

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



Título de Investigación para optar al Grado de Licenciatura en Psicología:

Diseño e Implementación de un Programa Psicoterapéutico para el Desarrollo de las Competencias para la Futura Vida Conyugal aplicado a Estudiantes de Bachillerato del Instituto Nacional "General Manuel José Arce"

Presentado Por:

González Turcios, Dennis Josué	GT13006
Peña Artiga, Karina Elizabeth	PA13021
Villanueva Sánchez, Daniel Eduardo	VS13007

Docente Director:

Lic. Rafael Córdova

Coordinador General del Proceso de Grado:

Lic. Mauricio Evaristo Morales

Ciudad Universitaria, Octubre de 2018



AUTORIDADES CENTRALES:

- **RECTOR:**

MSC. ROGER ARMANDO ARIAS ALVARADO

- **VICE-RECTOR ACADÉMICO:**

DR. MANUEL DE JESÚS JOYA ÁBREGO

- **VICE-RECTOR ADMINISTRATIVO:**

ING. NELSON BERNABÉ GRANADOS

- **SECRETARIO GENERAL:**

LIC. CRISTOBAL HERNÁN RÍOS BENÍTEZ



AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES:

- **DECANO:**

LIC. JOSÉ VICENTE CUCHILLAS

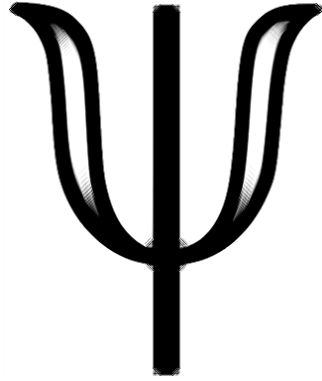
- **VICE-DECANO:**

LIC. EDGAR NICOLÁS AYALA

- **SECRETARIO DE LA FACULTAD:**

MSC. HECTOR DANIEL CARBALLO





AUTORIDADES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA:

- **JEFE DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA:**

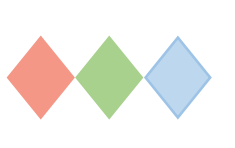
LIC. WILBER ALFREDO HERNANDEZ.

- **COORDINADOR GENERAL DE PROCESO DE GRADO:**

LIC. MAURICIO EVARISTO MORALES.

- **DOCENTE DIRECTOR:**

LIC. RAFAEL ANTONIO CÓRDOBA QUEVEDO.



ÍNDICE

AUTORIDADES	2
AGRADECIMIENTOS	11
RESUMEN.....	13
INTRODUCCIÓN	14
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	18
1.1 Situación Actual del Problema.....	19
1.2 Enunciado del Problema.....	20
1.3 Objetivos de la Investigación.....	20
1.4 Justificación del Estudio.....	21
1.5 Delimitación del Problema.....	23
2. MARCO TEÓRICO	24
2.1 Marco Histórico	25
2.1.1 Estudios Previos	25
2.1.2 Las Relaciones de Pareja a Través de la Historia.....	28
2.1.3 Análisis de las Relaciones de Pareja en la Realidad Salvadoreña.....	30
2.1.4 Modernización y su Influencia en las Concepciones de Pareja en la Juventud Salvadoreña.....	34
2.2. Factores que Conducen a la Separación en la pareja	34
2.2.1 El Divorcio como Forma de Separación Legal en la Pareja:	36
2.2.2 Divorcio en El Salvador:	37
2.3 .La Adolescencia.....	39
2.3.1 Etapas de la Adolescencia	40
2.3.2 Caracterización de las Relaciones de Pareja en la Adolescencia.	42
2.5 La Pareja Desde la Psicología.....	43
2.5.1 Ciclo de Vida de la Pareja	44
2.5.1.1 Primera Fase: La Formación.	44
2.5.1.2 Segunda Fase: La Mantención.	46
2.5.1.3 Tercera Fase: La Ruptura.	47

2.5.2. Influencia de la Familia de Origen en la Pareja	48
2.5.3 Patrones Relacionales en la Pareja	49
<i>Patrones Disfuncionales en la Pareja</i>	50
<i>Patrones Funcionales en la Pareja</i>	53
2.5.4 Las Competencias Conyugales.....	56
3. SISTEMA DE HIPÓTESIS Y DEFINICIÓN	59
3.1 Hipótesis de Investigación	60
3.2 Definición Conceptual de Variables	61
3.3 Definición Operacional de Variables.....	62
3.4 Variables Intervinientes.....	65
4. METODOLOGÍA	67
4.1 Diseño y Enfoque de Estudio.....	68
4.2 Sujetos.....	68
4.3 Población y Muestra.....	69
4.4 Instrumentos	69
4.5 Procedimiento.....	72
4.8 Perspectiva de Análisis e Interpretación de Resultados Cuantitativos.....	73
4.9 Presupuesto.....	75
4.10 Cronograma de Actividades	76
5. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	77
5.1 Resultados	78
5.2 Comparación de Resultados de la Prueba de Entrada y Prueba de Salida.....	81
5.3 Discusión de Resultados de la Prueba Inicial.....	87
5.4. Discusión de Resultados de la Aplicación del Programa.....	90
6. CONCLUSIONES	97
7. RECOMENDACIONES	99
8. FUENTES CONSULTADAS	101
ANEXOS.....	106
PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA	114
OBJETIVOS DEL PROGRAMA.....	116
Objetivo General:	116



Objetivos Específicos:.....	116
ORGANIZACIÓN DEL PROGRAMA.....	117
SUGERENCIAS METODOLÓGICAS.....	117
COMPETENCIAS DEL PROGRAMA.....	117
PLANES OPERATIVOS.....	117
ANEXO PLANES OPERATIVOS.....	117

AGRADECIMIENTOS



Para mí, esta página de agradecimientos es el lugar indicado para expresar, de la forma más honesta y sincera posible, todo el apoyo que he recibido para culminar esta investigación, y con ello finalizar mi carrera universitaria: Licenciatura en Psicología.

En primer lugar, agradezco con mucho afecto a mis padres: **Ignacio González y Ana Turcios**, ya que ellos me han dado y me han soportado todo; sin ellos esto no sería posible. Se los agradeceré toda mi vida. También, hago mención especial a mi abuela **Reyes Gloria**, sé que estaría muy feliz y orgullosa por mi logro.

En segundo lugar, a la persona que me ayuda a dar lo mejor de mí, me apoya en todo momento y me estima en demasía. A quien sabe lo que realmente quiero decir cuando le expreso: Ya es tarde.

En tercer lugar, a mis verdaderos amigos y colegas, a los cuales he llegado a considerar como mi familia. Principalmente, a los que conozco desde mi primer año universitario y se han mantenido en los buenos y malos momentos.

En cuarto y último lugar, a los docentes del Departamento de Psicología, ya que de forma directa o indirecta son parte de mi formación como profesional. Haciendo especial mención al licenciado **Rafael Antonio Córdoba Quevedo**, ya que fue el encargado de guiarnos en esta investigación y demostró mucho compromiso con la misma, y también al licenciado **Mauricio Evaristo Morales**, por ser un gran docente y amigo, ya que me ha apoyado desde mi primer año en la carrera, lo cual me motivo a ser un buen profesional. A ambos, gracias.

Dennis González.

AGRADECIMIENTOS



Dar por finalizado mi grado significa mucho para mí; es por fin poder decir: lo logré, pero más que decir que es fruto de mi esfuerzo y dedicación puedo decir que tras bambalinas habían personas aportando para que esta meta fuera posible y para ellos es esta página.

En primer lugar, agradezco a la persona que luchó cada día incansablemente para que yo pudiera iniciar y finalizar mis estudios universitarios: mi papá: **Julio Vásquez**, porque no solo me brindó su ayuda económica durante todos mis estudios, sino que me motivaba a luchar por esta meta, me brindó su apoyo y su cariño incondicional.

En segundo lugar, a mi querida **Martha Artiga** por ser mi inspiración para transitar por esta hermosa universidad y para estudiar lo que me apasionaba, por aconsejarme, escucharme y comprenderme cuando más lo he necesitado.

A mis colegas y amigos: **Daniel Villanueva, Cesar Sánchez, Selena Alfaro, Roberto Aparicio, Marina Hernández, Alberto Monge, Andrea Gallardo, Guillermo Trejo, Dennis Turcios, Mario Cruz y Sergio Argueta** con los que recorrí este hermoso trayecto para convertirnos en psicólogos y con los cuales más de alguna vez realice proyectos académicos, viví momentos maravillosos, momentos de tensión y que sin duda tienen y tendrán un lugar especial en mi vida, porque cada uno aportó experiencias y emociones diferentes a mis días.

Agradezco a todos mis **docentes del departamento de psicología** porque me ayudaron a adquirir todos los conocimientos y experiencias que me facultan para acuíñarme licenciada en psicología, pero también porque me han puesto un reto que es seguir mejorando mi perfil profesional continuamente y poner en alto nuestra alma mater. Agradezco especialmente al Lic. **Rafael Córdova** por ser el docente que más me insto a aplicar la teoría a mi propia vida y a la realidad de nuestro país, pero sin olvidar que también le debo infinitas gracias por su arduo apoyo en este trabajo de grado.



También agradezco al Lic. **Bartolo Castellanos** y a Licda. **Roxana Galdámez** primero por aportar a nuestra formación profesional con la entrega que ambos tienen en su rol como docente y segundo por sus aportes a este trabajo de grado para fortalecerlo.

Elizabeth Peña.

AGRADECIMIENTOS



Existe una frase que dice en palabras sencillas que lo más importante no es llegar a la meta, sino disfrutar el trayecto... Y es exactamente lo que siento en este momento, lo que me hace sentir satisfecho y agradecido son todas las experiencias buenas y malas que he vivido en estos cinco años de carrera, tantas vidas e historias humanas que he podido conocer, comprender y ayudar.

Esto no pudo haber sido sin el apoyo de las siguientes personas que indudablemente han marcado mi vida:

A mi Madre: **Doris Elizabeth Sánchez de Villanueva**, mujer luchadora, digna de admiración y orgullo que en ningún punto de mi vida me ha abandonado, durante toda mi vida ha estado tanto económicamente como moralmente apoyándome y sin duda, no hay otra como ella.

A mi Tío: **Luis Ernesto Sánchez**, quien desinteresadamente y sin ningún tipo de obligación me apoyó económicamente todos estos años de la carrera, y quien con sus acciones me ha enseñado la importancia de la familia y la solidaridad.

A mis Colegas y Compañeros de Tesis: **Liz Peña y Dennis González**, con quienes conocí al iniciar la carrera, recorrimos juntos al mismo ritmo cada una de las asignaturas, nos peleamos, celebramos, nos entristecimos y finalmente lo logramos, ahora juntos finalizamos nuestra aventura.

A mis otros Colegas y Compañeros: **Roberto Aparicio, David Menjívar, Selena Alfaro, Marina Hernández, Alberto Monge, Ever Luna, Andrea Gallardo, César Sánchez, Kenia Torres y Karla Palma**, quienes conocí en esta maravillosa aventura y que, aunque nos hayamos separado en algún punto, sin duda para mi vida, han sido importantes y siempre contarán con mi apoyo y agradecimiento.

A mis Docentes, durante cada una de las 32 materias, gracias a ellos aprendí desde variopintas perspectivas la apasionante ciencia psicológica, mención especial merecen la **Licda. Mariela**

Velasco (Por su imponencia, su recelo profesional y su rigurosidad), **el Lic. Evaristo Morales** (Por su accesibilidad, postura crítica y científica), **Licda. Roxana Galdámez** (Por su calidez humana, su pasión y su excelencia), **Lic. Omar Panameño** (Por su comprensión, su jovialidad y su confianza) y Lic. Rafael Córdova (Por ser uno de los mejores docentes, profesionales, asesores y personas, sin duda su formación trascendió más de lo profesional en mi vida).

Y finalmente a cada una de todas las personas que en el transcurso de mi formación profesional que desde el primer ciclo me dejaron entrar en la intimidad de su psique para comprenderla y ayudar a ayudarlo, principalmente a **Karla, Wilmer** y **Yesika**, quienes me enseñaron lo maravilloso y noble de ser un profesional en Psicología.

Daniel Villanueva



La Investigación pretendió conocer si existían diferencias significativas al aplicar un programa psicoterapéutico para desarrollar las habilidades y competencias relacionales para una vida de pareja en jóvenes estudiantes de bachillerato. Para ello se trabajó con 34 estudiantes de bachillerato de ambos géneros entre las edades de 16 a 19 años de edad, empleando un muestro no probabilístico, con un tipo de estudio cuasi-experimental, cuantitativo y descriptivo. Se elaboró un instrumento para medir resultados de entrada y de salida, así como el diseño de programa de psicoterapéutico de doce jornadas para generar cambios cognitivos en las seis competencias conyugales propuestas. Se obtuvieron mejoras significativas en los esquemas cognitivos sobre las formas relacionales en las parejas por parte de los jóvenes al interiorizar la importancia del reconocimiento de los patrones funcionales y disfuncionales en la pareja. Por lo que se concluyó que si es viable y productivo el desarrollo de dichas habilidades ausentes en el sistema educativo formal salvadoreño y en el contexto sociocultural general.

Palabras Clave: Pareja, Patrones, Competencias Conyugales, Programa Psicoterapéutico, Estudiantes de Bachillerato.

INTRODUCCIÓN



El presente se describe como se llevó a cabo el proyecto de grado “Diseño e Implementación de un Programa Psicoterapéutico para el Desarrollo de Competencias para la Futura Vida Conyugal en estudiantes de bachillerato” que surgió como la iniciativa de modificar cognitiva, afectiva y conductualmente la forma en la que se hacen efectivas las relaciones de pareja en El Salvador, enfocándose en la formación de jóvenes adolescentes que se encontraban proclives a experimentar todo tipo de relaciones que suelen reproducir las problemáticas comunes en nuestro contexto psicosocial de carencias educativas, sociales, económicas y políticas. Dicha modificación pretendió orientar a los jóvenes a vivenciar relaciones conyugales futuras maduras y saludables mediatizadas a través del desarrollo de las competencias y habilidades propias de una relación de pareja.

Se presenta la justificación e importancia de haber escogido dicho tema y el beneficio que se esperaba del proyecto, a continuación, se encuentra el planteamiento del problema donde se explicaron los antecedentes científicos del problema, así como la realidad social en la que se encontraba inmersa dicho problema, se muestra también el enunciado y delimitación del problema. Posteriormente se presentan los objetivos que persiguió el proyecto a nivel general y específico y que fueron la línea guía durante cada paso o acción a realizar.

Acto seguido, se encuentra el marco teórico que es la argumentación que el grupo de trabajo recopiló de los conocimientos tanto contextuales, históricos y técnicos que se necesitaban para diseñar e implementar dicho programa, a continuación, se presenta el sistema de hipótesis y su definición operacional.

Posteriormente, se encuentra la metodología en la que se describen las características de la población con la que fue llevada a cabo la aplicación del programa psicoterapéutico; se describe en forma general el instrumento utilizado que sirvió para los procesos de evaluación y medición de la problemática, también se presenta el procedimiento seguido para la realización de dicho proyecto, así mismo se da a conocer el diseño de investigación ejecutado para la comprobación de las hipótesis de dicho proyecto a través de la perspectiva de análisis e interpretación de resultados.

Finalmente, se expresan los resultados obtenidos por medio de la intervención terapéutica grupal, comparando estadísticamente a través de tablas, gráficos y la prueba T de Student, se comparan los resultados de la evaluación de entrada confrontada con la de salida para luego presentar una discusión de los resultados obtenidos que permite arribar a las conclusiones con sus respectivas recomendaciones.

Se incluye la bibliografía consultada y todos los documentos empleados en el área de anexos para la realización de la investigación e intervención.

Las relaciones de pareja suelen estar en boca de todos, desde los medios de comunicación hasta la sociedad misma que dicta como deben de relacionarse, que pueden o no pueden hacer, cuales son los roles de cada género, cuando iniciar la vida sexual, etc. Sin embargo, quienes suelen emitir estos lineamientos suelen basarse en premisas erróneas, tradicionales o sesgadas, relegando a acudir o conocer opiniones especializadas solo cuando la relación no está funcionando adecuadamente.

En El Salvador, por lo tanto, no existe ningún tipo de formación para instruir al estudiante sobre cómo llevar relaciones de pareja maduras en los temas de intimidad, respeto o sexualidad; en la escuela prefiriéndose decantar por impartir conocimientos bancarios poco relevantes para la vida del estudiante, y en el hogar transmitiendo valores e ideas de más o menos inconscientes sobre la vida de pareja, el infante lo vivencia y en la adolescencia lo desea experimentar por primera vez.

Sin embargo, la adolescencia, es una etapa de la vida marcada por el deseo de libertad, exploración y de encontrarse a uno mismo, es en este momento donde el anhelo de experimentar los efectos embriagadores del pasajero enamoramiento se hace presente a través de la búsqueda de la persona con quien intercambiar muestras de afecto, sentirse aceptado y de paso dar respuesta a la presión social inherente a la búsqueda de pareja.

No obstante, lejos de ser una etapa sencilla y placentera, en ella se experimentan muchas dudas que suelen ser resueltas entre pares con base a su experiencia y los modelos familiares de los jóvenes, siendo en la actualidad, y propio del deseo de desafiar lo tradicional, los modelos inadecuados o adecuados que el internet y los medios de comunicación puede proveer, sin olvidar ni relegar en ningún momento los propios patrones culturales de la sociedad salvadoreña, experimentados de primera mano a través de la observación de sus propios padres y figuras significativas personales.

Es en este contexto que los adolescentes salvadoreños suelen presentar diferentes dificultades en torno a la pareja producto del desconocimiento de las habilidades y destrezas para relacionarse con su pareja sobre la base del respeto, cómo construir patrones saludables como el cuidado, cómo

desarrollar intimidad, etc. produciéndose en consecuencias separaciones, maltrato, o una vida de pareja insoportable producto de las constantes crisis.

Con esto en mente, se diseñó e implementó un programa psicoterapéutico para desarrollar en estudiantes de bachillerato las competencias necesarias para tener relaciones de pareja fundamentadas en el respeto y el amor maduro, con los objetivos de solventar de cierta forma la carencia del sistema educativo actual sobre la formación de habilidades para la vida práctica del estudiante, de establecer un antecedente aparentemente pionero en país debido a que no se encuentran estudios similares a nivel nacional, mientras que en el ámbito internacional a nivel latinoamericano, los esfuerzos solo se han centrado en evitar la violencia, así como también sirvió para evaluar si este tipo de esfuerzos son efectivos y reproducibles para ser considerados como medida a largo plazo para modificar la realidad psicosocial del país, conduciéndonos de esta forma a nuestra meta principal: que los jóvenes se conviertan en agentes de cambio, reproduciendo lo aprendido a más personas para que sus relaciones de pareja tengan las dosis necesarias de intimidad, individualidad y afectividad propias de una relación madura.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA



1.1 Situación Actual del Problema

En los últimos años se ha podido observar cómo se han ido incrementando los niveles de divorcios y separaciones de parejas salvadoreñas, de acuerdo a los abogados que se dedican a la disolución de este tipo de uniones afirman que esto se debe a que la mayoría de personas que acaban divorciándose o separándose es porque al momento de contraer matrimonio o acompañarse no comprendían lo que esto significaba y mucho menos conocían que para que esta unión fuese satisfactoria debían poseer ciertas habilidades o capacidades.

Los abogados suelen expresar además y de forma simplista que la causa de las constantes separaciones se debe a “incompatibilidad de caracteres”, sin embargo, para los especialistas en temas de pareja la razón es más compleja, ya que la separación es un proceso que se va desarrollando a medida que se van estableciendo y agravando los patrones disfuncionales en la pareja, dichos patrones suelen ser más comunes de lo que se quisiera, puesto que cotidianamente en nuestro país están a la orden del día patrones de control, celos, devaluaciones, evitación de conflicto e intimidad, etc.

Por lo tanto, las separaciones son una medida para conocer las habilidades y competencias que poseen los miembros de una pareja y el aumento de los divorcios en el país es un reflejo de la carencia de las mismas, sin embargo, no podemos olvidar las múltiples consecuencias que las separaciones traen, en primer lugar, el deterioro de la autoestima y tranquilidad de los miembros de la pareja y en segundo lugar a una pareja con hijos la experimentación de las crisis propias de los patrones disfuncionales de los padres que de forma involuntaria aprenden y pueden llegar a reproducir en sus propias relaciones en la vida adulta.

Sin embargo, el establecimiento de patrones disfuncionales en la pareja no conduce exclusivamente a la separación, ya que existe una cantidad considerable de parejas que deciden mantenerse juntos a pesar de las evidentes dificultades producto de la falta de las competencias necesarias, derivando en relaciones insatisfactorias donde puede existir maltrato generado por patrones de control, infidelidades, producidas por ausencia de intercambios afectivos y ausencia de intimidad, etc.

Es por estas y muchas razones más, que es muy necesario que los adolescentes a nivel nacional cuenten con la educación apropiada para que cuando establezcan una relación de pareja posean los conocimientos y las habilidades necesarias para tener una relación saludable, pero para ello es imperativo que los adolescentes logren identificar los patrones de conducta que han aprendido en sus hogares, ya que probablemente no sean los más adecuados para seguir reproduciendo con sus parejas ya que sólo les producirán insatisfacción, y a partir de esto, que puedan empezar a desarrollar patrones más funcionales como el desarrollo de intimidad y de intercambios afectivos para prevenir los divorcios, separaciones, infidelidades, maltrato, control, celos y devaluación en la vida conyugal.

1.2 Enunciado del Problema

¿Influirá la aplicación de un programa psicoterapéutico para el desarrollo de competencias para la futura vida conyugal en estudiantes de bachillerato del Instituto Nacional “General Manuel José Arce”?

1.3 Objetivos de la Investigación

1.5.1. Objetivo General.

Diseñar e Implementar un Programa Psicoterapéutico para desarrollar las competencias para la futura vida conyugal en estudiantes de bachillerato del Instituto Nacional “General Manuel José Arce” ubicado en la zona metropolitana de San Salvador, realizado en el periodo de mayo-agosto 2018.

1.3.2 Objetivos Específicos.

ψ Orientar sobre los tópicos y conceptos básicos sobre la pareja para la asimilación del fenómeno, así como para desarrollar posturas críticas sobre temas de pareja.

- ψ Construir las bases para el desarrollo de habilidades para transmitir y recibir cuidados tiernos tanto verbales como no verbales hacia la pareja.

- ψ Instaurar en los jóvenes las habilidades y conocimientos necesarios para evitar patrones de control en la pareja, así como la capacidad de buscar y conectar su desarrollo personal.

- ψ Disponer a los jóvenes para enfrentarse a diferentes tipos de crisis por medio del aprendizaje de estrategias de afrontamiento de problemas comunes en las parejas salvadoreñas

- ψ Instruir a los jóvenes en el desarrollo de las capacidades para establecer intimidad en la pareja que permita dejar de lado la idealización para dar un paso a un conocimiento recíproco maduro.

- ψ Desmitificar a los jóvenes sobre temas referentes a la sexualidad humana y sobre la sexualidad dentro de la pareja.

1.4 Justificación del Estudio

Las relaciones de pareja suelen estar en boca de todos, desde los medios de comunicación hasta la sociedad misma que dicta cómo deben de relacionarse, qué pueden o no pueden hacer, cuáles son los roles de cada género, cuándo iniciar la vida sexual, etc. Sin embargo, quienes suelen emitir estos lineamientos se basan en premisas erróneas, tradicionales o sesgadas, relegando a acudir o conocer opiniones especializadas solo cuando la relación no está funcionando adecuadamente.

En El Salvador, por lo tanto, no existe ningún tipo de formación para instruir al estudiante sobre cómo llevar relaciones de pareja maduras en los temas de intimidad, respeto o sexualidad; en la escuela prefiriéndose decantar por impartir conocimientos bancarios poco relevantes para la vida del estudiante, y en el hogar transmitiendo valores e ideas de más o menos inconscientes sobre la vida de pareja, el infante lo vivencia y en la adolescencia lo desea experimentar por primera vez.

Sin embargo, la adolescencia, es una etapa de la vida marcada por el deseo de libertad, exploración y de encontrarse a uno mismo, es en este momento donde el anhelo de experimentar los efectos embriagadores del pasajero enamoramiento se hace presente a través de la búsqueda de la persona con quien intercambiar muestras de afecto, sentirse aceptado y de paso dar respuesta a la presión social inherente a la búsqueda de pareja.

No obstante, lejos de ser una etapa sencilla y placentera, en ella se experimentan muchas dudas que suelen ser resueltas entre pares con base a su experiencia y los modelos familiares de los jóvenes, siendo en la actualidad, y propio del deseo de desafiar lo tradicional, los modelos inadecuados o adecuados que el internet y los medios de comunicación puede proveer, sin olvidar ni relegar en ningún momento los propios patrones culturales de la sociedad salvadoreña, experimentados de primera mano a través de la observación de sus propios padres y figuras significativas personales.

Es en este contexto que los adolescentes salvadoreños suelen presentar diferentes dificultades en torno a la pareja, producto del desconocimiento de las habilidades y destrezas para relacionarse con su pareja sobre la base del respeto, cómo construir patrones saludables como el cuidado, cómo desarrollar intimidad, etc. produciéndose en consecuencias separaciones, maltrato, o una vida de pareja insostenible producto de las constantes crisis.

Con esto en mente, se diseñó e implementó un programa psicoterapéutico con la finalidad de desarrollar en estudiantes de bachillerato las competencias necesarias para tener relaciones de pareja fundamentadas en el respeto y el amor maduro, con los objetivos de solventar de cierta forma la carencia del sistema educativo actual sobre la formación de habilidades para la vida práctica del estudiante, de establecer un antecedente aparentemente pionero en país debido a que no se encuentran estudios similares a nivel nacional, mientras que en el ámbito internacional a nivel latinoamericano, los esfuerzos solo se han centrado en evitar la violencia, así como también sirvió para evaluar si este tipo de esfuerzos son efectivos y reproducibles para ser considerados como medida a largo plazo para modificar la realidad psicosocial del país, es decir, el presente

programa constituye como una propuesta técnica y metodológica para ser replicada con otros grupos de jóvenes, conduciendo de esta forma a la meta principal: que los jóvenes se conviertan en agentes de cambio, reproduciendo lo aprendido a más personas para que sus relaciones de pareja tengan las dosis necesarias de intimidad, individualidad y afectividad propias de una relación madura.

1.5 Delimitación del Problema

- ψ **Delimitación Temática:** La presente investigación se refiere únicamente a patrones relacionales tanto funcionales como disfuncionales, dejando de lado problemáticas derivadas como consecuencia de dichos patrones como el maltrato o la infidelidad.
- ψ **Delimitación Temporal:** La aplicación del programa se realizó en el período comprendido entre el mes de mayo hasta el mes de agosto del año 2018, no pretendió ser una investigación de tipo longitudinal.
- ψ **Delimitación Espacial:** La aplicación del programa se realizó únicamente con un grupo de estudiantes de Bachillerato del Instituto Nacional “General Manuel José Arce”
- ψ **Delimitación Social:** La aplicación del programa psicoterapéutico fue realizado con jóvenes adolescentes estudiantes de Bachillerato.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO



2.1 MARCO HISTÓRICO

2.1.1 Estudios Previos

La pareja ha sido estudiada de formas diversas tanto en su formación, sus problemáticas comunes, en ámbito tan diversos de las ciencias humanas como la antropología, la sociología y la psicología. Sin embargo, existe un hecho muy común a toda la bibliografía revisada y encontrada y es el énfasis teórico en la violencia que puede darse en las relaciones de pareja.

En las investigaciones revisadas de corte internacional se encontró lo siguiente:

- ψ *Variables Significativas en las Relaciones Violentas en Parejas Jóvenes:* Realizado por Gonzales, Echeburúa y Corral en el año 2008, encontraron que la aparición de la violencia dentro de la pareja es más probable si existe desde las primeras etapas de vida de la pareja, si los miembros de la pareja tienen características como impulsividad, baja autoestima, celos patológicos, tendencia al uso de sustancias, carencias afectivas y dificultades de asertividad. Así como factores sociales como ausencia de redes de apoyo como la familia y amigos, así como problemas económicos.

- ψ *Violencia de Género en las Relaciones de Pareja de Adolescentes y Jóvenes de Bilbao:* Llevado a cabo por los españoles Velez, Renteria, Basozabal y del Valle en el año 2009, es un estudio sociológico en el que se concluye que es el contexto cultural donde se reproducen las ideas y valores sobre el amor, los modelos amorosos y los modelos femeninos y masculinos, convirtiéndose en los orientadores de sus relaciones afectivas y sexuales de pareja. Además, encontraron que las y los jóvenes de entre 18 y 20 años no poseen las estrategias adecuadas para detectar, comprender y reaccionar ante la violencia de género en sus relaciones naturalizándolas en las relaciones en la vida adulta.

ψ *Programa Educativo para la Prevención de la Violencia en el Noviazgo:* Realizado por Vizcarra, Poo y Donoso en Chile en el año 2013, presenta los resultados preliminares de un programa para construir una relación de pareja saludable potenciando habilidades para excluir la violencia dentro de la pareja. Constatando que fruto de la implementación del programa, los participantes aumentaron los conocimientos sobre violencia en la pareja, así como un aumento al rechazo de la misma. Asegurando que es viable la incorporación de este tipo de temáticas al contexto formal de aprendizaje, ya que muchos participantes estudiaban carreras no relacionadas al tema.

ψ *Diseño de un Programa de Promoción de Habilidades de Pareja como Estrategia de Prevención de Conductas Violentas:* Elaborado por Torrijo, Martín, Torrecilla y Herrera (2011) es una propuesta española innovadora compuesta por doce sesiones que pretendía ser ejecutado en jóvenes bachilleres para reducir la violencia, desde un enfoque emocional sin dejar de lado tópicos como la sexualidad y las habilidades de comunicación. Sin embargo, al no haberse ejecutado no es posible conocer sus alcances o limitaciones, así como su efectividad, planteando ellos mismos, si el modelo educativo está listo para la educación emocional e integral del alumnado.

Mientras que las investigaciones realizadas en los últimos años en el ámbito nacional encontramos lo siguiente:

ψ *Violencia Conyugal en Parejas con Convivencia Monogámica:* Investigación realizada por Funes y García en el año 2016, encontraron que existen principalmente varios fenómenos generadores de violencia en las parejas entre ellos destacan características propias de cada miembro de la pareja como conflictos no resueltos desde su infancia, percepción de la pérdida de su hegemonía y su masculinidad, idealización del cónyuge; aceptar, normalizar y reproducir la violencia psicológica, baja autoestima que conduce a la aceptación de burlas, agresiones y manipulaciones a las cuales no se sienten especialmente ofendidos, relacionarse con temas económicos, como la toma arbitraria de decisiones del miembro que gana más

dinero, así como la reproducción en la pareja del modelo social de la estructura del poder donde uno manda y el otro obedece.

ψ *Factores que Inciden en la Tolerancia al Maltrato de las Mujeres en sus Relaciones de Pareja:* Investigado por Arias y Rivas (2007), encontraron que la principal causa era la educación brindada por parte de la familia de origen que provocaba que la mujer interiorizara y aceptara el maltrato que recibía desde su pareja. No obstante, aunque la conclusión a la que arriban las autoras es convincente, la investigación tiene problemas metodológicos que no permiten profundizar en la principal causa encontrada ni ahondan en los demás factores y variables que identificaron en los casos individuales de la muestra investigada.

ψ *Factores Sociales que Predominan en los Conflictos de Pareja en Adultos Jóvenes:* Fue realizada por Batres I, Jiménez K, y Rodas V, en el año 2014 al oriente del país, en dicha investigación las autoras encontraron que son muchos los factores sociales que pueden ser la causa de los conflictos en la dinámica de pareja y que estos varían en frecuencia e intensidad de pareja en pareja, por lo que concluyeron que los relacionados con la interacción con otras personas como los celos, las infidelidades y la comunicación; así como los relacionados a los roles de la pareja como la lucha de poder, relaciones con la familia de origen y las funciones de paternidad/maternidad son las desencadenantes de mayor número de conflictos en la dinámica de pareja, atribuido a que son fenómenos que pueden ser modificados por cada miembro de la pareja a través de su señalamiento y solicitud.

Como es posible evidenciarse, las temáticas de pareja suelen limitarse a el maltrato que puede ocurrir dentro de la misma, y aunque todos suelen coincidir en la influencia del medio sociocultural inmerso en la dinámica de pareja, pocos se atreven a proponer modificaciones en el sistema educativo o dejar de limitarse a la violencia para observar el fenómeno desde una perspectiva más compleja y que involucra la historia personal del individuo y la presencia de competencias necesarias para mantener una vida de pareja.

2.1.2 Las Relaciones de Pareja a Través de la Historia

Las relaciones de pareja en la actualidad en lo largo y ancho del mundo han ido variando con el pasar de los siglos, por ejemplo, si nos remontamos a nuestros primeros ancestros primates hace unos 6 millones de años, encontraríamos que ideas como establecer una familia o mantenerse fiel a una sola pareja eran conceptos totalmente inexistentes ya que lo común era la poligamia, es decir, la hembra copulaba con varios machos, mientras que los machos luchaban ferozmente para lograr copular con la hembra.

Con el avance de los siglos, y para perpetuar la conservación de la especie, se fueron estableciendo roles para cada uno, mientras que “el macho” salía a cazar y protegía al grupo, “la hembra” se encargaba de los cuidados de la cría. Con el surgimiento de la agricultura, nuestros ancestros deciden dejar de ser nómadas para asentarse en un solo lugar, creándose de cierta forma “la propiedad privada” y para asegurar que todos los bienes pasaran a sus legítimos dueños, surgió la necesidad de asegurarse que los hijos del macho fueran realmente suyos, estableciéndose organizaciones como la pareja y el matrimonio para asegurar dichos fines. Muchos siglos después en Occidente, en la época antigua, el matrimonio se volvió obligación para la sociedad, debido a la necesidad de tener muchos hijos para que luego se convirtieran en soldados, por lo que los arreglos entre familias para el futuro matrimonio se volvieron una norma, además esto aseguraba la conservación de los bienes “en manos seguras”. En este contexto, se establecían reglas relacionales como que el hombre fuese el dueño de su mujer, y esta última le debía la obligación de ser fiel. El hombre en cambio podía gozar de cortesanas y concubinas para sus deseos sexuales, mientras que su esposa debía ser una acérrima defensora de su hogar. (Almazón, 2012).

Con la llegada de la imponente fuerza del cristianismo en la Edad Media, se les obliga a los hombres a contraer matrimonio para toda la vida, vínculo que no se podía romper, aunque la relación fuera mal e insatisfactoria; se impuso un castigo a la infidelidad y también al placer sexual, ya que el sexo sólo debía ser para la reproducción. Por lo tanto, amor y matrimonio no estaban necesariamente conectados. Los años pasaron, y surge el romanticismo por toda Europa a finales

del Siglo XVII, lo que se tradujo en la idealización del amor, por lo que las personas ahora deseaban contraer matrimonio únicamente con la persona que amaban. Siglos después, donde la mujer era propiedad del marido y esta debía obedecerle, resurgen los placeres sexuales a través de los burdeles, donde jóvenes podían iniciarse en la sexualidad, mientras que, por otra parte, las mujeres debían llegar castas y puras al matrimonio.

Pero no fue hasta avanzado el Siglo XX, que comienzan los primeros desafíos a las normas de matrimonios arreglados y al pudor impuesto por la sociedad, naciendo y desarrollando el término pareja más o menos como lo conocemos ahora. Mucho después, tras la Primera Guerra Mundial, se idealizó el concepto de familia, haciéndola la principal razón de la pareja; la mujer seguía estando a las órdenes del hombre, dentro y fuera de casa. Pero fue hasta los años 60 que se produjo una gran revolución y desafío a lo establecido, que da pie a la revolución sexual, donde la pareja dejaría de poner énfasis únicamente en la familia, para centrarse en el desarrollo de sí mismos y de su sexualidad. De esta forma comienza a tomar fuerza las ideas de igualdad de géneros y el feminismo. La mujer se fue insertando al mercado laboral, en parte por esta revolución, en parte por la crisis económica de la época (Almazón, 2012). Posteriormente con la creación de los anticonceptivos y la posibilidad del matrimonio, las relaciones de pareja fueron avanzando hasta llegar a la actualidad en donde en países más liberales como los europeos y los Estados Unidos, las relaciones de pareja que conducen a la unión estable y duradera ha pasado a ser algo opcional y en algunos casos ha llegado a ser algo que se evita.

A lo largo de los años hemos visto como elementos de las relaciones de pareja han ido modificándose con el pasar de los siglos, sin embargo, aún no se han cambiado aspectos claves en las relaciones de pareja, destacándose los roles y reglas relacionales, la afectividad y compromiso con la relación, la exclusividad y la fidelidad, la sexualidad y los roles de género, etc. Elementos que se mantienen vigentes hasta la actualidad en nuestra realidad Latinoamericana, y en particular la salvadoreña como se verá a continuación.

2.1.3 Análisis de las Relaciones de Pareja en la Realidad Salvadoreña.

Tras haber realizado un recorrido histórico por los cambios en las concepciones de pareja a través de tiempo, salta a la vista que no necesariamente estos cambios hayan mermado en el ideario del salvadoreño promedio, dado que estos eventos transcurren en lugares y momentos históricos que distan de la realidad económica, política y social que se ha vivido en El Salvador desde siglos atrás posterior a la conquista de España.

Sin intenciones de cubrir de manera exhaustiva más de doscientos años de historia de El Salvador, se limitará a puntuar los elementos más trascendentales que han impactado las concepciones sobre la pareja en El Salvador, para luego detenerse a desarrollar un análisis de las relaciones de pareja en un contexto más actual, es decir tras el conflicto armado.

Los hechos históricos que nos permiten conectar la historia universal con la contextualización salvadoreña de la pareja, son la influencia religiosa del cristianismo tras la colonización española; como ocurrió del otro lado del mar, siglos atrás con la iglesia teniendo poder sobre las relaciones de pareja y el matrimonio, los roles de cada miembro uno sobre el otro y la sexualidad como tema tabú, fueron introducidos sobre nuestros antepasados antes de la constitución de El Salvador. Otro elemento necesario es la pobreza y desigualdad socioeconómica dejado por la conquista, y no solo por el robo de recursos de los españoles, sino de la continuidad de la jerarquía clasista sobre los indígenas y mestizos que hizo que la riqueza de un pueblo se mantuviese en pocas manos durante décadas pasando por la colonia, hacia las oligarquías tras la independencia, los gobiernos militares hasta los adinerados capitalistas de la actualidad. (MINED, 2009). Un pueblo pobre, sin educación, con gente con más poder controlándolos y con ideas religiosas fuertemente arraigadas es lo que describe a la historia de El Salvador y por lo tanto define concepciones tradicionales de lo que es y cómo debe ser una pareja.

A continuación, se presentan un análisis por niveles (de macro sistema a micro sistema) de todos los elementos económicos, socioculturales y políticos posteriores al conflicto armado relevantes para el desarrollo o ausencia de conocimientos y habilidades para las relaciones de pareja:

- a) Problemas Económicos: Tras la finalización del conflicto armado, El Salvador de la Posguerra se encontraba con mucho desempleo, con la pérdida de la agricultura y la producción en el país, una reestructuración política de un nuevo gobierno que decidió implementar políticas económicas de corte neoliberal y que lejos de solventar las necesidades económicas de la gente, provocaron irregularidades en el mercado laboral como salarios más bajos, horarios de trabajo indefinidos y cuotas más altas de cotización al ISSS, obligando en consecuencias a miles de familias a la búsqueda de empleo en el sector informal (Contreras, López, Marroquín y Méndez, 2016), la mayoría mujeres con poca escolaridad y que como comerciantes en las calles salían a ganar el sustento para su hogar.

Estos problemas económicos conducían a que las mujeres que se dedicaban únicamente a cuidar a sus hijos, como aquellas que tuviesen algún ingreso extra por el trabajo informal dependieran de los ingresos en mayor o menor medida de su pareja, situación que podría complicarse si la relación pareja no fuera satisfactoria, obligándolas a soportar relaciones no saludables por la dependencia económica de su pareja. Así mismo, no se puede obviar que, si existen problemas económicos dentro de la pareja, esto representa un estímulo estresor que puede disparar un ambiente hostil en la relación que fácilmente puede conducir a toda clase de dificultades de pareja.

- b) La Educación: En El Salvador con cifras del OLPE de 2013 se encuentra que el promedio de escolaridad de los salvadoreños es de 6,6 años, esta cifra baja si nos concentramos en el área rural donde el promedio baja a 4,7. Sumado a esto, tradicionalmente la educación ha sido bancaria, es decir llenar a los estudiantes con un cúmulo de conocimientos no significativos, en lugar de optar por desarrollarle competencias para su vida inmediata. Por

lo tanto, la educación históricamente se ha enfocado en formar en materias con un sistema evaluativo cuantitativo y no cualitativo. Pocas veces se ha pensado en utilizar a las escuelas como medio para formar competencias para la vida y la sociedad; mucho menos para enseñarle al joven nociones básicas para tener relaciones de pareja madura.

Lo más cercano que fue posible encontrar a esto en el Ministerio de Educación fue durante la gestión de Elías Antonio Saca en el Período 2004-2009 con la inclusión de la asignatura Orientación para la Vida, en la cual se desarrollan temas como el noviazgo, resolución de conflictos y toma de decisiones.(MINED, 2008) Sin embargo, y es aquí donde una buena idea se ejecuta mal, puesto que, a pesar de presentar un temario con objetivos e indicadores de logro, un docente no es capaz de impartir los conocimientos como un profesional en el área y a esto se la suma que para la mayoría de instituciones educativas esto es considerado una pérdida de tiempo y simplemente se omite. Además, el desarrollo del tema del noviazgo y de las relaciones de pareja se limita únicamente a educación sexual deficiente y prejuiciada que, por supuesto es muy importante, pero es insuficiente para este tipo de relaciones humanas.

Incluso si escalamos a la formación superior, observamos que los profesionales formados en áreas como la Medicina, la Ingeniería o el Trabajo Social tienen los conocimientos respectivos de su rubro, pero siguen desconociendo sobre las formas maduras y adecuadas de relacionarse con su pareja.

- c) La Ideas y Patrones Sociales: Tradicionalmente han existido ideas muy marcadas sobre cómo deben ser las relaciones de pareja, la mayoría de ellas donde hay comportamientos muy marcados sobre cómo debe ser un hombre y una mujer dentro la relación. Ideas provenientes de la religión y del machismo inherente. Ejemplo de estos patrones son la aceptación de las infidelidades en su pareja como algo normal, la pasividad en la toma de decisiones, el uso de la fuerza para imponerse, posponer actividades y necesidades

personales en pro de los demás, sexualidad pasiva en ellas y activa en ellos, conductas marcadamente masculinas como femeninas, etc. Para constatar con mayor precisión la aceptación de ideas culturales en hombre y mujeres en El Salvador, la UCA a través de IUDOP ha llevado varias investigaciones al respecto como la realizada por Baró M. (1980) en la que se encontró la aceptación de varios supuestos como que el quien manda en una relación conyugal es el hombre, menor involucramiento en actividades fuera del hogar y la pareja en la mujer, aceptación de la sexualidad más activa por el lado masculino, sexualidad femenina únicamente después del matrimonio, aceptación de las conductas de su pareja masculina, que el maltrato dentro del hogar no debe ventilarse y sentirse realizada teniendo hijos.

d) La Violencia: Es un fenómeno social producto de problemas económicos, políticos y socioculturales, en El Salvador, producto de las condiciones coyunturales previamente descritas han provocado que en la última década los niveles de violencia en el país hayan ido en aumento, desde crímenes a diarios, violaciones y robos, hasta el tristemente más común de lo que pareciera violencia intrafamiliar. Las agresiones en la pareja son parte de un conjunto social más amplio que tiene su raíz en los elementos antes mencionados, sin embargo, lo preocupante de este tipo de violencia es que ocurre al interior de los hogares, en el silencio de las cuatro paredes, donde pareciera que no hay escape una vez se ha instaurado. Por lo general (Cárdenas y Ortiz, 2005) el maltrato en la pareja inicia de forma sutil al iniciar en el noviazgo con el desarrollo de patrones disfuncionales tales como manifestaciones de celos, control excesivo, dependencia emocional etc. Hasta escalar las agresiones físicas graves en el peor de los casos.

e) La Familia: Finalmente llegamos al sistema más importante y llamado la base de la sociedad desde la educación básica, en ella recaen todos los elementos antes mencionados para mantener o modificar las concepciones culturales sobre las relaciones de pareja, ya sea por medio de la trasmisión oral de cómo deben de ser o por medio implícito a través del modelado, es decir, observando la forma en que los padres de la familia de origen se

comportan y de acuerdo a la interlocución de dicho patrón relacional, aceptarlo y reproducirlo o rechazarlo y cambiarlo.

Es una lástima que todas estas condiciones y entidades no contribuyan a generar las competencias que se necesitan para establecer relaciones de pareja maduras y por lo tanto está más o menos justificado como el salvadoreño promedio desconozca sobre estos temas.

2.1.4 Modernización y su Influencia en las Concepciones de Pareja en la Juventud Salvadoreña

Finalmente, no es posible dejar de mencionar la influencia de los cambios y transformaciones en las relaciones de pareja impulsados por los efectos del cambio generacional producto de la revolución tecnológica y que sociólogos como Ferrer (2010) denomina como *Millenialls*. Este cambio generacional trae consigo un nuevo ideario social mediatizado por las redes sociales, la televisión y el internet, que impulsan a los jóvenes a idealizar las relaciones, experimentar sexualmente, buscar mayor igualdad en las relaciones, evitar tener pareja y concentrarse en una relación y tener hijos para enfocarse en la carrera profesional, etc. Todo esto debe ser confrontado con los valores y costumbre propios de la cultura salvadoreña, por lo que la adolescencia salvadoreña se encuentra en una situación de un posible cambio o transformación futura de la forma de ver las relaciones, o por el contrario vivir esta etapa como una fase de rebeldía para luego aceptar pasivamente las costumbres culturales sobre la forma en que las relaciones de pareja son en El Salvador.

2.2. FACTORES QUE CONDUCEN A LA SEPARACIÓN EN LA PAREJA

Existen muchas variables que pueden producir que las relaciones de pareja sean conducidas a una crisis terminal que no sea posible superar, por lo que se hará un breve repaso por las condiciones que hacen que una pareja se separe, sin embargo, se hará énfasis en que el elemento

central y causante de la separación son la construcción de patrones disfuncionales. Entendiendo como patrón disfuncional en la pareja: A todas aquellas formas verbales y no verbales de relacionarse en la pareja que conducen a un deterioro de la misma por no fundamentarse sobre la base del respeto mutuo, los cuidados tiernos y el amor maduro.

De acuerdo a Galarza y Solano (2010) en una pareja o matrimonio se vivencian diferentes crisis que suelen ayudar a fortalecer la relación media vez se han superado, ya que la pareja busca los mecanismos para lograrlo, sin embargo, hay ocasiones en que las crisis sobrepasan las habilidades de los miembros de la pareja para crear los mecanismos necesarios para superar las situaciones difíciles que atraviesan y estas en vez de fortalecer la relación acaban generando una ruptura definitiva; algunos de los factores que pueden generar este tipo de ruptura son los siguientes:

- a) **Factores Económicos:** La forma tradicional de la familia le atribuye al padre la obligación de satisfacer las necesidades económicas de la familia, mientras que la mujer se debe dedicar al cuidado del esposo, de criar los hijos y de las tareas del hogar. En la actualidad la mujer también desempeña el rol de proveedor sin dejar de lado las funciones de ama de casa para las cuales puede recibir el apoyo de su pareja. Sin embargo, si la pareja no ha desarrollado patrones funcionales de comunicación provocará, por ejemplo, que distribución de las actividades no sea equitativa, o que la pareja no sea capaz de compartir y hablar abiertamente sobre dificultades económicas, debilitará en consecuencia la relación conyugal lo que hará que se pierda la estabilidad familiar.

- b) **Factores Afectivos:** La ausencia del patrón nutriente que garantice los cuidados tiernos hacia la pareja como el cariño, cuidados, compartir, la intimidad sexual, etc. generará clara insatisfacción en la pareja conduciendo a dos vías diferentes: la separación o la infidelidad.

- c) **Factores de Causa Social:** Una pareja que experimenta crisis derivada de problemas como el alcoholismo o el maltrato y que no haya desarrollado patrones saludables como la solución de conflictos, la comunicación abierta y la negociación caerá en todo tipo de problemáticas que como efecto bola de nieve conducirá a que la única salida sea la separación.

- d) **Factores de Causa Cultural:** La coyuntura sociocultural de un país determina el tipo de educación que de forma formal o informal se transmiten los conocimientos, de manera que el poco conocimiento, aprendizaje y desarrollo de patrones disfuncionales que la pareja ha adquirido para la resolución de problemas es un factor que está determinado en gran manera por el nivel de formación que estos tengan, lo cual puede dar origen a la desintegración familiar.

- e) **Religión:** El hecho de que los miembros de la familia pertenezcan a diferentes denominaciones religiosas puede ser causa de diversos conflictos que si no se logran solventar son capaces de llevar a la ruptura matrimonial, esto debido a que no se ha desarrollado adecuadamente las habilidades de respeto mutuo y de intimidad en la relación.

En conclusión, las causas de la separación pueden ser muy variadas, pero en todas recae un mismo fenómeno en común, el origen de la insatisfacción de la pareja es por la ausencia de habilidades y competencias que en consecuencia les ha conducido a establecer patrones relaciones disfuncionales.

2.2.1 El Divorcio como Forma de Separación Legal en la Pareja:

Habiendo revisado las causas que pueden llevar a la ruptura de una relación de pareja, es necesario hacer una revisión del concepto de divorcio y sus implicaciones; ya que de acuerdo a Tamez y Ribeiro (2015) en las últimas décadas el número de nupcias han sido inversamente

proporcional al número de divorcios, es decir que menos parejas se casan y más parejas se divorcian. Dichos cambios son atribuidos a una modificación en el ideario social en las últimas décadas sobre la satisfacción marital, que ahora ha pasado a primer plano, debido a que las parejas tienen la expectativa que la relación de pareja contribuya a su crecimiento personal y que encuentren en su símil la principal fuente de apoyo y afecto. Los autores puntúan que cuando los integrantes de la pareja perciben que estas expectativas no se cumplen consideran con mayor facilidad una ruptura; sin embargo, esta es una explicación que se queda corta porque no podemos dejar de mencionar que la razón de no cumplir estas expectativas es el desarrollo de patrones disfuncionales que conducen a dicho malestar subjetivo.

El alto índices de divorcios no debe verse como causa de la ruptura de las relaciones matrimoniales, ya que esto conduce a análisis y conclusiones erradas de dicho fenómeno, sino que debemos ver el divorcio como la manifestación social más evidente de la ausencia de los conocimientos y competencias necesarias para la vida conyugal que en consecuencia conduce a la instauración de patrones disfuncionales.

Las consecuencias de un divorcio varían entre parejas con hijos y sin hijos, ya que estas pueden escalar hasta los más pequeños debido a que modifica la estructura familiar y sus interacciones como sistema, su profundización escapa del tema de investigación, pero es necesario agregar que el divorcio o separación no necesariamente es negativo para los hijos, ya que las particularidades de los casos indicaran si es beneficioso o no para la pareja y los hijos separarse o seguir juntos. No obstante, a nivel psicológico la principal consecuencia que tiene para los hijos dentro del tema investigado no es el divorcio o separación *per se*, sino que el aprendizaje observacional de los patrones disfuncionales que ambos padres practican y su posterior reproducción en su propia pareja.

2.2.2 Divorcio en El Salvador:

Para finalizar se hace una breve revisión de los índices de divorcio en el país, donde primero se tiene que señalar que el divorcio tradicionalmente se veía como un tabú, sin embargo, en el 2016

las cifras de divorcios iban en alza según una noticia del periódico online [elsalvador.com](http://www.elsalvador.com)¹ donde se mencionó que “se estima que entre el 40% y 50% de matrimonios terminan en divorcio. Son números realmente alarmantes, ya que indican que casi 1 de cada 2 matrimonios nuevos fracasarán”.

En otra publicación del Diario de Hoy en su versión impresa del año 2006² donde se habla acerca del incremento de los divorcios y se expresa lo siguiente: “es muy raro un divorcio entre personas que tienen más de 40 años de edad. El perfil medio de los cónyuges que terminan ronda los 29-30 años de edad, se casaron jóvenes, a los 19-20 años, y ya llevan tres o cuatro años separados” con esto podemos ver que los divorcios se están llevando a cabo debido a la falta de habilidades para la vida conyugal que tenían estos jóvenes al contraer matrimonio y que a pesar de los intentos que tuvieron por sobrellevar la vida conyugal esto no les fue posible ya que carecían de las habilidades necesarias para esto.

Aunque las cifras de divorcios que se mencionaron anteriormente no evidencian realmente todas las rupturas de parejas de la población salvadoreña ya que no todas las parejas que se separan lo hacen de manera legal y eso lo podemos evidenciar en que según los datos del Área de Familia de la Corte Suprema de Justicia el 61% de los divorcios se solicita después de una larga “separación de cónyuges” es decir que al inicio solo dejaron de vivir juntos y luego decidieron legalizar su estado civil, pero eso no quiere decir que todas las parejas que se separaron lo terminen legalizando.

¹ Libertini Z. (1 de noviembre del 2016). 5 razones que no justifican un divorcio. *elsalvador.com*. Recuperado de: <http://www.elsalvador.com>

² Ventas L. & Ávalos J. (29 de mayo del 2016) Casos se duplican en diez años. *El Diario de Hoy*. Recuperado de: <http://archivo.elsalvador.com/noticias/2006/05/29/nacional/nac8.asp>

2.3 .LA ADOLESCENCIA

Una vez comprendido el contexto sociocultural de las relaciones de pareja y los elementos que pueden conducir a que una relación de pareja fracase, es necesario hacer una breve revisión de la etapa de vida en la que se encuentra la población objeto de estudio de la presente investigación, debido a que no son para nada iguales las circunstancias de vida de una pareja madura con hijos que una pareja joven sin hijos, así mismo, adolescentes que pueden o no tener experiencia sobre relaciones de pareja y con los elementos propios de dicha etapa de descubrimiento merecen su propio ajuste metodológico.

La adolescencia es una etapa que se encuentra entre la niñez y la adultez que está caracterizada por un proceso creciente de maduración física, psicológica y social que lleva al ser humano a transformarse en un adulto. En este período, en el que ocurren cambios rápidos y de gran magnitud, la persona se hace tanto biológica, como psicológica y socialmente madura y capaz de vivir en forma independiente (o más bien en camino hacia ello en la actualidad, aunque depende de las circunstancias). Gaete (2015)

Según la Organización Mundial de la Salud la adolescencia es definida como el período comprendido entre los 10 y 19 años de edad. Sin embargo, en los últimos años los especialistas en el área están tendiendo a considerar bajo su ámbito de acción a aquellos individuos entre 10 y 24³ años grupo denominado «población joven» o «gente joven» ya que actualmente este rango etario abarca a la mayoría de las personas que están pasando por los cambios biológicos y la transición en los roles sociales que definieron históricamente la adolescencia.

³ A new approach to classifying adolescent developmental stages. En: Breinbauer C, Maddaleno M. Youth: Choices and change. Promoting healthy behaviors in adolescents. Washington, D.C.:Pan American Health Organization; 2005.p. 257-68.(Scientific and Technical Publication No. 594).

2.3.1 Etapas de la Adolescencia

La adolescencia no es un proceso único que ocurre de forma lineal, sino más bien transcurre por etapas, pero éstas no están fijas e invariables, es más, según Gaete (2015) no existe un esquema único de desarrollo psicosocial ya que la adolescencia constituye un proceso altamente variable en cuanto al crecimiento y desarrollo biológico, psicológico y social de las diversas personas. Así que, el proceso puede ser asincrónico en sus distintos aspectos (biológico, emocional, intelectual y social). También puede mostrar diferencias debido a factores como el sexo y etnia del joven, y del ambiente en que se produce (urbano o rural, nivel socioeconómico y educacional, tipo de cultura, etc.).

Sin embargo, el desarrollo psicosocial en la adolescencia presenta en general características comunes y un patrón progresivo de 3 fases denominarlas adolescencia temprana, media y tardía. Debido a que no existe homogeneidad respecto a los nombres y rangos etarios que comprenden estas 3 fases, estas son aproximaciones:⁴

1. Adolescencia temprana: desde los 10 a los 13-14 años.
2. Adolescencia media: desde los 14-15 a los 16-17 años.
3. Adolescencia tardía: desde los 17-18 años en adelante.

A continuación, y para sintetizar las tres fases mencionadas, se elaboró un cuadro resumen por cada cambio en cada área de desarrollo del adolescente de acuerdo a Gaete (2015):

⁴ Adolescence (11 to 21 Years). En: Hagan J, Shaw J, Duncan P, eds. Bright futures: Guidelines for health supervision of infants, children, and adolescents. 3rd ed. Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics; 2008.p.515-75.

Etapa	Desarrollo Biológicos	Desarrollo Psicológico	Desarrollo Emocional	Desarrollo Cognitivo	Desarrollo Social	Desarrollo Sexual
Adolescencia Temprana	Inicia la pubertad y con ello cambios corporales	Existe egocentrismo evidenciado a través de la vigilancia de su propia conducta, e ideación que otros tienen valores idénticos al suyo.	Existe labilidad emocional Tendencia a magnificar su situación personal Falta de control de impulsos	Se da paso del pensamiento abstracto al pensamiento formal	Aumenta el deseo de independencia. Aumenta la importancia el grupo de pares provocando la necesidad de tener relaciones intensas de amistad.	Existen inseguridades con respecto a su apariencia y su atractivo. Aumentan sus impulsos sexuales que alivia a través de la masturbación.
Adolescencia Media	Continúan los cambios corporales.	La autoimagen es independiente de terceros. Necesita demostrarse a sí mismo su capacidad autónoma.	Alejamiento afectivo de su familia.	Las normas ya no son aceptadas sin conocer el principio que les rigen.	Acercamiento al grupo de pares. Tendencia a aislarse pasando más tiempo consigo mismo.	Suelen tener amistades de ambos sexos. Se establecen las primeras relaciones de pareja y con frecuencia inician las relaciones coitales.
Adolescencia Tardía	Comienzan a alcanzar la madurez biológica	La autoimagen ya no está definida por los demás, sino que por sí mismo	Aumenta el control de sus impulsos y aparece la capacidad de comprometerse	Se establece el pensamiento hipotético que le permite predecir consecuencias y resolver problemas	Las amistades se reducen y se vuelven más selectivas	Se inclinan por tener relaciones de pareja más estables e íntimas, tras la búsqueda de comprensión, cuidado mutuo y satisfacción

2.3.2 Caracterización de las Relaciones de Pareja en la Adolescencia.

Tal como se señaló en el apartado anterior, la adolescencia se caracteriza por la búsqueda de autonomía y la experimentación de situaciones propias de un adulto. Por lo que metodológicamente y gracias a la psicología del desarrollo, no es lo mismo hablar de relaciones de pareja en la etapa adulta que en la adolescencia, tomando en cuenta lo anterior el autor mexicano Sánchez (2008), dedica un libro completo al tema y con base a lo postulado por él, se presentan aquellos puntos que nos permiten conocer qué diferencia a las parejas durante esta etapa de la vida:

- a) Idealización Romántica: La influencia de la televisión, el internet, la cultura y los ídolos juveniles dan pie a que el joven tenga la necesidad de encontrar a su “alma gemela” y a su príncipe/princesa, por lo que la idealización y exaltación de cualidades del ser amado y el deseo de hacer todo juntos se hace presente con mucha fuerza.

- b) El Poder de la Presión de Grupo: En esta etapa de la vida, el grupo de pares ejerce mucho poder en el adolescente, por lo que fácilmente puede ceder a tener una relación o a tener sexo para no sentirse excluido.

- c) Deseo Sexual: Al estar en una fase de experimentación, el contacto corporal fácilmente puede conducir a la excitación y finalmente al coito, por lo que es común que las primeras experiencias sexuales ocurran en esta etapa.

- d) Cierta Tendencia a ver una Relación sin Mucho Compromiso: Dependiendo de la familia de origen y de la influencia de los pares y del medio, las relaciones pueden verse como pasajeras, como una experiencia emocional intensa de corta duración, sin una proyección clara hacia el futuro.

- e) Egocentrismo casi Místico: Es lo contrario al literal anterior, ya que en ciertos jóvenes idealizan tanto las relaciones de pareja que terminan negándose a aventurarse a una relación para esperar la persona ideal que está “apartada/o” para su persona y que tendrá todas las cualidades necesarias, aceptándole tal y como es.

2.5 LA PAREJA DESDE LA PSICOLOGÍA.

Antes de adentrarnos en las teorías psicológicas sobre todo lo relacionado a la pareja, desde cómo se forma hasta sus dificultades más comunes, debemos empezar por definir qué entenderemos por pareja, para ello tenemos las siguientes definiciones:

Para Cárdenas y Ortiz (2005):

La pareja es una entidad formada por dos personas que han decidido compartir sus vidas y depositan expectativas en los proyectos en común y en la manera de amarse, a pesar de que, en la mayoría de los casos, estas expectativas no son conscientes y si lo son no siempre se explicitan. (Pág. 86)

Mientras que para Zumaya (2009):

Lo que define a una pareja como tal son el sentimiento amoroso y compromiso de pertenencia mutua, que se traducen en el deseo de compartir e intercambiar experiencias, sobre todo emocionales y eróticas, de manera exclusiva y permanente. Es decir, mi pareja y yo decidimos de manera voluntaria, que las emociones amorosas y las eróticas; nuestros cuerpos, son y serán compartidos entre ambos y por nadie más. (Pág. 2)

Y para comprender algunos aspectos relevantes sobre las definiciones anteriores y cómo se desarrollarán más adelante los temas de pareja, es necesario conocer además los siguientes términos:

Intimidad: Una definición muy operativa y práctica la podemos retomar de Zumaya (2009) al señalar que intimidad significa: “Ser honesto el uno con el otro, sabiendo que la palabra de cada uno es, o trata de ser, verdadera, ya que cualquier falsa palabra puede generar dudas sobre el resto” Lo que podríamos traducir como dejar y permitirse conocerse genuinamente el uno al otro: quién es cada uno, quién es el otro, cuáles son los proyectos de cada uno, cómo acercarse y cuándo alejarse, etc.

Exclusividad: Es aquel contrato o acuerdo implícito que realiza la pareja donde se establecen las actividades que se realizaran únicamente entre ambos. Sobrentendiéndose el erotismo, así como menos explícito otras actividades como pasatiempos e intereses; eso depende de lo establecido en cada pareja.

2.5.1 Ciclo de Vida de la Pareja

De acuerdo a Guidano (2001), la pareja experimenta tres etapas bien diferenciadas en su desarrollo, las cuales son:

2.5.1.1 Primera Fase: La Formación.

El proceso de formación transcurre desde que los dos se conocen hasta el punto en que, de un conocimiento informal, impersonal, llega a ser una relación cara a cara con características de exclusividad y unicidad, en comparación con el resto del mundo. La mayoría de las veces el proceso es explícito. Hay un cambio de relación entre los dos, desde el punto de vista que la relación se vuelve cotidiana, hay características de mayor intimidad, exclusividad, unicidad y los dos se lo dicen generalmente. Es un período muy importante, que puede traer problemas en el funcionamiento de la pareja.

Además, Guidano señala que esta parte del ciclo es muy importante, ya que ocurren dos series de fenómenos fundamentales basados en los efectos embriagadores del enamoramiento:

Ψ **La Construcción de la Imagen del Otro:** Guidano⁵ asegura que nadie elige en realidad o selecciona a una persona; lo que elige es una manera particular de sentirse con una persona. Es decir, en esta fase se construye una imagen del otro que nos da un particular sentido de nosotros mismos, coherente con toda nuestra consistencia, continuidad, con el ser nosotros que siempre hemos querido ser. Lo importante es que ninguno de nosotros en realidad está en relación directa con el otro. Claramente se habla con el otro, pero se está en relación con el otro a través de la imagen que se ha construido. Además Cárdenas y Ortiz (2005) agrega que todo el espacio mental es ocupado por esa persona de la que se está enamorado, al punto que se le mira casi perfecto, exaltando sus virtudes y minimizando sus defectos.

Ψ **Establecimiento de Reglas Relacionales:** Significa que, de forma tácita, se establece la forma en la que ambos se relacionarán y cuáles serán sus respectivos roles emotivos.

Sin embargo, debido a los efectos del enamoramiento y empujados por la activación emotiva, los roles y reglas de la relación se establecen cuando el conocimiento que se tiene del otro es prácticamente inexistente o sesgado. Cárdenas y Ortiz (2005) le llaman contrato, y además tildan al primero de realizarse bajo la ceguera natural propia de ese momento de idealización. Por lo que a medida que la relación va avanzando se deberán establecer nuevos roles y reglas debido a que la carga emotiva ira reduciéndose paulatinamente. Estas características en consecuencia hacen que la relación sea de cierta forma simbiótica y que se pierda la individualidad.

⁵ V. Guidano, S. Aronsohn, et al. *Vittorio Guidano en Chile* (2001) Página 157

2.5.1.2 Segunda Fase: La Mantenición.

La relación simbiótica basada en la intensa emocionalidad hacia el otro comienza a cambiar a medida que el tiempo de convivencia aumenta, generalmente debido al matrimonio o a la unión libre, es decir la cotidianidad. Los factores que más intervienen en el proceso de mantención son:

Ψ **La Individuación:** Con el tiempo comienza a surgir la necesidad de construir una mayor individuación recíproca, sentirse una persona diferente en comparación con el otro. Cárdenas y Ortiz (2005) agregan que en la pareja operan dos fuerzas opuestas: una a la fusión y la otra hacia la diferenciación. La responsable de que esta necesidad exista es la vida cotidiana con la exigencia de repartir los roles y los cargos, ya sea de trabajo o con los hijos, sumado a las diferencias que antes no tenían como la interferencia de la familia de origen, etc.

Ψ **El Crecimiento Personal:** Con la llegada de experiencias multidireccionales de los diferentes ámbitos laborales, familiares, personales y de pareja, comienza a surgir la necesidad de renegociar las reglas relacionales y los roles emotivos que se habían establecido en la primera etapa de la pareja con la finalidad de conectar ambos crecimientos personales, sin embargo como claramente lo menciona Guidano (2001) esto no es un proceso sencillo, ya que esto produce lo que él denomina *crisis conyugales*, destaca además que estas son completamente normales y que son parte de la fisiología de la pareja. Además, las autoras Cárdenas y Ortiz (2005) apuntan con mucha precisión que el ámbito conyugal por sí mismo deja satisfacer todas las necesidades de cada uno y poco a poco comienza a retomar las otras dimensiones de su vida.

Sobre esto último el autor Italiano⁶ advierte que si la pareja tiene crisis con demasiada frecuencia como si no los tiene, es un pronóstico negativo para su futuro, es decir una ruptura, además señala que las crisis normales deberían aparecer cada dos años con el objetivo de renegociar las reglas relacionales y conectar el crecimiento personal.

⁶ V. Guidano, S. Aronsohn, et al. *Vittorio Guidano en Chile* (2001) Página 159

2.5.1.3 Tercera Fase: La Ruptura.

Guidano (2001) explica que hay dos tipos de crisis conyugales, las de tipo fisiológica y las de tipo terminal, esta última predice la primera etapa de un proceso de separación. Esta puede ocurrir debido a uno o ambos de los siguientes aspectos:

- a) Uno de los miembros ha percibido un cambio radical e irreversible en la imagen que tenía de la pareja. Percibir este fenómeno no suele ser algo inmediato, ya que puede pasar un tiempo considerable desde que la persona experimenta algo que no es como antes y sólo luego de mucha turbulencia y sentimientos de angustia se vuelve consciente de lo que ha ocurrido.

- b) Y esto además puede estar vinculado a que la persona que ha tenido este cambio está envuelta en un proyecto de vida que no incluye al otro miembro de la pareja.

Junto a lo anterior hay que enfatizar que desde la fase anterior (e incluso en algunos casos desde el noviazgo) se van desarrollando los patrones disfuncionales como el patrón de control o el patrón de competencia, que de no ser modificados van conduciendo a las crisis terminales que llevan a la ruptura.

Además Guidano aclara⁷ que la separación no es un evento, sino más bien un proceso que toma mucho tiempo de acuerdo a la intensidad emotiva de la relación. Este proceso es oscilatorio, es decir que continuamente se acercan y se alejan, no teniendo nada que ver con algún tipo de inmadurez, sino más bien como un proceso de separación fisiológico en las parejas.

⁷ V. Guidano, S. Aronsohn, et al. *Vittorio Guidano en Chile* (2001) Página 161

2.5.2. Influencia de la Familia de Origen en la Pareja

La familia constituye un elemento fundamental en la vida de las parejas, ya que tiene un papel casi protagónico desde su selección, su estilo relacional cuando ya está consolidada, hasta su apoyo para finalizar o continuar en una crisis terminal.

Desde las primeras etapas de la crianza del infante, la familia funge como un ente socializador que transmite roles, ideas, costumbres y tradiciones propias de la cultura donde se encuentra inmersa, y es sobre esta base que la pareja, tal como lo dice Padilla y Díaz (2012) “Replicará la forma de su familia de origen, tomará algunos aspectos o se constituirá de manera totalmente diferente”. Por lo que, al iniciar las primeras relaciones, por lo general en la etapa de la adolescencia, los jóvenes suelen buscar de manera inconsciente aquello que le resulte familiar, es decir, la búsqueda de aquellas sensaciones que le resulten conocidas por su experiencia dentro de la dinámica familiar entre sus padres o las figuras más próximas a dicha imagen. Diversas explicaciones entorno a esta selección de pareja coinciden en este punto, como A. Bandura a través del aprendizaje vicario, el cognitivista J. Young con los esquemas desadaptativos temprano y V. Guidano con las organizaciones de significado personal.

Además, la reproducción de lo que resulte familiar no solo se queda en la búsqueda de pareja, sino también en las expectativas y los roles relacionales a establecer. Poniéndolo en un sentido más concreto, aquel niño que miraba como su padre llegaba a la casa y era atendido como cuidado por madre, busca al crecer en su pareja que sea hogareña y fiel defensora del hogar; o la niña temerosa que tuvo una figura paterna que la protegiera buscará en su cónyuge alguien seguro de sí mismo, que pueda hacerla sentir comfortable ante la duda. Es decir, las personas aprendemos de nuestra experiencia familiar los patrones que reproduciremos en nuestra propia vida de pareja, (es decir el *juego familiar*), sean estos funcionales como compartir, dar cuidados tiernos a la pareja, negociar, etc. así como disfuncionales como los celos, el control, la devaluación etc.

Conocer la influencia de la familia en la vida conyugal resulta crucial ya las dificultades más o menos graves propias del devenir ontológico de cada miembro de la pareja incidirán en la vida de pareja, para sostener lo anterior se retomarán dos casos de la realidad salvadoreña⁸, el primero una adulta joven había experimentado maltrato durante toda su infancia y que al crecer forma una pareja con alguien de historia de vida similar en la que al principio todo iba bien hasta que las faltas de respeto en la relación fueron en aumento hasta llegar a formas graves de violencia física; mientras que el segundo es de una adulta madura que relataba haber sido abandonada y descuidada en su infancia por sus familiares y que tenía un historial largo de parejas que siempre terminaban dejándola, en ocasiones incluso ella propiciando tal abandono.

2.5.3 Patrones Relacionales en la Pareja

Durante el desarrollo del tema de investigación se han hecho énfasis en el papel protagónico de los patrones relacionales en el fenómeno de las relaciones de pareja, por lo que resulta crucial detenerse a desarrollar cada uno de esas formas verbales y no verbales de relacionarse en la pareja, que pueden contribuir a su desarrollo y maduración, así como a su deterioro y eventual separación. Sin olvidar en ningún momento que cada pareja es un entramado de patrones tanto funcionales como disfuncionales, donde hay algunos patrones que suelen ser dominantes sobre otros, y que por lo tanto, no existen relaciones perfectas, pero en ocasiones las relaciones suelen desencarrilarse cuando no existe la educación necesaria, ni existe plena conciencia de los errores que se están cometiendo, provocando que se instauren patrones disfuncionales como pueden ser los celos patológicos, control excesivo del uno sobre al otro, cuando no existe el respeto, etc.

⁸ Retomado de la experiencia terapéutica en el área clínica por parte de los estudiantes de la Asignatura de Prácticas Psicológicas en el año 2017, del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador.

Patrones Disfuncionales en la Pareja

Existen diferentes patrones relacionales que contribuyen al deterioro de la relación conduciendo desde malestar subjetivo e insatisfacción hasta la separación de la pareja. A continuación, se desarrollarán algunos de dichos patrones relacionales asociados a su déficit de competencias conyugales:

- a) **Patrón de Devaluación:** Sharpe (Citado en Zumaya 2009) lo define como a una forma un poco más intensa de ausencia de reforzamientos positivos, a través de sentimientos y conductas que reflejan una apreciación negativa y hostil de la pareja. Es utilizado como forma de elevar la propia autoestima en detrimento de la del otro.

- b) **Patrón de Control:** Es definido por Sharpe (Citado en Zumaya 2009) como las conductas que se usan para influenciar, regular o dirigir la conducta de la pareja y también todas las acciones usadas para resistir o frustrar el control percibido que trata de ejercer la pareja. Por lo general surge del deseo de satisfacer la necesidad de lograr un resultado determinado o de sentirse más en control o poderoso. Este tipo de conducta se traduce fácilmente en celos y acciones como: Revisar el celular de la pareja, no permitir ciertas amistades, no permitir ciertas formas de vestirse, etc.

- c) **Patrón de Competencia:** El último patrón descrito por Sharpe (Citado en Zumaya 2009) es el de competencia, al cual divide en dos: *Competencia por la Superioridad*, en donde uno de los miembros de la pareja trata de probar que ella o él es superior al otro, sin embargo, esto no es necesariamente negativo, siempre y cuando se compita para beneficio de la relación como, por ejemplo, para ganar la admiración del otro. El segundo patrón de competencia es el de *Triángulos Amoroso*, que es cuando dos personas compiten por el amor de una tercera, bien puede ser en una relación extramatrimonial como el amor de un hijo, etc.

- d) Patrón de Evitación de Conflictos:** Entenderemos por conflicto como “Desacuerdos, contrariedades, choques sobre puntos de vista... se pueden generar por muchas razones entre las que están: diferentes criterios, comunicación pobre o inadecuada, perspectivas amenazadas o choques de opiniones, valores o anti valores” (Vindas, 2009 págs. 12-13). Con esto en mente, es natural que surjan disputas en torno a una queja o petición de cambio conductual del otro. Sin embargo, existe una tendencia en las parejas a evitar discutir sobre algún tema en específico que les resulta álgido o delicado y en algunos casos más extremos, incluso evitan discutir en general cualquier tópico para evitar las sensaciones displacenteras o las consecuencias negativas que traerá consigo, posponiendo con ello la negociación y su respectivo acuerdo mutuo dejando en consecuencia ya sea a un solo miembro la decisión/conclusión final del tema evitado o la acumulación de problemáticas sin resolver, llevando en consecuencia a la relación a un lento proceso de desgaste debido a la cantidad de problemas “guardados” en el closet, que eventualmente colapsará para inundar a la pareja.
- e) Patrón de Evitación de Intimidad:** Emily Brown (Citado en Zumaya 2009) menciona que este patrón fácilmente conduce a la infidelidad, debido a que las parejas tienen mucho temor a sentirse vulnerables emocionalmente si su pareja establece un conocimiento profundo de sí mismo, por lo que la única forma de comunicar que algo está mal es a través de constantes peleas, que paradójicamente los une. De ocurrir la infidelidad en este tipo de pareja, se usa como un medio para comunicar algo.
- f) Ausencia de Reforzamientos Positivos:** De acuerdo a Bados y García (2011) un reforzamiento positivo es la presentación de un estímulo en forma evento, acción u objeto que al ser presentado de forma contingente a la conducta da lugar al mantenimiento y de la misma. En la pareja esto se vuelve especialmente importante ya que por definición los refuerzos positivos suelen ser agradables y beneficiosos puesto que permiten el intercambio de afecto. Sin embargo y tal como lo mencionan Costa y Serrat (2015) las parejas pareciera que suelen tener un sesgo perceptivo negativo que hacen que acostumbren centrarse únicamente en las conductas negativas que hace el otro y se olvidan de los aspectos positivos que, aunque puedan ser menores, siempre están presentes en ambos miembros de la pareja. Ejemplo de esto pueden ser expresiones como:

“Nunca haces esto y lo otro...” “Siempre gritándome de esta manera...” “Ella nunca se preocupa por mi...”, etc.

- g) Déficit en las Habilidades de Comunicación:** Para Costa y Serrat (2015) frecuentemente en una relación de pareja se suele fracasar por la forma en la que reciben, procesan y reciben la información tanto de forma verbal como no verbal. Señalan que la comunicación puede fallar por las deficiencias en alguno de los tres elementos implicados en el proceso: el emisor (Como hablar excesivamente de sí mismo y no dejar al otro expresar su opinión), el receptor (Como permanecer en mutismo más o menos prolongado) y el mensaje (Como el empleo de un lenguaje inespecífico o expresiones comunicativas ambiguas que dan pie a malinterpretaciones).

Además, para Escobar (2002) agrega que no es posible obviar factores culturales inmersos en la comunicación entre géneros, debido a los roles culturales de índole sexista que condiciona al hombre a intentar imponerse sobre la opinión de la mujer ignorando sus necesidades; mientras que la mujer suele adoptar también un rol cultural de subordinación comunicativa y conductual.

- h) Patrón de Fusión Excesiva o Dependencia Emocional:** La fusión es necesaria para que la pareja se constituya, sin embargo, establecer que todas las necesidades afectivas deban ser resueltas por la pareja, que se crea que la vida no se puede continuar sin el otro, y no permitir que la pareja tenga otros contextos de donde nutrirse es un patrón claramente disfuncional, cuyo origen se puede rastrear a los patrones aprendidos de la familia y de la historia personal afectiva de la pareja. De no resolverse es común que pueda derivar en maltrato hacia la pareja si también coexiste con el patrón disfuncional de control.

- i) **Patrón de Escalada Conflictiva que estimula el Bajo Control Estimular:** La ira es definida por Izard (Citado por Pérez, Redondo y León 2008) como una emoción primaria que se presenta cuando un organismo es bloqueado en la consecución de una meta o en la obtención o satisfacción de una necesidad. En la pareja suelen ocurrir circunstancias que provoquen dicha emoción y sentimientos derivados como la rabia el odio y las ganas de agredir, pero como bien lo señalan Cárdenas y Ortiz (2005) esto es normal y la gran mayoría puede controlarlos y reducirlos. Pero cuando esto no es posible, la única vía para liberar dicha emoción es en forma destructiva, agrediendo verbal y físicamente a la pareja.

Patrones Funcionales en la Pareja

Para la presente investigación entenderemos por patrones funcionales a aquellas formas de relacionarse que ayudan a experimentar una relación de pareja saludable en términos de satisfacción subjetiva, respeto mutuo, desarrollo personal y superación de crisis; que causan en consecuencia una mayor conexión en la pareja.

Algunos patrones y habilidades que contribuyen a esto son:

- a) **Reforzamientos Positivos en la Pareja:** O de forma práctica *intercambios agradables*, son todos aquellas verbalizaciones y conductas que realiza cada miembro de la pareja contingente a la conducta del otro para manifestar agrado a lo sucedido. También es conceptualizado por Sharpe (Citado en Zumaya 2009) como **Patrón Nutriente**, es una forma de conexión que abarca todas las formas de cuidado y atención, generalmente las parejas con este patrón relacional positivo suelen reforzar mediante sonrisas, caricias tiernas y expresiones de agrado.

Así mismo hay algunos ejercicios terapéuticos para ayudar a la pareja a establecer y desarrollar los intercambios positivos como la desarrollada por Liberman (Citada en Costa y Serrat 2015) “Pille a su Pareja Haciendo Algo Agradable” donde se le solicita a cada miembro de la pareja que registre diariamente las conductas agradables del otro para sí, reforzándole inmediatamente después de haberse dado cuenta. Hacia el final del día, se sugiere que se reúnan a intercambiar los registros y comentarlos, esto no solo tiene el objetivo de disminuir la fijación únicamente en los aspectos negativos, sino también aumenta la probabilidad que se vuelvan a repetir en el futuro.

- b) **Patrón de Fusión:** Como se mencionó anteriormente, en la primera etapa de la vida de la pareja, en el enamoramiento, la pareja pierde su individualidad deseando estar única y exclusivamente con el otro, avanzando hacia una fusión necesaria para el establecimiento de la relación, pero con el desarrollo de la misma como lo señala Zumaya (2009) deben avanzar hacia el reconocimiento de las diferencias, la aceptación de poder estar juntos y también de poder estar separados alcanzando el sentimiento de mutualidad. Es decir que la pareja debe encontrar el equilibrio entre el patrón de fusión y el respeto a la propia individualidad para ser funcional, porque de lo contrario caería con facilidad en un patrón disfuncional de excesiva fusión o dependencia emocional descrito en el apartado anterior.
- c) **Patrón de Idealización:** Sharpe (Citado en Zumaya 2009) dice es un proceso psicológico fundamental en los asuntos amorosos que distingue el enamoramiento de amar, por medio del cual uno ve al otro y sus atributos en términos más ideales que reales. En el desarrollo normal de la vida de pareja, esta idealización pasa por una decepción y debe conducir a la aceptación de su pareja “real”. Lo que significa que el desarrollo funcional debería ser el siguiente: durante el enamoramiento se enaltecen las cualidades y los defectos pasan desapercibidos, para luego durante la fase de mantención identificar los defectos que la pareja tiene y disminuir de esta forma la marcada imagen ideal del amado, para finalmente dar paso a una visión realista en la que se reconocen y aceptan los defectos así como se valoran las cualidades que la pareja tiene, este proceso puede repetirse en varios ciclos.

d) Habilidades Comunicacionales: Costa y Serrat (2015) aseguran que una pareja que presenta las habilidades necesarias para la comunicación dominan la habilidad de usar un vocabulario interpersonal adecuado y poseen un repertorio conductual adecuado que les permite emitir y recibir los mensajes que su pareja les envía.

Estos autores proponen que el mensaje que se debe enviar debe ser con un lenguaje operativo, al cual definen como “Aquel que logra establecer un código intercambiable y descifrable y es eficaz para conseguir una comunicación mutuamente satisfactoria si éste es el objetivo básico de los componentes de la pareja” (Costa y Serrat, 2015 pág. 85). Agregando que este debe estar basado en descripciones cuantificables, congruentes al contexto de la conversación, así como un buen empleo del lenguaje no verbal.

Para el desarrollo de habilidades conversacionales los miembros de la pareja deben haber sido entrenados en las competencias de hacer preguntas, dar información gratuita o adicional (útil para seguir la conversación), saber conducir una conversación y saber terminarla.

e) Habilidades de Resolución de Conflictos y de Negociación: Las parejas deberán aprender a desarrollar las habilidades necesarias para solucionar los inevitables conflictos derivados de la interacción de dos personas diferentes. Es debido a esto que Costa y Serrat (2015) han desarrollado un modelo de dos fases para entrenar a las parejas en la solución de conflictos las cuales son la Definición de Problemas y la Solución del Problema

Los mismos autores recomiendan además que la pareja posea la habilidad de negociación con cual comprendan que los cambios son posibles y de común acuerdo. Es por esto que recomiendan la realización de un ejercicio terapéutico denominado contrato, donde formalmente se establecen las responsabilidades, privilegios y penalidades subyacentes al mismo. Junto a esto a proporcionan una serie de pautas para garantizar su efectividad como que sus apartados sean claros y explícitos, los acuerdos deben aceptarse voluntariamente y no por coacción, el contrato debe contener beneficio para ambas partes y las solicitudes deben estar en el repertorio conductual de la pareja.

Además, a estas recomendaciones se suman los aportes de Cárdenas y Ortiz (2005) quienes agregan que la pareja solo debe discutir cuando los ánimos estén calmados porque de lo contrario no es posible la escucha activa, escoger un solo tema de discusión para no sacar a relucir tópicos antiguos, hablar en primera persona para no competir en una batalla campal y aprender a negociar teniendo en mente que se deberá ceder en algo. No obstante, señalan que para que una negociación sea metodológicamente posible, ambos deben tener la misma fuerza y peso en la decisión.

f) Manejo del Control Estimular: Las emociones intensas son naturales en la mayor parte de especies complejas en el planeta, y estas como señala Guidano (2001) dependen de los que procesamos de nuestros órganos provenientes de los estímulos de nuestro medio. En la pareja esto es vital debido a todos los estímulos que se pueden recibir y que, de no ser manejados apropiadamente, fácilmente pueden desencadenar conductas agresivas, por lo tanto, es necesario aprender a manejar las propias emociones para que no repercutan negativamente en la vida de pareja.

2.5.4 Las Competencias Conyugales

Una vez descritas los patrones relacionales tanto funcionales como disfuncionales, es posible categorizar en cinco grupos las habilidades, conocimientos y conductas necesarias para tener una vida de pareja madura y estable, a estas categorías se les ha denominado como Competencias Conyugales. Las competencias propuestas engloban el desarrollo de patrones funcionales y la evitación de patrones disfuncionales, estas se presentan en el siguiente cuadro elaborado por los investigadores:

Competencia Conyugal	Patrones Funcionales que Persigue:	Patrones Disfuncionales que Evita:
Competencias Teóricas/ Cognitivas	Teoría sobre el ciclo de vida de la pareja	Patrones disfuncionales aprendidos de la familia de origen

Competencias de Intercambios Afectivos o Cuidados Tiernos	Patrón nutriente o habilidad para dar y recibir afecto	Ausencia de reforzamientos positivos Patrón de devaluación Patrón de competencia por la superioridad
Competencias de Respeto a la Individualidad	Búsqueda del propio crecimiento personal Respeto a las diferencias	Patrón de control Celos y aislamiento Patrón de fusión excesiva
Competencias de Resolución de Conflictos	Habilidades de comunicación Habilidad de resolución de conflictos y negociación Habilidad de manejo de control estimular Habilidad para el manejo de la separación	Déficit de habilidades de comunicación Patrón de evitación de conflictos Infidelidades Patrón de escalada conflictiva
Competencias de Intimidad	Patrón de fusión Patrón de idealización Habilidad para compartir	Patrón de evitación de intimidad
Competencias de Sexualidad	Conocimientos sobre sexualidad	Reducir la intimidad a solo sexualidad

a) **Competencias Teóricas/Cognitivas:** Esta categoría hace alusión a la interiorización de conceptos teóricos básicos sobre las relaciones de pareja, como su ciclo de vida y la influencia de la cultura y la familia de origen.

- b) **Competencias de Intercambio Afectivo:** Esta categoría incluyen los cuidados tiernos como la habilidad de dar y recibir reforzamientos positivos en todas sus formas, así como la evitación de patrones de devaluación y de competencias por superioridad.

- c) **Competencias de Respeto a la Individualidad:** Incluye las habilidades para la búsqueda del propio crecimiento personal, no buscar cambiar a la pareja y la evitación de conductas de control y celos.

- d) **Competencias de Resolución de Conflictos:** Una categoría muy amplia que incluye todas las estrategias necesarias para afrontar problemáticas asociadas a la comunicación, negociación, el control estimular y la evitación, que en consecuencia pueden derivar en crisis más complejas como la infidelidad y el maltrato.

- e) **Competencias de Intimidad:** Son las habilidades necesarias para desarrollar patrones de idealización realistas, conocer genuinamente a la pareja, así como la capacidad de abrirse y compartir.

- f) **Competencias de Sexualidad:** Se refiere en un primer momento a los conocimientos en Educación Sexual, así como las habilidades para construir una vida sexual placentera sin reducirla a placer sin intimidad.

Por lo tanto, sobre la base de la teoría revisada se elabora un programa que permita a los jóvenes conocer y desarrollar las competencias conyugales que se plantean, en cuyo núcleo residen los patrones relacionales en la pareja y que en consecuencia puedan aplicar dichos conocimientos a su vida personal. Los aspectos metodológicos de dicho programa se plantean en los siguientes capítulos.

CAPÍTULO III

SISTEMA DE HIPÓTESIS Y DEFINICIÓN



Para realizar de forma efectiva y con la validez científica necesaria, en el presente capítulo se detallan cuáles son las hipótesis de trabajo, así como las variables con las que se trabajó al aplicar el Programa Psicoterapéutico para el Desarrollo de Competencias Conyugales:

3.1 Hipótesis de Investigación

Ψ *Hipótesis General*: “Al aplicar un programa psicoterapéutico se desarrollarán competencias para la futura vida conyugal de estudiantes de bachillerato del Instituto Nacional “General Manuel José Arce”, realizado en el periodo de mayo a agosto 2018”.

Ψ *Hipótesis Alterna H_1* : “Existe diferencia significativa en el desarrollo de competencias para la futura vida conyugal medida a través de la prueba de entrada y salida tras aplicar un programa psicoterapéutico con los estudiantes de bachillerato del Instituto Nacional “General Manuel José Arce”, realizado en el periodo de mayo a agosto 2018”.

Ψ *Hipótesis Nula H_0* : “No existe diferencia significativa en el desarrollo de competencias para la futura vida conyugal medida a través de la prueba de entrada y salida tras aplicar un programa psicoterapéutico con los estudiantes de bachillerato del Instituto Nacional “General Manuel José Arce”, realizado en el periodo de mayo a agosto 2018”.



3.2 Definición Conceptual de Variables

Ψ Variable independiente.

La variable independiente que constituye el factor a manipular en este caso fue *la implementación del programa psicoterapéutico*. Un programa psicoterapéutico es una estrategia metodológica orientada al cambio que ocurre en el contexto de una relación profesional, empática, poderosa y contractual. Su objetivo principal estimular de manera significativa a los estudiantes de bachillerato, de tal manera que se generen cambios cognitivos para el desarrollo de competencias que sean de ayuda en su relación o futuras relaciones conyugales.

Ψ Variable Dependiente.

Es el factor que aparece, desaparece, varía, etc., como consecuencia de la manipulación que el investigador hace de la variable independiente (Buendía, Colás y Hernández 2001), en este caso fue *el desarrollo de competencias para la futura vida conyugal*, entendida estas competencias como las habilidades principalmente cognitivas y en menor medida conductuales derivadas de la interiorización de los patrones relacionales en la pareja que se operaron en cada uno de estudiantes de bachillerato como producto de la aplicación del programa psicoterapéutico, estas competencias son:

- Competencias Teóricas/Cognitivas: Son la interiorización cognitiva de esquemas sobre el ciclo de vida de la pareja, la influencia que ejerce el medio sociocultural y los patrones transmitidos por la familia.
- Competencias de Intercambio Afectivo: Hace referencia a la habilidad para dar y recibir los cuidados tiernos en la pareja a través de reforzamientos positivos, así como la evitación de patrones disfuncionales de devaluación de y de competencias por superioridad.

- Competencias de Respeto a la Individualidad: Son las habilidades necesarias para alcanzar su propio crecimiento personal, respetar y aceptar las diferencias, aprender a estar unidos como separados, así como la evitación de patrones disfuncionales de celos, control y dependencia emocional.
- Competencias de Resolución de Conflictos: Se refiere a la práctica de estrategias para resolver los conflictos inherentes a la vida de pareja a través de la comunicación, negociación y manejo de emociones con miras a evitar dificultades que puedan escalar hasta crisis terminales.
- Competencias de Intimidad: Significa tener las habilidades para abrirse paso a un conocimiento profundo, más realista y mutuo de la pareja para llegar a tener una relación madura y con mayor compromiso.
- Competencias de Sexualidad: Hace referencia al conocimiento básico de la sexualidad humana, así como el conocimiento de la sexualidad propia y específica de la pareja sin reducirla a sexualidad sin intimidad.

3.3 Definición Operacional de Variables.

Ψ Variable Independiente.

La aplicación del programa psicoterapéutico para desarrollar competencias para la futura vida conyugal de estudiantes de bachillerato, constó de 12 sesiones en jornadas de 90 minutos cada una, las cuales se llevaron a cabo dentro del Instituto Nacional “General Manuel José Arce”, los días miércoles de 10:20 am a 12:00 m, este programa duró alrededor de 12 semanas, es decir tres meses.

Por medio del programa se aplicaron actividades, para desarrollar competencias (habilidades y conocimientos) a través de la interiorización de los patrones relacionales de pareja en los jóvenes.

Algunas de esas técnicas o actividades se mencionan a continuación:

- a) **Competencias Teóricas/Cognitivas:** Se desarrollaron exposiciones breves, contextualizadas y sencillas para explicar el fenómeno general de la pareja como base para el desarrollo de las demás competencias.

- b) **Competencias de Intercambio Afectivo:** Para este patrón se planteó realizar actividades que promovieran cuidados tiernos al otro miembro de la pareja, para así generar intercambios positivos a largo plazo.

- c) **Competencias de Respeto a la Individualidad:** Se planificó realizar actividades que susciten la independencia y autonomía entre los miembros de la pareja, no buscar cambiar a la pareja aceptando sus diferencias con actividades como el modelado y role playing.

- d) **Competencias de Resolución de Conflictos:** Para esta área se realizaron actividades que permitieran instruir a los jóvenes adolescentes en el uso del diálogo y negociación para la resolución de conflictos diarios, ideando soluciones creativas y procurando acuerdos. Esto a través de técnicas como la escucha activa, el tiempo fuera, etc.

- e) **Competencias de Intimidad:** Se realizaron actividades enfocadas a que los jóvenes aprendieran a conocer a su verdadera pareja y no idealizar al ser amado. Realizado a través de técnicas como el role playing, hojas de trabajo y presentación de videos.

- f) **Competencias de Sexualidad:** Se propuso realizar actividades para que los jóvenes tuvieran un conocimiento preciso sobre la Educación Sexual, así como las habilidades para generar erotismo dentro de la pareja. Para esto se hizo gala es estrategias como el foro, la lluvia de ideas, hojas de trabajo y videos ilustrativos.

Ψ Variable Dependiente.

El desarrollo de competencias para la futura vida conyugal, que constituye la variable dependiente, se midió a través de los cambios y efectos evidenciados en los estudiantes con respecto a la generación o desarrollo de los siguientes conocimientos y habilidades:

- a) **Competencias Teóricas/Cognitivas:** Se esperaba que los jóvenes interiorizaran conceptos básicos la pareja y desarrollaran actitudes críticas sobre la cultura inmersa en el tema.
- b) **Competencias de Intercambio Afectivo:** Se tuvo la expectativa de que los jóvenes fueran capaces de intercambiar palabras y conductas con su pareja, ya sea mediante sonrisas, caricias y expresiones de agrado.
- c) **Competencias de Respeto a la Individualidad:** Se esperó que los jóvenes fueran capaces de identificar, tolerar y aceptar las diferencias con su pareja y que fueran capaces de estar juntos y separados, con el fin de lograr un sentimiento de mutualidad.
- d) **Competencias de Resolución de Conflictos:** Se tuvo la expectativa que los jóvenes pudieran idear soluciones a las dificultades que se pueden producir en la vida de pareja y que puedan incorporar los pasos de la resolución de conflictos y lograr la negociación. Además, se esperó que los jóvenes aprendieran a identificar y manejar las emociones negativas que puedan desencadenar en conductas agresivas y de esta forma promover una vida conyugal adecuada.
- e) **Competencias de Intimidad:** Se tuvo la expectativa de que los jóvenes fueran capaces de ver a su pareja y sus atributos de una forma real y no de forma idealizada, pudiendo conocer, compartir sus experiencias, deseos y motivaciones personales.
- f) **Competencias de Sexualidad:** Se esperó que los jóvenes generaran un conocimiento básico de la sexualidad humana, así como el conocimiento de la sexualidad propia y específica para el disfrute placentero en la pareja.

3.4 Variables Intervinientes

Estas variables son aquellas que no permiten tener el control absoluto de ellas pues surgen de improviso en el proceso, entre ellas se encuentran:

Ψ Ambientales.

- **Poca Ventilación (Variable):** Se buscó controlar que el aula que proporcionó el Instituto estuviera debidamente ventilada de manera que se desarrollaran las actividades de manera óptima y cómoda.
- **Poca Iluminación (Variable):** Se buscó controlar que el aula que fue proporcionada por el Instituto tuviera una iluminación adecuada de manera que se pudieran desarrollar las actividades planificadas.

Ψ Sujetos.

- **Poca motivación:** Se intentó motivar debidamente a los estudiantes de bachillerato para que participaran de forma activa en las sesiones, con el fin de que tuvieran un aprendizaje significativo para sus vidas.
- **Enfermedades:** Se colocarían a otros participantes para que se incorporaren en las actividades, tomando nota y registro de su participación a los participantes, en caso de haber presentado marcada inasistencia se sustituirían estos por nuevos participantes.

Ψ **Terapeutas.**

- **Enfermedades:** Cuando sea por esta razón se trataría que los demás encargados de la tesis pudieran asistir a la institución y realizar la sesión de manera adecuada, así no se alteraría el proceso de la ejecución del programa.
- **Poco dominio de las actividades:** Los facilitadores estudiaron y ensayaron la ejecución de todas las actividades programadas para cada sesión, de manera que se tuviera seguridad y dominio del contenido y las indicaciones.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA



4.1 Diseño y Enfoque de Estudio.

La investigación tuvo un diseño **Cuasi-Experimental**, debido a que el tipo de escenario en el cual se realizó no permitía que los investigadores tuvieran un control absoluto de la situación, sin embargo, se utilizaron algunos procedimientos como sustitutos del control experimental que intentaron minimizar y en algunos casos eliminar los efectos de algunas fuentes de invalidez, dentro de los cuales se encontraban las observaciones múltiples, constantes y repetitivas.

El enfoque de investigación fue **Cuantitativo** ya que la intención es buscar la exactitud de mediciones o indicadores sociales con el fin de generalizar sus resultados a poblaciones o situaciones amplias.

El diseño básico de la investigación corresponde al *Diseño Simple de Series Temporales Interrumpidas* ya que es el más básico y simple, requiere un grupo de sujetos al que se le toman una serie de medidas antes y después del tratamiento. La representación simbólica que se podría hacer de este diseño sería la que aparece en el cuadro a continuación:

Diseño Simple de Series Temporales Interrumpidas.

Grupos	Composición de los grupos	Medida pretratamiento	Tratamiento	Medida postratamiento
1	N	\bar{Y}_{a1}	a_1	\bar{Y}_{d1}

4.2 Sujetos.

Para el presente proyecto la muestra de sujetos estuvo conformado por 34 estudiantes de bachillerato del Instituto Nacional “General Manuel José Arce”, cuyas edades oscilaron entre los 16 hasta los 19 años de edad, siendo 15 hombres y 19 mujeres, todos pertenecientes a un nivel socioeconómico medio-bajo. Los estudiantes seleccionados pertenecían al Segundo Año de

Bachillerato General Sección “G” turno matutino. Además, compartían la ausencia de formación sobre los conocimientos y habilidades necesarias para desarrollar las competencias para una vida de pareja saludable.

4.3 Población y Muestra

La población estuvo constituida por 736 estudiantes de bachillerato del Instituto Nacional “General Manuel José Arce” de San Salvador, pertenecientes a un nivel socioeconómico medio-bajo, medio y bajo.

El tipo de muestreo fue **no probabilístico o intencional** el cual consiste en seleccionar sujetos “Típicos” con la vaga esperanza de que sean casos representativos de una población con poco conocimiento de las competencias para tener una adecuada vida conyugal. Para la obtención de la muestra se le solicitó al Director de la Institución la asignación de un grupo de clase que estuviese en el rango de edad, nivel socioeconómico y distribución proporcional de género de acuerdo a las necesidades de la investigación, así como la confirmación sobre la ausencia de formación formal en la temática a desarrollar mediante el presente programa.

4.4 Instrumentos

Ψ Prueba Pre y Post Tratamiento:

“Cuestionario de Competencias y Habilidades Conyugales (CHP) Autores: D. González, K. Peña y D. Villanueva (2018)” (Ver Anexos 1, página 100)

Presentación: Este cuestionario fue elaborado específicamente para la evaluación del programa psicoterapéutico para el desarrollo de competencias conyugales para el presente proyecto de grado; por lo que su contenido teórico estuvo en correlación con los aspectos desarrollados mediante el

programa psicoterapéutico; la prueba constaba de 30 ítem en forma de afirmaciones con dos opciones de respuesta, todos los ítems estaban enfocados a evaluar las seis competencias de la variable dependiente a intervenir.

Estandarización: se elabora y estandarizó la prueba mediante la ejecución de una prueba piloto.

Objetivo: El instrumento pretendía evaluar las competencias y habilidades del/ la evaluado/a para llevar una relación de pareja madura a través de afirmaciones simples que reflejaban los patrones funcionales como disfuncionales evidenciado a través de formas de pensar y comportarse en las relaciones, estuvo enfocada a jóvenes adolescentes con nula o poca experiencia de pareja.

Procedimiento: Debido a la simplicidad de la prueba en cuanto a su forma de respuesta y lenguaje, la prueba fue aplicada por los evaluadores de forma grupal y su duración estimada fue de 10 minutos. Cada respuesta correcta equivalía a un punto, teniendo un puntaje máximo de 30 y un mínimo de 0.

Ψ Programa Psicoterapéutico.

Presentación: El programa estaba diseñado para desarrollar en los estudiantes de bachillerato las competencias necesarias para afrontar de forma madura, estable y saludable relaciones conyugales en su futuro. Para esto, el programa trabajó cada una de las seis competencias propuestas, estipuladas en doce sesiones de 90 minutos de duración.

Objetivos del Programa:

Objetivo General: Implementar un Programa Psicoterapéutico para desarrollar competencias para la futura vida conyugal de estudiantes de bachillerato

Objetivos Específicos:

- ✓ Presentar conceptos básicos y sencillos sobre la pareja para la asimilación del fenómeno, así como para desarrollar posturas críticas sobre temas de pareja.

- ✓ Desarrollar habilidades para transmitir y recibir cuidados tiernos tanto verbales como no verbales hacia la pareja.

- ✓ Establecer en los jóvenes las habilidades y conocimientos necesarios para evitar patrones de control, así como la capacidad de buscar y conectar su desarrollo personal.

- ✓ Preparar a los jóvenes para enfrentar diferentes tipos de crisis a través del aprendizaje de estrategias de afrontamiento de problemas comunes a las parejas salvadoreñas

- ✓ Entrenar a los jóvenes para el desarrollo de la capacidad de establecer intimidad en la pareja que permita dejar de lado la idealización para dar un paso a un conocimiento recíproco maduro.

- ✓ Desmitificar a los jóvenes sobre temas referentes a la sexualidad humana y sobre la sexualidad dentro de la pareja.

Organización del Programa: El programa psicoterapéutico para desarrollar las competencias para la futura vida conyugal de los estudiantes de bachillerato se encuentra basado en diferentes

corrientes psicológicas, principalmente del modelo posracional y cognitivo-conductual, el cual permitía implementar diversas estrategias derivadas de dichas referencias teóricas.

El programa comprendía seis áreas de intervención que se agruparon en competencias, las cuales fueron: teórico/cognitivas, de intercambio afectivo, de individuación, de superación de crisis, de intimidad y de sexualidad.

Cada una de las sesiones para desarrollar dichas competencias contenía dos etapas. La etapa explicativa que es en la que los terapeutas presentaban información teórica de forma breve, concreta y dinámica adecuada al lenguaje de los jóvenes con espacio para la participación, así como dar respuesta a las dudas emergentes, posteriormente en la etapa práctica se realizaban actividades grupales y en pareja con el objetivo de desarrollar habilidades con base a la experiencia proveniente de su realización. Finalmente, cada sesión concluía con la asignación de una tarea referente al tema desarrollado en la sesión. (Ver Anexo 2, página 105)

Evaluación del Programa: El Programa Psicoterapéutico fue evaluado de forma reflexiva/descriptiva en cada una de las sesiones a desarrolladas; esto a través de hojas de evaluación diseñada para cada sesión que se entregaron a los jóvenes para medir los logros, utilidades prácticas y dificultades. Y de forma cuantitativa a través del análisis estadístico de la prueba pre y post detallado en el apartado 4.7.

4.5 Procedimiento.

Para realizar la presente investigación, se inició haciendo una exhaustiva revisión bibliográfico correspondiente a las variables, también fue necesario la revisión de otras investigaciones análogas a la presente que nos permitieran ampliar el marco referencial.

Luego se procedió a planificar, cuáles serían las líneas de acción que dirigirían la intervención a realizar, diseñando el programa psicoterapéutico, así como la prueba de entrada y salida, para que esta fuera sometida a la evaluación del docente asesor y la validación a través de la prueba piloto. El proceso se detalla a continuación:

1. Elaboración del diseño del anteproyecto.
2. Elaboración y estandarización del instrumento por medio de una prueba piloto.
3. Se aplicó un instrumento estandarizado como prueba de entrada y salida.
4. Se implementó el programa psicoterapéutico con doce sesiones de extensión.
5. Posteriormente se procedió a sistematizar la información para verificar si la aplicación del tratamiento ha producido cambios, para esto se analizó a través de una prueba “T” de Student en su forma relacionada.
6. Después se interpretaron los resultados y se confrontaron con la teoría encontrada a fin de comprobar si se ha logrado las metas y objetivos propuestas en el estudio.
7. Finalmente, se realizaron las conclusiones y recomendaciones a las que se llegó a raíz de toda la investigación realizada.
8. Defensa de la Tesis.

4.8 Perspectiva de Análisis e Interpretación de Resultados Cuantitativos.

Los resultados que se obtuvieron fueron analizados con el estadístico de la Prueba “t” Relacionada, la cual se utiliza para diseños experimentales con dos condiciones (prueba de entrada

y prueba de salida) cuando se estudia una variable independiente, y cuando los mismos sujetos (o sujetos igualados) se desempeñan en ambas condiciones (un diseño relacionado).

La prueba “*t*” relacionada es equivalente paramétrico de la Wilcoxon para diseños relacionados con dos condiciones experimentales. La prueba estadística posee sus propias instrucciones de cálculo que se mencionan a continuación:

1. Se elabora una tabla en la cual se reflejen los resultados obtenidos de ambas condiciones (prueba de entrada y prueba de salida) asignando así a cada participante una numeración.
2. Se calcula las diferencias entre los puntajes de los sujetos restando los puntajes de la condición *B* (prueba de salida) de los puntajes de la condición *A* (prueba de entrada) que se ubica en la tabla como columna *d* representado de la siguiente manera:

<i>d</i>
(A – B)

3. Luego se elevan al cuadrado esas diferencias, representado en la tabla como columna d^2 .
4. Posteriormente se suman las diferencias (teniendo en cuenta los signos positivos como negativos) y se suman las diferencias al cuadrado así Σd^2 .
5. Se eleva al cuadrado el total de las diferencias (teniendo en cuenta la diferencia entre $(\Sigma d)^2$, es decir, sumar las diferencias y luego elevar al cuadrado el total, y Σd^2 , lo que significa, elevar al cuadrado cada diferencia y después sumarlas).
6. Posteriormente se procederá a encontrar “*t*” con la fórmula:

$$t = \frac{\Sigma d}{\frac{\sqrt{N\Sigma d^2 - (\Sigma d)^2}}{N - 1}}$$

7. Finalmente calcular los grados de libertad, es decir el número de sujetos (*N*) menos 1, a través de la siguiente fórmula:

$$gl = N - 1$$

8. Luego se busca el valor de “*t*” en la tabla “H”. En la columna de la izquierda se busca los grados de libertad. Si el valor observado de “*t*” es igual o mayor que uno de los valores críticos en esa fila, se puede rechazar la hipótesis nula a ese nivel de significación. (se debe usar el nivel de significación 0.5 de una sola cola debido a que ese se utiliza comúnmente en investigaciones de carácter social o de las ciencias humanistas).
9. Una vez realizado el análisis estadístico con la prueba “*t*”, posteriormente se presentaron los resultados por medio de tablas estadísticas y gráficos de barras que reflejen los resultados obtenidos.

4.9 Presupuesto

A continuación, se hace mención de los recursos financieros que fueron utilizados en las diferentes etapas del trabajo de grado:

Presupuesto	
Papelería e impresiones (papel, lápices, lapiceros, plumones, pizarra, papelógrafo, tijeras, pegamento, etc.).	\$100.00
Transporte	\$80.00
Otros	\$50.00
Total	\$230.00

4.10 Cronograma de Actividades

ACTIVIDADES	MESES.									
	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE
1. Elaboración de propuesta de tema	■									
2. Coordinación con el tutor del proceso de grado		■								
3. Acercamiento a la institución donde se realizará el programa psicoterapéutico		■								
4. Elaboración del anteproyecto.			■							
5. Aplicación de instrumento estandarizado como prueba de entrada.				■						
6. Diseño e implementación del programa psicoterapéutico.					■	■	■	■		
7. Aplicación de instrumento estandarizado como prueba de salida.								■		
8. Vaciado y sistematización de la información y los resultados.								■		
9. Análisis de los resultados a través de una prueba "T" de Student Relacionada.									■	
10. Interpretación de los resultados y confrontación con la teoría.									■	
11. Realización de memoria final.									■	
12. Defensa de tesis.										■

CAPÍTULO V

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS



5.1 Resultados

El diseño básico de la investigación corresponde al *Diseño Simple de Series Temporales Interrumpidas* a través del cual se sometió un grupo de sujetos al que se le tomó una medida inicial y después del tratamiento se tomó una medida o prueba de salida. Así mismo pretende explicar si la aplicación de un programa psicoterapéutico permite generar modificaciones cognitivas que conduzcan al desarrollo de competencias para la futura vida conyugal. Esto conlleva a analizar los datos a través del estadístico Prueba “T” de Student relacionada cuyo proceso se muestra a continuación:

Cuadro N° 1: Resultados Obtenidos por los Jóvenes Participantes en la Prueba de Entrada y Salida⁹

SUJETO	PRUEBA INICIAL	PRUEBA DE SALIDA	D (A-B)	D ²
Sujeto 1	26	30	-4	16
Sujeto 2	20	29	-9	81
Sujeto 3	24	26	-2	4
Sujeto 4	25	29	-4	16
Sujeto 5	22	29	-7	49
Sujeto 6	18	28	-10	100
Sujeto 7	20	28	-8	64
Sujeto 8	15	23	-8	64
Sujeto 9	21	28	-7	49
Sujeto 10	15	21	-6	36
Sujeto 11	21	29	-7	49
Sujeto 12	16	28	-12	144
Sujeto 13	19	23	-4	16

⁹ De los 34 jóvenes participantes inicialmente, uno no continuó con el programa debido a que abandonó sus estudios, por lo que para el análisis de resultados solo se consideraron los 33 sujetos restantes.

Sujeto 14	18	24	-6	36
Sujeto 15	23	30	-7	49
Sujeto 16	26	28	-2	4
Sujeto 17	25	25	0	0
Sujeto 18	26	30	-4	16
Sujeto 19	28	27	1	1
Sujeto 20	14	23	-9	81
Sujeto 21	20	26	-6	36
Sujeto 22	19	24	-5	25
Sujeto 23	20	24	-4	16
Sujeto 24	14	24	-10	100
Sujeto 25	13	23	-10	100
Sujeto 26	17	21	-4	16
Sujeto 27	19	26	-7	49
Sujeto 28	15	17	-2	4
Sujeto 29	18	26	-6	36
Sujeto 30	21	26	-5	25
Sujeto 31	18	26	-8	64
Sujeto 32	26	21	5	25
Sujeto 33	16	24	-8	64
TOTAL	658	846	-185	Σd^2
MEDIA	19.93	25.63	$(\Sigma d)^2$	
			34,225	1435

Desarrollo de la Fórmula para el Estadístico Prueba “T” de Student Relacionada

$$t = \frac{\Sigma d}{\frac{\sqrt{N\Sigma d^2 - (\Sigma d)^2}}{N - 1}}$$

$$t = \frac{-185}{\frac{\sqrt{33 \times 1,435 - (-185)^2}}{33 - 1}}$$

$$t = \frac{-185}{\frac{\sqrt{47,355 - 34,225}}{32}}$$

$$t = \frac{-185}{\frac{\sqrt{13,130}}{32}}$$

$$t = \frac{-185}{\sqrt{410.312}}$$

$$t = \frac{-185}{20.25}$$

$$\boxed{t = -9.13}$$

$$gl = 32$$

$$H = 2.7385$$

(Nivel de significación 0.05)

De acuerdo a los valores obtenidos en la prueba de entrada y en la prueba de salida, se refleja que el valor de “t” (9.13) no es igual al valor de “H” (2.73), por lo tanto, se rechaza H_0 (Hipótesis nula) y se acepta la hipótesis alterna: *“Existe diferencia significativa en el desarrollo de competencias para la futura vida conyugal medida a través de la prueba de entrada y salida tras aplicar un programa psicoterapéutico con los estudiantes de bachillerato del Instituto Nacional “General Manuel José Arce”, realizado en el periodo de mayo a agosto 2018”*.

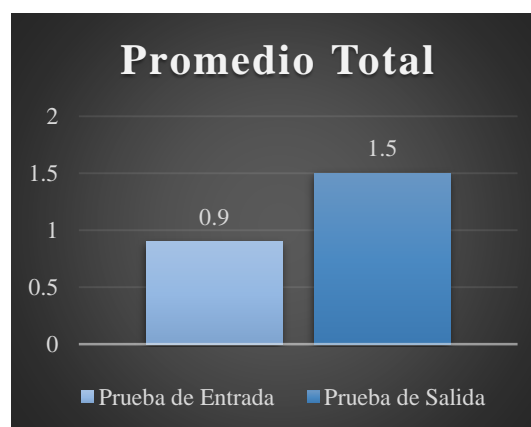
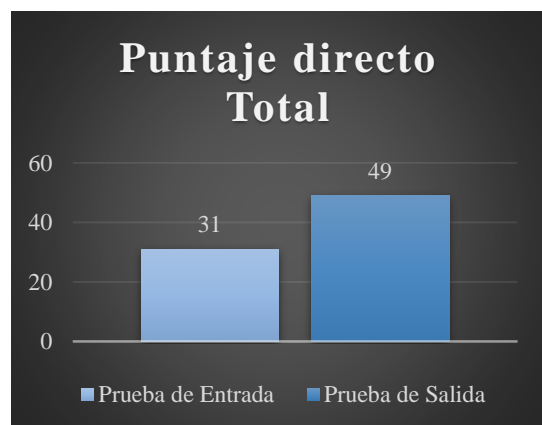
5.2 Comparación de Resultados de la Prueba de Entrada y Prueba de Salida.

A continuación, se presentarán de las pruebas de entrada y salida por cada una de las competencias que se desarrollaron en cada uno de los estudiantes de bachillerato como producto de la aplicación del programa psicoterapéutico: (Si se desean ver los resultados más detallados consúltese el anexo 3 que contiene las tablas 3 a 7 en las páginas de 175-178)

Tabla N°1: Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias Teórico/Cognitivas.

COMPETENCIA	Puntaje Directo total		Promedio total	
	Prueba de Entrada	Prueba de Salida	Prueba de Entrada	Prueba de Salida
Competencias Teóricas/Cognitivas	31	49	0.9	1.5

Gráfico N°1: Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias Teórico/Cognitivas

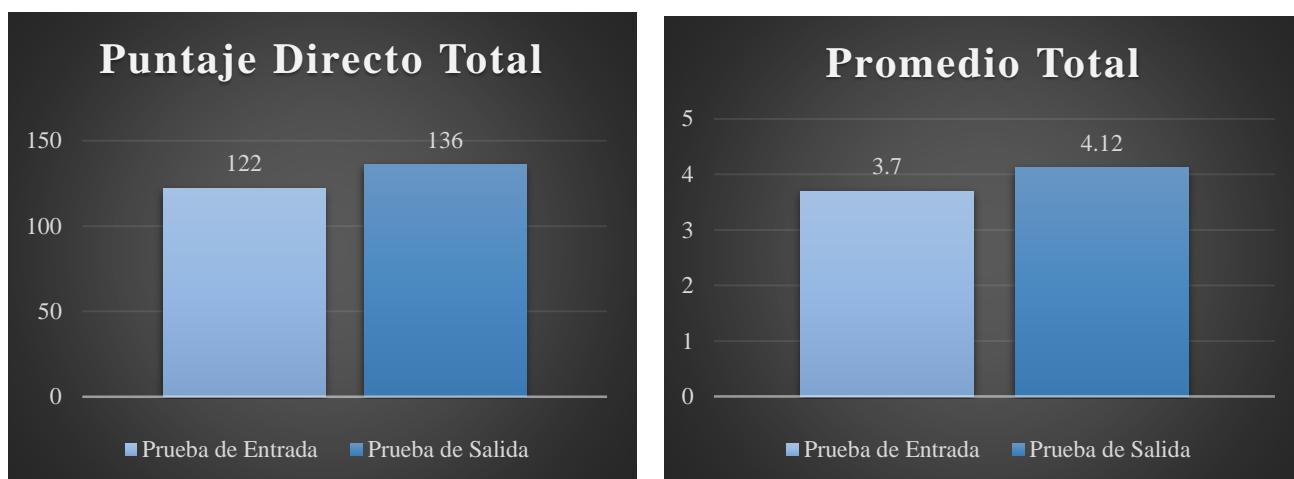


El gráfico de barras muestra una comparación de los resultados obtenidos por los estudiantes de bachillerato que fueron parte del programa psicoterapéutico, en la prueba inicial los estudiantes obtuvieron un Puntaje Directo Total de 31 y un Promedio Total de 0.9, mientras que en la prueba de salida se observa una mejora significativa en los resultados obtenidos, ya que obtuvieron un Puntaje Directo Total de 49 y un Promedio Total de 1.5. A partir de los resultados obtenidos se puede indicar que los jóvenes lograron interiorizar conceptos básicos sobre la pareja y desarrollar actitudes críticas sobre la cultura inmersa en el tema

Tabla N°2: Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias de Intercambios Afectivos.

COMPETENCIA	Puntaje Directo total		Promedio total	
	Prueba de Entrada	Prueba de Salida	Prueba de Entrada	Prueba de Salida
Competencias de Intercambios Afectivos	122	136	3.7	4.12

Gráfico N°2: Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias de Intercambios Afectivos

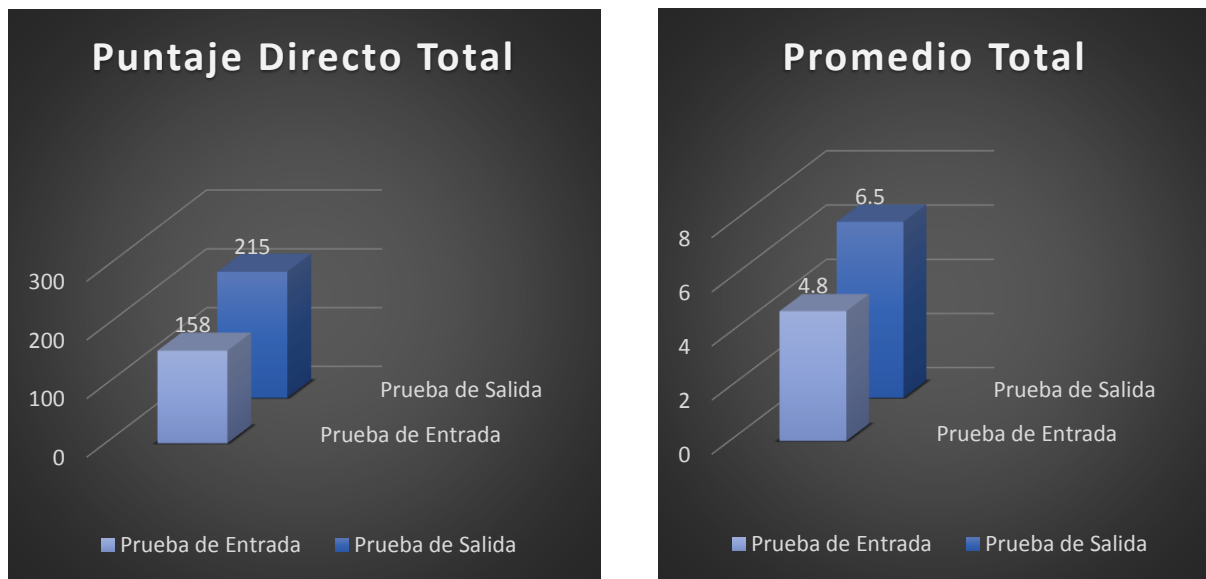


El Gráfico muestra una comparación de los resultados obtenidos por los estudiantes de bachillerato que fueron parte del programa psicoterapéutico, en la prueba inicial los estudiantes obtuvieron un Puntaje Directo Total de 122 y un Promedio Total de 3.7, mientras que en la prueba de salida se observa una mejora significativa en los resultados obtenidos, ya que obtuvieron un Puntaje Directo Total de 136 y un Promedio Total de 4.12. A partir de los resultados obtenidos se puede indicar que los jóvenes interiorizaron en cierta medida la importancia de la habilidad para dar y recibir los cuidados tiernos en la pareja a través de reforzamientos positivos, así como la evitación de patrones disfuncionales de devaluación y de competencias por superioridad

Tabla N°3: Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias de Respeto a la Individualidad.

COMPETENCIA	Puntaje Directo total		Promedio total	
	Prueba de Entrada	Prueba de Salida	Prueba de Entrada	Prueba de Salida
Competencias de Respeto a la Individualidad	158	215	4.8	6.5

Gráfico N°3: Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias de Respeto a la Individualidad

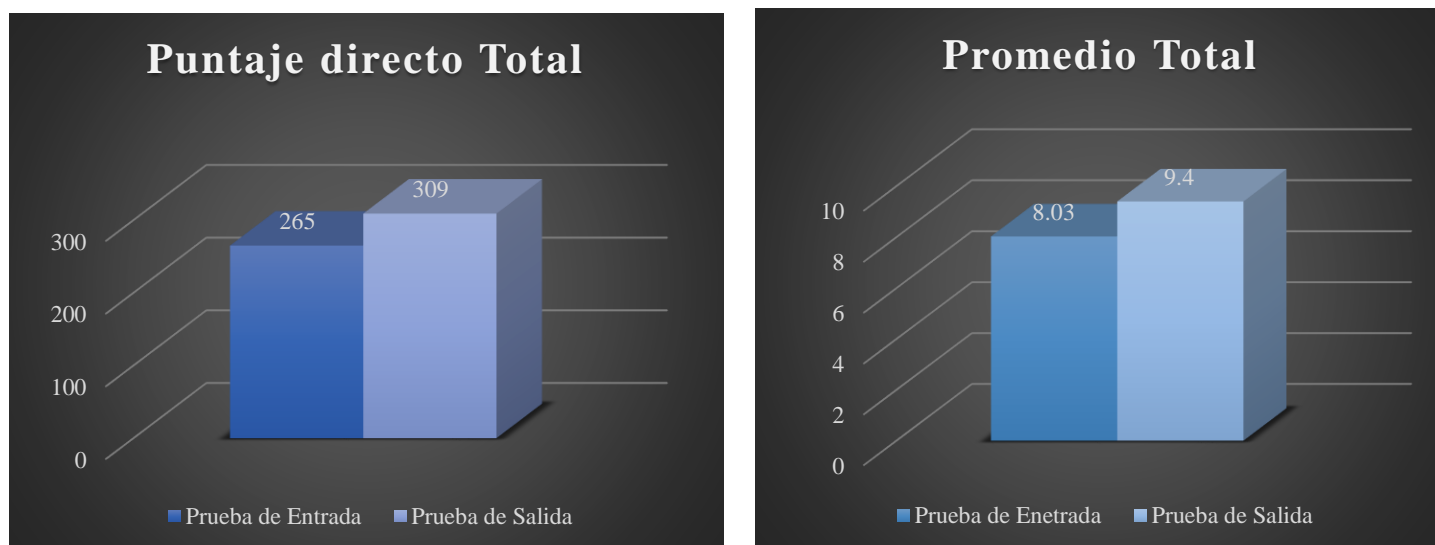


El Gráfico muestra una comparación de los resultados obtenidos por los estudiantes de bachillerato que fueron parte del programa psicoterapéutico, en la prueba inicial los estudiantes obtuvieron un Puntaje Directo Total de 158 y un Promedio Total de 4.8, mientras que en la prueba de salida se observa una mejora significativa en los resultados obtenidos, ya que obtuvieron un Puntaje Directo Total de 215 y un Promedio Total de 6.5. A partir de los resultados obtenidos se puede indicar que luego de la aplicación del programa psicoterapéutico los estudiantes posiblemente podrán ser capaces de identificar, tolerar y aceptar las diferencias con su pareja y ser capaces de estar juntos y separados, con el fin de lograr un sentimiento de mutualidad.

Tabla N°4: Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias de Resolución de Conflictos.

COMPETENCIA	Puntaje Directo total		Promedio total	
	Prueba de Entrada	Prueba de Salida	Prueba de Entrada	Prueba de Salida
Competencias de Resolución de Conflictos	265	309	8.03	9.4

Gráfico N°4: Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias de Resolución de Conflictos.

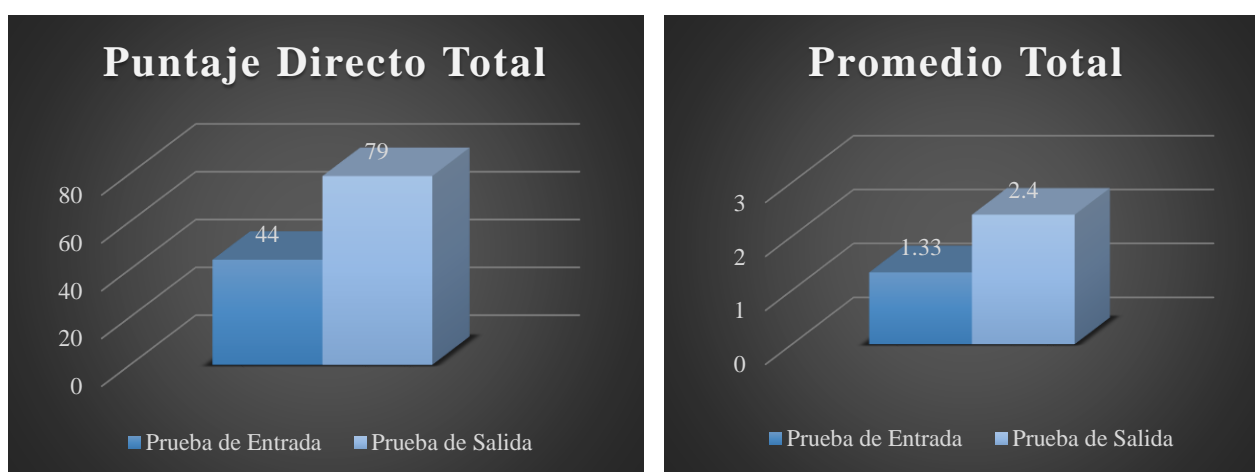


El gráfico N°4 muestra una comparación de los resultados obtenidos por los estudiantes de bachillerato que fueron parte del programa psicoterapéutico, en la prueba inicial los estudiantes obtuvieron un Puntaje Directo Total de 265 y un Promedio Total de 8.03, mientras que en la prueba de salida se observa una mejora significativa en los resultados obtenidos, ya que obtuvieron un Puntaje Directo Total de 309 y un Promedio Total de 9.4. A partir de esa diferencia entre los resultados se puede indicar que por medio del programa psicoterapéutico los estudiantes conocen estrategias para resolver los conflictos inherentes a la vida de pareja a través de la comunicación, negociación y manejo de emociones negativas que puedan desencadenar en conductas agresivas y de esta forma promover una vida conyugal funcional.

Tabla N°5. Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias de Intimidad.

COMPETENCIA	Puntaje Directo total		Promedio total	
	Prueba de Entrada	Prueba de Salida	Prueba de Entrada	Prueba de Salida
Competencias de Intimidad	44	79	1.33	2.4

Gráfico N°5. Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias de Intimidad

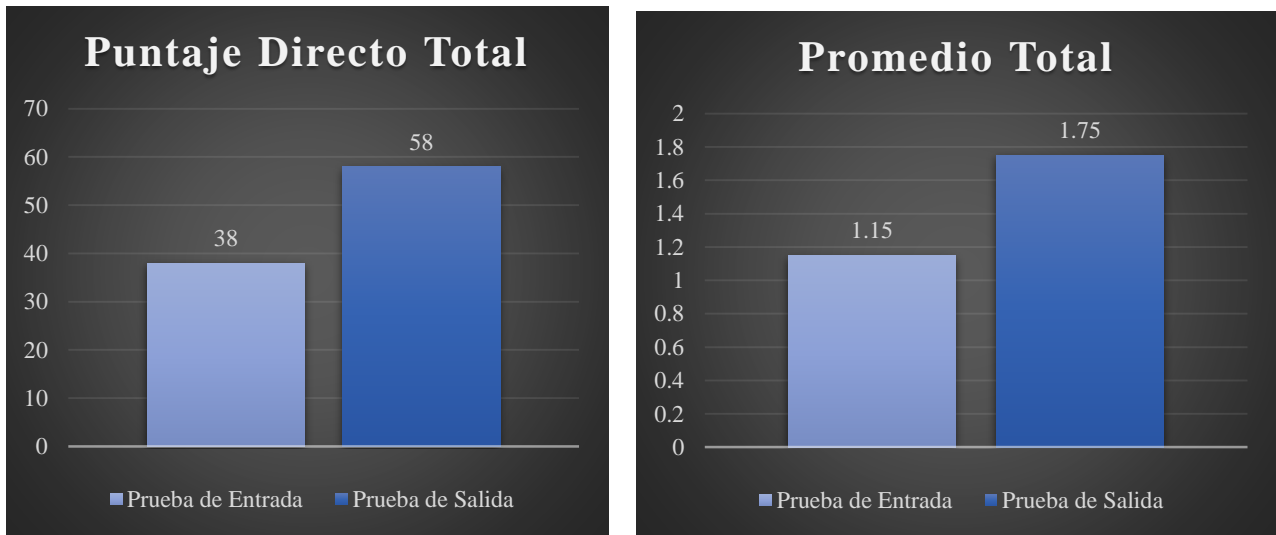


El gráfico N°5 muestra una comparación de los resultados obtenidos por los estudiantes de bachillerato que fueron parte del programa psicoterapéutico, en la prueba inicial los estudiantes obtuvieron un Puntaje Directo Total de 44 y un Promedio Total de 1.33, mientras que en la prueba de salida se observa una mejora significativa en los resultados obtenidos, ya que obtuvieron un Puntaje Directo Total de 79 y un Promedio Total de 2.4. A partir de la diferencia significativa de la prueba de entrada y salida, se puede indicar que los estudiantes poseen las bases cognitivas para el desarrollo de habilidades para abrirse paso a un conocimiento profundo, más realista y mutuo de la pareja para llegar a tener una relación madura y con mayor compromiso.

Tabla N°6. Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias de Sexualidad

COMPETENCIA	Puntaje Directo total		Promedio total	
	Prueba de Entrada	Prueba de Salida	Prueba de Entrada	Prueba de Salida
Competencias de sexualidad	38	58	1.15	1.75

Gráfico N°6. Resultados de Prueba de Entrada y Salida en las Competencias de Sexualidad



El gráfico N°6 muestra una comparación de los resultados obtenidos por los estudiantes de bachillerato que fueron parte del programa psicoterapéutico, en la prueba inicial los estudiantes obtuvieron un Puntaje Directo Total de 38 y un Promedio Total de 1.15, mientras que en la prueba de salida se observa una mejora significativa en los resultados obtenidos, ya que obtuvieron un Puntaje Directo Total de 58 y un Promedio Total de 1.75. Tomando en cuenta los datos anteriormente mencionados, se puede indicar que, como producto de la aplicación del programa psicoterapéutico, los jóvenes generaron un conocimiento básico de la sexualidad humana, así como el conocimiento de la sexualidad propia y específica para el disfrute placentero en la pareja.

5.3 Discusión de Resultados de la Prueba Inicial

La prueba inicial fue aplicada al grupo total de jóvenes estudiantes de segundo año de bachillerato sección “G” con el objetivo de estimar el grado de conocimientos y el tipo de cogniciones con respecto a la vida de pareja a través de la evaluación de cada una de las competencias conyugales. De esta forma, el puntaje se convirtió en indicativo de las debilidades y fortalezas generales y específicas del grupo. A continuación, se detallan los puntajes de cada uno de los participantes del grupo evaluado:

Cuadro N° 2: Datos de los Resultados de la Prueba Inicial

Sujeto	Edad	CTC (2)	CIA (5)	CRI (7)	CRC(11)	CID (3)	CSX (2)	TOTAL
Sujeto 1	17	1	4	7	10	3	1	26
Sujeto 2	18	1	4	5	8	1	1	20
Sujeto 3	17	0	5	6	10	1	2	24
Sujeto 4	17	1	5	5	10	3	1	25
Sujeto 5	16	0	4	4	11	2	1	22
Sujeto 6	16	0	3	4	9	1	1	18
Sujeto 7	17	0	5	5	8	1	1	20
Sujeto 8	17	1	3	5	4	1	1	15
Sujeto 9	17	1	3	7	8	1	1	21
Sujeto 10	17	2	3	3	6	1	0	15
Sujeto 11	16	0	4	5	9	2	1	21
Sujeto 12	16	1	3	3	8	0	1	16
Sujeto 13	18	0	3	4	9	1	2	19
Sujeto 14	17	0	4	5	6	1	2	18
Sujeto 15	15	2	4	5	9	2	1	23
Sujeto 16	17	2	4	6	11	1	2	26

Sujeto 17	18	1	5	7	9	2	1	25
Sujeto 18	17	2	5	5	10	2	2	26
Sujeto 19	18	2	5	7	10	2	2	28
Sujeto 20	17	1	3	3	6	1	0	14
Sujeto 21	17	1	2	6	8	2	1	20
Sujeto 22	18	1	3	5	9	1	0	19
Sujeto 23	18	1	4	6	6	1	2	20
Sujeto 24	17	0	3	5	5	1	0	14
Sujeto 25	19	1	3	1	7	0	1	13
Sujeto 26	17	2	4	3	7	1	0	17
Sujeto 27	16	0	3	4	8	2	2	19
Sujeto 28	19	1	4	3	5	1	1	15
Sujeto 29	17	1	4	2	8	2	1	18
Sujeto 30	17	1	4	5	9	1	1	21
Sujeto 31	17	1	3	5	7	1	1	18
Sujeto 32	17	2	4	7	10	1	2	26
Sujeto 33	18	1	2	5	5	1	2	16
Sujeto 34	16	1	4	4	7	1	1	18

Para la participación en la aplicación del programa se tomaron en cuenta todas las puntuaciones en cualquier rango, puesto que se pretendió identificar si no solo se podían modificar los puntajes bajos por debajo de la media obtenida en la prueba piloto realizada (23 puntos) sino que además identificar si era posible aumentar los puntajes que superaban el promedio obtenido en la aplicación de la prueba piloto, para de esta manera conocer el alcance de la intervención realizada.

De los 34 jóvenes evaluados, se identificaron las siguientes características en común:

1. Desconocimiento sobre las generalidades de la pareja como la influencia de la familia de origen

2. Solidez básica en el conocimiento de la frecuencia, importancia y tipos de intercambio afectivo
3. Cierta conocimiento sobre la importancia del crecimiento personal y el crecimiento personal
4. Sólida base cognitiva sobre las formas e importancia de la resolución de conflictos dentro de la pareja
5. Desconocimiento de la intimidad en la pareja, qué es, cómo se genera y cuál es su utilidad
6. Ideación general sobre el funcionamiento general de la sexualidad en la dinámica de pareja

Al analizar las pruebas de entrada, se pudo identificar que los jóvenes presentan diversas ideaciones generales sobre la pareja basadas en desconocimiento que la cultura transmite como natural y que finalmente desencadena en patrones disfuncionales en la pareja, que como se ha mencionado en toda la investigación, son la base de las problemáticas que las parejas enfrentan. Finalmente, es posible concluir que el grupo superficialmente parece homogéneo en condiciones socioculturales, sin embargo, los resultados variopintos señalaron que su experiencia de vida única y personal genera que sus cogniciones funcionales y disfuncionales sobre la dinámica de la pareja se transformen en resultados heterogéneos que varían de puntajes altos a puntajes bajos sin importar el género al que pertenecen.

5.4. Discusión de Resultados de la Aplicación del Programa

El Programa Psicoterapéutico para el Desarrollo de Competencias para la Futura Vida Conyugal aplicado a Jóvenes Estudiantes del Segundo Año de Bachillerato del Instituto Nacional “General Manuel José Arce” opera interviniendo y modificando a nivel cognitivo y actitudinal todas aquellas ideas y patrones sobre las relaciones de pareja establecidos y aceptados como normales; que siendo adquiridos a través de la familia se instauran en los esquemas mentales de los jóvenes y se reproducen conductualmente al interior de sus relaciones de pareja.

De esta forma, el programa pretendió modificar los esquemas cognitivos de los jóvenes para sentar las bases necesarias para el desarrollo de cada una de las competencias identificadas a través de la literatura especializada. Metodológicamente se realizaron dos jornadas de intervención por cada una de las competencias trabajadas, con el principio de complejidad ascendente, es decir, se inició por las competencias básicas, hasta finalizar con las competencias que requerían de conocimientos previos y bases sólidas para su correcta comprensión e interiorización, esto se logró a través de actividades exposicionales y participativas cargadas de contenido teórico adaptado a un lenguaje de fácil acceso que permitiera interiorizar los conceptos nucleares de cada una de las áreas intervenidas, los resultados se muestran a continuación:

ψ Valoración Competencia por Competencia:

a) Competencias Teóricas/Cognitivas:

Las competencias teóricas-cognitivas aluden a todos esos conocimientos básicos, fundamentales y necesarias para la comprensión del fenómeno que es la vida de pareja o vida conyugal. Por lo tanto, los pilares de dichas competencias fueron la comprensión de la influencia de la familia de origen en la elección de la pareja y el desarrollo de las relaciones de pareja en cada una de esas etapas. De la comprensión de dichos tópicos dependieron en gran medida la comprensión de cada uno de las competencias posteriormente desarrolladas.



Tras realizarse las actividades destinadas al desarrollo y comprensión de dichas competencias y sumado a la constante retroalimentación producto de ser un tema básico del que se desprendían las demás competencias, ya que los jóvenes participantes lograron comprender los términos que autores como Sharpe y Brown (Citados en Zumaya 2009) o Young (2012) denominan como patrones funcionales y disfuncionales en la vida de pareja, así como la influencia que ejerce la familia de origen en la conformación y tipo de relación que establecen, ya que como bien lo señala Minuchín (1974) Cada miembro de la pareja tratará de establecer una dinámica de pareja sobre la base de lo que le es conocido o familiar.

Se evidencian las modificaciones cognitivas a partir de la mejora de resultados en la prueba de salida (promedio de 1.5 sobre 2) con respecto a la de entrada (promedio 0.9 sobre 2), además de haberse observado en los jóvenes la capacidad de comprender y elaborar explicaciones sobre los casos de ejemplo utilizados durante las jornadas usando como base la explicación de los patrones y de cómo el pasado e historia familiar del caso en cuestión había sido fundamental para explicar dicha dinámica de pareja actual.

Además, los jóvenes comprendieron que al igual que los seres vivos, las relaciones de pareja poseen un ciclo de vida, marcada principalmente por dos momentos: el enamoramiento y la mantención, se observó de forma más que evidente que los jóvenes llegaron a memorizar la frase tan apropiada elaborada por Cárdenas y Ortiz (2005) El enamoramiento tiene fecha de caducidad. Comprendiendo que el enamoramiento es un estado pasajero de fusión e idealización donde las emociones priman sobre la razón.

b) Competencias de Intercambio Afectivo:

Esta categoría comprende el patrón funcional denominado “patrón nutriente” por Sharpe (Citado en M. Zumaya 2009) y se refiere a la conexión que abarca todas las formas de cuidado y atención, generalmente en las parejas este patrón relacional positivo se suele evidenciar mediante sonrisas, caricias tiernas y expresiones de agrado, es decir que son intercambios agradables, en forma de verbalizaciones y conductas que realiza cada miembro de la pareja para manifestar agrado al otro miembro de la misma. Además, en esta misma categoría se engloban la evitación de patrones de devaluación y de competencias por superioridad.

El primer alcance con esta intervención que se observó en los jóvenes es que estos lograron reflexionar acerca de la importancia de realizar intercambios afectivos gratificantes dentro de una relación ya que estos mejoran la posibilidad de que el otro miembro repita las conductas agradables, además de que pudieron vivenciar las emociones positivas al recibir un reforzamiento positivo por sus conductas o verbalizaciones.

Se identificó que los jóvenes practicaron la realización de refuerzos positivos tales como halagos, palabras de agradecimiento, reconocer el esfuerzo del otro; a través de actividades prácticas, lo cual podría ayudarles a que en un futuro les sea más fácil llevarlo a cabo con una pareja a diferencia de los jóvenes que no han recibido este tipo de intervención.

Los jóvenes lograron reconocer que el uso del tiempo libre en pareja se constituye en una expresión del deseo de estar juntos, de su capacidad de concertación para hacer de los espacios de ocio, espacios que satisfacen a la pareja, en el que confluyen las necesidades e intereses individuales y diádicos.

c) **Competencias de Respeto a la Individualidad:**

Esta competencia persigue patrones funcionales como el respeto a las diferencias de la pareja y las habilidades que poseen para la búsqueda del propio crecimiento personal. Por otro lado, trata de evitar patrones disfuncionales como control, celos y aislamiento, así como el patrón de fusión excesiva.

Dentro de los alcances obtenidos por medio de la intervención se puede indicar que los jóvenes lograron comprender que existen diferencias individuales y de esta manera poder identificar, tolerar y aceptar las diferencias que pueden existir en una pareja.

Otro de los alcances que puede indicarse es que los jóvenes comprendieron que el patrón de control básicamente se traduce en celos, el cual pudieron definir en acciones como revisar el celular de la pareja, no permitir ciertas amistades, no permitir ciertas formas de vestirse, etc. Esto es uno de los principales cambios operativos que pudieron observarse en los jóvenes, ya que tomaron consciencia de que estuvieron o están envueltos en un patrón disfuncional, el cual es definido por Sharpe (Citado en M. Zumaya 2009) como las conductas que se usan para influenciar, regular o dirigir la conducta de la pareja, por lo tanto entendieron que esas acciones son algo sumamente negativo dentro de la pareja y que puede llegar hasta una dependencia emocional, en el cual al no resolverse de manera pertinente puede llegarse hasta al maltrato.

Una de las limitaciones que se encontraron por medio de la aplicación del programa es en referencia al crecimiento personal, pues los jóvenes debían de aprender que con la llegada de experiencias multidireccionales de los diferentes ámbitos laborales, familiares, personales y de pareja, surge la necesidad de renegociar las reglas relacionales con la finalidad de conectar los crecimientos personales de ambos, claramente como lo menciona Guidano (2001) esto no es un proceso sencillo, ya que esto produce lo que él denomina *crisis conyugales*. Por lo tanto, esto

únicamente se manejó de forma teórica, debido que para su necesario aprendizaje se necesita algo más experiencial.

d) Competencias de Resolución de Conflictos:

Es una categoría muy amplia que incluye todas las estrategias necesarias para afrontar problemáticas asociadas a la comunicación, negociación, el control estimular y la evitación, que en consecuencia pueden derivar en crisis más complejas como la infidelidad y el maltrato.

Uno de los principales logros es que por medio de situaciones de la vida cotidiana los jóvenes aprendieron la importancia del uso dentro de la pareja de un lenguaje operativo, el cual se define como “con el que se logra establecer un código intercambiable y descifrable y es eficaz para conseguir una comunicación mutuamente satisfactoria si éste es el objetivo básico de los componentes de la pareja” (Costa y Serrat, 2015 pág. 85). Los jóvenes aprendieron que para comunicarse de manera adecuada deben de dar información útil para la conversación, descripciones congruentes al contexto de la conversación, y emplear de manera adecuada el lenguaje no verbal.

Otro logro de importante mención es que los jóvenes comprendieron la importancia de manejar adecuadamente las emociones, sobre todo las negativas, ya que estas pueden desencadenar en conductas agresivas. Esto se refleja de manera operativa en que los jóvenes fueron capaces de poner en práctica mediante ejemplificaciones los pasos de la técnica: Tiempo fuera.

En cuanto a lo anteriormente mencionado, si bien los jóvenes pusieron en práctica mediante ejemplos la técnica de tiempo fuera, saben de qué forma usar la técnica y en que situaciones, una limitación puede que sea que ya en la vida real, ellos olviden la técnica o se les dificulte poner en

práctica cada uno de los pasos para realizarla de la mejor manera posible, debido a la ausencia de ensayo conductual en un contexto más significativo, como lo es como su propia pareja

e) Competencias de Intimidad:

La intimidad, como lo establece Zumaya (2009), es la habilidad para conocer y dejarse conocer: proyectos, temores y deseos, cómo tolerar la cruda realidad del otro; es una habilidad presente en todas las relaciones humanas pero que cobra un papel protagónico en las relaciones dentro de la familia, la amistad y en la pareja. Dentro de la pareja, a medida la intimidad va creciendo producto de la confianza y la apertura, la idealización romántica producto del enamoramiento va disminuyendo; producto de la intimidad son los desencantos propios de la pérdida de la imagen perfecta del ser amado, pero también produce mayor conexión emocional y afectiva entre sus miembros.

El primer logro definitivamente fue que los jóvenes pudiesen diferenciar la intimidad de la sexualidad, debido a que inicialmente consideraban, por cuestiones sociales, como sinónimos, pero luego de las jornadas de intervención lograron comprender que ambos términos no son iguales, incluso existiendo el uno sin el otro. Los jóvenes a través de su propia voz pudieron ejemplificar casos donde la sexualidad existe sin intimidad.

Posterior a eso, los jóvenes comprendieron que la idealización es producto de la ausencia de la intimidad y que esta es a su vez producto de constantes bombardeos románticos donde existen conceptos como el alma gemela y el felices para siempre. Sin embargo, comprender qué es la intimidad y de qué depende no necesariamente significa ser capaz de establecerla, ya que si se comprueba a través de la prueba pre y post tratamiento que existen cambios cognitivos y comprensión de qué significa intimidad e idealización, por lo tanto, no es posible comprobar que en sus relaciones actuales o futuras sean poseedores de la capacidad de establecerla y desarrollarla.

f) Competencias de Sexualidad:

El desarrollo de estas competencias se refiere a que los jóvenes conozcan a la luz de la ciencia la información básica y necesaria de la reproducción sexual humana, tales como la fecundación, los órganos reproductores femenino y masculino, además los jóvenes lograron identificar que la intimidad no es igual a sexualidad y que no puede haber una vida sexual plena sin intimidad.

Otro logro obtenido mediante esta intervención es que los jóvenes conocieron como se reproduce la escala de las caricias y que esta no tiene retroceso una vez ha iniciado, también ellos construyeron su propia escala de caricias para que cuando en un futuro tengan una pareja puedan identificarla y las cuáles serán las consecuencias de esta.

Una de las limitaciones de la intervención en esta área es que hay muchas temáticas que abordar en torno a este que no se pudieron desarrollar por cuestiones de tiempo, y porque no los facilitadores del programa no son especialistas en esta área.

Por lo tanto, se concluye que se acepta la hipótesis alterna que dice: *“Existe diferencia significativa en el desarrollo de competencias para la futura vida conyugal medida a través de la prueba de entrada y salida tras aplicar un programa psicoterapéutico con los estudiantes de bachillerato del Instituto Nacional “General Manuel José Arce”, realizado en el periodo de mayo a agosto 2018”*. Debido a que los valores obtenidos en la prueba de entrada y en la prueba de salida, se refleja que el valor de “t” (9.13) no es igual al valor de “H” (2.73), por lo tanto, se acepta la hipótesis anteriormente mencionada y se rechaza H_0 (Hipótesis nula), además de los resultados, el aceptar la hipótesis alterna, puede reflejarse en los cambios y nociones cognitivas que adquirieron los estudiantes que fueron parte del proceso, por ejemplo, el empoderarse de ciertas definiciones, conocer ciertas estrategias, poner en practica mediante ejemplificaciones las técnicas enseñadas, darse cuenta y mencionar los patrones funcionales o disfuncionales que poseen, etc.

CONCLUSIONES



- ψ Fue posible y efectivo orientar a la luz de las teorías posracionales y conductuales, a los jóvenes sobre la naturaleza de las relaciones de pareja, dicho conocimiento les permite comprender con mayor precisión los porqués y cómo del éxito o fracaso de la pareja, el motivo de elección de la misma y como la historia de vida familiar influye directamente en ellos. Además, al ser un tema básico permitió en gran medida que los jóvenes fueran comprendiendo fenómenos mucho más complejos, y que siempre se estableciera como punto de partida el origen, desarrollo y establecimiento de los patrones en la dinámica de pareja.

- ψ Se logró orientar a los jóvenes acerca de la importancia de saber dar y recibir afecto en una relación de pareja tanto verbales como no verbales, además de que ellos pudieran vivenciar las ventajas emocionales de realizar reforzamientos positivos y poner en práctica sus habilidades para dar y recibir afecto por medio del role playing.

- ψ Se logró que los jóvenes comprendieran la importancia de la individualidad de la pareja, por medio de la identificación y respeto de las diferencias individuales y que puedan estar juntos como separados para llegar a un sentimiento de mutualidad por medio de la conexión del desarrollo personal de cada uno, y además tomaron consciencia del patrón disfuncional de control y de las conductas inadecuadas que este mismo conlleva, siendo un principal causante de agresiones dentro de la pareja.

- ψ Se logró que los jóvenes incorporarán soluciones a problemas comunes que pueden presentarse en la pareja por medio de la negociación y la comunicación, específicamente conociendo estrategias de resolución de conflictos y la manera adecuada de comunicarse dentro de la pareja, por medio de un lenguaje operativo, para llegar a la negociación, y así evitar posibles conductas agresivas y promover una futura vida conyugal saludable.

- ψ Fue posible que los jóvenes comprendieran que es lo que implica la intimidad en las relaciones de pareja, los problemas de evitarla, sus riesgos al establecerla, y sobre todo la importancia de un genuino conocimiento no idealizado de la pareja que conduce a un amor más maduro. Así mismo comprender la diferencia de la intimidad de la sexualidad fue un logro que potenció ambas competencias intervenidas. Aunque los jóvenes comprendieran en qué consiste y de qué depende las competencias de intimidad, no es posible determinar la capacidad de ellos de ponerlas en práctica.
- ψ Se logró desmitificar en los jóvenes ideas socialmente aceptadas en nuestra sociedad acerca de la sexualidad humana en general y dentro de la pareja, además de que se pudieron solventar dudas que como jóvenes tenían en torno a estas temáticas también se logró que cada joven identificara la escala de caricias y las consecuencias de esta una vez ha iniciado.

RECOMENDACIONES



- ψ Se recomienda al Ministerio de Educación la enseñanza formal de los temas concernientes a las relaciones de pareja, más allá de un simple esbozo sobre el noviazgo; planteándose un programa de enseñanza sobre la base de los robustos conocimientos que las teorías de la psicológica ofrece desde hace décadas, priorizando temas como el ciclo de vida de las relaciones de pareja, influencia de la familia de origen y qué son los patrones en la dinámica de la pareja, de esta forma los jóvenes pasaran de un conocimiento erróneo proveniente de la deducción experiencial a uno de comprobación sobre la base de la teoría.

- ψ Se recomienda al Ministerio de Educación incluir en su currículo académico de la materia orientación para la vida un programa como este que profundice en la enseñanza de habilidades para la futura vida conyugal como las competencias de intercambio afectivo que son necesarias para las diferentes relaciones sociales que mantiene un ser humano a lo largo de su vida.

- ψ Se recomienda para futuras investigaciones en el Departamento de Psicología sobre el respeto a la individualidad en la pareja, se ponga vital importancia a esta temática, ya que esta competencia contiene patrones funcionales que permiten que la pareja pueda establecer una conexión entre su crecimiento personal, el cual es uno de los pilares para que puedan negociar y establecer sus reglas relacionales. De igual manera se recomienda diseñar e implementar una intervención donde se permita incorporar al repertorio conductual de los sujetos y no solo dejarlo a un nivel teórico cognitivo.

- ψ Se recomienda al Ministerio de Educación incluir en la materia de Orientación para la vida, contenidos orientados a las estrategias de comunicación y negociación dentro de la pareja, ya que los jóvenes necesitan conocer estos contenidos para tener herramientas de cómo manejar situaciones de la vida real y no caer en conductas inadecuadas como la agresividad o infidelidad.

- ψ Se recomienda al Departamento de Psicología que para futuras investigaciones sobre la intimidad en la pareja, diseñar una estructura de intervención que permita evaluar la capacidad de cada uno de los sujetos de poner en práctica la intimidad dentro de la dinámica de la pareja, así mismo de realizar un estudio similar al presente, evaluar los resultados a nivel conductual y no solo cognitivo.

- ψ Se recomienda al Departamento de Psicología que para futuros programas de esta índole la realización del mismo en alianza con profesionales de la salud sexual y reproductiva para que puedan ahondar en temas de sexualidad humana con mayor pericia o que los facilitadores hayan sido formados en el tema.

FUENTES CONSULTADAS



Almazón G. (2012) *La Historia de las Relaciones de Pareja*, ERGO Psicólogos, España.

Recuperado de: <https://ergopsicologos.wordpress.com>

Arias R. y Rivas L. (2007) *Factores que Inciden en la Tolerancia al Maltrato de las Mujeres en sus Relaciones de Pareja, Atendidas en el Centro de Atención a la Mujer del Distrito 5 de la Alcaldía de San Salvador, en el Periodo de Diciembre 2005 a Diciembre 2006*. El Salvador: Universidad de El Salvador

Bados A. y García-Grau E, *Técnicas Operantes*, (2011) Universidad de Barcelona: Facultad de Psicología.

Batres I, Jiménez K, y Rodas V, (2014) *Factores Sociales que Predominan en los Conflictos de Pareja en Adultos Jóvenes de la Zona Urbana del Departamento de Usulután durante el Período Febrero-Agosto 2014*, San Miguel, El Salvador: Universidad de El Salvador

Baró M. (1980) *La imagen de la mujer en El Salvador*, El Salvador: Universidad Centroamericana José Simeón Cañas.

Breinbauer C, Maddaleno M. *Youth: A new approach to classifying adolescent developmental stages. Choices and change. Promoting healthy behaviors in adolescents*. Washington, D.C.: Pan American Health Organization; 2005.p. 257-68. (Scientific and Technical Publication No. 594).

Buendía, L.; Colás, P. y Hernández, F. (2001): *Métodos de investigación en Psicopedagogía*. Madrid: McGraw-Hill

Cárdenas I, y Ortiz D. (2005) *Entre el Amor y el Odio. Guía Práctica contra el Maltrato en la Pareja*. Madrid: Editorial Síntesis.

Contreras D, López J, Marroquín I, y Méndez C. (2016) *Análisis de la Complejidad de la Economía Informal En El Salvador: Un Estudio del Impacto de la Concentración y Centralización de Capital en las Condiciones del Empleo Informal, Período 1990-2014*. El Salvador: Universidad Centroamericana José Simeón Cañas.

Costa, M. y Serrat, C. (2015). *Terapia de Parejas, un Enfoque Conductual*. Madrid: Alianza Editorial.

Escobar M. (2002) *La Comunicación en la Pareja*, Universidad de Ciencias Pedagógicas “Enrique José Barona”, Cuba.

Ferrer A. (2010) *Millennials, la Generación del Siglo XXI*, Nueva Revista Número 130, Argentina.

Funes C. y García R. (2016) *Violencia Conyugal en Parejas con Convivencia Monogámica*. San Salvador: Universidad de El Salvador

Gaete Verónica. (2015). *Desarrollo psicosocial del adolescente*. Revista Chilena de Pediatría, 86(6):436-443

Galarza J. & Solano N.(2010) *Desintegración familiar asociada al bajo rendimiento escolar* (Tesis de pregrado) Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador.

Gonzales I, Echeburúa E y Corral Paz (2008) *Variables Significativas en las Relaciones Violentas en Parejas Jóvenes*. España: Universidad del País Vasco.

Guidano V, Aronsohn S, et al. *Vittorio Guidano en Chile* (2001) Universidad Academia de Humanismo Cristiano: Sociedad Chilena de Terapia Posracionalista.

Hagan J, Shaw J, Duncan P, eds. (2008) *Adolescence (11 to 21 Years). Bright futures: Guidelines for health supervision of infants, children, and adolescents*. 3rd ed. Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics; p.515-75.

Ministerio de Educación de El Salvador (2008) *Programa de Estudio – Orientación para la Vida: Educación Media*, Primera Edición, San Salvador: Ministerio de Educación.

Ministerio de Educación de El Salvador (2009) *Historia 1 y 2 El Salvador*, Segunda Edición, San Salvador: Ministerio de Educación.

Ministerio de Educación (2014), *Fundamentos de la educación integral de la sexualidad en el currículo de El Salvador: educación inicial, parvularia, básica y media* / Ministerio de Educación. -- 1ª ed.

Minuchín, S. (1974). *Familias y Terapia Familiar*. Barcelona: Gedisa.

Ochoa P. (22 de marzo del 2016) *¿Sabes cuál es la causa número 1 de divorcio?*
elsalvador.com Recuperado de: <http://www.elsalvador.com>

Padilla N. y Díaz R. (2012) *El Impacto de la Cultura y la Familia en la Elección de Pareja: Diferencias entre Hombres y Mujeres*. Revista de Psicología Iberoamericana Volumen XX. Número 1.

Pérez M. Redondo M. y León L. (2008) *Aproximaciones a la Emoción de Ira: De la Conceptualización a la Intervención Psicológica*. Revista Electrónica de Motivación y Emoción (REME) Volumen XI Número 28.

Poo, A. M. y Vizcarra, M. B. (2008). *Violencia de Pareja en Jóvenes Universitarios*. Terapia Psicológica, 26(1), 81-88.

Sánchez C. C. (2008) *Free Sex? La Pregunta de Hoy*. México: Ediciones Selectas Diamante S. A de C. V.

Tamez B. y Ribeiro M (2015) *El Divorcio, indicador de Transformador Social y Familiar con Impacto Diferencial entre los Sexos: Estudio Realizado en Nuevo León*. Editorial: Papeles de Población N°90, Universidad Autónoma de Nuevo León, México.

Torrijos P, Martín J, Torrecilla E, y Herrera M. (2011) *Diseño de un Programa de Promoción de Habilidades de Pareja como Estrategia de Prevención de Conductas Violentas*, Madrid, España.

Velez M, Renteria A, Basozabal E y del Valle A, (2009) *Violencia de Género en las Relaciones de Pareja de Adolescentes y Jóvenes de Bilbao*, España: Universidad del País Vasco-Euskal Herriko Unibertsitatea.

Ventas L. & Ávalos J. (29 de mayo del 2016) *Casos se duplican en diez años*. El Diario de Hoy. Recuperado de:
<http://archivo.elsalvador.com/noticias/2006/05/29/nacional/nac8.asp>

Vindas M. (2009) *Como Superar Conflictos de Pareja*, San José, Costa Rica.
<http://www.consejeriadepareja.net>

Vizcarra, M. B., Poo, A. M. y Donoso, T. (2013). *Programa educativo para la prevención de la violencia en el noviazgo*. Revista de Psicología, 22(1)

Young J. y Klosko J (2012) *Reinventar tu Vida*. Paidós, Madrid España

Zumaya M. (2009) *La Infidelidad: Ese Visitante Frecuente*, México: Raya en el Agua.

ANEXOS



ANEXO 1.

CUESTIONARIO CHP (GONZÁLEZ, PEÑA Y VILLANUEVA 2018)

Nombre: _____

Edad: _____

Indicaciones: A continuación, se te presentarán una serie de afirmaciones temas de la vida de parejas, marca con una “X” en la casilla correspondiente si estás de acuerdo o no con dicha afirmación. Recuerda, no hay respuestas buenas o malas, solo formas de experimentar la vida de pareja.

Afirmación	De acuerdo	Desacuerdo
1. Las parejas que llevan mucho tiempo juntos están tan enamorados como cuando se conocieron.		X
2. La forma en como tus padres se trataban no tiene nada que ver como tu tratarás a tu pareja.		X
3. Cuando las parejas tienen hijos las prioridades deben de cambiar, ahora lo más importante son los hijos.		X
4. Debes hacer sentir bien a tu pareja y demostrarle que lo quieres	X	
5. Lo normal es que las sonrisas, caricias y expresiones de agrado sean más frecuentes en el noviazgo, que en el matrimonio.		X
6. Las caricias deben esperar hasta estar casados.		X
7. En una pareja es necesario saber quién lleva los pantalones		X
8. Para que una pareja funcione se deben realizar todas las actividades juntas.		X
9. Si tu pareja te quiere, pero a ti no te gusta algo de él o ella, cambiará por el amor que te tiene.		X
10. Una pareja debe hacer lo que sea por la felicidad del otro.		X
11. Una buena pareja es todo lo que necesitas en tu vida.		X
12. Si uno de la pareja está controlando constantemente al otro acerca de con quien habla y donde está en cada momento es porque realmente se interesado en su pareja.		X
13. Jamás se deben dejar de lado ideas, pensamientos, o planes por su pareja.	X	
14. La pareja tiene permiso de revisar el celular de su pareja, prohibirle ciertas amistades, etc.		X
15. Una buena pareja es aquella que no discute.		X
16. Si una persona no está de acuerdo con la opinión de su pareja es mejor que se quede callado con fin de llevar la fiesta en paz.		X
17. Si hay algo que le molesta, no es necesario decírselo a su pareja porque él o ella ya debería saberlo por sus gestos y actitudes.		X
18. En el calor de la discusión de una pareja pueden existir golpes y palabras subidas de tono propios de una discusión		X

19. Los hombres son agresivos por naturaleza por lo cual hay que comprenderles si ofenden cuando están molestos.		X
20. Para salir de un problema con la pareja una buena estrategia para ganar la discusión es hacerle ver todos los errores que él o ella también cometió		X
21. Cuando una pareja discute la finalidad debe ser ver quien gana la discusión.		X
22. Admitir ante la pareja que uno se ha equivocado no es sinónimo de debilidad	X	
23. Los hombres son infieles por naturaleza es por ello que las mujeres deben aprender a comprenderlos y serles siempre fieles.		X
24. El culpable de una infidelidad es el que fue infiel.		X
25. Si te va mal en una relación de pareja es mejor no volver a tener una para que no te vuelva a pasar.		X
26. Existe una persona que llenará todas tus expectativas en el amor, es decir que será perfecto/a para ti, tu alma gemela.		X
27. Los polos opuestos se atraen: Puedo formar sin ningún problema una relación de pareja con una persona que tenga proyectos a largo plazo, formas de ver las cosas, intereses diferentes a los míos, etc.		X
28. Si dejo que mi pareja conozca todo sobre mi seré vulnerable emocionalmente.		X
29. No es correcto que las mujeres tengan la iniciativa y mucho deseo sexual.		X
30. Los hombres siempre tienen deseo sexual.		X

CTC	
CIA	
CRI	
CRC	
CID	
CSX	

Codificación de Ítems

Competencia Evaluada	Ítems	Número de Preguntas
Competencias Teóricas/Cognitivas	1 y 2	2
Competencias de Intercambios Afectivos o Cuidados Tiernos	3-7	5
Competencias de Respeto a la Individualidad	8-14	7
Competencias de Resolución de Conflictos	15-25	11
Competencias de Intimidad	26-28	3
Competencias de Sexualidad	29 y 30	2

Proceso de Construcción y Validación del Cuestionario CHP

Para la construcción y validación de la prueba de entrada y salida para la evaluación del Programa Psicoterapéutico para el Desarrollo de Competencias Conyugales en jóvenes estudiantes de Bachillerato se realizaron los siguientes pasos:

- 1) Revisión teórica sobre los patrones relacionales tanto funcionales como disfuncionales en la pareja.
- 2) Elaboración de frases que representen patrones funcionales como disfuncionales en la pareja.
- 3) Selección y reducción de las frases elaboradas a un número de 30 que formarán los ítems o afirmaciones a evaluar.
- 4) Presentación de prueba inicial al Asesor de Tesis: Licenciado Rafael Córdova.
- 5) Reagrupación de ítems por competencias a solicitud para facilitar su evaluación y calificación.
- 6) Aplicación de prueba piloto en una población de características similares a la población objetivo del Programa, para validar la prueba de entrada y salida.
- 7) Modificación de redacción en los ítems 2, 22 y 27, debido a dificultades de comprensión durante la prueba piloto.
- 8) Evaluación de resultados obtenidos de las pruebas y verificación de promedios por género, competencia y totales (Ver Tabla)
- 9) Elaboración de prueba definitiva.

Resultados de Prueba Piloto:

Se aplicaron 60 instrumentos de evaluación al grupo completo de estudiantes de la asignatura Fundamentos Psicofisiológicos de la Conducta Normal y Anormal I del primer año de la carrera.

Se tomaron en cuenta únicamente aquellos estudiantes que:

- a) Estuviesen en el rango de edad entre 17 a 20 años.
- b) Fuesen de nuevo ingreso y por lo tanto no estuvieran de ningún modo familiarizados con el tema de la pareja desde la psicología.

Tras esta selección solo se tomaron en cuenta 37 resultados, descartando los restantes que no cumplieran los criterios anteriormente mencionados. Los resultados se muestran a continuación:

Sujeto	Edad	CTC (2)	CIA (5)	CRI (7)	CRC(11)	CID (3)	CSX (2)	TOTAL
F1	17	1	3	5	10	1	2	22
F2	20	0	5	7	10	2	2	26
F3	20	1	5	6	10	2	2	26
F4	17	2	3	0	10	1	1	17
F5	20	1	4	6	10	1	1	23
F6	19	1	4	7	11	2	2	27
F7	18	1	4	7	10	1	1	24
F8	18	1	4	6	10	2	1	24
F9	18	1	2	7	10	2	2	24
F10	18	1	4	6	10	1	2	24
F11	19	2	4	7	10	3	1	27
F12	19	0	4	5	10	1	2	22
F13	19	0	4	6	10	1	1	22
F14	18	1	5	6	10	1	1	24
F15	18	0	3	3	8	0	1	15
F16	18	1	3	7	10	1	2	24
F17	19	1	5	6	11	2	1	26
F18	20	1	5	6	10	2	2	26
F19	17	2	5	6	11	1	2	27
F20	18	2	4	6	9	1	2	24
F21	18	2	3	7	10	0	2	24
F22	18	2	5	7	11	1	2	28
F23	18	1	5	7	10	2	2	27
F24	18	1	5	5	11	3	1	26
F25	18	1	4	4	10	1	2	22
Promedio	18.4	1.08	4.08	5.8	10.08	1.4	1.6	24.04

Tabla 1: Resultados Femeninos

Tabla 2: Resultados Masculinos

Sujeto	Edad	CTC (2)	CIA (5)	CRI (7)	CRC(11)	CID (3)	CSX (2)	TOTAL
M1	18	0	5	5	7	2	1	20
M2	19	1	2	4	11	2	2	22
M3	20	1	4	5	9	1	1	21
M4	20	1	4	7	10	1	1	24
M5	20	2	3	7	10	2	2	26
M6	20	0	4	6	8	1	1	20
M7	20	1	4	5	8	1	2	21
M8	20	1	5	6	9	1	2	24
M9	18	1	4	1	10	1	1	18
M10	19	1	4	1	10	1	1	18
M11	18	1	4	6	10	2	2	25
M12	18	1	3	7	10	3	2	26
Promedio	19.166667	0.9166667	3.8333333	5	9.3333333	1.5	1.5	22.083333

De los resultados se puede concluir lo siguiente:

- ψ Se evaluaron 25 mujeres, cuya edad promedio fue de 18.4 años, y su promedio general de competencias en la vida de pareja fue de **24.04 puntos directos**.
- ψ Se evaluaron 12 hombre, cuya edad promedio fue de 19.16 años y su promedio general de competencias en la vida de pareja fue de **22.08 puntos directos**.
- ψ Se evaluaron 37 sujetos en una edad promedio de 18.78 años de edad, obteniendo un promedio general de competencias para la vida de pareja de **23.06 puntos directos**

PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO

PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS PARA LA FUTURA VIDA CONYUGAL



CONTENIDO

PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA	¡Error! Marcador no definido.
OBJETIVOS DEL PROGRAMA.....	¡Error! Marcador no definido.
Objetivo General:.....	116
Objetivos Específicos:	116
ORGANIZACIÓN DEL PROGRAMA.....	117
SUGERENCIAS METODOLÓGICAS.....	117
COMPETENCIAS DEL PROGRAMA.....	117
PLANES OPERATIVOS.....	¡Error! Marcador no definido.
ANEXOS DE PLANES OPERATIVOS	¡Error! Marcador no definido.

PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA



Las relaciones de pareja son una forma de cubrir la necesidad inherente de los seres humanos de solventar sus necesidades afectivas a través del amor recíproco que una pareja puede brindar, sin embargo, las relaciones de pareja están lejos de ser una interacción completamente armónica, por lo que las crisis derivadas de la historia individual de sus miembros, las expectativas personales y sobre todo la construcción de patrones relaciones hacen que las relaciones suelen estar matizadas por períodos de crisis y de estabilidad, no obstante cuando las crisis son irresolubles debido a las ausencia de las habilidades necesarias las pareja suele ser conducida a dos posibles consecuencias: o deciden continuar con una relación altamente insatisfactoria o deciden separarse.

Es por estas razones que surge la iniciativa de implementar un Programa Psicoterapéutico para desarrollar esas habilidades que son necesarias para establecer relaciones saludables y maduras, enfocados a jóvenes estudiantes de bachillerato debido a que ellos poseen poca o nula experiencia y conocimiento sobre las relaciones de pareja que no va más allá de lo aprendido a través de los modelos familiares y de los medios de comunicación, sumado a esto tenemos la deficiencia de un sistema educativo salvadoreño que no pretende formar a los estudiantes en esta temática que de otra forma no pueden conocer y finalmente ofrece la ventaja metodológica que permitirá a los jóvenes ser agentes de cambios al transmitir a su vida personal y futura una nueva forma de desarrollar patrones funcionales en sus relaciones de pareja.

El Programa Psicoterapéutico encuentra en su núcleo y base, la importancia e identificación de los patrones relacionales en la pareja, ya que estos al ser funcionales conducen a una pareja a experimentar la relación de forma saludable, placentera y madura, mientras que los patrones disfuncionales contribuyen al deterioro de la relación conduciendo finalmente a la separación. La base teórica del programa se deriva del modelo posracional y en algunas actividades se recurre al empleo de actividades y estrategias provenientes del modelo cognitivo conductual.

Para la elaboración de las habilidades a desarrollar se tomaron como base distintos patrones relacionales que en su conjunto conforman una competencia, estableciendo así seis competencias diferentes a trabajar: Competencias Teórico/Cognitivas, Competencias de Intercambios Afectivos o Cuidados Tiernos, Competencias de Respeto a la Individualidad, Competencias de Resolución de Conflictos, Competencias de Intimidad y Competencias de Sexualidad, estas fueron desarrolladas en doce sesiones con una duración de 90 minutos. Dichas competencias se presentan en planes operativos estructurados por sesión, con sus respectivos materiales anexados que permitirán lograr de forma efectiva los objetivos de las actividades a desarrollar.

El Programa Psicoterapéutico se evaluará en de forma analítica y reflexiva en cada una de las sesiones a desarrollar; esto a través de hojas de evaluación diseñada para cada sesión que se entregará a los jóvenes para medir los logros, utilidades prácticas y dificultades. Y tras desarrollar completamente el programa, se aplicará la misma prueba inicial elaborada para medir las competencias conyugales, comparando ambos resultados y analizándolos estadísticamente a través de la *t de Student*.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA



Objetivo General:

Implementar un Programa Psicoterapéutico para desarrollar competencias para la futura vida conyugal de estudiantes de Bachillerato.

Objetivos Específicos:

- ✓ Presentar conceptos básicos y sencillos sobre la pareja para la asimilación del fenómeno, así como para desarrollar posturas críticas sobre temas de pareja.
- ✓ Desarrollar habilidades para transmitir y recibir cuidados tiernos tanto verbales como no verbales hacia la pareja.
- ✓ Establecer en los jóvenes las habilidades y conocimientos necesarios para evitar patrones de control, así como la capacidad de buscar y conectar su desarrollo personal.
- ✓ Preparar a los jóvenes para enfrentar diferentes tipos de crisis a través del aprendizaje de estrategias de afrontamiento de problemas comunes a las parejas salvadoreñas
- ✓ Entrenar a los jóvenes para el desarrollo de la capacidad de establecer intimidad en la pareja que permita dejar de lado la idealización para dar un paso a un conocimiento recíproco maduro.
- ✓ Desmitificar a los jóvenes sobre temas referentes a la sexualidad humana y sobre la sexualidad dentro de la pareja.

ORGANIZACIÓN DEL PROGRAMA



El programa Psicoterapéutico para desarrollar competencias para la futura vida conyugal de los jóvenes estudiantes de bachillerato se encontró basado principalmente en la corriente teórica del modelo posracional y en menor medida del modelo cognitivo conductual del que retomó algunos conceptos teóricos y estrategias prácticas para desarrollar las competencias.

El programa comprendió seis tipos de competencias conyugales a desarrollar, las cuales se desarrollaron a lo largo de doce sesiones con una duración aproximada de 90 minutos. Las sesiones de trabajo se presentaron en planes operativos donde se especificó el número de sesión, el objetivo general, la competencia desarrollada, las actividades realizadas con su respectivo objetivo específico, el procedimiento que se llevó a cabo, los recursos que fueron necesarios para su realización, el tiempo dedicado a determinada actividad y finalmente los indicadores de logro. A continuación, se presenta el número de actividades y técnicas que contiene cada competencia desarrollada:

Competencias	N° de Actividades y Técnicas
Competencias Teóricas/Cognitivas	7
Competencias de Intercambios Afectivos o Cuidados Tiernos	8
Competencias de Respeto a la Individualidad	7
Competencias de Resolución de Conflictos	8
Competencias de Intimidad	8
Competencias de Sexualidad	4

Cada sesión a desarrollar contenía tres etapas: La primera era la fase conceptual que consistía en una introducción explicativa a los conceptos teóricos concernientes a la competencia a trabajar, a fin de que los jóvenes comprendieran con mayor precisión la importancia del tema a desarrollar, sus objetivos y su utilidad práctica en la vida de pareja.

A continuación, se presenta una fase práctica donde los facilitadores desarrollaran actividades experienciales con la finalidad de que los jóvenes pudieran realizar por sí mismo y con el apoyo de los facilitadores y el grupo, las estrategias que les permitieran crear y mejorar sus competencias conyugales, a través del establecimiento de patrones funcionales y la evitación de patrones disfuncionales.

Finalmente se incluyó como fase final de cada sesión la asignación de una tarea para la semana para cada joven, con el objetivo que reflexionasen y pudieran llevar a la práctica los temas abordados durante cada jornada, que le permitieran sentar las bases para el desarrollo de las competencias necesarias para establecer relaciones de pareja saludables y maduras, sobre la base del amor, el respeto y los cuidados tiernos.

SUGERENCIAS METODOLÓGICAS



A continuación, se presentan una serie de recomendaciones para garantizar el éxito de la intervención psicoterapéutica con el presente programa:

- ψ Realizar todas las sesiones que comprenden el programa de forma dinámica para captar, mantener e interesar al joven participante.
- ψ El programa tiene una organización de lo básico a lo complejo, por las jornadas llevarán una secuencia, no avanzando hacia la siguiente hasta que se hayan asimilado los conocimientos de la jornada anterior.
- ψ Emplear un lenguaje fácilmente comprensible y adaptado al joven participante, que le permita comprender rápidamente el contenido tratado.
- ψ Abrir espacios de confianza para la expresión de libre de comentarios, experiencias y preguntas para los participantes.
- ψ Establecer por medio del común acuerdo, las reglas que regirán el desarrollo de cada una de las sesiones a realizar, con el objetivo de dotar de la seriedad necesaria para un ambiente de trabajo óptimo.
- ψ Procurar que el espacio físico de trabajo sea siempre el adecuado, libre de distracciones para que se logre la asimilación de contenidos y los objetivos propuestos para la sesión a desarrollar.
- ψ Emplear ejemplificaciones concretas y acordes a la realidad de la vida de parejas en El Salvador.
- ψ Realizar retroalimentaciones de los contenidos anteriormente revisados.
- ψ Las actividades estarán basadas en actividades lúdicas y participativas

COMPETENCIAS DEL PROGRAMA



El Programa Psicoterapéutico para desarrollar competencias para la futura vida conyugal de estudiantes de bachillerato consta de seis grupos de habilidades y conocimientos a desarrollar, las cuales son: Competencias Teórico/Cognitivas, Competencias de Intercambios Afectivos o Cuidados Tiernos, Competencias de Respeto a la Individualidad, Competencias de Resolución de Conflictos, Competencias de Intimidad y Competencias de Sexualidad.

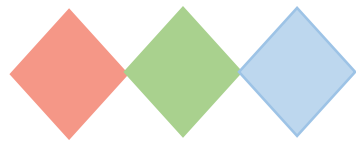
Dichas competencias se derivan de la agrupación de conocimientos teóricos y de patrones relaciones funcionales como disfuncionales en la pareja. Por lo que se desarrollarán más de una sesión para determinadas competencias debido a que requiere el abordaje teórico y práctico más amplio debido a los conocimientos y habilidades que conforman dicha competencia. A continuación, se definen cada una de las competencias, el objetivo que se persigue y la metodología a implementar:

- ψ **Competencias Teóricas/Cognitivas:** Dicha competencia pretende la interiorización de los conceptos básicos en torno a la formación de la pareja y la influencia del medio social y la familia, así como la importancia fundamental de los patrones relaciones en la vida de pareja, para lograr esto se pretende realizar técnicas expositivas y reflexivas que promuevan la participación y el análisis de la realidad salvadoreña por medio de ejemplificaciones, para luego dar paso a la exploración personal de sus creencias, opiniones y los modelos familiares de relación de pareja, a través de los patrones. Esperando en consecuencia que los jóvenes interioricen conceptos básicos la pareja y desarrollen actitudes críticas sobre la cultura inmersa en el tema.
- ψ **Competencias de Intercambio Afectivo:** Esta competencia pretende que los jóvenes desarrollen los cuidados tiernos como las habilidades de dar y recibir reforzamientos positivos en todas sus formas, así como la evitación de patrones de devaluación de y de competencias por superioridad. Para esta finalidad se ha diseñado actividades prácticas que les permitan identificar sus fortalezas y debilidades afectivas, esperando que tras la

reflexión personal los sean capaces de intercambiar palabras y conductas con su pareja, ya sea mediante sonrisas, caricias y expresiones de agrado.

- ψ **Competencias de Respeto a la Individualidad:** Se pretende que los jóvenes identifiquen principalmente dos puntos, aprender a hacer espacio a su propio desarrollo como persona y aprender a respetar, aceptar y promover un espacio personal para su pareja. Para ello se han diseñado actividades con miras a evitar patrones disfuncionales como el control excesivo, los celos y la dependencia emocional. Esperando de esta manera un cambio cognitivo en los jóvenes que les permita identificar cuando la pareja debe actuar como tal y cuando debe actuar como individuos.
- ψ **Competencias de Resolución de Conflictos:** Resolver para prevenir, será la idea central de las actividades enfocadas en este grupo de competencia, de tal manera que los jóvenes aprendan como la comunicación y la negociación son la base para evitar crisis que de ser irresoluble debido los patrones disfuncionales pueden escalar a crisis tan graves que fácilmente pueden conducir a la separación. Para eso se emplearán técnicas de como la escucha activa, el tiempo fuera, etc. Con la expectativa que los jóvenes puedan idear soluciones a las dificultades que se pueden producir en la vida de pareja y que puedan incorporar los pasos de la resolución de conflictos y lograr la negociación.
- ψ **Competencias de Intimidad:** Las habilidades para conocer genuinamente los sentimientos, opiniones y expectativas de la pareja serán desarrollados a través de desmitificaciones sobre la idealización en la pareja, así como actividades comunicativas prácticas donde los jóvenes tengan la oportunidad de crear las condiciones para abrirse al mundo del conocimiento mutuo de la pareja, previniendo de esta forma patrones de idealización irreal, como la evitación de intimidad. Esperando que de esta forma los jóvenes en el futuro sean capaces de reconocer los atributos realistas de su pareja, sus limitaciones y sobre todo aprender a compartir sus más íntimos pensamientos.
- ψ **Competencias de Sexualidad:** Al abordar dicha área se pretende que los jóvenes adquieran los conocimientos para desarrollar una vida sexual de pareja plena y madura, a través de la orientación en temas básicos de sexualidad en la pareja, el empleo del erotismo y la no reducción de la sexualidad sin intimidad.

PLANES OPERATIVOS





UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO PARA EL
DESARROLLO DE COMPETENCIAS PARA LA
FUTURA VIDA CONYUGAL



Primera Sesión

Fecha: jueves 3 de mayo del 2018

Objetivo General: Establecer las condiciones idóneas de respeto, dinamismo e interés en los jóvenes y a la vez se buscará desmitificar la concepción casi mística de la pareja que venden los medios de comunicación.

Competencias a desarrollar: Competencias Teóricas/Cognitivas

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
<i>Generar interés en los jóvenes hacia el programa a partir de su explicación.</i>	Presentación de los facilitadores e introducción al programa.	Para iniciar se presentaran los facilitadores ante el alumnado, luego se explicará a grandes rasgos en que consiste el programa, cuál será su duración y cuáles son los objetivos de este.	Presentación Power Point	Lograr que los participantes sean capaces de identificar la finalidad de este programa.	15 minutos
<i>Conocer los nombres de los participantes del programa así también de lo alcanzable de sus expectativas.</i>	Presentación del alumnado	Con dinámica de la pelota preguntona se realizará la presentación de cada participante de la siguiente manera: Se les explicará a los jóvenes que se les lanzara una pelota y cuando esta esté en sus manos	Presentación de Power Point Gafetes Plumones	Lograr que los participantes formulen sus expectativas en relación al programa para que al final del programa tanto el participante como los psicólogos sean capaces de medir si se logró	15 minutos

		<p>deben responder las siguientes preguntas:</p> <p>¿Cómo te gusta que te llamen?</p> <p>¿Cómo paso el balón? (haciendo referencia a como se sienten el día de hoy.</p> <p>¿Cuáles son mis expectativas de este programa?</p>		satisfacer esa expectativa.	
<i>Establecer las condiciones idóneas para que haya respeto entre los psicólogos y participantes.</i>	Establecimiento de reglas	Se iniciará explicando a los bachilleres la importancia de las reglas en este espacio y luego se les pedirá su colaboración para que aporten una regla a cumplir en las sesiones.	Papelógrafo Plumones	Lograr que los participantes logren reconocer la importancia de tener reglas en este espacio y que además se auto determinen los límites de comportamiento.	10 minutos
<i>Identificar los conocimientos previos que los bachilleres poseen en relación a las competencias conyugales al momento de iniciar este programa.</i>	Aplicación de prueba pre test	Se entregará a cada joven una prueba y se darán la indicaciones para que inicie a responderlas, posteriormente se devolverán las pruebas a los psicólogos para que estas puedan ser analizadas.	Pruebas pre test	Comprobar cuáles son los conocimientos previos del alumnado en relación a las competencias para la vida conyugal al momento de iniciar el programa.	15 minutos
<i>Reflexionar con los jóvenes acerca de su concepción de la pareja y cuan</i>	Técnica expositiva	Se iniciará indicando a los jóvenes que escriban en una hoja de trabajo (Ver anexo 1.1, página 147) porque creen que los seres humanos buscamos pareja y que entienden ellos	Presentación Power Point Páginas de papel bond	Lograr que los participantes identifiquen que es una pareja y por qué se caracteriza esta.	20 minutos

<p><i>realista es o no esta definición.</i></p>		<p>por una pareja, luego entregaran estos papeles.</p> <p>A continuación, se dará una explicación socio-historia de porque los seres humanos buscamos pareja y que factores definen a una pareja como tal (Intimidad y exclusividad).</p> <p>Posterior a la explicación se leerá las definiciones de la pareja que se habían escrito antes para que los jóvenes determinen si estaban o no en lo correcto.</p>	<p>Cajita para guardar las definiciones.</p>		
<p><i>Realizar la evaluación de la sesión.</i></p>	<p>Evaluar la sesión con los feedback's de los jóvenes.</p>	<p>Se le brindara a cada joven una papeleta (Ver anexo 1.2, página 148) donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión.</p>	<p>Cuestionario de evaluación</p>	<p>Determinar el nivel de eficacia de esta sesión de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejora en las siguientes sesiones.</p>	<p>10 minutos</p>
<p><i>Explicar la tarea de la semana y luego se culminará la sesión.</i></p>	<p>Indicaciones para la tarea de la semana y se hará el cierre de la sesión.</p>	<p>Ya para ir finalizado la sesión se les pedirá a los jóvenes que para la siguiente semana realicen el cuestionario “mi pareja ideal” (Ver anexo 1.3, página 149) luego se les despedirá y se les animara a asistir a la siguiente sesión.</p>	<p>Página con las preguntas</p>	<p>Que los jóvenes comprender como deben realizar la tarea de la semana.</p>	<p>5 minutos</p>



Segunda Sesión

Fecha: jueves 17 de mayo del 2018

Objetivo General: Transmitir a los jóvenes en qué consiste el ciclo de vida de la pareja y los retos que deben superar en cada fase, además de que reconozcan la influencia que tiene la familia de origen en estas fases.

Competencias a desarrollar: Competencias Teóricas/Cognitivas

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
<i>Establecer el ambiente propicio para dar inicio a la jornada.</i>	Saludo y Bienvenida	Se iniciará la jornada de trabajo con un breve saludo, así como el agradecimiento por su asistencia a la sesión.	Facilitadores	Que los estudiantes muestren actitudes participativas y favorables a las actividades a realizar	5 Minutos
<i>Determinar el grado de comprensión de la temática anterior a través de la retroalimentación.</i>	Retroalimentación y Revisión de Tareas	De forma voluntaria se les solicitará a los jóvenes participantes que compartan su experiencia, dudas y opiniones relacionados con el tema desarrollado la semana anterior, así como con la tarea realizada	Facilitadores	Que los participantes presenten dominio del tema desarrollado la sesión anterior evidenciado a través de sus comentarios y la tarea realizada	15 Minutos
<i>Establecer los conocimientos básicos sobre la temática a desarrollar.</i>	Exposición al ciclo de vida de la pareja.	Se hará una breve explicación de las 3 fases del ciclo de vida de la pareja y los retos y que se superan en cada una de esta fase.	Facilitadores Presentación de Power Point	Que los jóvenes comprendan en que consiste el ciclo de vida de la pareja y porque está compuesta cada una de las fases de este.	15 Minutos

<i>Exponer acerca de la influencia de la familia de origen en la formación y mantención de la pareja.</i>	Exposición de la influencia de la familia de origen en la formación y mantención de la pareja.	Se explicará a los jóvenes como los seres humanos aprendemos el juego familiar a través del aprendizaje vicario y lo reproducen sin siquiera ser conscientes de ello.	Facilitadores Presentación de Power Point	Que los jóvenes conozcan la influencia enorme que tiene la familia de origen en la formación y mantención de la pareja.	15 minutos
<i>Concientizar a los jóvenes sobre los patrones que han aprendido en su familia y que ellos reproducen o podrían llegar a reproducir.</i>	Análisis de los patrones relacionales aprendidos en el hogar	Se explicará de manera ejemplificada y simplificada los diferentes patrones que pueden existir en la pareja, luego se entregará a cada joven una hoja de trabajo (Ver anexo 2.1, página 151) donde habrá preguntas generadoras de concientización en relación al aprendizaje vicario que han asimilado en su comportamiento. Los jóvenes deberán resolver esas preguntas y luego se socializará en el grupo lo que lograron detectar con las preguntas.	Facilitadores Hoja de trabajo	Que los jóvenes reconozcan la influencia que tiene el aprendizaje vicario de los patrones con los cuales se relacionan sus padres para que luego estos puedan decidir si deben modificarlos.	30 Minutos
<i>Realizar la evaluación de la sesión.</i>	Evaluar la sesión con los feedback's de los jóvenes.	Se le brindará a cada joven una papeleta donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión.	Cuestionario de evaluación	Determinar el nivel de eficacia de esta sesión de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejora en las siguientes sesiones.	10 minutos
<i>Finalizar la jornada con una tarea para la semana acorde al tópico trabajado.</i>	Asignación de Tarea: ¿Los patrones que he aprendido en casa pueden beneficiarme en una relación de pareja?	Se procederá la asignación de la tarea, donde se les pedirá a los jóvenes que contesten a la última interrogante que se les entregó en la hoja de trabajo y deberán presentarla resuelta la próxima semana	Facilitadores Hoja de trabajo	Que los jóvenes reflexionen acerca de la utilidad de los patrones que asimilando de forma vicaria, para que se motiven a modificarlos por patrones más adaptativos en una relación de pareja.	5 Minutos



Tercera Sesión

Fecha: jueves 24 de mayo del 2018

Objetivo General: Promover en los jóvenes la evitación de patrones relaciones afectivos que promueven la separación emotiva en las parejas.

Competencias a desarrollar: *Competencias de Intercambio Afectivo (Evitación de Patrones Disfuncionales)*

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
Establecer el ambiente propicio para dar inicio a la jornada.	Saludo y Bienvenida	Se iniciará la jornada de trabajo con un breve saludo, así como el agradecimiento por su asistencia a la sesión.	Facilitadores	Que los estudiantes muestren actitudes participativas y favorables a las actividades a realizar	5 Minutos
Determinar el grado de comprensión de la temática anterior a través de la retroalimentación.	Retroalimentación y Revisión de Tareas	De forma voluntaria se les solicitará a los jóvenes participantes que compartan su experiencia, dudas y opiniones relacionados con el tema desarrollado la semana anterior, así como con la tarea realizada	Facilitadores	Que los participantes presenten dominio del tema desarrollado la sesión anterior evidenciado a través de sus comentarios y la tarea realizada	15 Minutos
Establecer los conocimientos básicos sobre la temática a desarrollar.	Introducción al Intercambio Afectivo en la Pareja	A través de imágenes se presentarán las formas más comunes en las que las parejas intercambia afecto (Ver anexo 3.1, página 153), para luego ser complementado con una explicación de dicha necesidad humana.	Facilitadores Presentación en Power Point Imágenes alusivas al tema	Que los jóvenes comprendan qué son los intercambios afectivos y su importancia dentro de la pareja.	10 Minutos

<i>Desarrollar de forma clara y sencilla los patrones disfuncionales asociados a los intercambios afectivos.</i>	Presentación Expositiva sobre: Ausencia de Reforzamientos, el patrón de devaluación y la competencia por superioridad.	Con el apoyo de un proyector, se realizará una explicación teórica sobre los patrones disfuncionales afectivos con sus respectivos ejemplos ilustrativos.	Facilitadores Presentación en Power Point	Que los asistentes conozcan y logren comprender cuáles son los patrones disfuncionales afectivos dentro de la pareja.	20 Minutos
<i>Concientizar a los jóvenes sobre las consecuencias de los patrones disfuncionales por medio de actividades prácticas.</i>	Teatro Analítico: sobre los patrones afectivos disfuncionales.	Se formarán grupos de cinco estudiantes que conformarán seis equipos en total, a cada grupo de trabajo se le asignará al azar un papel (Ver anexo 3.2, página 154) que puede contener una situación a ser ejemplificada a través de un psicodrama, mientras que el su grupo contraparte deberá resolver las interrogantes que estarán plasmadas en el papel asignado.	Facilitadores Jóvenes Participantes Papeles con Situaciones Ejemplo Papeles con Preguntas	Que los jóvenes asimilen y reflexionen tras la realización de la actividad sobre las causas y consecuencias negativas que tienen en las parejas el establecimiento de patrones disfuncionales afectivos.	25 Minutos
<i>Realizar la evaluación de la sesión.</i>	Evaluar la sesión con los feedback's de los jóvenes.	Se le brindara a cada joven una papeleta donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión.	Cuestionario de evaluación	Determinar el nivel de eficacia de esta sesión de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejora en las siguientes sesiones.	10 minutos
<i>Finalizar la jornada con una tarea para la semana acorde al tópico trabajado.</i>	Asignación de Tarea: ¿Cambiaría el otro si cambio yo primero?	Se procederá la asignación de la tarea, donde se les pedirá a los jóvenes que contesten a la interrogante que se les entregará en una burbuja de pensamiento (Ver anexo 3.3, página 153) y presentarla resuelta la próxima semana	Facilitadores Burbujas para la Asignación de Tareas	Que los jóvenes reflexionen acerca de la posibilidad de generar cambios a través de poner el acento en su propia conducta.	5 Minutos



Cuarta Sesión

Fecha: jueves 31 de mayo del 2018

Objetivo General: Promover en los jóvenes las habilidades para dar y recibir afecto en todas sus formas por medio de técnicas psicológicas con el fin de evitar en los jóvenes las devaluaciones y búsqueda de superioridad en su futura vida conyugal.

Competencias a desarrollar: *Competencias de Intercambio Afectivo (Desarrollo de Habilidades y Patrones Funcionales)*

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
<i>Crea un ambiente ameno y adecuado para dar inicio a la jornada.</i>	Saludo y Bienvenida.	Se iniciará la jornada de trabajo con un breve saludo, así como motivarlos para que tengan una participación activa en la sesión.	Facilitadores	Que los estudiantes muestren una actitud activa y participativa hacia las actividades a realizar en la sesión.	5 Minutos
<i>Realizar una retroalimentación de la sesión anterior con el fin de determinar el grado de comprensión y aprendizaje significativo de los jóvenes</i>	Retroalimentación y Revisión de Tareas	Por medio de la dinámica “el dado” que consiste en pasarse el dado hasta que la música deje de sonar, a la persona que le quede el dado debe mencionar experiencia, dudas y opiniones relacionadas con el tema y tarea desarrollada la semana anterior. Por último, se hará una retroalimentación tratando de obtener provecho a lo mencionado por los jóvenes y lograr un aprendizaje pertinente.	Facilitadores Jóvenes Participantes Dado	Que los participantes presenten dominio del tema desarrollado la sesión anterior evidenciado a través de sus comentarios y la tarea realizada.	10 Minutos

<p><i>Medir los conocimientos de los jóvenes participantes sobre la temática a desarrollar</i></p>	<p>Refuerzos positivos y negativos</p>	<p>Se les pedirá apoyo a 5 jóvenes para la realización de un role playing, la temática principal será que uno de ellos debe hacer algo positivo o gratificante por los demás, por ejemplo, hacerles una tarjeta. Luego, a los demás participantes se les asignará una emoción de cómo deben recibir esa tarjeta, esas emociones podrían ser felicidad, entusiasmo, enojo e indiferencia. Al final, se le preguntará a la persona que dio las tarjetas de ¿a quién le volvería a dar la tarjeta?, posteriormente se les pedirá opiniones a los demás participantes.</p>	<p>Facilitadores Jóvenes Participantes Tarjetas.</p>	<p>Que los jóvenes conozcan la importancia de saber dar y recibir afecto y como esto incide en la pareja.</p>	<p>10 minutos</p>
<p><i>Desarrollar de forma clara y sencilla los patrones funcionales y habilidades asociadas a los intercambios afectivos.</i></p>	<p>Presentación Expositiva sobre: Conocimiento de las necesidades afectivas en la pareja como; dar y recibir afecto, cuidados tiernos y reforzamientos positivos.</p>	<p>Con el apoyo de un proyector, se realizará una explicación teórica sobre las habilidades y patrones funcionales afectivos con sus respectivos ejemplos ilustrativos.</p>	<p>Facilitadores Presentación en Power Point</p>	<p>Que los asistentes conozcan y logren comprender cuáles son los patrones disfuncionales afectivos dentro de la pareja.</p>	<p>30 Minutos</p>
<p><i>Generar en los jóvenes la habilidad de dar y recibir afecto en todas sus formas posibles con el fin de que se vuelva un patrón de</i></p>	<p>Lluvia de afecto.</p>	<p>Se les pedirá a los jóvenes que en un papel escriban solamente su nombre, luego esa hoja se les dará a los facilitadores, los cuales distribuirán las hojas a los demás participantes y darán la siguiente consigna: “En cada uno de los papeles deben escribir cosas</p>	<p>Facilitadores Jóvenes Participantes Páginas de papel bond.</p>	<p>Que los jóvenes asimilen y reflexionen tras la realización de la actividad sobre las diversas formas que existen para dar y recibir afecto y de esta forma no centrarse</p>	<p>20 Minutos</p>

<i>conducta en sus vidas y se repitan en el futuro.</i>		positivas o gratificantes que su compañero ha hecho por ustedes o hace por los demás”. Al final todos deben escribir algo en la hoja de sus compañeros, las cuales serán devueltas a sus dueños. Posteriormente se pedirá que voluntariamente lean lo que escribieron en sus páginas y se hará la respectiva reflexión		simplemente en lo negativo.	
Realizar la evaluación de la sesión.	Evaluar la sesión con los feedback’s de los jóvenes.	Se le brindara a cada joven una papeleta donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión. (Ver anexo 1.2, página 148).	Cuestionario de evaluación	Determinar el nivel de eficacia de esta sesión de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejora en las siguientes sesiones.	10 minutos
Finalizar la sesión con una tarea para la semana relacionada con lo tratado durante la sesión	Asignación de Tarea: “Washar a mi compañero/a haciendo algo agradable”.	Se procederá la asignación de la tarea, donde por medio de una rifa se le asignará a otro participante que debes escribir en una hoja de trabajo (Ver Anexo 4.1, página 156) 10 actitudes positivas o situaciones gratificantes que la persona que le toco ha hecho por ella o que ha hecho por otra persona y ella lo ha observado.	Facilitadores Hojas de trabajo	Que los jóvenes se centren y observen los aspectos positivos de las demás personas, ya sean estas actitudes comportamientos, acciones, etc.	5 Minutos



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO PARA EL
DESARROLLO DE COMPETENCIAS PARA LA
FUTURA VIDA CONYUGAL

Quinta Sesión

Fecha: jueves 07 de junio del 2018

Objetivo General: Señalar las formas disfuncionales que tienen las parejas para irrespetar su propia individualidad y la del otro.

Competencias a desarrollar: *Competencias de Respeto a la Individualidad (Evitación de Patrones Disfuncionales)*

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
<i>Establecer el ambiente propicio para dar inicio a la jornada.</i>	Saludo y Bienvenida	Se iniciará la jornada de trabajo con un breve saludo, así como el agradecimiento por su asistencia a la sesión.	Facilitadores	Que los estudiantes muestren actitudes participativas y favorables a las actividades a realizar	5 Minutos
<i>Determinar el grado de comprensión de la temática anterior a través de la retroalimentación.</i>	Retroalimentación y Revisión de Tareas	De forma voluntaria se les solicitará a los jóvenes participantes que compartan su experiencia, dudas y opiniones relacionados con el tema desarrollado la semana anterior, así como con la tarea realizada	Facilitadores	Que los participantes presenten dominio del tema desarrollado la sesión anterior evidenciado a través de sus comentarios y la tarea realizada	15 Minutos
<i>Establecer los conocimientos básicos sobre la temática a desarrollar.</i>	Introducción al Concepto de Individualidad	A través de una imagen (Ver anexo 5.1, página 158) se presentará el concepto de individualidad y como este puede volverse funcional o disfuncional	Facilitadores Presentación en Power Point Imagen alusivas al tema	Que los jóvenes comprendan y demuestren a través de sus comentarios la importancia de la individualidad	15 Minutos

<p><i>Concientizar a los jóvenes sobre los patrones disfuncionales sobre el respeto a la individualidad por medio de estrategias reflexivas</i></p>	<p>Presentación Expositiva sobre: el patrón de control, los celos, el aislamiento y el patrón de fusión excesiva</p>	<p>A través de una presentación de Power Point, se procederá a explicar cada uno de los patrones relacionales en la pareja, para luego presentar materiales audiovisuales como canciones y clips de video donde se encuentren ejemplos cotidianos de dichos patrones, para que los jóvenes por si mismos analicen y elaboren reflexiones y conclusiones sobre la razón de su disfuncionalidad.</p>	<p>Presentación en Power Point Canciones en español (Ver anexo 5.2, página 159) Clips de video Imágenes de ejemplo</p>	<p>Que los jóvenes asimilen y reflexionen durante la realización de la actividad sobre la cotidianidad del establecimiento de patrones disfuncionales en las relaciones de pareja y como el medio las promueve.</p>	<p>40 Minutos</p>
<p><i>Realizar la evaluación de la sesión.</i></p>	<p>Evaluar la sesión con los feedback's de los jóvenes.</p>	<p>Se le brindara a cada joven una papeleta donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión.</p>	<p>Cuestionario de evaluación</p>	<p>Determinar el nivel de eficacia de esta sesión de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejora en las siguientes sesiones.</p>	<p>10 minutos</p>
<p><i>Finalizar la jornada con una tarea para la semana acorde al tópico trabajado.</i></p>	<p>Asignación de Tarea: ¿Qué tan común es el irrespeto a la individualidad?</p>	<p>Se procederá la asignación de la tarea, donde se les pedirá a los jóvenes que durante la semana observen su realidad y describan a través de cualquier forma, un ejemplo del irrespeto a la individualidad en la pareja.</p>	<p>Facilitadores</p>	<p>Que los jóvenes a través de la reflexionen sobre su propia realidad puedan arriben a sus propias conclusiones sobre el irrespeto en la pareja</p>	<p>5 Minutos</p>



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO PARA EL
DESARROLLO DE COMPETENCIAS PARA LA
FUTURA VIDA CONYUGAL

Sexta Sesión

Fecha: jueves 14 de junio del 2018

Objetivo General: Promover en lo jóvenes bachilleres la búsqueda de su propia individualidad y el respeto a la de su pareja.

Competencias a desarrollar: *Competencias de Respeto a la Individualidad (Desarrollo de Patrones Funcionales)*

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
<i>Establecer el ambiente propicio para dar inicio a la jornada.</i>	Saludo y Bienvenida	Se iniciará la jornada de trabajo con un breve saludo, así como el agradecimiento por su asistencia a la sesión.	Facilitadores	Que los estudiantes muestren actitudes participativas y favorables a las actividades a realizar	5 Minutos
<i>Determinar el grado de comprensión de la temática anterior a través de la retroalimentación.</i>	Retroalimentación y Revisión de Tareas	De forma voluntaria se les solicitará a los jóvenes participantes que compartan su experiencia, dudas y opiniones relacionados con el tema desarrollado la semana anterior, así como con la tarea realizada	Facilitadores	Que los participantes presenten dominio del tema desarrollado la sesión anterior evidenciado a través de sus comentarios y la tarea realizada	15 Minutos
<i>Establecer los conocimientos básicos sobre la temática a desarrollar.</i>	Introducción a los conceptos de respeto a las diferencias y la búsqueda del propio crecimiento personal	Partiendo de una lluvia de ideas y con el apoyo de una presentación de Power Point se desarrollará una explicación de los conceptos clave de respeto a las diferencias y la búsqueda del propio crecimiento personal	Facilitadores Presentación en Power Point	Que los jóvenes presten atención a los conceptos presentados y que elaboren preguntas al respecto.	15 Minutos

<p><i>Conducir a la reflexión a los estudiantes sobre la forma y la importancia de la construcción de patrones funcionales que respeten a la individualidad</i></p>	<p>Técnica Grupal: Una pareja no es una cárcel</p> <p>Técnica Individual: Mis Metas en la Pareja</p>	<p>Se realizarán dos actividades participativas para promover los patrones funcionales, la primera de tipo grupal consiste en presentar un papelógrafo en la que en conjunto con todo el grupo se elaborarán frases que ilustren el respeto a la individualidad del otro como no celarse o no quererse cambiar y luego de explicarse y debatirse se plasmará por escrito.</p> <p>La segunda actividad, consiste en entregarle una hoja de trabajo (Ver anexo 6.1, página 161) en el que elaborarán mínimo cinco metas personales que deben perseguirse para su propia realización.</p>	<p>Presentación en Power Point</p> <p>Papelógrafo</p> <p>Hojas de Trabajo</p>	<p>Que los jóvenes de forma grupal como individual logren diferenciar el tipo de patrones necesarios para tener una relación de pareja saludable y que puedan señalar conductas específicas desarrollar patrones funcionales.</p>	<p>40 Minutos</p>
<p><i>Realizar la evaluación de la sesión.</i></p>	<p>Evaluar la sesión con los feedback's de los jóvenes.</p>	<p>Se le brindara a cada joven una papeleta donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión.</p>	<p>Cuestionario de evaluación</p>	<p>Determinar el nivel de eficacia de esta sesión de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejora en las siguientes sesiones.</p>	<p>10 minutos</p>
<p><i>Finalizar la jornada con una tarea para la semana acorde al tópico trabajado.</i></p>	<p>Asignación de Tarea: Un estado Positivo</p>	<p>Se les solicitará a los jóvenes la elaboración de una publicación personal y creativa en redes sociales relacionado al tema del respeto a la individualidad</p>	<p>Cuenta en Redes Sociales</p> <p>Celular</p>	<p>Que los jóvenes puedan con libertad elaborar una reflexión sobre la individualidad en la pareja y transmitirlo hacia sus contactos</p>	<p>5 Minutos</p>



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO PARA EL
DESARROLLO DE COMPETENCIAS PARA LA
FUTURA VIDA CONYUGAL

Séptima Sesión

Fecha: jueves 21 de junio del 2018

Objetivo General: Orientar a los jóvenes a través de técnicas psicológicas a regular sus propias emociones con el fin de potenciar la comprensión y validación de las emociones de la pareja.

Competencias a desarrollar: *Competencias de Resolución de Conflictos.*

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
Crear un ambiente adecuado para dar inicio a la jornada.	Saludo y bienvenida.	Se iniciará la jornada de trabajo con un breve saludo, así como motivarlos para que tengan una participación activa en la sesión.	Facilitadores	Que los estudiantes muestren una actitud activa y participativa hacia las actividades a realizar en la sesión.	5 Minutos
Determinar el grado de comprensión y aprendizaje significativo de los jóvenes por medio de una retroalimentación de la sesión anterior	Retroalimentación y Revisión de Tareas	De manera voluntaria se les solicitará a los jóvenes que comenten su experiencia, dudas y opiniones relacionadas con el tema y tarea desarrollada la semana anterior. Por último, se hará una retroalimentación tratando de obtener provecho a lo mencionado por los jóvenes y lograr un aprendizaje pertinente.	Facilitadores Jóvenes Participantes	Que los participantes presenten dominio del tema desarrollado la sesión anterior a través de sus comentarios y la tarea realizada.	10 Minutos

<p><i>Valorar los conocimientos de los jóvenes participantes sobre la temática a desarrollar</i></p>	<p>Video sobre el manejo de las emociones</p>	<p>Se proyectará un video relacionado con la temática, al final de este se harán preguntas a los jóvenes participantes sobre lo visto en el video y se les pedirá que pongan ejemplos según su experiencia.</p>	<p>Facilitadores Jóvenes Participantes Video</p>	<p>Que los jóvenes comenten sus propias experiencias relacionadas con el tema a discutir en la sesión.</p>	<p>10 minutos</p>
<p><i>Desarrollar de forma clara y participativa las competencias de Resolución de Conflictos específicamente el control emocional</i></p>	<p>Presentación Expositiva sobre: Control estimular</p>	<p>Con el apoyo de un proyector, se realizará una explicación teórica y participativa sobre las competencias de Resolución de Conflictos específicamente el control emocional.</p>	<p>Facilitadores Presentación en Power Point</p>	<p>Que los jóvenes participantes conozcan y logren comprender la importancia del manejo de las emociones y como esto trasciende en la vida de la pareja.</p>	<p>30 Minutos</p>
<p><i>Generar en los jóvenes la habilidad de reconocer y comprender las emociones propias y las de su pareja por medio de estrategias de control estimular.</i></p>	<p>Control estimular: Time Out.</p>	<p>En primer lugar, los facilitadores por medio del modelado, deberán explicar y realizar la estrategia de Time Out, con el fin de que los jóvenes comprendan de qué forma debe realizarse y además se con la ayuda del proyector se dará una explicación detallada del proceso de la estrategia con el fin de que no quede ninguna duda.</p> <p>En segundo lugar, se dividirá a los jóvenes en grupo de 5, para que por medio de psicodrama y</p>	<p>Facilitadores Jóvenes Participantes Papeles con situaciones.</p>	<p>Que los jóvenes sean conscientes de la importancia de regular las emociones y de comprender y validar las emociones de la pareja.</p>	<p>20 Minutos</p>

		<p>situaciones ya establecidas, se pondrá en práctica la estrategia anteriormente enseñada.</p> <p>Finalmente, los facilitadores y los estudiantes deberán hacer la reflexión sobre la estrategia y en que situaciones es adecuada ponerse en práctica.</p>			
Realizar la evaluación de la sesión.	Evaluar la sesión con los feedback's de los jóvenes.	Se le brindará a cada joven una papeleta donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión. (Ver anexo 1.2, página 148).	Cuestionario de evaluación	Determinar el nivel de eficacia de esta sesión de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejora en las siguientes sesiones.	10 minutos
Finalizar la sesión con una tarea para la semana relacionada con lo tratado durante la sesión	Asignación de Tarea: ¿Cómo me siento?	Se procederá la asignación de la tarea, donde por medio de una hoja de registro (ver anexo 7.1, página 163) cada uno de los participantes deberá registrar las situaciones que le generan emociones negativas, cuáles son sus consecuencias y que alternativas de solución podría darles.	Facilitadores Hojas de registro.	Que los jóvenes se den cuenta de las diversas situaciones que les generan emociones negativas y las posibles alternativas de solución que podrían tener para solventarlas	5 Minutos



Octava Sesión

Fecha: jueves 28 de junio del 2018

Objetivo General: Potenciar en los jóvenes las habilidades de comunicación por medio de técnicas psicológicas con el objetivo de que incorporen a sus repertorios comportamentales una serie de habilidades como saber escuchar, expresar sentimiento, etc., para que puedan emitir y recibir mensajes adecuadamente.

Competencias a desarrollar: *Competencias de Resolución de Conflictos (habilidades de comunicación).*

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
Crear un ambiente adecuado para dar inicio a la jornada.	Saludo y bienvenida.	Se iniciará la jornada de trabajo con un breve saludo, así como motivarlos para que tengan una participación activa en la sesión.	Facilitadores	Que los estudiantes muestren una actitud activa y participativa hacia las actividades a realizar en la sesión.	5 Minutos
Realizar una retroalimentación de la sesión anterior con el fin de determinar el grado de comprensión y aprendizaje significativo de los jóvenes	Retroalimentación y Revisión de Tareas	De manera voluntaria se les solicitará a los jóvenes que comenten su experiencia, dudas y opiniones relacionadas con el tema y tarea desarrollada la semana anterior. Por último, se hará una retroalimentación tratando de obtener provecho a lo mencionado por los jóvenes y lograr un aprendizaje pertinente.	Facilitadores Jóvenes Participantes	Que los participantes presenten dominio del tema desarrollado la sesión anterior a través de sus comentarios y la tarea realizada.	10 Minutos

Valorar los conocimientos de los jóvenes participantes sobre la temática a desarrollar.	Dialogo sobre el uso inadecuado del lenguaje.	Los facilitadores realizarán un pequeño role playing (Ver anexo 8.1, página 165) en el cual se ve vera el uso inadecuado del lenguaje, al final de este se harán preguntas a los jóvenes participantes sobre lo visto y se les pedirá que pongas ejemplos según su experiencia.	Facilitadores Jóvenes Participantes	Que los jóvenes comenten sus propias experiencias relacionadas con el tema a discutir en la sesión.	10 minutos
Desarrollar de forma clara y participativa las Competencias de Resolución de Conflictos (habilidades de comunicación).	Presentación Expositiva sobre: estilos de comunicación y habilidades conversacionales	Con el apoyo de un proyector, se realizará una explicación teórica y participativa sobre las competencias de Resolución de Conflictos específicamente las habilidades comunicación.	Facilitadores Presentación en Power Point	Que los jóvenes participantes aprendan los estilos de comunicación y sobre los elementos básicos de la conversación dentro de la pareja.	30 Minutos
Crear en los jóvenes las habilidades conversacionales por medio de la dramatización de situaciones donde se presenten los diversos estilos de comunicación.	Uso de habilidades conversacionales.	En primer lugar se les presentarán dos videos, en uno se verá una interacción conversacional inadecuada y en el otro se verá una interacción conversacional adecuada. Posterior al video los jóvenes deberán dar su opinión sobre lo visto, las diferencias entre los videos y que identifiquen las habilidades conversacionales utilizadas. En segundo lugar, se dividirá a los jóvenes en grupo de 5, para que por medio de un psicodrama y	Facilitadores Jóvenes Participantes Papeles con situaciones.	Que los jóvenes sean aprendan a utilizar los elementos necesarios para dar y recibir mensajes en una conversación.	20 Minutos

		<p>situaciones ya establecidas, se pongan en práctica las diversas habilidades conversacionales anteriormente estudiadas por ejemplo saber escuchar, expresar sentimiento, etc.</p> <p>Finalmente, los facilitadores y los estudiantes, de manera voluntaria deberán hacer la reflexión sobre la actividad.</p>			
<i>Realizar la evaluación de la sesión.</i>	<p>Evaluar la sesión con los feedback's de los jóvenes.</p>	<p>Se le brindara a cada joven una papeleta donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión. (Ver anexo 1.2, página 148).</p>	<p>Cuestionario de evaluación</p>	<p>Determinar el nivel de eficacia de esta sesión de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejora en las siguientes sesiones.</p>	<p>10 minutos</p>
<i>Finalizar la sesión con una tarea para la semana relacionada con lo tratado durante la sesión</i>	<p>Asignación de Tarea: Conversaciones adecuadas.</p>	<p>Se procederá la asignación de la tarea, donde por medio de una hoja de trabajo (ver anexo 8.2, página 166) en la cual se les presentará un problema ya establecido entre una pareja, lo que los jóvenes deben de hacer es crear un dialogo en el que busquen una solución y se haga uso de las habilidades conversacionales.</p>	<p>Facilitadores Hojas de registro.</p>	<p>Que los jóvenes sean conscientes que las habilidades de comunicación son eficientes al momento de solucionar conflictos entre la pareja.</p>	<p>5 Minutos</p>



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO PARA EL
DESARROLLO DE COMPETENCIAS PARA LA
FUTURA VIDA CONYUGAL

Novena Sesión

Fecha: jueves 05 de julio del 2018

Objetivo General: Lograr que los jóvenes reconozcan la forma en que se manifiestan los patrones disfuncionales relacionados con la intimidad en la pareja.

Competencias a desarrollar: Competencias de Intimidad (Evitación de Patrones Disfuncionales)

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
<i>Establecer el ambiente propicio para dar inicio a la jornada.</i>	Saludo y Bienvenida	Se iniciará la jornada de trabajo con un breve saludo, así como el agradecimiento por su asistencia a la sesión.	Facilitadores	Que los estudiantes muestren actitudes participativas y favorables a las actividades a realizar	5 Minutos
<i>Determinar el grado de comprensión de la temática anterior a través de la retroalimentación.</i>	Retroalimentación y Revisión de Tareas	De forma voluntaria se les solicitará a los jóvenes participantes que compartan su experiencia, dudas y opiniones relacionados con el tema desarrollado la semana anterior, así como con la tarea realizada	Facilitadores	Que los participantes presenten dominio del tema desarrollado la sesión anterior evidenciado a través de sus comentarios y la tarea realizada	15 Minutos
<i>Establecer los conocimientos básicos sobre la temática a desarrollar.</i>	Introducción al Concepto de Intimidad	A través de una imagen se presentará el concepto de intimidad y cómo este se relaciona de manera funcional como disfuncional en la pareja.	Facilitadores Presentación en Power Point Imagen alusivas al tema	Que los jóvenes comprendan y demuestren a través de sus comentarios la importancia de la intimidad	15 Minutos

<i>Concientizar a los jóvenes sobre los patrones disfuncionales sobre el respeto a la individualidad por medio de estrategias reflexivas</i>	Presentación Expositiva sobre: el patrón de evitación de intimidad y el patrón de idealización irrealista	A través de una presentación audiovisual se desarrollarán con ejemplos concretos los patrones de evitación de intimidad y de idealización en las relaciones de pareja.	Presentación en Power Point Clips de video Imágenes ilustrativas	Que los jóvenes asimilen y reflexionen durante la realización de la actividad sobre las causas y consecuencias que tiene el establecimiento de estos patrones en la pareja	15 Minutos
<i>Enfatizar las formas comunes en las que en la realidad de las parejas se desarrollan patrones disfuncionales de intimidad</i>	Role playing de Intimidad Disfuncional	Se dividirá a los asistentes en 6 grupos, a los cuales se le entregará al azar frases simples que ilustran los patrones expuestos (Ver anexo 9.1, página 168), para que los estudiantes por sí mismos elaboren representaciones actuadas con su respectiva explicación para el resto de grupos.	Papeles con frases ilustrativas	Que los jóvenes sean capaces de elaborar ejemplos, análisis y reflexiones sobre las formas en las que se establecen los patrones disfuncionales de intimidad.	25 Minutos
<i>Realizar la evaluación de la sesión.</i>	Evaluar la sesión con los feedback's de los jóvenes.	Se le brindará a cada joven una papeleta donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión.	Cuestionario de evaluación	Determinar el nivel de eficacia de esta sesión de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejora en las siguientes sesiones.	10 minutos
<i>Finalizar la jornada con una tarea para la semana acorde al tópico trabajado.</i>	Asignación de Tarea: Idealización en los medios de comunicación.	Al finalizar la jornada se les solicitará a los jóvenes que traigan bajo cualquier forma posible un ejemplo de idealización irrealista expuesto en música, películas, anécdotas, imágenes, etc.	Facilitadores	Que los jóvenes a través de la reflexión sobre su propia realidad puedan arribar a sus propias conclusiones sobre el irrespeto en la pareja	5 Minutos



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO PARA EL
DESARROLLO DE COMPETENCIAS PARA LA
FUTURA VIDA CONYUGAL

Decima Sesión

Fecha: jueves 12 de julio del 2018

Objetivo General: Generar en los jóvenes los conocimientos como se crea la intimidad y proponer estrategias para desarrollarla en la pareja.

Competencias a desarrollar: Competencias de Intimidad (Desarrollo de Habilidades y Patrones Funcionales)

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
<i>Establecer el ambiente propicio para dar inicio a la jornada.</i>	Saludo y Bienvenida	Se iniciará la jornada de trabajo con un breve saludo, así como el agradecimiento por su asistencia a la sesión.	Facilitadores	Que los estudiantes muestren actitudes participativas y favorables a las actividades a realizar	5 Minutos
<i>Determinar el grado de comprensión de la temática anterior a través de la retroalimentación.</i>	Retroalimentación y Revisión de Tareas	De forma voluntaria se les solicitará a los jóvenes participantes que compartan su experiencia, dudas y opiniones relacionados con el tema desarrollado la semana anterior, así como con la tarea realizada	Facilitadores	Que los participantes presenten dominio del tema desarrollado la sesión anterior evidenciado a través de sus comentarios y la tarea realizada	15 Minutos
<i>Establecer los conocimientos básicos sobre la temática a desarrollar.</i>	Introducción a teóricos que permiten el desarrollo o estancamiento de la	Por medio de una presentación se presentará un mapa de conceptos (ver anexos 10.1, página 170) que será la base para explicar los elementos que permiten o dificultan establecer la intimidad en la pareja, posteriormente se darán algunas	Presentación en Power Point Mapa de Conceptos Clips de Video	Que los jóvenes asimilen y reflexionen sobre cómo se desarrollar la intimidad aportando comentarios y formulando preguntas	15 Minutos

	intimidad en la pareja	recomendaciones para mejorar en dichos elementos y conducir a la intimidad en la pareja.		acordes al tema de discusión	
<i>Desarrollar de forma clara y sencilla los patrones disfuncionales asociados a los intercambios afectivos.</i>	Técnica Individual: ¿Me conozco? Técnica Grupal: ¿Me atrevo a conocer y dejar conocerme?	La actividad central se realiza en dos momentos, en el primero de forma individual se le entrega a cada participante una hoja de trabajo (Ver anexo 10.2, página 170) con tres preguntas que deberá contestar sobre sí mismo, tras reflexionar se pasará a la segunda parte de la actividad donde deberá buscar a otro participante y realizarle una de las tres preguntas, escucharle con atención y luego intercambiar roles. Luego se repetirá entre otros participantes tres veces más.	Hoja de trabajo	Que los jóvenes sean capaces de formularse respuestas que demuestren su propio autoconocimiento, y que además sean capaces de compartirlo con alguien y a su vez escuchar, valorar y recordar la información que otros le han confiado.	25 Minutos
<i>Realizar la evaluación de la sesión.</i>	Evaluar la sesión con los feedback's de los jóvenes.	Se le brindara a cada joven una papeleta donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión.	Cuestionario de evaluación	Determinar el nivel de eficacia de esta sesión de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejora en las siguientes sesiones.	10 minutos
<i>Finalizar la jornada con una tarea para la semana acorde al tópico trabajado.</i>	Asignación de Tarea: ¿Intimidad y Sexo es lo mismo?	Para finalizar la jornada se les pedirá que en una hoja de papel bond reflexionen con base a lo visto durante la jornada y respondan la interrogante.	Hojas de Papel Bond	Que los jóvenes sean capaces de diferenciar conceptos y arribar a la a la importancia de la sexualidad con intimidad.	5 Minutos



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO PARA EL
DESARROLLO DE COMPETENCIAS PARA LA
FUTURA VIDA CONYUGAL

Onceava Sesión

Fecha: jueves 19 de julio del 2018

Objetivo General: Transmitir a los jóvenes la importancia de construir una vida sexual placentera con la pareja sin reducir solo a esto la relación.

Competencias a desarrollar: Competencias de Sexualidad (*Placer e Intimidad*)

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
<i>Establecer el ambiente propicio para dar inicio a la jornada.</i>	Saludo y Bienvenida	Se iniciará la jornada de trabajo con un breve saludo, así como el agradecimiento por su asistencia a la sesión.	Facilitadores	Que los estudiantes muestren actitudes participativas y favorables a las actividades a realizar	5 Minutos
<i>Determinar el grado de comprensión de la temática anterior a través de la retroalimentación.</i>	Retroalimentación y Revisión de Tareas	De forma voluntaria se les solicitará a los jóvenes participantes que compartan su experiencia, dudas y opiniones relacionados con el tema desarrollado la semana anterior, así como con la tarea realizada	Facilitadores	Que los participantes presenten dominio del tema desarrollado la sesión anterior evidenciado a través de sus comentarios y la tarea realizada	15 Minutos
<i>Establecer los conocimientos básicos sobre la temática a desarrollar.</i>	Exposición de Conceptos claves de Sexualidad Humana	Por medio de una Presentación de Power Point se presentarán los conceptos y términos necesarios para comprender la sexualidad humana. Tales como el embarazo, los órganos	Presentación de Power Point	Que los jóvenes asimilen y se mueren interesados en la temática evidenciado a través de sus comentarios e interrogantes formuladas.	15 Minutos

		reproductores, el placer, el compromiso y la intimidad.			
<i>Aclarar dudas e inquietudes sobre sexualidad humana y sexualidad e intimidad en la pareja.</i>	Foro de Preguntas y Respuestas sobre Sexualidad	Se les entregará a los jóvenes un trozo de papel, donde se les solicitará que coloquen de forma anónima una pregunta sobre sexualidad en la pareja y que la depositen en la <i>Caja Mágica</i> . Una vez recogidos todas las interrogantes, se sacará al azar una de ellas, se le dará lectura y se le solicitará respuesta al pleno, luego de escuchar a los jóvenes se reforzará la respuesta por parte de los facilitadores.	Páginas de Papel Bond Caja Mágica	Que los jóvenes demuestren su conocimiento sobre el tema y que mueren apertura e interés a aprender sobre aspectos de sexualidad en la pareja que desconocen.	25 Minutos
<i>Definir el curso de la sexualidad en la vida de pareja, así como el rol que la intimidad puede tener en ella.</i>	Lectura y Reflexión sobre Sexualidad e Intimidad en la Pareja	Tomando de referencia el capítulo 7 del Autor C. Sánchez, se le entregará a cada joven una copia de dicho capítulo, se dividirán en tres grupos y con la ayuda del facilitador le darán lectura y reflexionarán sobre la misma.	Material de Lectura	Que los jóvenes tomen conciencia sobre el placer derivado de la sexualidad, su curso, sus consecuencias y el papel de la intimidad.	15 Minutos
<i>Realizar la evaluación de la sesión.</i>	Evaluar la sesión con los feedback's de los jóvenes.	Se le brindará a cada joven una papeleta donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión.	Cuestionario de evaluación	Determinar el nivel de eficacia de esta sesión de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejora en las siguientes sesiones.	10 minutos
<i>Finalizar la jornada con una tarea para la semana acorde al tópico trabajado.</i>	Tareas: Construcción Personal de Caricias	Con el apoyo del material de lectura y la reflexión, en una página de papel bond construirán su propia escala de caricias en la pareja.	Páginas de Papel Bond Material de Lectura	Que los jóvenes reflexionen y sean capaces de establecer con convicción el curso de la sexualidad en sus vidas de pareja futuras.	5 Minutos



Doceava Sesión

Fecha: jueves 26 de julio del 2018

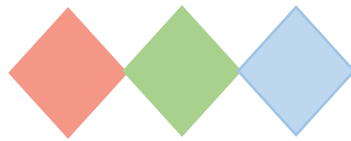
Objetivo General: Determinar el nivel eficacia del programa en la medida en que los jóvenes hayan modificado su percepción en relación a las competencias para la vida conyugal.

OBJETIVO	TÉCNICA / ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TIEMPO
<i>Crear un ambiente adecuado para dar inicio a la jornada.</i>	Saludo y bienvenida	Se iniciará la jornada de trabajo con un breve saludo, así como motivarlos para que tengan una participación activa en la sesión.	Facilitadores	Que los estudiantes muestren una actitud activa y participativa hacia las actividades a realizar en la sesión.	5 Minutos
<i>Realizar una retroalimentación de la sesión anterior con el fin de determinar el grado de comprensión y aprendizaje significativo de los jóvenes</i>	Retroalimentación y Revisión de Tareas	De manera voluntaria se les solicitará a los jóvenes que comenten su experiencia, dudas y opiniones relacionadas con el tema y tarea desarrollada la semana anterior. Por último, se hará una retroalimentación tratando de obtener provecho a lo mencionado por los jóvenes y lograr un aprendizaje pertinente.	Facilitadores Jóvenes Participantes	Que los participantes presenten dominio del tema desarrollado la sesión anterior a través de sus comentarios y la tarea realizada.	10 Minutos
<i>Identificar las competencias conyugales generadas en los</i>	Aplicación de prueba post test	Se entregará a cada joven una prueba y se darán la indicaciones para que inicien a responderlas, posteriormente se devolverán las pruebas a los	Pruebas post test Jóvenes Participantes	Evaluar los conocimientos de los jóvenes en relación a las competencias para	10 minutos

<i>jóvenes debido a la participación en el programa.</i>		psicólogos para que estas puedan ser analizadas.		la vida conyugal al momento de finalizar el programa.	
<i>Determinar el conocimiento de los jóvenes en cuanto a los diferentes patrones que pueden establecerse en las parejas por medio de la visualización de un video.</i>	Presentación de un video.	Con el apoyo de un proyector, se presentará un video en el cual se evidenciará las diferentes etapas en la vida de la pareja y algunos patrones dentro de la misma. Posteriormente, de manera voluntaria y participativa se les pedirá a los jóvenes que se den su opinión de forma crítica sobre el conjunto de patrones funcionales y disfuncionales que ha creado la pareja.	Facilitadores Video Jóvenes Participantes	Que los jóvenes sean capaces de identificar el ciclo de vida de la pareja, así como los diferentes patrones funcionales y disfuncionales que pueden llegar a formarse.	15 minutos
<i>Realizar una retroalimentación general del programa con el fin de determinar el grado de comprensión y aprendizaje significativo de los jóvenes</i>	Retroalimentación: Juego del tablero.	En primer lugar, se diseñará dentro del salón de clases un tablero que estará elaborado por páginas de papel bond en el suelo (Ver anexo 12.1, página 172). Cada casilla del tablero tendrá una penitencia, premio o pregunta. Específicamente las preguntas estarán relacionadas con las diferentes temáticas que se abordaron en el programa. Una vez los jóvenes conozcan en que consiste el juego, se dividirán en grupo de 5, el objetivo es terminar el tablero y llegar hasta la meta. Cada grupo tendrá la oportunidad de lanzar el dado e ir avanzando por el tablero. El	Hojas de papel bond para hacer el tablero. Preguntas y penitencias. Dado	Que los jóvenes sean capaces de recordar y responder a las preguntas de lo tratado en el programa por medio de la actividad.	20 minutos

		<p>objetivo primordial es que los jóvenes respondan a las preguntas sobre lo tratado en el programa de una forma dinámica y participativa.</p> <p>Finalmente, los facilitadores y los estudiantes deberán hacer la reflexión sobre la actividad.</p>			
<i>Entregar diplomas de participación los jóvenes</i>	Entrega de diplomas	Se hará una entrega de diplomas (Ver anexo 12.2, ver página 173) a los jóvenes bachilleres por su participación dentro del programa	Facilitadores Jóvenes participantes Diplomas		15 minutos
<i>Realizar la evaluación del programa</i>	Cierre y evaluación del programa.	Se le brindara a cada joven una papeleta (ver anexo 12.3, página 174) donde deberán responder preguntas con escala tipo Likert para determinar la eficacia de esta sesión.	Cuestionario de evaluación	Determinar el nivel de eficacia e importancia del programa de acuerdo a la opinión de los participantes para evaluar posibles áreas de mejorar.	5 minutos

ANEXO PLANES OPERATIVOS



Anexos

Primera Sesión

ANEXO 1.1: Evaluación de Conocimientos Previos

¿Por qué buscamos pareja?

¿Qué es una pareja?

ANEXO 1.2: Propuestas de Evaluación de la Sesión

¿Qué aprendiste hoy? _____

¿Cómo calificarías la sesión en general?



Me encanta



Me gusta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Por qué? _____

Evaluación de la Sesión: _____

Objetivo: Evaluar la efectividad de cada una de las sesiones y a la vez que se conocen posibles áreas de mejora para las siguientes sesiones.

Indicaciones: Marque la casilla con el #5 para calificar excelente, Marque 4 para muy bueno, marque 3 para bueno, Marque 2 malo, y 1 para muy malo.

Criterio de evaluación	Ponderación				
¿Considera que se ha cumplido el objetivo de la sesión?	1	2	3	4	5
Los psicólogos comunicaron claramente las ideas y conceptos (Exposición, lenguaje apropiado, orden de ideas, etc.)					
Daniel Villanueva:	1	2	3	4	5
Dennis González:	1	2	3	4	5
Elizabeth Peña:	1	2	3	4	5
He adquirido nuevo conocimiento en esta sesión	1	2	3	4	5
Los métodos de enseñanza utilizados en la jornada (exposiciones, discusiones, dinámicas de grupos, demostraciones, etc.) fueron:	1	2	3	4	5
La utilización de los medios audiovisuales fue:	1	2	3	4	5

Comentarios y/o recomendaciones: _____

Mi pareja ideal

1. ¿Cómo me gustaría que iniciará una relación de noviazgo?

2. ¿Cómo quiero que sea mi pareja ideal?

3. ¿Qué estoy dispuesto a hacer para que una relación funcione?

Anexos

Segunda Sesión

¿De qué forma se relacionaban tus papás?

¿Con quién te identificas más?

¿Qué formas de pensar, sentir y actuar haz heredado de ellos?

Tarea: Si repitieras exactamente la relación de tus padres ¿Cómo sería tu pareja?

Anexos Tercera

Sesión

ANEXO 3.1: Imagen sobre Intercambios Afectivos



ANEXO 3.3: Nubes Preguntonas



ANEXO 3.2: Situaciones Ejemplo

Patrón de Devaluación
Donaldo y Dina tienen una forma de llevarse un poco extraña, ya que cada vez que pueden se hacen sentir mal, por ejemplo ayer que Dina andaba muy arreglada, Donaldo le dijo que si ya se iba con a visitar a su familia al circo de payasos...

Patrón de Competencia por la Superioridad
Camilo y Celia, siempre están compitiendo por ganar más dinero, solo para luego echárselo en cara al otro, una vez hasta Celia le dijo que Camilo no era más que un gusano aprovechado cuando quiso usar el carro...

Patrón de Devaluación
¿Por qué se comportan así?
¿Qué ganan con hacerlo?
¿Tiene algo que ver con su historia de vida?

Patrón de Competencia por la Superioridad
¿Por qué se comportan así?
¿Qué ganan con hacerlo?
¿Tiene algo que ver con su historia de vida?
¿Puede ser el Patrón de Competencia algo Positivo?

Ausencia de Reforzamientos
Rebeca y Ramiro casi nunca se dicen ni hacen cosas tiernas entre ellos, se consideran a sí mismos como "Simples", como el día que Ramiro le preparo un regalo por su cumpleaños que solo se lo entregó así sin más... Y Rebeca por su parte no pudo decir gracias...

Patrón de Devaluación
¿Por qué se comportan así?
¿Qué ganan con hacerlo?
¿Tiene algo que ver con su historia de vida?
¿Crees que les gusta ser simples?

Anexos

Cuarta Sesión

ANEXO 4.1: Hoja de Trabajo

Tarea: "Washar a mí compañero/a haciendo algo agradable".

Indicaciones: Debes de observar al compañero/a que te fue asignado por medio de la rifa y anotar 10 actitudes positivas o situaciones gratificantes que esa persona ha hecho por ti o que haga por otra persona y debes de anotarlas la hoja de trabajo.

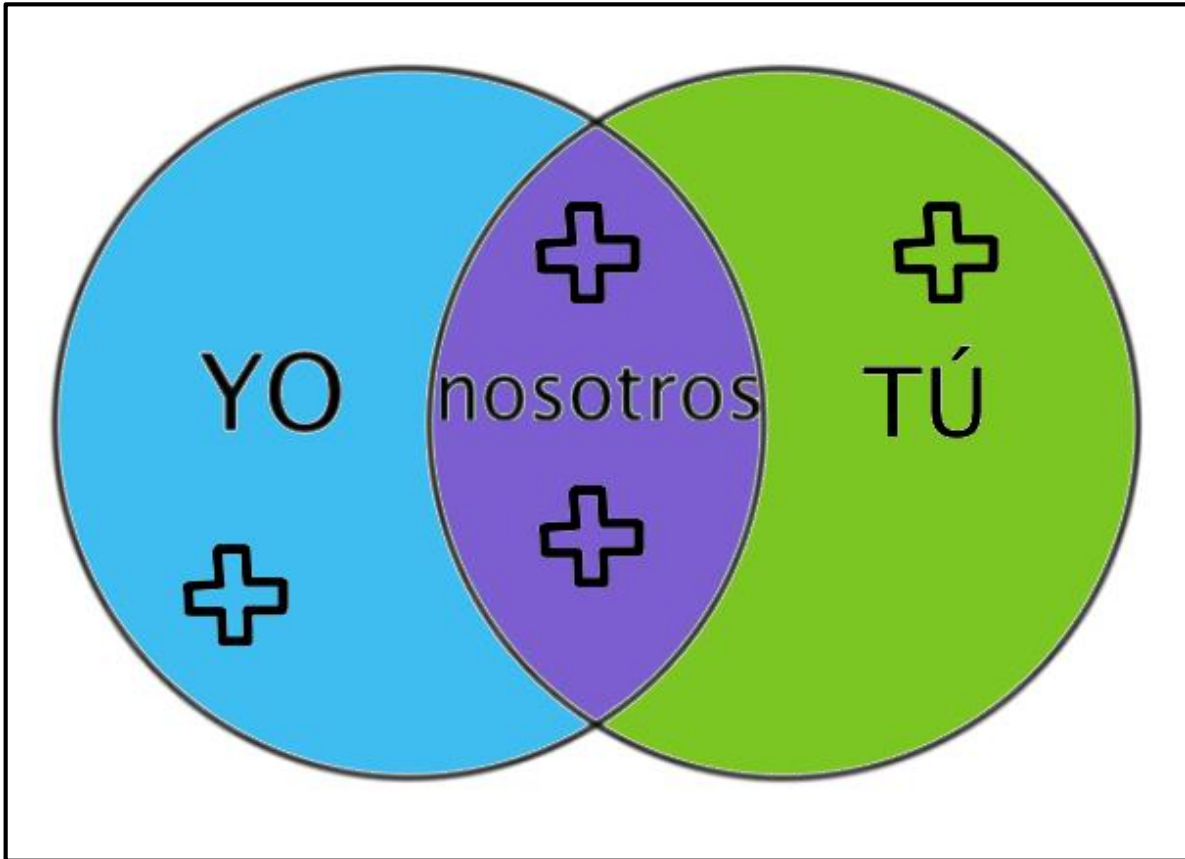
Nombre de la persona asignada: _____

Actitudes positivas o situaciones gratificantes.

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Anexos

Quinta sesión



ANEXO 5.2: Ejemplos de Canciones

Título: De que me sirve la vida

Grupo: Camila

Año: 2011

Estoy a punto de emprender un viaje
Con rumbo hacia lo desconocido
No sé si algún día vuelva a verte
No es fácil aceptar haber perdido

Por más que suplique no me abandones

Dijiste no soy yo es el destino
Entonces entendí que aunque te amaba
Tenía que elegir otro camino

De que me sirve la vida si eres lo que yo pido
Los recuerdos no me alcanzan pero me mantienen vivo

De que me sirve la vida si no la vivo contigo

De que me sirve la esperanza si es lo último que muere
Y sin ti ya lo eh perdido

Título: Sin ti moriría

Grupo: Los Temerarios

Año: 1995

Lo confieso hasta ahora
solo tú has sido capaz
de hacerme sentir...
realmente feliz

Tu comprensión mi amor
tu cariño tu poder
han llenado mi vida
de felicidad.

Esa ternura en tu mirada
hablo sin decir palabras
te envolvió de tan bella
me lleno de alegría
hoy se mi corazón....
sin ti moriría

Anexos de la Sexta Sesión



Anexos Séptima

Sesión

ANEXO 7.1: Tarea para la semana

Tarea: ¿Cómo me siento?

Indicaciones: rellena lo que se te presenta a continuación según lo que se te pide.

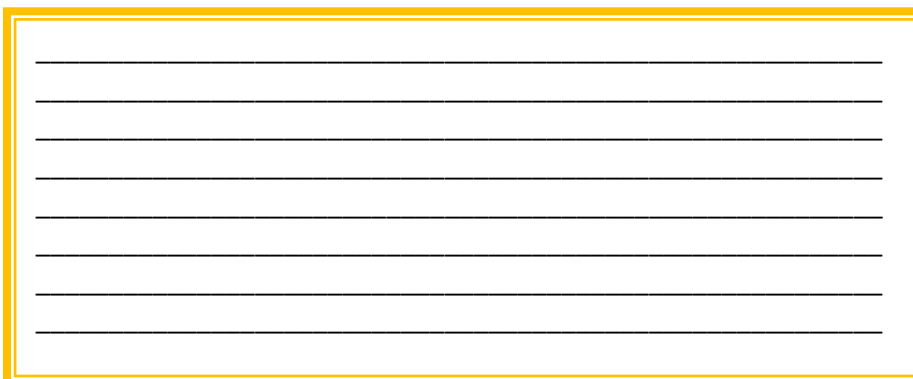
- ❖ **Registra situaciones que te hayan causado algún malestar significativo en los últimos días.**

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

- ❖ **¿Cuáles son las consecuencias de actuar negativamente?**



- ❖ **¿Cuáles serían algunas alternativas de solución?**





Anexos octava

Sesión

ANEXO 8.1: Diálogo sobre lenguaje inadecuado en la pareja

Dialogo sobre el uso inadecuado del lenguaje.

Hombre: *Me gustaría que comprendieras mi situación...
Que me comprendieras más...*

Mujer: *si... Y lo intento, pero dime, ¿qué es lo que tengo
que comprender?*

Hombre: *Tú ya lo sabes...Siento que no me comprendes,
que no me quieres como antes.*



Mujer: *Bueno, pero dime en que te basas para decir eso... ¡NO TE ENTIENDO!*

Hombre: *Sí, ahora solo piensas en ti, en cambio antes...*

Mujer: *Sigo sin entenderte...*

Hombre: *¡LO VES!... No me comprendes...*

Mujer: *¡Mira, me estas irritando! Así que desde luego no te entiendo*

Hombre: *¡Desde luego, es la última que te comento algo!*

El hombre sale de la habitación muy molesto y cierra la puerta con mucha fuerza la mujer impactada se queda sin decir nada. A los minutos tocan a la puerta.

Mujer: *¿Quién es?*

Hombre: *Soy yo...*

Mujer: *¿Qué vienes a buscar?*

Hombre: *A ti...*

Mujer: *Es tarde...*

Hombre: *¿Por qué?...*

Mujer: *Porque ahora soy yo la que quiere estar sin ti... Por eso vete, olvida mi nombre, mi cara, mi casa y pega la vuelta*

Hombre: *Jamás te pude comprender...*

Mujer: *Vete, olvida mis ojos, mis manos, mis labios que no te desean*

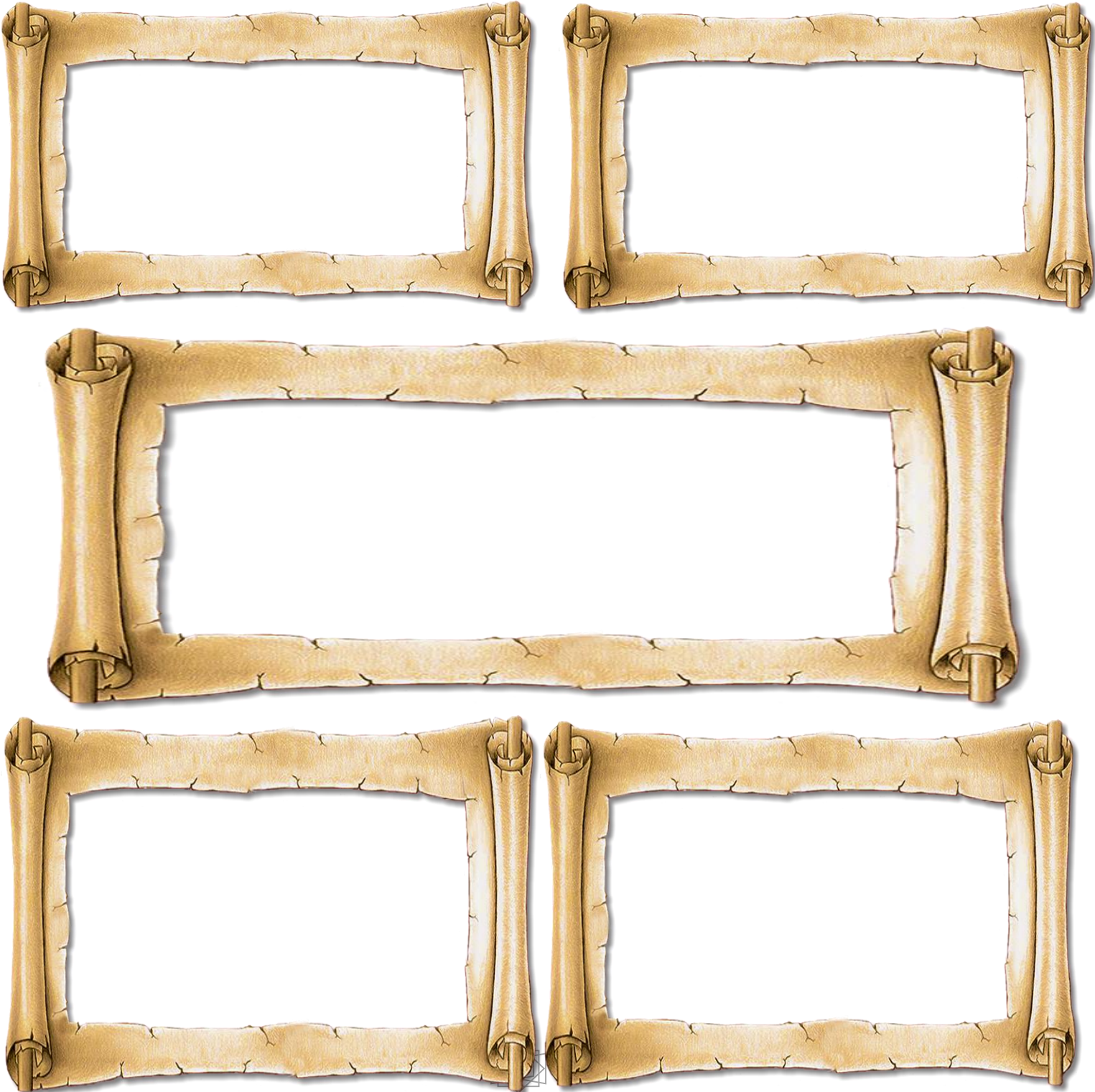
Hombre: *Estás mintiendo ya lo sé...*

Mujer: *Vete, olvida que existo, que me conociste. Y no te sorprendas, olvida de todo que tú para eso tienes experiencia.*

ANEXO 8.2: Tarea para la semana

Tarea: Conversaciones adecuadas.

Indicaciones: Por medio de recortes o dibujos debes crear un dialogo entre una pareja que presentan una dificultad y debes buscar la solución a la dificultad planteada haciendo uso de las habilidades conversacionales aprendidas.



Anexos

Novena Sesión

ANEXO 9.1: Frases sobre patrones disfuncionales

Es mi alma gemela,
estamos destinados
a estar juntos por
que es perfecto
para mí.

Asumo que esta
bien, si le pasara
algo me lo dirá.
Además tengo mis
propios problemas.

Que le encante andar
de fiesta y frecando
con sus amigos y a mi
me gusta quedarme en
la iglesia no será
problema

Que se haya drogado
y tomado es lo de
menos, su vida pasada
no importa, a mi me
importa quien es
ahora.

Si estamos juntos, pero
no hay nada que decir,
siempre tenemos
nuestro celular o ver
una película.

No me gusta hablar de
mi, mejor cambiemos
de tema.

Anexos

Décima Sesión

ANEXO 10.1: Mapa de Conceptos



ANEXO 10.2: Hoja de Trabajo



Yo Soy: _____ TENGO _____ AÑOS

LO QUE ME HACE DIFERENTE A LOS DEMÁS POR MI FORMA DE PENSAR Y DE SER ES:

UNO DE MIS METAS QUE PERSEQUIRE TODA MI VIDA SI ES NECESARIO ES:

HE TENIDO MUCHAS TIPOS DE EXPERIENCIAS EN MI VIDA, PERO LA QUE MÁS ME HA MARCADO FUE:

Anexos

Decimasegunda Sesión

ANEXO 12.1 Tablero de Juego

Tablero para hacer retroalimentación.





ANEXO 12.3 Evaluación Final Experiencial

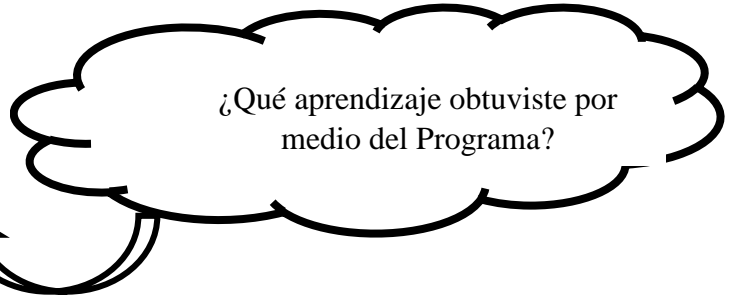
Evaluación del programa.

¿Qué fue lo que más te gustó?



¿Qué aspectos deberían mejorar los facilitadores?

¿Qué aprendizaje obtuviste por medio del Programa?



¿Cómo aplicarías el aprendizaje obtenido en tu diario vivir?

ANEXO 3

Resultados de las Pruebas de Entrada y salida

Tabla 3: Resultados Prueba de Entrada Femenino

Sujeto	Edad	CTC (2)	CIA (5)	CRI (7)	CRC(11)	CID (3)	CSX (2)	TOTAL
Celina Beatriz Martinez Ortiz	17	1	4	7	10	3	1	26
Brenda Josseline Acosta Lopez	18	1	4	5	8	1	1	20
Gissela Rebeca Vargas	17	0	5	6	10	1	2	24
Katherine Yaneth Zelaya	17	1	5	5	10	3	1	25
Mirna Elizabeth Azucena Rivera	16	0	4	4	11	2	1	22
Ester Nohemy Belloso Alfaro	16	0	3	4	9	1	1	18
Gabriela Estefany Martinez Martinez	17	0	5	5	8	1	1	20
Verenisse Arely Ramos Elias	17	1	3	5	4	1	1	15
Gabriela Emperatriz García Martinez	17	1	3	7	8	1	1	21
Magaly Estefanny Romero	17	2	3	3	6	1	0	15
Allison Johanna Lopez Gonzales	16	0	4	5	9	2	1	21
Camila Alexandra Martinez	16	1	3	3	8	0	1	16
Maribel Del Carmen Perez Mendez	18	0	3	4	9	1	2	19
Maria Andrea Vasquez Carrillo	17	0	4	5	6	1	2	18
Hilda Elizabeth Cruz García	15	2	4	5	9	2	1	23
Andrea Elizabeth Sanchez Rivera	17	2	4	6	11	1	2	26
Maria Antonia Cañas Vasquez	18	1	5	7	9	2	1	25
Susana Marisol Alvarado	17	2	5	5	10	2	2	26
Andrea Carolina Herrera Sanchez	18	2	5	7	10	2	2	28
Amanda Jael Ramirez Gonzáles	17	1	3	3	6	1	0	14
TOTAL		18	79	101	171	29	24	
Promedio	16.9	0.9	3.95	5.05	8.55	1.45	1.2	3.5166667

Tabla 4: Resultados Prueba de Entrada Masculino

Sujeto	Edad	CTC (2)	CIA (5)	CRI (7)	CRC(11)	CID (3)	CSX (2)	TOTAL
Cristian Emanuel Ramirez	17	1	2	6	8	2	1	20
Erick Alexi Santos Deonades	18	1	3	5	9	1	0	19
Jesus Alberto Perez Palacios	18	1	4	6	6	1	2	20
Samuel de Jesus Ramos Benitez	17	0	3	5	5	1	0	14
Anderson Dennis Andres Ramirez	19	1	3	1	7	0	1	13
Kelvin Miranda V.	17	2	4	3	7	1	0	17
Samuel Antonio Ramos Vasquez	16	0	3	4	8	2	2	19
Edwin Alexander Ramirez Martinez	19	1	4	3	5	1	1	15
Javier Alexander Vasquez	17	1	4	2	8	2	1	18
Nestor Adolfo Ramos Hernandez	17	1	4	5	9	1	1	21
Milton Elias Vasquez Guzman	17	1	3	5	7	1	1	18
Moises Eliazar Peña Morales	17	2	4	7	10	1	2	26
José Miguel Sandoval Parada	18	1	2	5	5	1	2	16
TOTAL		13	43	57	94	15	14	
Promedio	17.461538	1	3.3076923	4.3846154	7.2307692	1.1538462	1.0769231	3.025641

Tabla 5: Resultados Prueba de Salida Femenino

Sujeto	Edad	CTC (2)	CIA (5)	CRI (7)	CRC(11)	CID (3)	CSX (2)	TOTAL
Celina Beatriz Martinez Ortiz	17	2	5	7	11	3	2	30
Brenda Josseline Acosta Lopez	18	2	4	7	11	3	2	29
Gissela Rebeca Vargas	17	2	4	7	10	2	1	26
Katherine Yaneth Zelaya	17	1	5	7	11	3	2	29
Mirna Elizabeth Azucena Rivera	16	1	5	7	11	3	2	29
Ester Nohemy Belloso Alfaro	16	1	4	7	11	3	2	28
Gabriela Estefany Martinez Martinez	17	2	5	7	9	3	2	28
Verenisse Arely Ramos Elias	17	2	3	5	9	3	1	23
Gabriela Emperatriz García Martinez	17	2	4	7	11	2	2	28
Magaly Estefanny Romero	17	1	4	6	7	2	1	21
Allison Johanna Lopez Gonzales	16	2	4	7	11	3	2	29
Camila Alexandra Martinez	16	1	5	7	10	3	2	28
Maribel Del Carmen Perez Mendez	18	1	4	6	8	2	2	23
Maria Andrea Vasquez Carrillo	17	1	4	5	9	3	2	24
Hilda Elizabeth Cruz García	15	2	5	7	11	3	2	30
Andrea Elizabeth Sanchez Rivera	17	2	5	7	10	2	2	28
Maria Antonia Cañas Vasquez	18	1	4	7	9	3	1	25
Susana Marisol Alvarado	17	2	5	7	11	3	2	30
Andrea Carolina Herrera Sanchez	18	2	5	7	10	2	1	27
Amanda Jael Ramirez Gonzáles	17	1	3	7	10	1	1	23
		31	87	134	200	52	34	
Promedio	16.9	1.55	4.35	6.7	10	2.6	1.7	4.4833333

Tabla 6: Resultados Prueba de Salida Masculino

Sujeto	Edad	CTC (2)	CIA (5)	CRI (7)	CRC(11)	CID (3)	CSX (2)	TOTAL
Cristian Emanuel Ramirez	17	2	3	6	10	3	2	26
Erick Alexi Santos Deonades	18	2	3	7	9	2	1	24
Jesus Alberto Perez Palacios	18	2	2	7	9	2	2	24
Samuel de Jesus Ramos Benitez	17	1	4	6	9	2	2	24
Anderson Dennis Andres Ramirez	19	0	5	7	8	1	2	23
Kelvin Miranda V.	17	2	3	6	5	3	2	21
Samuel Antonio Ramos Vasquez	16	1	4	7	9	3	2	26
Edwin Alexander Ramirez Martinez	19	1	3	6	5	1	1	17
Javier Alexander Vasquez	17	2	5	6	8	3	2	26
Nestor Adolfo Ramos Hernandez	17	2	5	7	8	2	2	26
Milton Elias Vasquez Guzman	17	1	5	6	9	3	2	26
Moises Eliazar Peña Morales	17	1	3	4	11	0	2	21
José Miguel Sandoval Parada	18	1	4	6	9	2	2	24
		18	49	81	109	27	24	308
Promedio	17.461538	1.3846154	3.7692308	6.2307692	8.3846154	2.0769231	1.8461538	23.69