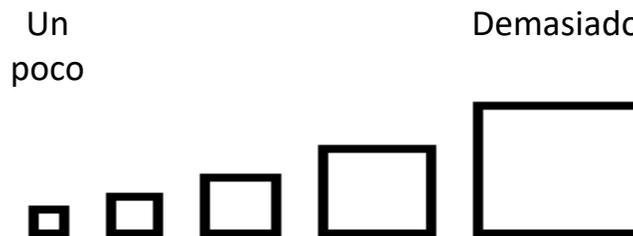
Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo
1	2	3	4	5

1.- Espero que mi pareja tenga su merecido por haberme tratado mal	1	2	3	4	5
2.- Me gustaría ver sufrir a mi pareja de la misma manera en que yo sufrí por el (ella)	1	2	3	4	5
3.- Desde lo que me hizo mi pareja y hasta ahora, soy bastante frío con ella	1	2	3	4	5
4.- Desde que mi pareja se comportó de esa forma, me cuesta trabajo sentir amor por él (ella)	1	2	3	4	5
5.- A partir de que mi pareja me lastimó, me incomoda estar cerca de él (ella)	1	2	3	4	5
6.- A partir de que mi pareja me lastimó, mi pareja me desagrada	1	2	3	4	5
7.- Desde que mi pareja me lastimó, soy irónico con él (ella)	1	2	3	4	5
8.- Las acciones de mi pareja me hicieron daño y debe enfrentar las consecuencias	1	2	3	4	5
9.- Como mi pareja me ofendió, ahora finjo distracción cuando me pide algo	1	2	3	4	5
10.- Mi pareja me lastimó de tal manera que ahora sólo puedo verlo como un horrible ser humano	1	2	3	4	5
11.- Mi pareja me lastimó, y ahora siento antipatía por él (ella)	1	2	3	4	5
12.- Pienso que mi pareja es una mala persona, por la manera en que me lastimó	1	2	3	4	5
13.- A partir de lo que me hizo, siento repulsión hacia mi pareja	1	2	3	4	5
14.- Desde que mi pareja me lastimó, pienso que es una terrible persona	1	2	3	4	5
15.- Desde que el (ella) me lastimó lo (la) considero una persona miserable	1	2	3	4	5
16.- A veces odio a mi pareja por lo que me hizo	1	2	3	4	5
17.- Considero que mi pareja es una persona malvada por haberme ofendido de esa manera	1	2	3	4	5
18.- El daño que mi pareja me hizo, me hace verlo (verla) como una persona inmoral	1	2	3	4	5
19.- Desde que mi pareja se comportó de esa manera, procuro mantener mi distancia	1	2	3	4	5
20.- Soy hostil con mi pareja porque me lastimó	1	2	3	4	5
21.- Después de lo sucedido, procuro hablar sólo lo necesario con mi pareja	1	2	3	4	5

ANEXO 4: Cuestionario para la Exploración de la Transgresión y su Severidad

En la vida hay momentos en que nuestra pareja nos lastima física o emocionalmente. A continuación, piensa en la experiencia más reciente en que en la que tu pareja te haya lastimado. Por unos breves momentos, visualiza en tu mente a tu pareja y lo que ocurrió en aquella ocasión.

Cuando ocurrió el incidente ¿qué tanto te lastimó? (marca con un "X")



¿Hace cuánto sucedió? (escribe el número de días, semanas, meses etc.)

_____ Días

_____ Meses

_____ Semanas

_____ Años

Por favor, describe brevemente lo que ocurrió cuando tu pareja te lastimó

ANEXO 5: Cuestionario Abierto para Explorar las Atribuciones Causales de la Transgresión

Instrucciones: A continuación, te pedimos que por favor respondas las siguientes preguntas de las causas del comportamiento de tu pareja. Responde lo primero que te venga a la mente, recuerda que todas las respuestas son anónimas y confidenciales.

1.- ¿Por qué crees que hizo eso tu pareja?

2.- ¿Quién crees que lo(la) orillo a esto, fue tu pareja, las circunstancias o algo/alguien?

3.- ¿Por qué?

4.- ¿Qué tan probable es que lo vuelva a hacer en el futuro?

5.- ¿Por qué?

6.- ¿Pudo haberse detenido tu pareja antes de hacerlo?

7.- ¿Por qué?

ANEXO 6: Escala de las Atribuciones Causales de la Transgresión (Versión Inicial)

Instrucciones: A continuación, se te presenta una serie de enunciados acerca de lo que hizo tu pareja que te lastimó u ofendió, señala con una "X" qué tanto aplica para ti cada enunciado

Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo
1	2	3	4	5

1. Seguimos con el problema	1	2	3	4	5
2. Se debió a sus creencias	1	2	3	4	5
3. Lo hizo por su inmadurez	1	2	3	4	5
4. Fue por sus recuerdos de otras relaciones	1	2	3	4	5
5. Pudo haber reflexionado antes de hacer daño	1	2	3	4	5
6. No pudo pensar las cosas y sólo reaccionó así	1	2	3	4	5
7. Lo hizo con una clara intención	1	2	3	4	5
8. Se dio cuenta de que me hizo sentir mal	1	2	3	4	5
9. Ahora es más centrado	1	2	3	4	5
10. En ese momento sólo actuó sin importarle a quien lastima	1	2	3	4	5
11. Lo hizo porque se sintió mal	1	2	3	4	5
12. Sigue haciéndolo	1	2	3	4	5
13. Lo hizo porque sintió coraje	1	2	3	4	5
14. Impediré que vuelva a suceder	1	2	3	4	5
15. Nunca antes había pasado	1	2	3	4	5
16. Ya había pasado antes	1	2	3	4	5
17. Se debió que es chantajista	1	2	3	4	5
18. Fue porque tuvo la intención de lastimarme	1	2	3	4	5
19. Podría haberse detenido antes de hacerlo	1	2	3	4	5
20. Lo hizo por su carácter	1	2	3	4	5
21. Generalmente no hace esas cosas	1	2	3	4	5
22. Se dio cuenta de que me lastimó	1	2	3	4	5
23. No piensa las cosas antes de decirlas	1	2	3	4	5
24. No fue un impulso	1	2	3	4	5
25. Pudo haber hecho algo diferente	1	2	3	4	5
26. Aceptó que estuvo mal haber hecho eso	1	2	3	4	5
27. Actuó sin pensar	1	2	3	4	5
28. Sólo pasó una vez	1	2	3	4	5
29. Se debió a sus valores	1	2	3	4	5
30. Fue porque es coqueto(a)	1	2	3	4	5
31. Planeó la forma de hacerlo	1	2	3	4	5
32. Pudo haber recapitado antes de hacerlo	1	2	3	4	5
33. En ese momento no pudo haber pensado en lo que hacía	1	2	3	4	5
34. Sabe que habría consecuencias	1	2	3	4	5

Instrucciones: A continuación, se te presenta una serie de enunciados acerca de lo que hizo tu pareja que te lastimó u ofendió, señala con una "X" qué tanto aplica para ti cada enunciado

Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo
1	2	3	4	5

35. La emoción lo controló	1	2	3	4	5
36. Lo hizo sin darse cuenta	1	2	3	4	5
37. No va a cambiar	1	2	3	4	5
38. Recientemente se ha estado comportando de esa manera	1	2	3	4	5
39. Es una constante en nuestra relación	1	2	3	4	5
40. Lo hizo por mucho tiempo	1	2	3	4	5
41. Lo hizo porque sintió celos	1	2	3	4	5
42. Es algo que no volverá a suceder	1	2	3	4	5
43. Fue por su tipo de educación	1	2	3	4	5
44. Lo hizo porque quería hacerme daño	1	2	3	4	5
45. Ha cambiado para bien	1	2	3	4	5
46. Sólo cuando se siente amenazado actúa mal	1	2	3	4	5
47. Pudo haber pensado antes de actuar	1	2	3	4	5
48. Lo hizo porque sabía que podía lastimarme	1	2	3	4	5
49. Sigue pensando de esa manera	1	2	3	4	5
50. Lo hizo sin el fin de lastimarme	1	2	3	4	5
51. Se podría haber controlado	1	2	3	4	5
52. Lo hizo porque quería molestarme	1	2	3	4	5
53. Fue porque el(ella) así lo quiso	1	2	3	4	5
54. No acepta lo que le digo	1	2	3	4	5
55. Se debió a que es explosivo	1	2	3	4	5
56. Sólo se dejó llevar por la emoción	1	2	3	4	5
57. Le fue imposible pensar si me lastimaba o no	1	2	3	4	5
58. Se debió a las cosas que ha vivido	1	2	3	4	5
59. Se pudo haber detenido si él hubiera querido	1	2	3	4	5
60. Creyó que no lo descubriría	1	2	3	4	5
61. Fue porque se cree mucho	1	2	3	4	5
62. Ella (él) no fue capaz de pensar las cosas	1	2	3	4	5
63. Fue porque quiso hacerlo	1	2	3	4	5
64. No pensó que me enteraría	1	2	3	4	5
65. Sigue sin entender su falla	1	2	3	4	5
66. Nunca ha vuelto a pasar	1	2	3	4	5
67. Me prometió que no lo volvería a hacer	1	2	3	4	5
68. Fue porque es sensible	1	2	3	4	5
69. Pudo pensar mejor las cosas antes de hacerlo	1	2	3	4	5

Instrucciones: A continuación, se te presenta una serie de enunciados **acerca de lo que hizo tu pareja que te lastimó u ofendió**, señala **con una "X"** qué tanto aplica para ti cada enunciado

Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo
1	2	3	4	5

70. Se debió a que es egoísta	1	2	3	4	5
71. Él(ella) lo hizo todo por sí mismo	1	2	3	4	5
72. Ya lo ha hecho varias veces	1	2	3	4	5
73. Pudo haber actuado de otra manera	1	2	3	4	5
74. En esas circunstancias no pudo pensar en detenerse	1	2	3	4	5
75. Lo hizo porque es su forma de pensar	1	2	3	4	5
76. Perdió el control en ese momento	1	2	3	4	5
77. Fue una ocasión excepcional	1	2	3	4	5
78. Si ya lo hizo una vez puede volver a hacerlo	1	2	3	4	5
79. Pudo haber hecho algo para evitarlo	1	2	3	4	5
80. Pudo haber hecho algo para no lastimarme	1	2	3	4	5
81. Él (ella) decidió hacerlo	1	2	3	4	5
82. No esperaba que lo supiera	1	2	3	4	5
83. Fue algo que se le salió de las manos	1	2	3	4	5
84. Lo hace frecuentemente	1	2	3	4	5
85. No pudo pensar lo que decía	1	2	3	4	5
86. Tuvo una crisis emocional	1	2	3	4	5

ANEXO 7: Escala de las Atribuciones Causales de la Transgresión (Versión Validada)

Instrucciones: A continuación, se te presenta una serie de enunciados acerca de lo que hizo tu pareja que te lastimó u ofendió, señala con una "X" qué tanto aplica para ti cada enunciado

Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo
1	2	3	4	5

1. Sigue haciéndolo	1	2	3	4	5
2. Pudo haber hecho algo para evitarlo	1	2	3	4	5
3. Pudo haber pensado antes de actuar	1	2	3	4	5
4. Lo hizo porque quería hacerme daño	1	2	3	4	5
5. Pudo haber actuado de otra manera	1	2	3	4	5
6. No esperaba que lo supiera	1	2	3	4	5
7. Podría haberse detenido antes de hacerlo	1	2	3	4	5
8. Lo hizo porque sabía que podía lastimarme	1	2	3	4	5
9. Pudo haber recapacitado antes de hacerlo	1	2	3	4	5
10. Se pudo haber detenido si él hubiera querido	1	2	3	4	5
11. Pudo pensar mejor las cosas antes de hacerlo	1	2	3	4	5
12. Es una constante en nuestra relación	1	2	3	4	5
13. Pudo haber reflexionado antes de hacer daño	1	2	3	4	5
14. Pudo haber hecho algo para no lastimarme	1	2	3	4	5
15. Pudo haber hecho algo diferente	1	2	3	4	5
16. Lo hizo por mucho tiempo	1	2	3	4	5
17. Se podría haber controlado	1	2	3	4	5
18. Lo hace frecuentemente	1	2	3	4	5
19. Sigue pensando de esa manera	1	2	3	4	5
20. Recientemente se ha estado comportando de esa manera	1	2	3	4	5
21. Lo hizo porque quería molestarme	1	2	3	4	5
22. Creyó que no lo descubriría	1	2	3	4	5
23. Sigue sin entender su falla	1	2	3	4	5
24. No pensó que me enteraría	1	2	3	4	5
25. Fue porque tuvo la intención de lastimarme	1	2	3	4	5

ANEXO 8: Cuestionario abierto para explorar la Empatía hacia la pareja tras la transgresión

Instrucciones: Por un momento ponte en los zapatos de tu pareja, es decir, intenta ver las cosas desde el punto de vista de tu pareja y responde lo siguiente:

1.- Si fueras tu pareja ¿Qué piensas acerca del incidente?

2.- Si fueras tu pareja ¿Cómo te sientes acerca de lo ocurrido?

3.- Cuando ves a tu pareja emocional (p.e. llorar, enojarse, triste) a pesar del incidente, te has conmovido por él/ella

4.- ¿En qué situaciones sucede esto?

ANEXO 9: Escala de Empatía hacia la pareja tras la transgresión (Versión Inicial)

Instrucciones: Por favor, señala con una “X” en qué grado te sientes identificado con las siguientes afirmaciones

Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo	
1	2	3	4	5	
1. Mi pareja considera que no debió agregar más problemas a la relación	1	2	3	4	5
2. Cualquiera comete un error	1	2	3	4	5
3. Él (ella) está complacido por lo que me hizo	1	2	3	4	5
4. Entiendo lo que mi pareja estaba sintiendo cuando hizo lo que me lastimó	1	2	3	4	5
5. Yo también he sido injusta(o) con él	1	2	3	4	5
6. Trato de imaginarme en el lugar de mi pareja cuando hizo lo que me lastimó	1	2	3	4	5
7. Mi pareja piensa que fue tonto al comportarse así	1	2	3	4	5
8. Mi pareja se siente igual que antes	1	2	3	4	5
9. Intento entender cómo vivió mi pareja el evento que me lastimó	1	2	3	4	5
10. Mi pareja se siente culpable	1	2	3	4	5
11. Él (ella) está confundido	1	2	3	4	5
12. Él (ella) se siente bien con lo que me hizo	1	2	3	4	5
13. Intento entender cómo se siente mi pareja por lo ocurrido	1	2	3	4	5
14. Mi pareja se siente arrepentida	1	2	3	4	5
15. Yo también podría fallar en la relación	1	2	3	4	5
16. Él (ella) tiene cargo de consciencia	1	2	3	4	5
17. Entiendo la situación de mi pareja cuando ocurrió el incidente	1	2	3	4	5
18. Mi pareja se siente desilusionado de sí mismo por lo que me hizo	1	2	3	4	5
19. Mi pareja piensa que fue divertido	1	2	3	4	5
20. Él (ella) considera fue un mal entendido	1	2	3	4	5
21. Todos cometemos errores	1	2	3	4	5
22. Él (ella) está feliz con lo que me hizo	1	2	3	4	5
23. Él (ella) considera que fue por un instante de ira	1	2	3	4	5
24. Él (ella) tiene cruda moral	1	2	3	4	5
25. Él (ella) está a gusto porque tendrá la oportunidad de hacerlo de nuevo	1	2	3	4	5
26. Él (ella) considera que necesitaba salir de lo cotidiano	1	2	3	4	5
27. Él (ella) considera que fue sin mala intención	1	2	3	4	5
28. Cuando pienso que mi pareja me lastimó intento ponerme sus zapatos	1	2	3	4	5
29. Intento saber qué piensa del daño que me hizo	1	2	3	4	5
30. Mi pareja tiene sentimientos encontrados con respecto a lo que pasó	1	2	3	4	5
31. Los humanos somos imperfectos	1	2	3	4	5
32. Sé cómo piensa mi pareja acerca de lo que me hizo	1	2	3	4	5
33. Intento entender el incidente desde el punto de vista de mi pareja	1	2	3	4	5
34. Él (ella) tiene remordimiento por lo que me hizo	1	2	3	4	5
35. Él (ella) se siente mal porque las cosas no le salieron como quería	1	2	3	4	5

Instrucciones: Por favor, señala con una “X” en qué grado te sientes identificado con las siguientes afirmaciones

Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo	
1	2	3	4	5	
36. Yo también he cometido errores	1	2	3	4	5
37. Creo que mi pareja entiende como me siento	1	2	3	4	5
38. Él (ella) está preocupado por lo que me hizo	1	2	3	4	5
39. Todos podemos cometer errores en una relación	1	2	3	4	5
40. Yo también me he equivocado en la relación	1	2	3	4	5
41. Comprendo la reacción de mi pareja ante la situación que atravesó cuando me lastimó	1	2	3	4	5
42. Mi pareja sabe que hizo mal	1	2	3	4	5
43. Él (ella) debió haber pensado mejor las cosas	1	2	3	4	5
44. Él (ella) sabe que estuvo mal ofenderme	1	2	3	4	5
45. Cualquiera puede fallar alguna vez	1	2	3	4	5
46. Él (ella) se siente desgastado emocionalmente	1	2	3	4	5
47. Él (ella) también comete errores como cualquier persona	1	2	3	4	5

ANEXO 10: Escala de Empatía hacia la pareja tras la transgresión (Versión Validada)

Instrucciones: Por favor, señala con una “X” en qué grado te sientes identificado con las siguientes afirmaciones

Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo	
1	2	3	4	5	
1. Mi pareja se siente culpable	1	2	3	4	5
2. Los humanos somos imperfectos	1	2	3	4	5
3. Yo también podría fallar en la relación	1	2	3	4	5
4. Entiendo la situación de mi pareja cuando ocurrió el incidente	1	2	3	4	5
5. Trato de imaginarme en el lugar de mi pareja cuando hizo lo que me lastimó	1	2	3	4	5
6. Intento entender cómo se siente mi pareja por lo ocurrido	1	2	3	4	5
7. Yo también he cometido errores	1	2	3	4	5
8. Cualquiera puede fallar alguna vez	1	2	3	4	5
9. Intento entender cómo vivió mi pareja el evento que me lastimó	1	2	3	4	5
10. Todos cometemos errores	1	2	3	4	5
11. Mi pareja se siente desilusionado de sí mismo por lo que me hizo	1	2	3	4	5
12. Él (ella) también comete errores como cualquier persona	1	2	3	4	5
13. Él (ella) tiene remordimiento por lo que me hizo	1	2	3	4	5
14. Él (ella) está preocupado por lo que me hizo	1	2	3	4	5
15. Todos podemos cometer errores en una relación	1	2	3	4	5
16. Él (ella) tiene cargo de consciencia	1	2	3	4	5
17. Cualquiera comete un error	1	2	3	4	5
18. Yo también me he equivocado en la relación	1	2	3	4	5

ANEXO 11: Cuestionario Abierto para Explorar la Rumiación acerca de la Transgresión

Instrucciones: Cuando una persona amada hace algo que nos lastima, las personas solemos pensar repetidamente en lo que pasó y en cómo nos afecta, a continuación, se presenta una serie de preguntas acerca de tus pensamientos acerca del incidente. Por favor responde lo primero que te venga a la cabeza, todas las respuestas son confidenciales.

1.- ¿Con qué frecuencia recuerdas el incidente?

2.- ¿Qué características recuerdas del incidente?

3.- ¿En qué momentos recuerdas el incidente?

4.- ¿Qué sucede dentro de tí cuando recuerdas el incidente?

5.- ¿Cómo te sientes cuando recuerdas el incidente?

6.- ¿Qué piensas cuando recuerdas lo que te hizo?

ANEXO 12: Escala de Rumiación-Disipación (Versión Inicial)

Instrucciones: A continuación, se te presentan una serie de enunciados acerca de lo que hizo tu pareja que te lastimó u ofendió, señala con una "X" qué tanto aplica para ti cada enunciado

Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo
1	2	3	4	5

1. He dejado de pensar en lo que pasó	1	2	3	4	5
2. A menudo me pongo a pensar en lo que pasó	1	2	3	4	5
3. Pienso muy seguido en lo que me hizo mi pareja	1	2	3	4	5
4. Cuando recuerdo lo que pasó puedo dejar de pensar en ello fácilmente	1	2	3	4	5
5. Pienso en lo que pasó menos seguido que antes	1	2	3	4	5
6. He estado pensando constantemente en el incidente	1	2	3	4	5
7. Cuando lo recuerdo ya no me causa ningún sentimiento o emoción	1	2	3	4	5
8. Le resto importancia a esas situaciones	1	2	3	4	5
9. Desde que pasó casi no dejo de pensar en eso	1	2	3	4	5
10. Cuando pienso en lo que pasó mi ánimo cambia	1	2	3	4	5

ANEXO 13: Escala de Contenido de la Rumiación (Versión Inicial)

Instrucciones: Respecto a lo que te hizo tu pareja, señala con una "X" qué tanto piensas hoy en día en lo siguiente

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	
1. Lo mal que nos sentimos después de lo que pasó	1	2	3	4	5
2. Las palabras específicas que me afectaron	1	2	3	4	5
3. El sentimiento que tuve	1	2	3	4	5
4. El momento en que me di cuenta lo que pasaba	1	2	3	4	5
5. En todo lo que se dijo después	1	2	3	4	5
6. En que lloré al ver que me ofendió	1	2	3	4	5
7. En cómo lo mandé muy lejos cuando pasó	1	2	3	4	5
8. En todo lo que me di cuenta	1	2	3	4	5
9. En que no pensé en mí	1	2	3	4	5
10. En cómo peleamos cuando sucedió	1	2	3	4	5
11. La escena de mi pareja haciendo lo que me lastimó	1	2	3	4	5
12. En que me faltó al respeto con lo que hizo	1	2	3	4	5
13. Como me habló en ese momento	1	2	3	4	5
14. Sus gestos en ese momento	1	2	3	4	5
15. En lo que me afectó en ese momento	1	2	3	4	5
16. En lo mal que me sentí estando enojados	1	2	3	4	5
17. El tono de su voz en ese momento	1	2	3	4	5
18. En el momento en que lo descubrí	1	2	3	4	5
19. En cómo me sentí	1	2	3	4	5
20. En los reproches que se sacaron debido al incidente	1	2	3	4	5
21. En lo que vi	1	2	3	4	5
22. Pienso en cómo me lastimó	1	2	3	4	5
23. En lo enojado (a) que me sentí cuando pasó	1	2	3	4	5
24. El momento en que pasó el incidente	1	2	3	4	5
25. En lo que más me hirió	1	2	3	4	5
26. En que le valí gorro al momento	1	2	3	4	5
27. En lo triste que me sentí cuando pasó	1	2	3	4	5
28. En lo que sentí en ese momento	1	2	3	4	5
29. Lo que hicimos después	1	2	3	4	5
30. En la forma en que me enteré de lo que sucedió	1	2	3	4	5
31. Como me trató en ese momento	1	2	3	4	5
32. En las palabras hirientes	1	2	3	4	5
33. En donde estábamos en ese momento	1	2	3	4	5
34. Lo que pasaba alrededor en ese momento	1	2	3	4	5
35. Las personas con quien estábamos en ese momento	1	2	3	4	5
36. Me imagino cosas peores de lo que pasó	1	2	3	4	5

Instrucciones: Respecto a **lo que te hizo** tu pareja, señala **con una "X"** qué tanto piensas hoy en día en lo siguiente

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

37. En lo desagradable que fue	1	2	3	4	5
38. En todo lo que me ocultó	1	2	3	4	5
39. En lo que hacían las demás personas cuando pasó el incidente	1	2	3	4	5
40. A mi pareja haciendo lo que me hizo daño	1	2	3	4	5
41. La manera despectiva en que se comportó	1	2	3	4	5
42. En las emociones del momento	1	2	3	4	5
43. Como se comportó conmigo en ese momento	1	2	3	4	5

ANEXO 14: Escala de Detonantes de la Rumiación (Versión Inicial)

Instrucciones: En general **vuelvo a pensar** en lo que mi pareja me hizo y cómo me sentí (Señala con una "X").

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	
1. Cuando veo ciertas fotos	1	2	3	4	5
2. Cuando no estoy haciendo nada	1	2	3	4	5
3. Trato de impedir que me lastime recordarlo	1	2	3	4	5
4. Casi todo el día	1	2	3	4	5
5. Cuando vuelve a salir el tema	1	2	3	4	5
6. Cuando veo a ciertas personas	1	2	3	4	5
7. Cuando no contesta las llamadas	1	2	3	4	5
8. Cuando está serio	1	2	3	4	5
9. Cuando no sé con quién habla	1	2	3	4	5
10. Llego a soñarlo	1	2	3	4	5
11. Cuando comienzo a confiar	1	2	3	4	5
12. Cuando lo platico con alguien	1	2	3	4	5
13. Cuando estoy caminando solo(a)	1	2	3	4	5
14. Cuando estoy en mi habitación o cuarto	1	2	3	4	5
15. Cuando lo(a) noto raro(a)	1	2	3	4	5
16. Cuando estoy sola	1	2	3	4	5
17. En las noches	1	2	3	4	5
18. En todo momento	1	2	3	4	5
19. Cuando pienso que lo ha vuelto a hacer	1	2	3	4	5
20. No hay un momento en específico	1	2	3	4	5
21. A todas horas	1	2	3	4	5
22. Quisiera olvidar lo que pasó	1	2	3	4	5
23. Cuando no me contesta rápido	1	2	3	4	5
24. Cuando discutimos	1	2	3	4	5
25. Cuando estoy sin compañía	1	2	3	4	5
26. En las mañanas	1	2	3	4	5
27. Cuando lo(a) siento distante	1	2	3	4	5
28. Cuando veo algo que me lo recuerda	1	2	3	4	5
29. Cuando no hablamos en las noches	1	2	3	4	5
30. Cuando estoy triste	1	2	3	4	5
31. Cuando pasa algo similar	1	2	3	4	5
32. Cuando siento inestabilidad en la relación	1	2	3	4	5
33. Antes de dormir	1	2	3	4	5
34. Cuando no contesta los mensajes	1	2	3	4	5
35. Cuando estoy enojado(a)	1	2	3	4	5
36. Cuando se enoja	1	2	3	4	5

Instrucciones: En general **vuelvo a pensar** en lo que mi pareja me hizo y cómo me sentí (Señala con una "X")

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5
37. Más bien trato de no recordarlo				
38. Cuando lo volvemos a mencionar				
39. Cuando sale con sus amigos				
40. Cuando no sé dónde está				
41. Al final del día				
42. Cuando ya voy a dormir				
43. Evito pensar en ello				
44. Cuando no sé con quién está				

ANEXO 15: Escala de Rumiación acerca de la Transgresión (Versión Inicial)
Instrucciones: Cuando le estoy dando vueltas en mi cabeza a lo que pasó (Señala con una "X").

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	
1. Siento un nudo en la garganta	1	2	3	4	5
2. Pienso que no me comprometería con él(ella)	1	2	3	4	5
3. Mi corazón se acelera	1	2	3	4	5
4. Dudo si valdrá la pena la relación	1	2	3	4	5
5. Pienso que pudo haber sido diferente	1	2	3	4	5
6. Pienso que ya no será lo mismo	1	2	3	4	5
7. Me siento inseguro(a)	1	2	3	4	5
8. Me pongo nostálgico(a)	1	2	3	4	5
9. Quiero alejarme de él (ella)	1	2	3	4	5
10. Me da por llorar	1	2	3	4	5
11. Siento malestar en el estómago	1	2	3	4	5
12. Me siento mal	1	2	3	4	5
13. Pienso que se pudo haber solucionado de otra forma	1	2	3	4	5
14. Me siento sin ganas de nada	1	2	3	4	5
15. Me duele la cabeza	1	2	3	4	5
16. Me siento agredido(a)	1	2	3	4	5
17. Me siento débil	1	2	3	4	5
18. Me duele el estómago	1	2	3	4	5
19. Me pregunto por qué sigo con él(ella)	1	2	3	4	5
20. Cuál fue la razón de hacerlo	1	2	3	4	5
21. Pienso en qué pasó por su cabeza	1	2	3	4	5
22. Me duele	1	2	3	4	5
23. Pienso en que un día terminaré la relación	1	2	3	4	5
24. Pienso que se pudo hacer algo para evitarlo	1	2	3	4	5
25. Pienso en dejarlo(a)	1	2	3	4	5
26. Me siento traicionado(a)	1	2	3	4	5
27. Pienso que la relación se fracturó	1	2	3	4	5
28. Pienso que no debería seguir con él(ella)	1	2	3	4	5
29. Pienso que se pudo haber dicho la verdad	1	2	3	4	5
30. Pienso que se pudo haber prevenido	1	2	3	4	5
31. Pienso que todo tenía solución	1	2	3	4	5
32. Pienso que, si se dijera la verdad, no tendrían por qué pasar esas cosas	1	2	3	4	5
33. Tengo una sensación fea en el pecho	1	2	3	4	5
34. Me siento impotente	1	2	3	4	5
35. Siento un dolor en el pecho	1	2	3	4	5
36. Me siento deprimido(a)	1	2	3	4	5

Instrucciones: Cuando le estoy dando vueltas en mi cabeza a lo que pasó (Señala con una "X").

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

37. Me vuelvo a enojar	1	2	3	4	5
38. Me siento angustiado(a)	1	2	3	4	5
39. Me siento ansioso(a)	1	2	3	4	5
40. Me siento desmotivado(a)	1	2	3	4	5
41. Siento desesperación	1	2	3	4	5
42. Me pregunto por qué lo hizo	1	2	3	4	5
43. Pienso en por qué pasó	1	2	3	4	5
44. Pienso que aún ignoro lo que sucedió en realidad	1	2	3	4	5
45. Se me revuelve la panza	1	2	3	4	5
46. Me siento molesto(a)	1	2	3	4	5
47. Siento que me falta la respiración	1	2	3	4	5
48. Me siento frustrado(a)	1	2	3	4	5
49. Sería mejor que cada quien haga su vida aparte	1	2	3	4	5
50. Pienso que debimos solucionar nuestras dificultades desde antes	1	2	3	4	5
51. Me siento alterado(a)	1	2	3	4	5
52. Me pregunto ¿Por qué reaccionó así mi pareja?	1	2	3	4	5
53. Me siento dolido(a)	1	2	3	4	5
54. Me siento triste	1	2	3	4	5
55. Me siento enojado(a)	1	2	3	4	5
56. Me siento lastimado(a)	1	2	3	4	5
57. Siento odio	1	2	3	4	5
58. Siento incertidumbre	1	2	3	4	5
59. Me siento utilizado(a)	1	2	3	4	5
60. Siento coraje	1	2	3	4	5
61. Pienso que no tenemos futuro como pareja	1	2	3	4	5
62. Pienso en terminar la relación	1	2	3	4	5
63. Me siento engañado(a)	1	2	3	4	5
64. Pienso que se pueden evitar situaciones así	1	2	3	4	5

ANEXO 16: Escala de Rumiación-Disipación (Versión Validada)

Instrucciones: A continuación, se te presentan una serie de enunciados acerca de lo que hizo tu pareja que te lastimó u ofendió, señala con una "X" qué tanto aplica para ti cada enunciado

Extremadamente en desacuerdo	Levemente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Levemente de acuerdo	Extremadamente de acuerdo
1	2	3	4	5

1. Cuando lo recuerdo ya no me causa ningún sentimiento o emoción	1	2	3	4	5
2. He estado pensando constantemente en el incidente	1	2	3	4	5
3. Cuando pienso en lo que pasó mi ánimo cambia	1	2	3	4	5
4. Pienso muy seguido en lo que me hizo mi pareja	1	2	3	4	5
5. Pienso en lo que pasó menos seguido que antes	1	2	3	4	5
6. Le resto importancia a esas situaciones	1	2	3	4	5
7. Cuando recuerdo lo que pasó puedo dejar de pensar en ello fácilmente	1	2	3	4	5
8. A menudo me pongo a pensar en lo que pasó	1	2	3	4	5
9. Desde que pasó casi no dejo de pensar en eso	1	2	3	4	5

ANEXO 17: Escala de Contenido de la Rumiación (Versión Validada)

Instrucciones: Respecto a lo que te hizo tu pareja, señala con una "X" qué tanto piensas hoy en día en lo siguiente

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	
1. En lo enojado (a) que me sentí cuando pasó	1	2	3	4	5
2. El momento en que pasó el incidente	1	2	3	4	5
3. En cómo me sentí	1	2	3	4	5
4. En lo que vi	1	2	3	4	5
5. En lo triste que me sentí cuando pasó	1	2	3	4	5
6. En que le valí gorro al momento	1	2	3	4	5
7. En las palabras hirientes	1	2	3	4	5
8. En lo que más me hirió	1	2	3	4	5
9. En lo que sentí en ese momento	1	2	3	4	5
10. En lo desagradable que fue	1	2	3	4	5
11. En la forma en que me enteré de lo que sucedió	1	2	3	4	5
12. En los reproches que se sacaron debido al incidente	1	2	3	4	5

ANEXO 18: Escala de Detonantes de la Rumiación (Versión Validada)

Instrucciones: En general **vuelvo a pensar** en lo que mi pareja me hizo y cómo me sentí (Señala con una "X").

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	
1. Cuando estoy en mi habitación o cuarto	1	2	3	4	5
2. Cuando veo algo que me lo recuerda	1	2	3	4	5
3. Casi todo el día	1	2	3	4	5
4. Cuando pasa algo similar	1	2	3	4	5
5. Cuando discutimos	1	2	3	4	5
6. Cuando estoy caminando solo(a)	1	2	3	4	5
7. Cuando no sé con quién habla	1	2	3	4	5
8. Cuando siento inestabilidad en la relación	1	2	3	4	5
9. En las noches	1	2	3	4	5
10. A todas horas	1	2	3	4	5
11. Cuando estoy enojado(a)	1	2	3	4	5
12. En las mañanas	1	2	3	4	5
13. Cuando no estoy haciendo nada	1	2	3	4	5
14. Antes de dormir	1	2	3	4	5
15. Cuando no me contesta rápido	1	2	3	4	5
16. En todo momento	1	2	3	4	5
17. Cuando no sé con quién está	1	2	3	4	5
18. Llego a soñarlo	1	2	3	4	5
19. Cuando ya voy a dormir	1	2	3	4	5
20. Cuando no sé dónde está	1	2	3	4	5
21. Cuando estoy sin compañía	1	2	3	4	5
22. Cuando se enoja	1	2	3	4	5
23. Cuando sale con sus amigos	1	2	3	4	5
24. Cuando lo(a) noto raro(a)	1	2	3	4	5
25. Cuando lo(a) siento distante	1	2	3	4	5

ANEXO 19: Escala de Rumiación acerca de la Transgresión (Versión Validada)
Instrucciones: Cuando le estoy dando vueltas en mi cabeza a lo que pasó (Señala con una "X").

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	
1. Me da por llorar	1	2	3	4	5
2. Me siento mal	1	2	3	4	5
3. Pienso en terminar la relación	1	2	3	4	5
4. Me siento dolido(a)	1	2	3	4	5
5. Me siento lastimado(a)	1	2	3	4	5
6. Siento que me falta la respiración	1	2	3	4	5
7. Pienso que se pudo hacer algo para evitarlo	1	2	3	4	5
8. Pienso que no debería seguir con él(ella)	1	2	3	4	5
9. Pienso que ya no será lo mismo	1	2	3	4	5
10. Me siento agredido(a)	1	2	3	4	5
11. Siento incertidumbre	1	2	3	4	5
12. Me siento triste	1	2	3	4	5
13. Siento un dolor en el pecho	1	2	3	4	5
14. Me siento traicionado(a)	1	2	3	4	5
15. Me siento frustrado(a)	1	2	3	4	5
16. Pienso en que un día terminaré la relación	1	2	3	4	5
17. Dudo si valdrá la pena la relación	1	2	3	4	5
18. Pienso que se pueden evitar situaciones así	1	2	3	4	5
19. Tengo una sensación fea en el pecho	1	2	3	4	5
20. Pienso que no tenemos futuro como pareja	1	2	3	4	5
21. Me siento sin ganas de nada	1	2	3	4	5
22. Pienso que pudo haber sido diferente	1	2	3	4	5
23. Pienso en dejarlo(a)	1	2	3	4	5
24. Pienso que no me comprometería con él(ella)	1	2	3	4	5
25. Me siento ansioso(a)	1	2	3	4	5
26. Sería mejor que cada quien haga su vida aparte	1	2	3	4	5
27. Siento desesperación	1	2	3	4	5
28. Pienso que si se dijera la verdad, no tendrían por qué pasar esas cosas	1	2	3	4	5
29. Pienso que todo tenía solución	1	2	3	4	5
30. Pienso que se pudo haber solucionado de otra forma	1	2	3	4	5
31. Pienso que se pudo haber dicho la verdad	1	2	3	4	5
32. Me siento desmotivado(a)	1	2	3	4	5
33. Me siento débil	1	2	3	4	5
34. Me duele la cabeza	1	2	3	4	5
35. Me pongo nostálgico(a)	1	2	3	4	5
36. Se me revuelve la panza	1	2	3	4	5
37. Me siento angustiado(a)	1	2	3	4	5

Instrucciones: Cuando le estoy dando vueltas en mi cabeza a lo que pasó (Señala con una "X").

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	
38. Pienso que se pudo haber prevenido	1	2	3	4	5
39. Me siento deprimido(a)	1	2	3	4	5
40. Me pregunto por qué sigo con él(ella)	1	2	3	4	5
41. Me siento impotente	1	2	3	4	5
42. Quiero alejarme de él (ella)	1	2	3	4	5
43. Me siento alterado(a)	1	2	3	4	5
44. Pienso que la relación se fracturó	1	2	3	4	5
45. Pienso que debimos solucionar nuestras dificultades desde antes	1	2	3	4	5

ANEXO 20: Cuestionario Abierto para Explorar las Estrategias de Afrontamiento ante la Transgresión

Instrucciones: Generalmente la ofensa o daño que nos hizo la pareja provoca cambios en la relación, las siguientes preguntas son acerca de cómo has hecho frente a estos cambios.

1.- ¿Cómo reaccionaste cuando sucedió el incidente?

2.- ¿Pudiste controlar tus emociones ante el incidente?

3.- ¿Qué hiciste para controlar tus emociones?

4.- ¿Actualmente piensas lo mismo del incidente con tu pareja?

5.- ¿Qué piensas ahora acerca del incidente?

Valoramos y agradecemos de la manera más sincera su participación

¡Muchas gracias!

ANEXO 21: Escala de Estrategias de Afrontamiento enfocado a la Emoción (Versión Inicial)

Instrucciones: Cuando me siento mal por lo que mi pareja me hizo (Señala con una "X").

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

1. Respiro para relajarme	1	2	3	4	5
2. Empiezo a agredir	1	2	3	4	5
3. Me concentro en mis actividades	1	2	3	4	5
4. Lo hablo con un familiar	1	2	3	4	5
5. Le hablo feo	1	2	3	4	5
6. Me pongo a gritar	1	2	3	4	5
7. Comienzo a hacer ejercicio	1	2	3	4	5
8. Le dejo de hablar por un tiempo	1	2	3	4	5
9. Pienso en otra cosa	1	2	3	4	5
10. Me contengo	1	2	3	4	5
11. Lo hablo con un amigo o amiga	1	2	3	4	5
12. Me aguanto	1	2	3	4	5
13. Platico las cosas con otra persona	1	2	3	4	5
14. Salgo a caminar	1	2	3	4	5
15. Me distraigo haciendo otras cosas	1	2	3	4	5
16. Intento relajarme	1	2	3	4	5
17. Evito el contacto con mi pareja	1	2	3	4	5
18. Procuro estar tranquilo	1	2	3	4	5
19. Salgo a respirar	1	2	3	4	5
20. Actúo de forma violenta	1	2	3	4	5
21. Intento reprimir mis emociones	1	2	3	4	5
22. Me pongo a hacer otras cosas	1	2	3	4	5
23. Salgo a dar la vuelta	1	2	3	4	5
24. Pongo mi distancia de el	1	2	3	4	5
25. Me pongo a la defensiva	1	2	3	4	5
26. Me enojo	1	2	3	4	5
27. Siento que exploto de coraje	1	2	3	4	5
28. Me controlo	1	2	3	4	5
29. Escucho mi música favorita	1	2	3	4	5
30. Lo evito en la medida que puedo	1	2	3	4	5
31. Salgo a correr	1	2	3	4	5
32. Me pongo a hacer ejercicio	1	2	3	4	5
33. Respiro profundamente	1	2	3	4	5
34. Me pongo a llorar	1	2	3	4	5
35. Me alejo de mi pareja	1	2	3	4	5
36. Lo platico con personas cercanas a mí	1	2	3	4	5
37. Pienso en cosas agradables	1	2	3	4	5

ANEXO 22: Escala de Estrategias de Afrontamiento enfocado al Sentido (Versión Inicial)

Instrucciones: Actualmente pienso que el incidente (Señala con una "X")

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	
1. Ahora lo veo con otro enfoque	1	2	3	4	5
2. Ahora creo que no era para molestarte	1	2	3	4	5
3. Ahora pienso que no tuvo intención de herirme	1	2	3	4	5
4. Pienso que no lo hacía en mi contra	1	2	3	4	5
5. Nos hizo madurar como pareja	1	2	3	4	5
6. Creo que ha madurado en ese aspecto	1	2	3	4	5
7. Fue útil para cambiar algunas cosas en la relación	1	2	3	4	5
8. Está destruyendo la relación	1	2	3	4	5
9. Ahora pienso que no era para tanto	1	2	3	4	5
10. Fortaleció nuestra confianza	1	2	3	4	5
11. Ahora pienso que todo fue una tontería	1	2	3	4	5
12. Mi manera de ver el incidente ha cambiado	1	2	3	4	5
13. Generó más conflictos	1	2	3	4	5
14. Sólo fue inmadurez	1	2	3	4	5
15. Ahora pienso que no tenía mala intención	1	2	3	4	5
16. Hizo que la relación sea más fría	1	2	3	4	5
17. Sólo fue falta de experiencia por parte de los dos	1	2	3	4	5
18. Creo que son cosas que pasan para fortalecer la relación	1	2	3	4	5
19. Ahora pienso que fue algo que no valía la pena	1	2	3	4	5
20. Nos ayudó a valorarnos	1	2	3	4	5
21. Ahora pienso en que realmente no importaba	1	2	3	4	5
22. Fue un mal momento, pero aprendimos de esa experiencia	1	2	3	4	5
23. Creo que somos mejores a partir de lo que pasó	1	2	3	4	5
24. Ayudó a que estuviéramos mejor como pareja	1	2	3	4	5
25. Cambió mi forma de pensar acerca de lo que pasó	1	2	3	4	5
26. Cambió mi forma de ver las cosas	1	2	3	4	5
27. Sigue afectando para mal mi relación	1	2	3	4	5
28. Ha disminuido la confianza entre nosotros	1	2	3	4	5
29. Creo que ya no es tan importante	1	2	3	4	5
30. Ahora pienso que no valía la pena pelear	1	2	3	4	5
31. Creo que él(ella) era inmaduro(a)	1	2	3	4	5
32. Ahora pienso que no fue tan grave lo que sucedió	1	2	3	4	5

ANEXO 23: Escala de Estrategias de Afrontamiento enfocado al Problema (Versión Inicial)
Instrucciones: Después de que mi pareja me lastimó u ofendió con lo que hizo (Señala con una “X”).

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

1. Aprendimos de la experiencia y cambiamos	1	2	3	4	5
2. Hablamos las cosas bien	1	2	3	4	5
3. Hablamos para llevar una buena relación	1	2	3	4	5
4. Hablamos del problema	1	2	3	4	5
5. Aclaremos todo	1	2	3	4	5
6. Hablo con él (ella)	1	2	3	4	5
7. Los conflictos han continuado	1	2	3	4	5
8. Lo solucionamos	1	2	3	4	5
9. Hablamos de lo que pasó	1	2	3	4	5
10. Él buscó ayuda profesional	1	2	3	4	5
11. El problema no se ha solucionado	1	2	3	4	5
12. Entramos en razón acerca de lo que pasó	1	2	3	4	5
13. Sigue sin volver a pasar	1	2	3	4	5
14. Hablando llegamos a acuerdos	1	2	3	4	5
15. Pusimos en claro la situación	1	2	3	4	5
16. Fuimos a terapia	1	2	3	4	5
17. Hablando se pudo resolver	1	2	3	4	5
18. Fui a terapia	1	2	3	4	5
19. Cambiamos en lo que es/era necesario	1	2	3	4	5
20. Le dije todo lo que pensaba	1	2	3	4	5
21. Reaccionamos de manera que el problema crece	1	2	3	4	5
22. Intento que me explique	1	2	3	4	5
23. Trabajamos juntos para salir adelante	1	2	3	4	5
24. Cambiamos para mejorar la relación	1	2	3	4	5
25. Procuramos no volver a tocar el tema	1	2	3	4	5
26. Pedimos ayuda	1	2	3	4	5
27. He procurado olvidar lo que sucedió	1	2	3	4	5
28. Lo pudimos solucionar	1	2	3	4	5
29. Hablando llegamos a buenos términos	1	2	3	4	5
30. Seguimos sin solucionar el problema	1	2	3	4	5

ANEXO 24: Escala de Estrategias de Afrontamiento enfocado a la Emoción (Versión Validada)

Instrucciones: Cuando **me siento mal** por lo que mi pareja me hizo (Señala con una "X").

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

1. Respiro para relajarme	1	2	3	4	5
2. Respiro profundamente	1	2	3	4	5
3. Comienzo a hacer ejercicio	1	2	3	4	5
4. Actúo de forma violenta	1	2	3	4	5
5. Empiezo a agredir	1	2	3	4	5
6. Procuro estar tranquilo	1	2	3	4	5
7. Pongo mi distancia de el	1	2	3	4	5
8. Me alejo de mi pareja	1	2	3	4	5
9. Salgo a correr	1	2	3	4	5
10. Me enojo	1	2	3	4	5
11. Me distraigo haciendo otras cosas	1	2	3	4	5
12. Me pongo a la defensiva	1	2	3	4	5
13. Intento relajarme	1	2	3	4	5
14. Evito el contacto con mi pareja	1	2	3	4	5
15. Siento que exploto de coraje	1	2	3	4	5
16. Lo hablo con un amigo o amiga	1	2	3	4	5
17. Me pongo a hacer otras cosas	1	2	3	4	5
18. Lo platico con personas cercanas a mí	1	2	3	4	5
19. Me pongo a hacer ejercicio	1	2	3	4	5
20. Pienso en cosas agradables	1	2	3	4	5
21. Le hablo feo	1	2	3	4	5
22. Me pongo a gritar	1	2	3	4	5
23. Lo hablo con un familiar	1	2	3	4	5
24. Platico las cosas con otra persona	1	2	3	4	5

ANEXO 25: Escala de Estrategias de Afrontamiento enfocado al Sentido (Versión Validada)
Instrucciones: Actualmente pienso que el incidente (Señala con una "X")

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
1	2	3	4	5	
1. Ahora lo veo con otro enfoque	1	2	3	4	5
2. Nos hizo madurar como pareja	1	2	3	4	5
3. Ahora pienso que no fue tan grave lo que sucedió	1	2	3	4	5
4. Creo que somos mejores a partir de lo que pasó	1	2	3	4	5
5. Generó más conflictos	1	2	3	4	5
6. Sigue afectando para mal mi relación	1	2	3	4	5
7. Ha disminuido la confianza entre nosotros	1	2	3	4	5
8. Cambió mi forma de pensar acerca de lo que pasó	1	2	3	4	5
9. Está destruyendo la relación	1	2	3	4	5
10. Creo que ha madurado en ese aspecto	1	2	3	4	5
11. Hizo que la relación sea más fría	1	2	3	4	5
12. Ayudó a que estuviéramos mejor como pareja	1	2	3	4	5
13. Fue un mal momento, pero aprendimos de esa experiencia	1	2	3	4	5
14. Ahora pienso en que realmente no importaba	1	2	3	4	5
15. Creo que ya no es tan importante	1	2	3	4	5
16. Fue útil para cambiar algunas cosas en la relación	1	2	3	4	5
17. Cambió mi forma de ver las cosas	1	2	3	4	5
18. Nos ayudó a valorarnos	1	2	3	4	5
19. Ahora pienso que no valía la pena pelear	1	2	3	4	5
20. Ahora pienso que todo fue una tontería	1	2	3	4	5
21. Ahora pienso que no era para tanto	1	2	3	4	5
22. Ahora pienso que fue algo que no valía la pena	1	2	3	4	5

ANEXO 26: Escala de Estrategias de Afrontamiento enfocado al Problema (Versión Validada)

Instrucciones: Después de que mi pareja me lastimó u ofendió con lo que hizo (Señala con una "X").

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

1. Aprendimos de la experiencia y cambiamos	1	2	3	4	5
2. Entramos en razón acerca de lo que pasó	1	2	3	4	5
3. Hablando llegamos a acuerdos	1	2	3	4	5
4. Pusimos en claro la situación	1	2	3	4	5
5. Hablando se pudo resolver	1	2	3	4	5
6. Cambiamos en lo que es/era necesario	1	2	3	4	5
7. Hablamos las cosas bien	1	2	3	4	5
8. Trabajamos juntos para salir adelante	1	2	3	4	5
9. Cambiamos para mejorar la relación	1	2	3	4	5
10. Hablando llegamos a buenos términos	1	2	3	4	5
11. Lo solucionamos	1	2	3	4	5