



UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón
en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil**

TESIS PRESENTADA POR

Anderson Camilo Cornejo Ortega

PARA LA OBTENCIÓN DEL GRADO DE

Maestro en Psicología

COMITÉ TUTORAL

Dra. María Elena Rivera Heredia (Directora)

Doctora en Psicología

REVISORES

Dra. Ericka Ivonne Cervantes Pacheco

Doctora en Ciencias Sociales

Dra. Yazmín Alejandra Quintero Hernández

Doctora en Psicología

Dra. Iris Rubí Monroy Velasco

Doctora en Psicología

Dra. Adriana Marcela Meza Callejo

Doctora en Ciencias Sociales

Mtra. María Judith Bautista Sandoval

Maestra en Salud Ocupacional

Dra. Ana María Méndez Puga

Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación



CONAHCYT

MORELIA, MICHOACÁN, MÉXICO. NOVIEMBRE DE 2024



UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón
en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil**

TESIS PRESENTADA POR

Anderson Camilo Cornejo Ortega

PARA LA OBTENCIÓN DEL GRADO DE

Maestro en Psicología

COMITÉ TUTORAL

Dra. María Elena Rivera Heredia (Directora)

REVISORES

Dra. Ericka Ivonne Cervantes Pacheco

Dra. Yazmín Alejandra Quintero Hernández

Dra. Iris Rubí Monroy Velasco

Dra. Adriana Marcela Meza Callejo

Mtra. María Judith Bautista Sandoval

Dra. Ana María Méndez Puga



CONAHCYT

MORELIA, MICHOACÁN, MÉXICO. NOVIEMBRE DE 2024

Dedicatoria

Para todos aquellos que hemos vivido la violencia sexual, para los que han podido sanar y para los que todavía no se atreven a hablar.

Agradecimientos

A mi directora de tesis

Por su acompañamiento tan cercano, por permitirme aprender tanto de ella y por su calidad humana que en este viaje fue tan necesaria, muchas gracias, Dra. María Elena.

A mi comité

Porque sin sus comentarios y sabiduría no podría haber llevado a cabo este proyecto tan significativo.

A la Universidad Michoacana

Por creer en mis habilidades y permitirme ser parte de esta generación de estudiantes a la maestría, a docentes como la Dra. Mónica y el Dr. Erwin por indirectamente haber aportado a este proyecto.

A mi familia

Por ser un soporte emocional, en momentos que lo necesité, por darme el valor de seguir hablando de este tema.

A mí mismo

Por creer en mí al enfrentarme con la experiencia de vivir en otro país totalmente solo, sin conocer a nadie y expuesto a la vida.

A aquellos que fueron parte de este viaje

Aquellos amigxs que me dieron un apoyo en todo este proceso, mil gracias a Laura, Nata, Eunice, Berenice, Irving, Alan, Diego y Luis, por acogerme y hacerme sentir en familia.

Finalmente, muchas gracias a todas aquellas personas que han hablado de su experiencia de abuso, a todas las mujeres que han hablado de su empoderamiento, a los hombres que ignoran el estigma de género y hablan sin temor, a las disidencias de género que nos enfrentamos a los mitos acerca del ser queer y vivir el abuso. A ti que estás leyendo esto, gracias.

Tabla de contenido

Resumen.....	9
Abstract.....	9
Introducción.....	10
Problematización.....	12
Objetivos.....	16
Objetivo General.....	16
Objetivos Específicos.....	16
Marco Teórico.....	17
Capítulo I. Abuso Sexual.....	17
Conceptualización del Abuso Sexual en Menores de Edad.....	17
Consecuencias del Abuso Sexual.....	19
Construcción Positiva del Futuro en Víctimas de Abuso Sexual.....	19
Diferencia entre Víctima y Sobreviviente.....	20
Perspectivas de Estudio en las Experiencias de Vida de Abuso Sexual.....	21
Capítulo II. Crecimiento Postraumático.....	23
Conceptualización del Crecimiento Postraumático.....	23
Modelo Conceptual del Crecimiento Postraumático.....	24
Medición del Crecimiento Postraumático.....	26
Crecimiento Postraumático aplicado a la Psicología.....	28
Diferencia del Crecimiento Postraumático y la Resiliencia.....	28
Críticas al Crecimiento Postraumático.....	29
Capítulo III. Perdón.....	31
Conceptualización del Perdón.....	31
Efectos del Perdón.....	32

*Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron
Abuso Sexual Infantil*

El Perdón como Bienestar Psicológico.....	33
El Perdón como Recurso Psicológico.....	33
Intervenciones Enfocadas en el Perdón	34
Relación del Crecimiento Postraumático y el Perdón	35
Capítulo IV. Estudios Transculturales	37
Estudios transculturales en la metodología cualitativa	37
Estudios de Abuso Sexual Infantil en Colombia y México	38
Estudios de Perdón en Colombia y México.....	38
Modelo de Dimensiones Culturales de Hofstede.....	39
Estrategia Metodológica	42
Paradigma Epistemológico	42
Metodología Cualitativa	43
Enfoque Fenomenológico	43
Contexto.....	46
Participantes.....	48
Acercamiento al Universo de Estudio	48
Características de Participantes	49
Técnicas de Recolección de Datos.....	50
Entrevista a Profundidad.....	50
Procedimiento	55
Estrategia Analítica de los Datos	57
Proceso de análisis	58
Aspectos Éticos.....	59
Hallazgos	61
Caso 1. El poder de la familia y sus valores frente al trauma.....	61

Caso 2. “Las niñas no se tocan”	66
Caso 3. Encontrándome con mi tribu.....	72
Caso 4. Aunque llegue tarde, me alivia tu comprensión	77
Caso 5. Mi cuidadora soy yo	82
Caso 6. Me convertí en una mamá oso	86
Caso 7. Profunda y desconocida, el océano soy yo	91
Caso 8. Cuando dejé ir el control.....	95
Acerca del evento traumático: abuso sexual infantil	100
Prevención del abuso sexual	103
Información del abuso	105
Acerca de la construcción del crecimiento postraumático.....	107
Acompañamiento psicoterapéutico.....	108
Redes de apoyo	113
Hablar del evento traumático.....	116
Perdón	118
Acerca del perdón	121
Discusión	127
La experiencia de abuso.....	127
Lo que ayudó al proceso de crecimiento a pesar del trauma	128
Propuesta de ajuste al modelo del Calhoun y Tedeschi.....	131
El perdón y el crecimiento postraumático	133
El aspecto transcultural	133
Conclusiones.....	134
Recomendaciones	135
Referencias.....	136

Lista de Figuras

Figura 1 - Modelo explicativo del Crecimiento Postraumático de Calhoun y Tedeschi.....	24
Figura 2 - Comparación cultura México y Colombia según Hofstede.....	40
Figura 3 - Selección de adultos que vivieron ASI.....	57
Figura 4 - Acerca del Abuso Sexual Infantil.....	101
Figura 5 - Acerca del Crecimiento Postraumático.....	108
Figura 6 - El papel del Perdón en el Crecimiento Postraumático.....	125

Lista de Tablas

Tabla 1 – Características de los participantes.....	48
Tabla 2 – Dimensiones de los ejes temáticos.....	51
Tabla 3 – Matriz de jueceo.....	52
Tabla 4 – Dimensiones de análisis.....	53
Tabla 5 – Ficha de caracterización caso 1.....	63
Tabla 6 – Ficha de caracterización caso 2.....	68
Tabla 7 – Ficha de caracterización caso 3.....	74
Tabla 8 – Ficha de caracterización caso 4.....	80
Tabla 9 – Ficha de caracterización caso 5.....	84
Tabla 10 – Ficha de caracterización caso 6.....	88
Tabla 11 – Ficha de caracterización caso 7.....	93
Tabla 12 – Ficha de caracterización caso 8.....	97
Tabla 13 – Afrontamiento familiar.....	102
Tabla 14 - Tipo de información que recibieron las participantes sobre prevención del ASI.....	104

Tabla 15 – Información acerca del abuso sexual.....	105
Tabla 16 – Información acerca del acompañamiento psicológico.....	108
Tabla 17 – Crecimiento Postraumático en las participantes.....	112
Tabla 18 – Información acerca del perdón.....	121

Lista de Apéndices

Apéndice A.....	166
Apéndice B.....	166
Apéndice C.....	170
Apéndice D.....	172
Apéndice E.....	173
Apéndice F.....	174

Resumen

El abuso sexual es un problema de salud pública que afecta a las personas a nivel cognitivo, emocional y conductual. Para abordar la recuperación del trauma, la psicología ha desarrollado conceptos como el crecimiento postraumático (CPT). Sin embargo, su modelo conceptual es limitado en cuanto a las acciones, estrategias o recursos que facilitan estos cambios. Por ello, este estudio tiene como objetivo comprender la construcción del crecimiento postraumático y el papel del perdón en adultos que vivieron abuso sexual infantil, proponiendo el perdón como facilitador de dicho crecimiento.

La investigación se llevó a cabo mediante una metodología cualitativa con diseño fenomenológico interpretativo. Se entrevistaron a 4 personas en Morelia, Michoacán, México, y a 4 en Cúcuta, Norte de Santander, Colombia. A través de un análisis fenomenológico interpretativo, se abordaron cuatro temáticas: la experiencia de abuso, los cambios experimentados por las personas, las acciones que les ayudaron a crecer y el perdón.

Los hallazgos muestran que las participantes han logrado crecer de diferentes maneras, principalmente gestionando mejor sus pensamientos y reduciendo su estrés emocional. Entre las acciones clave, el perdón hacia sí mismas fue significativo para alcanzar estos cambios. En conclusión, aunque el modelo del CPT requiere ajustes para quienes han vivido este tipo de trauma, el perdón hacia uno mismo facilita el proceso de cambio narrativo de las y los participantes y contribuye a la obtención de cambios positivos en la vida de estas personas.

Palabras clave: estudio fenomenológico, recuperación del trauma, trauma, violencia sexual.

Abstract

Sexual abuse is a public health problem that affects people at cognitive, emotional and behavioral levels. To address trauma recovery, psychology has developed concepts such as post-traumatic growth (PTG). However, its conceptual model is limited in terms of the actions, strategies or resources that facilitate these changes. Therefore, this study aims to understand the construction of post-traumatic growth and the role of forgiveness in adults who experienced childhood sexual abuse, proposing forgiveness as a facilitator of such growth.

The research was carried out using a qualitative methodology with an interpretive phenomenological design. Four people were interviewed in Morelia, Michoacán, Mexico, and four in Cúcuta, Norte de Santander, Colombia. Through an interpretive phenomenological analysis, four themes were addressed: the experience of abuse, the changes experienced by people, the actions that helped them grow, and forgiveness.

The results show that the participants have managed to grow in different ways, mainly by better managing their thoughts and reducing their emotional stress. Among the key actions, self-forgiveness was significant in achieving these changes. In conclusion, although the CPT model requires adjustments for those who have experienced this type of trauma, self-forgiveness facilitates the process of the participant's narrative change and contributes to achieving positive changes in the lives of these individuals.

Keywords: phenomenological study, trauma recovery, trauma, sexual violence.

Introducción

El trauma se percibe como la respuesta del cerebro ante situaciones que amenazan la integridad y vida de un individuo. Exponerse a tales experiencias puede desencadenar manifestaciones disruptivas en la vida cotidiana, incluyendo sobresaltos, recuerdos persistentes, trastornos del sueño y tensiones musculares (APA, 2013; McAdam, 2021; van der Kolk, 2021). Estos síntomas pueden evolucionar hacia un trastorno de estrés postraumático, especialmente en casos de violencia o delitos sexuales, según revelan investigaciones (Castro, 2021; Kessler et al., 2004; Parish-Plass, 2021; Zoellner y Maercker, 2006).

La psicología ha abordado este fenómeno desde diversas perspectivas, incluyendo el concepto de crecimiento postraumático (CPT). Este sugiere que los individuos pueden experimentar cambios cognitivos y comportamentales positivos en aspectos como la relación consigo mismo, la relación con otros y la filosofía de vida (Calhoun y Tedeschi, 2014). Para alcanzar este crecimiento, se ha identificado la importancia de ciertas habilidades previas al trauma, como la apertura al cambio, el optimismo, la resiliencia y el apoyo familiar, así como

la necesidad de modificar patrones de pensamiento y metas vitales, a través de acciones como la expresión del trauma y la creación de una red de apoyo (Tedeschi y Calhoun, 2004).

A pesar de que la investigación ha priorizado las habilidades pre-trauma y la creación de herramientas para medir el CPT, ha descuidado la exploración de acciones, estrategias o recursos que puedan impulsar este crecimiento (Fischer, 2014). Por ejemplo, se ha evidenciado que el perdón puede ser un factor relevante, ya que intervenciones psicológicas que fortalecen esta habilidad parecen aumentar la capacidad de desarrollar CPT (Záhorcova et al, 2023).

En línea con esto, los estudios sobre el crecimiento postraumático (CPT) en casos de abuso sexual infantil (ASI) han revelado que las intervenciones centradas en este concepto ofrecen hallazgos positivos para los individuos afectados (Bryngeistdottir y Halldorsdottir, 2022). Sin embargo, la mayoría de estas investigaciones se han llevado a cabo en poblaciones no latinoamericanas, donde los delitos sexuales han sido una constante tanto en cifras estadísticas como en diálogos recurrentes en movimientos feministas, de diversidades, e incluso en espacios digitales como podcasts y vídeos en redes sociales (Fernández-García, 2023a; 2023b; 2023c).

Agregando a lo anterior, el modelo conceptual del CPT, indica que la cultura y el contexto moldean la manera en que los individuos pueden enfrentarse a situaciones adversas, por esto, es relevante poder comprender esta recuperación del trauma desde la participación de uno o más países latinos, como lo son México y Colombia para el estudio actual.

En consecuencia, el propósito de este estudio es comprender cómo los adultos que vivieron ASI han logrado afrontar esta situación y construir el CPT, al igual que interpretar el papel que tiene el perdón en este proceso.

Problematización

La violencia a niños, niñas y adolescentes es un problema que afecta alrededor de mil millones de individuos de entre los 2 y 17 años (OMS, 2020) siendo la violencia sexual o abuso sexual infantil (ASI) una de estas, la UNICEF (2017) indica que alrededor del 90% de las mujeres han sufrido estos tipos de abusos solamente en 28 países, dentro de estos reportes se ha encontrado poca información acerca de datos sobre niños y/u hombres.

A nivel Latinoamérica y el Caribe, se han encontrado altos números de denuncias de ASI llevando a comprender que alrededor de 1.1 millones de niñas y adolescentes entre 15-19 ya han experimentado algún tipo de violencia sexual (UNICEF, 2019; Romero y Aristizábal, 2019). Para el año 2023, *Economist Impact* realiza en donde enumera los países de mayor a menor cantidad de denuncias por este delito en donde México ocupa el puesto 2 y Colombia el puesto 4. Aun teniendo esta alta prevalencia de casos, el acceso a la justicia y los procesos jurídicos tienden a ser ineficientes (Equality Now, 2021; Varas, 2021; Barreiro, 2020).

En México, según el Instituto Nacional De Estadística Y Geografía (INEGI) en el 2021 se hace una comparación de los diferentes tipos de violencias que afectan a los individuos, siendo el delito sexual el cuarto puesto para las mujeres con un 10.8% y el puesto 9 para los hombres con un 0.8%, según las denuncias realizadas, y en general este tipo de violencia se encuentra en el puesto 7 con un 5.9% (2022). Para Colombia, se han encontrado datos que indican que, en el mes de agosto, 2024 se han presentado 14.862 exámenes legales por presunto delito sexual, ubicando el grupo etario de 0-17 años con el 64% de las denuncias realizadas en lo que va del año (Medicina Legal Colombia, 2024).

Aun así, es necesario reconocer que, aunque se presenten estadísticas, existen casos de abuso en los cuales las personas no denuncian, ya sea porque el menor no habla de su situación de abuso, incredulidad por parte de la familia o porque existe un estigma de género (Navarro et al., 2019; México Evalúa, 2022), por lo tanto, se podría interpretar que, aunque las cifras son alarmantes, pueden no reflejar la realidad de todos los casos. Por otra parte, la justicia latinoamericana ha incumplido con la protección de las víctimas ejerciendo revictimización en diferentes maneras (Save the Children, 2020; Arizaga-Tobar y Ochoa-Rodríguez, 2021; Córdoba, 2022); siendo poco efectivos en el proceso de reparación

psicosocial (UNICEF, 2017); lo que se ve reflejado en el incremento de los casos al pasar los años (Barreiro, 2021).

En línea con lo anterior, existen estudios que el haber vivido algún tipo de abuso, violencia o cualquier delito de tipo sexual, tiene una incidencia del 80% para desarrollar sintomatología de estrés post traumática (Zoellner y Maercker, 2006).

En respuesta a esto, la psicología se ha interesado por desarrollar intervenciones que pueda ayudar a estas personas a mejorar su realidad, teniendo un mayor interés dentro de los conceptos de afrontamiento y el CPT, esto, según una revisión sistemática desarrollada por Jeong y Cha (2019), no obstante, los autores consideran que el segundo de estos tiene un acercamiento que orienta a la persona a la sanación y al bienestar, ya que consideran que el afrontar no necesariamente es sanar.

Sin embargo, al revisar el modelo de CPT, desarrollado por Calhoun y Tedeschi (2004), se indica que la manera en que las personas pueden lograr este concepto es a través de la disminución del estrés emocional frente al trauma y el manejo deliberado de los pensamientos intrusivos, no obstante, las acciones o estrategias que las personas puedan usar para llegar a estos cambios no se profundizan, ya que los estudios en esta área se han enfocado más al desarrollo de modelo o a la correlación con otras variables psicológicas, dejando de lado las experiencias de vida o narraciones de personas que hayan vivenciado algún tipo de trauma.

Es por esto que el perdón se presenta como un recurso que podría tener un papel importante en este proceso, ya que, se ha encontrado por diferentes estudios que este y el CPT están relacionados o el uno promueve el otro (Fischer, 2014; Jacinto, 2010; Lee et al., 2015), sin embargo, al momento no se han realizado gran cantidad de estudios que prueben esta influencia.

A partir de esto, el estudio cobra relevancia desde una perspectiva teórica, ya que se espera que los hallazgos puedan enriquecer el modelo conceptual del CPT en cuanto a las acciones que permiten la construcción del mismo y también saber si en las participantes el perdón fue un factor relevante para este.

Por otro lado, nacionalmente se aportará a procesos de promoción de la salud y prevención de los conflictos sociales en los planes presidenciales de México 2019-2024 en la política

social en su apartado del Instituto Nacional de Salud para el Bienestar (Gobierno de México, 2019) y el plan presidencial de Colombia 2022-2026 en su tercer apartado de Colombia sociedad para la vida, 3.4 Salud para la vida (Banca de Desarrollo Territorial, 2022).

Ahora bien, dentro de los ejes temáticos del presente estudio se conoce la existencia de estudios que llevan a conjuntar el concepto de CPT con el ASI (Bryngeisdottir y Halldorsdottir, 2022; McElheran et al., 2012) desde un enfoque de intervención para la práctica clínica y educativa; de manera similar, aunque no se han estudiado juntos, se ha encontrado que existe una relación intuitiva entre el CPT y el perdón deduciendo que existe una relación entre estas en población en duelo (Martincekova y Klatt, 2017); como también, un estudio que indica que el trabajar las habilidades de perdón en mujeres que sufrieron ASI disminuye sintomatología ansiosa y depresiva (Ghahari y Rad, 2018).

Con todo esto, el estudio de los cambios positivos a partir del trauma, en específico del ASI iniciaron aún antes de que el concepto de CPT se desarrollara, esto con el estudio de Burt y Katz (1987) quienes indicaron que la persona logra tener cambios positivos en su vida a partir del enfocarse en la relación consigo mismo, lo cual, ha evolucionado a una perspectiva positiva de estudiar el fenómeno, no obstante, es importante comprender qué se ha estudiado de los ejes temáticos hasta la actualidad, por esto, se tomarán los siguientes párrafos para ilustrarlo.

En primera lugar, se habla del ASI como cualquier tipo de contacto que tenga un menor de 18 años con alguien que tenga una diferencia mínima de 5 años, siendo mayor el agresor, el acto se realiza con la finalidad de que este último obtenga satisfacción o gratificación, no todos los actos son violentos, por lo que los menores pueden ser manipulados por el victimario y el tipo de comportamiento puede ir desde la exposición de pornografía, partes íntimas o voyerismo hasta la penetración anal o vaginal (Quintero et al., 2021).

Actualmente los estudios del tema llegan a enfocarse en las consecuencias negativas de las personas, como el desarrollo de trastornos de ansiedad y depresión o los comportamientos adictivos (Franco et al., 2020), por otra parte, Joleby et al. (2020) tiene un acercamiento fenomenológico a las personas que habían sufrido de ASI en el cual se observa que estos lograron tener un cambio positivo en su autoconcepto luego de un tiempo de haber vivido este evento.

Por otra parte, el CPT, se conoce que este hace referencia al cambio positivo que realiza una persona a partir de experiencias traumáticas vividas, es decir, no simplemente se resiste y supera su situación, sino que se posiciona positivamente, encontrando un beneficio o crecimiento personal a partir de esta (Calhoun y Tedeschi, 1999; Calhoun y Tedeschi, 2000).

Según los autores, se encuentra que hay cambios en tres aspectos específicos de la vida las cuales son: a) cambios en uno mismo, haciendo referencia a aspectos como la confianza en sí mismo, autoeficacia y el optimismo; b) cambios en las relaciones interpersonales, dando mayor relevancia a las relaciones positivas en la vida de las personas; c) cambios en la espiritualidad y filosofía de vida, en donde se muestra el cambio de perspectiva que tiene la persona frente a las cosas o a los ámbitos en que se desenvuelve. Se ha encontrado que las personas pueden tener índices de CPT aun cuando presentan consecuencias del trauma, aparte de esto, dejan conocer que para poder generar índices de esta es necesario el proceso de reflexión para reconocer los cambios positivos de las personas (Kaye-Tzadok y Davidson-Arad, 2016; Hartley et al., 2016).

Como último eje temático, el perdón es considerado como el cambio de sentimientos de odio y venganza frente a su oponente, en cambio se cosechan la comprensión y emociones positivas, esto en referencia a generar bienestar en la persona y no para el victimario, también es relevante comprender que el perdón no significa reconectar con aquellos que realizaron la acción agravante (Enright, 2001).

En recientes investigaciones se ha estudiado frente al concepto que tienen las personas sobre este y la diferencia entre los sexos, en donde se ha encontrado que los hombres suelen presentar mayores pensamientos negativos luego de un evento de trauma o de dolor, en cuanto a las mujeres, estas se inclinan más a los sentimientos de venganza y/o evitación de la emoción (Garzón y Barahona, 2018).

En conclusión, el sufrir de una experiencia de ASI genera consecuencias negativas en la persona puede ser complejo para esta, puesto que depende mucho de su ambiente y su aprendizaje para saber cómo afrontar la situación, por otra parte, dependiendo del delito sexual, la frecuencia o la cercanía con el abusador, es de gran relevancia conocer las experiencias de vida para identificar qué facilita o limita la recuperación del trauma.

Reflexionando sobre lo anterior, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿cómo es la construcción del crecimiento postraumático y qué papel tiene el perdón en este, en adultos que vivieron abuso sexual infantil en dos contextos y países distintos? Ante lo que se tiene el supuesto de que "las personas que han vivido abuso sexual infantil exhiben una variedad de estrategias para afrontar su experiencia. Aquellos que adoptan un enfoque centrado en el perdón, dirigido hacia sí mismos, sus agresores o la situación, experimentaron mayor crecimiento postraumático. Además, se espera que las manifestaciones del perdón y el crecimiento postraumático varíen entre los participantes, sobre todo en contextos culturales diversos".

Objetivos

Objetivo General

Comprender la construcción del crecimiento postraumático, así como la participación del perdón en este, en las experiencias de vida de personas que vivieron abuso sexual infantil en dos contextos y países distintos: Morelia, Michoacán, México y Cúcuta, Norte de Santander, Colombia.

Objetivos Específicos

Identificar elementos generales de la experiencia de abuso sexual infantil en las y los participantes de cada una de las localidades de México y de Colombia.

Conocer los elementos personales, familiares y socioculturales que participan en la construcción del crecimiento postraumático en personas que vivieron abuso sexual infantil en cada una de las localidades de México y de Colombia.

Describir el proceso de construcción del crecimiento postraumático en las experiencias de vida de personas que vivieron abuso sexual infantil en cada una de las localidades de México y de Colombia.

Indagar sobre la participación del perdón en la construcción del crecimiento postraumático a partir de las experiencias de vida de personas que vivieron abuso sexual infantil en cada una de las localidades de México y de Colombia.

Marco Teórico

Capítulo I. Abuso Sexual

Conceptualización del Abuso Sexual en Menores de Edad

Para comprender el abuso sexual, se realiza una recopilación de diferentes conceptualizaciones, iniciando con la organización Save the Children (2001), quienes mencionan que este es cualquier forma de contacto físico con o sin acceso carnal realizado sin tener consentimiento, de manera violenta o con intimidaciones, en las que se puede incluir la penetración vaginal, anal, oral, digital y hasta caricias o proposiciones verbales explícitas.

Por otra parte, Iterbi (2001) afirma que el abuso no siempre desemboca en una violación o penetración, sino que estos son también encuentros sexuales presentados de manera reiterada en donde no hay necesidad de que el victimario ejerza fuerza física, sino que se aprovecha de la relación de confianza o de poder que existe entre este y la víctima; también Casas (2003), menciona que éste es un contacto entre un menor de edad y un adulto en los que el primero es usado como objeto de placer para el segundo, afectando e interfiriendo el desarrollo adecuado del menor de edad.

Existen autores que concuerdan con Save the children en cuanto a que el ASI hace referencia a los abusos directos como la penetración vaginal, anal, oral, digital y abusos indirectos como las caricias haciendo referencia a todo contacto sexual sin penetración, e incluye el voyerismo, el exhibicionismo y la explotación infantil (pornografía infantil o promover la prostitución infantil y/o tráfico de menores), esto mencionando que el victimario obliga al menor a realizar estas acciones de las cuales siente satisfacción (Redondo y Ortiz, 2005).

Continuando con las conceptualizaciones, se menciona a Franco y Ramírez (2016) quienes refieren haber rescatado definiciones de instituciones en donde encuentran que este abuso es cualquier acto por acción u omisión realizado por individuos, instituciones o por la sociedad en su conjunto que afecten el adecuado desarrollo sexual del menor de edad.

De acuerdo con Apráez (2015), existen cuatro características clave para identificar el abuso sexual infantil: a) el niño es utilizado para la satisfacción sexual de un adulto; b) existe una relación de poder o desigualdad entre el agresor y el menor; c) el abuso incluye no solo

actos de carácter genital, sino también otros contactos sexuales, como tocamientos, exposición a pornografía, masturbación y exhibicionismo, entre otros; y d) las acciones no cuentan con un consentimiento autónomo del niño, quien tampoco tiene la capacidad de otorgarlo.

También, se encuentra a Perdomo et al. (2019), quienes sintetizan el abuso sexual a un acto impuesto, no consentido y violento que compromete la integridad moral, espiritual, física y psicológica de las víctimas, ocasionando efectos adversos a lo largo de su vida.

Ahora bien, al observar estas conceptualizaciones se identifican ciertas similitudes según las cuales se puede resumir al ASI como un acto violento realizado a un individuo menor de edad en donde hay un abuso directo o indirecto ejercido sobre este de manera violenta, con intimidaciones o donde el victimario se aprovecha de su relación de poder para obtener satisfacción personal y cosificar a la víctima la cual tendrá afectaciones en su desarrollo las cuales se verán reflejadas a futuro.

Tomando en cuenta lo anterior, hay una cantidad de definiciones que permiten identificar este tipo de violencia, para esto, la psicología se ha encargado de presentar modelos explicativos en donde se busca explicar la conducta del abuso o aquellos factores que influyen en que ocurra el acto delictivo desde las teorías psicodinámicas, cognitivo/conductuales, sistémicas e integradas (Varma, 2001). No obstante, el presente estudio no se centra en la conducta del abusador o en los factores que propician el abuso, sino que se enfocará en las consecuencias y el comportamiento de la víctima en su desarrollo y futuro.

Finalmente, se toma a Quintero et al. (2021) quienes definen al ASI como cualquier tipo de contacto que tenga un menor de 18 años con alguien que tenga una diferencia mínima de 5 años, siendo mayor el agresor, el acto se realiza con la finalidad de que este último obtenga satisfacción o gratificación, no todos los actos son violentos, por lo que los menores pueden ser manipulados por el victimario y el tipo de comportamiento puede ir desde la exposición de pornografía, partes íntimas o voyerismo hasta la penetración anal o vaginal.

Consecuencias del Abuso Sexual

Para centrar el estudio en la experiencia de la víctima, se iniciarán a revisar las diferentes consecuencias que presenta la víctima del abuso sexual en su desarrollo, en su procesamiento cognitivo, de las emociones y habilidades sociales.

Para esto, es importante resaltar que las afectaciones pueden ir en diferentes campos, por ejemplo, los cognitivos, comportamentales y sociales.

En primer lugar, dentro de las afectaciones cognitivas encontradas se observa que la persona puede presentar dificultades en los procesos de autoconcepto, regulación de los afectos, manejo del estrés y una percepción hostil del mundo, al igual que la posibilidad que trastornos se desarrollen, por ejemplo, trastornos del sueño, TEPT, depresión y ansiedad (De Lima y Flores, 2018; Belleville, 2019).

Continuando con lo anterior, se encuentra que las afectaciones a nivel comportamental pueden observarse desde las adicciones, en donde no solamente se encuentra la adicción a sustancias psicoactivas, sino también el juego problemático, la comida y el internet, de igual manera, se encuentra que las personas que han sufrido de violencia sexual, suelen desarrollar mayor comportamiento sexual que aquellos que no (Cohen y Stulhofer, 2018; Franco-Jaen, Rodríguez y del Río, 2020).

Ahora bien, en las relaciones sociales se tocan diversos ambientes como el familiar, Losada y Jurza (2019) afirman en una revisión sistemática que las familias en donde hay disfuncionalidad familiar es probable que se presenten abusos.

Es importante tener en cuenta que, si no existe un apoyo para la persona por parte de sus padres o cuidadores, es probable que a largo tiempo se desarrollen consecuencias negativas, no obstante, si la persona tiene un sistema adecuado que le acompañe de manera emocional y psicológica, sus consecuencias se pueden reducir y se fortalecerá la resiliencia y las estrategias de afrontamiento (Brits et al., 2022).

Construcción Positiva del Futuro en Víctimas de Abuso Sexual

Comprendiendo las consecuencias y experiencias de vida de las víctimas se busca estudiar este fenómeno desde una postura positiva, entendiendo que las personas que han pasado por

esta experiencia de abuso pueden desarrollar aspectos positivos en su vida a pesar de tener consecuencias negativas en su vida.

Dentro de los primeros estudios en este tema, se encuentran Burt y Katz (1987) que hablaron de las dimensiones de recuperación del abuso, encontrando que las fortalezas personales o las mejoras en la relación consigo mismo era lo que se destacaba el incremento de asertividad, independencia y autonomía, al igual que la habilidad de controlar y autodirigir aspectos de su vida como familia, amigos y trabajo.

Ahora, dentro de los estudios actuales, se ha encontrado que las personas que han vivido este tipo de trauma en sus vidas pueden alcanzar tanto la resiliencia como el CPT, aunque no se profundiza en el tipo de estrategias que las personas utilizan para alcanzar estos conceptos psicológicos se resaltan algunos como restaurar y empoderar el yo interior; movilizar recursos externos y sociales; y, por último, integrar activamente la narrativa del trauma (Dunkly, 2022; van der Westhuizen et al., 2022).

De igual manera, la psicología ha buscado distintas maneras de poder generar estos cambios en las personas de diferentes maneras, obteniendo hallazgos como el autodescubrimiento, la aceptación, la escritura como apoyo emocional, educar frente a la búsqueda de ayuda profesional, cambio de emociones, compartir su historia y conectar con otras víctimas/sobrevivientes (Getty, 2022; Hayes, 2021; Jeong y Cha, 2019; Walker-Williams y Fouché, 2018).

Diferencia entre Víctima y Sobreviviente

El estudio de la victimología o de las víctimas se presenta desde los 1800, sin embargo, en la actualidad existen diferentes posturas en este, al igual que identificar diferentes entre estas personas y otras denominadas sobrevivientes, quienes, aunque hayan pasado por el mismo evento pueden no encontrarse en la misma categoría, pero, ¿cuál es esta diferencia? ¿cómo se llega de víctima a sobreviviente?

Para responder las preguntas anteriores, es necesario tener en cuenta que la persona que vive un trauma tiende a ser categorizada como víctima en un primer momento, puesto que presenta consecuencias psicológicas como sintomatología depresiva, ansiosa, de estrés

postraumático, comportamientos adictivos, al igual que afectaciones en la autoestima, autoconcepto, autoimagen, etc., (Aiquipa, 2015; Colque, 2020; Yilmaz, 2021).

Sin embargo, la víctima puede llegar a ser considerada sobreviviente cuando se involucra de manera activa en la reconstrucción de su vida e incluso es capaz de generar acciones para que personas que hayan vivido por situaciones similares puedan tener un tipo de apoyo, es decir, dejar de esperar que el entorno o el estado tomen cartas sobre su recuperación (Bustamante, 2017).

Perspectivas de Estudio en las Experiencias de Vida de Abuso Sexual

En este apartado, se hará una revisión de cómo se han abordado los estudios sobre las experiencias de vida en personas que han sufrido abuso sexual, desde sus acercamientos metodológicos, sus objetivos y hallazgos más relevantes.

Dentro del estudio del ASI, se encuentra que los investigadores han retomado diferentes perspectivas para estudiar este fenómeno, para la búsqueda se han encontrado diversidad de metodologías. En primer lugar, se resaltan los estudios cuantitativos en donde se observa un acercamiento poco personal en las experiencias de vida, puesto que se basan en cuestionarios que buscan especificar la situación de abuso y caracterizarla, con el objetivo de analizar edad del abuso, tipo de abusador, tipo de abuso, entre otros (Chopra et al., 2020; Rueda et al., 2021; Ferragut et al., 2021).

Por otra parte, los estudios comparativos se han realizado frente a los temas de conductas sexuales de alto riesgo y experiencias adversas y salud mental, ambas en jóvenes, se ha encontrado que aquellas personas que han tenido experiencia de ASI tienden a tener mayores conductas sexuales de alto riesgo, al igual que estos suelen buscar más ayuda psicológica y médica (Ding et al., 2018; Tordön et al., 2019).

Ahora bien, los estudios mixtos permiten un entendimiento del fenómeno de diferentes perspectivas, en Mckie et al., (2021) se estudia a hombres encarcelados en donde se logra ahondar en la problemática de abuso sexual en los espacios carcelarios, sólo como un número, sino como un sujeto con necesidades de salud mental; por parte de Pereda et al., (2018) se observa que las personas que han vivido la violencia, se sienten satisfechos con la

decisión de hablar acerca de su abuso y explicarlo a personas con quien tiene una cercanía emocional.

Por otra parte, un estudio de caso único (N=1) centrado en explorar el trauma, el apego y la resiliencia a través de las experiencias de un adulto de 29 años que fue víctima de abuso sexual desde la infancia temprana hasta la adolescencia, se recolectaron datos mediante tres entrevistas: una entrevista inicial semiestructurada (ad hoc), una entrevista abierta enfocada en la experiencia traumática, y la Entrevista de Evaluación Intergeneracional del Apego (Adult Attachment Interview, AAI) de Marrone. Los hallazgos indican que el sentimiento de culpa asociado a haber sido víctima de abuso influye en su interacción tanto con su entorno como consigo mismo, manifestándose de dos formas: agresividad o inhibición/sumisión (Flores et al., 2018).

De igual manera, Fernández et al. (2019), en una revisión sistemática destinada a actualizar el conocimiento sobre los principales diagnósticos psiquiátricos asociados a experiencias de abuso sexual en la infancia y adolescencia, seleccionaron 12 estudios que evidencian que los diagnósticos psiquiátricos más comunes tras el abuso sexual infantil están principalmente vinculados a trastornos en las áreas afectivas y de ansiedad.

Finalmente, en los estudios cualitativos se permite que la experiencia llegue desde la experiencia subjetiva, expresando las emociones de las personas, así como en estudios donde se encuentra que las víctimas muestran vergüenza y culpa en su discurso, al igual que los comportamientos y pensamientos autolesivos y la reflexión sobre la orientación sexual y su posible relación con el abuso (McElvaney et al., 2022; Collin-Vézina et al., 2021; Guzmán-Díaz y Ruíz, 2019). No obstante, se retoma a Joleby et al. (2020), en donde busca conocer la experiencia de vida de una persona que sufre ASI, encontrando que luego de presentar afectaciones negativas, la persona se identifica con el concepto de “el nuevo yo” en donde se describe cómo la victimización afectó la forma en que los participantes se veían y pensaban sobre sí mismos en relación con los demás, y distorsionó la visión que tenían de sus cuerpos, permitiendo tener una perspectiva diferente del fenómeno y del futuro de sus víctimas y/o sobrevivientes.

Capítulo II. Crecimiento Postraumático

Conceptualización del Crecimiento Postraumático

La sanación de los individuos luego de los episodios de vida difíciles es un concepto que se conoce a través de los años, ya sea desde las culturas, religiones y demás, no obstante, la psicología se interesa por este evento desde el impacto de la psicología positiva y crea el concepto de crecimiento postraumático (CPT), en este apartado se establecerán las principales premisas para poder comprender este concepto y cómo se ha desarrollado a través de los años.

Por esto, es importante nombrar a Calhoun y Tedeschi 2001 (1996; 2001; 2004) quienes se han interesado por estudiar este concepto en la psicología y diseñar un modelo para poder comprenderlo, estos estipulan que el CPT son los cambios positivos que se generan a partir de eventos adversos los cuales se ven reflejados en tres áreas de la vida del ser humano en donde se encuentran cambios consigo mismo, cambios en la relación con los demás y cambios en la filosofía de vida los cuales serán explicados a continuación teniendo en cuenta un estudio realizado por Tedeschi et al. (2006) en donde exploraron el CPT en padres que perdieron a uno de sus hijos para describir la experiencia.

Cambios consigo mismo, este hace referencia a creer en sí mismo, generar nuevas habilidades y reconocer cualidades que antes se ignoraban, en el estudio se mostraba cómo los padres consideraban que luego de esta situación de crisis observaban las situaciones que anteriormente les generaban conflicto como cosas mínimas, considerándose a sí mismos más fuertes y resilientes.

Cambios en la relación con los demás, este hace referencia a fortalecer lazos y apreciar a las personas que son consideradas relevantes, en el estudio se presenta a una mujer que expresaba que luego de su crisis apreciaba más la compañía de su esposo quien vivió con ella esta situación y a las personas que constantemente se presentaban a su casa para acompañarlos.

Cambios en la filosofía de vida, este hace referencia a las creencias que tienen las personas, ya sea desde el ámbito religioso o existencial, de igual manera, el cómo las personas logran apreciar más cosas que antes consideraban sin importancia, en el estudio se presenta

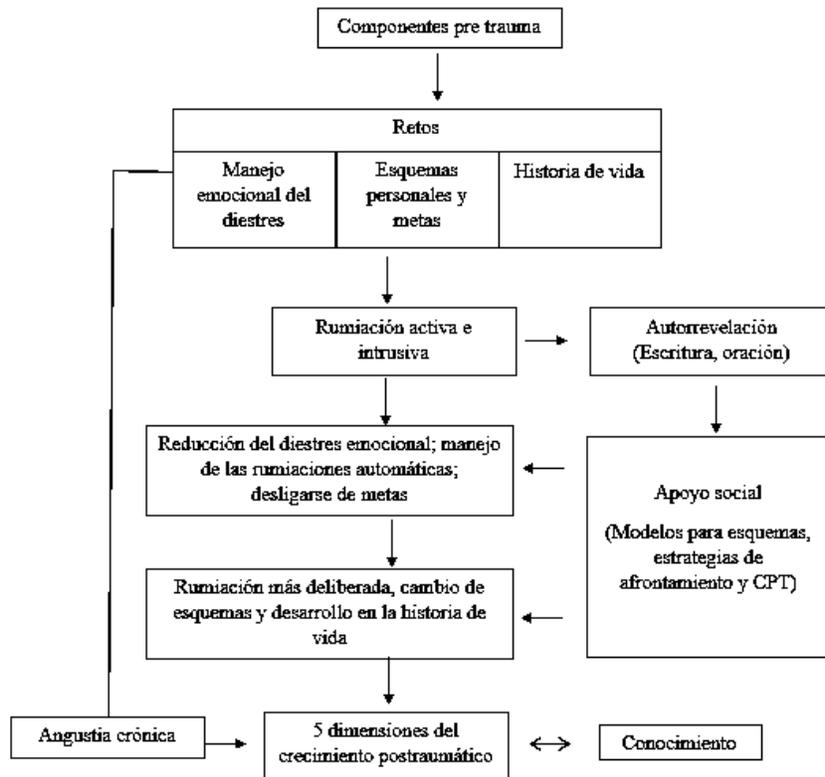
a una mujer que expresaba que antes de haber vivido su crisis logró aferrarse en la creencia de Dios y que puede tener más tranquilidad y paz en su día a día gracias a esta creencia.

Modelo Conceptual del Crecimiento Postraumático

Para continuar, se debe tener en cuenta que el describir el proceso desde el “crecimiento” es considerarlo como un componente subjetivo en el cual la persona percibe que obtiene beneficios del afrontar con su trauma y sus secuelas, no solo logra afrontar o adaptar esta situación adversa sino aprender de ella y aportar a un proceso de sanación. Como se muestra en la Figura 1.

Figura 1

Modelo explicativo del Crecimiento Postraumático de Tedeschi y Calhoun



Nota: Tomado del modelo explicativo de Tedeschi y Calhoun, 2004. Traducción propia.

Ciertamente cuando un evento traumático se presenta hay consecuencias cognitivas, afectivas y comportamentales con ello, sin embargo, los autores presentan un proceso en

específico de cómo las personas pueden desarrollar o propiciar el CPT teniendo en cuenta los componentes pre trauma de la persona y cómo enfrenta con estos los posibles retos que tenga la persona en cuanto a las emociones de diestres, cómo esto afecta sus creencias personales y su narrativa de vida para hacer un proceso que lleve al CPT en donde se incluye el manejo cognitivo, autorrevelación, apoyo social y manejo del diestres.

Para comprender lo anterior, se tratará de esbozar el proceso tal cual lo explica este modelo en los siguientes párrafos.

Para iniciar, los autores resaltan que las habilidades pre trauma tratan sobre aquellos aprendizajes o vivencias que obtienen la persona antes de vivir el trauma, para que estas pueden facilitar el CPT o la capacidad de afrontar adecuadamente esta situación y lograr una perspectiva positiva a largo plazo es importante que se basen en encuentra la extraversion, el optimismo, la apertura al cambio, con un pensamiento creativo, cambiante y que abandone la forma convencional de ver el mundo, de igual manera, las personas autónomas, que buscan información, dispuestas a tomar riesgos razonables y seguras de sí mismas (Su et al., 2015; Zoellner y Maercker, 2006).

De igual manera, en esta parte de la vida, también se encuentran las creencias centrales de la persona, sus objetivos y comportamientos, es decir, las aspiraciones o el control que la persona tenga sobre su vida, esto es posible a partir de que, el ambiente familiar sea sano para esta, teniendo sus padres sanos física y mentalmente (Cann et al., 2010; Hartley et al., 2016; Lindstrom et al., 2013).

Dentro de otros aspectos a tener en cuenta, se encuentran las características sociodemográficas como alcanzar la mayoría de edad, pertenecer a una minoría étnica, orden de nacimiento, número de hermanos y ser mujer (Ulman, 2014; Kaye-Tzadok y Davidson-Arad, 2016; Simpson, 2020).

Ahora bien, el modelo indica un prototipo de proceso con el cual la persona podría llegar al CPT, para este, los autores señalan que este modelo es aplicable a cualquier tipo de trauma, enfatizando que no solo el evento traumático en sí es determinante, sino la confrontación con la nueva realidad tras el trauma, la cual resulta esencial para definir el grado en que se logra un crecimiento postraumático (Tedeschi y Calhoun, 1995).

Por lo tanto, los autores indican que las transformaciones sociales se logran cuando la persona deja de identificarse como “víctima” y se reconoce como “sobreviviente” al hablar de sus experiencias y toman otras acciones que iluminan a otros, obtienen justicia y previenen la recurrencia de eventos similares, asimismo, estas personas logran hacer una desvinculación cognitiva y emocional de todas las creencias, comportamiento y objetivos que se tenían antes del trauma, cambiando su narrativa, luchando con los cambios y encontrando una nueva manera de vivir (Tedeschi, 1999).

Con todo esto, existen críticas frente al modelo y el concepto como tal de CPT (ver apartado “*críticas al crecimiento postraumático*”), por esto, Maercker y Zoellner (2004) generan un modelo que indica que este se puede dar aun cuando la persona está presentando sintomatología de TEPT, sin que uno invalide la presencia del otro. No obstante, este modelo no profundiza sobre el proceso sobre cómo alcanzar el CPT a pesar de las consecuencias negativas.

Finalmente, es relevante tener en cuenta que, aunque el modelo indique algunas fases que se deben cumplir en la persona para poder alcanzar el CPT, es cierto que los estudios se han enfocado más en estas habilidades pre trauma que en lo que sucede con las personas luego del trauma y antes de consolidar esa nueva perspectiva de vida (Fischer, 2014).

Medición del Crecimiento Postraumático

A partir de los estudios en los cambios positivos de las personas a partir de los traumas, los autores crean un inventario de medición (PTGI por sus siglas en inglés, Posttraumatic Growth Inventory) en donde proponen medir en CPT en cinco dimensiones en las que se encuentra: a) la fortaleza personal que hace referencia a dar mayor relevancia a las relaciones positivas en la vida de las personas; b) cambio espiritual que hace referencia a que la persona tenga una mejor comprensión de los asuntos espirituales; c) cambios en las relaciones con los demás que hace referencia a que la persona tengo más compasión por los demás o pueda compartir más experiencias grupales que puedan ser positivas; d) valoración de la vida que hace referencia a que la persona puedo apreciar mejor cada día; e) nuevas posibilidades que hace referencia a que la persona puede establecer un nuevo camino para su vida.

El instrumento PTG-I ha sido utilizado en diversidad de estudios cuantitativos, incluso siendo validado en población latinoamericana (Esparza-Baigorri, 2016; García y Wldarczyk, 2016) y utilizado en niños (Kilmer et al., 2009). Después de esto, se realiza una forma corta de este inventario en donde se reducen los ítems de 21 a 10, teniendo dos por cada dimensión del CPT y relaciones con las variables de interés, equivalente a las encontradas en la versión original, lo que permite el uso de esta forma sin pérdida de información (Cann et al., 2010).

Por otra parte, Wlodarczyk et al. (2017) propusieron incorporar las dimensiones colectivas de crecimiento postraumático examinando el constructo y la validez predictiva de la escala de crecimiento postraumático individual y colectivo (ICPTGS) con 332 participantes chilenos que vivieron un desastre natural, confirmando una estructura multidimensional compuesta por cuatro dimensiones: crecimiento individual, espiritual, comunitario y social.

No obstante, existen diferentes críticas al instrumento, ya que al ser un cuestionario de auto reporte en vez de evaluar los aspectos que indican este concepto se considera que en la mayoría de ocasiones las percepciones de las personas pueden influir en las respuestas, por lo tanto, la respuesta que dan las personas puede no estar relacionada con el mejoramiento de su calidad de vida, sino de un afrontamiento mal adaptativo en el cual, la persona busca tener algo positivo de su trauma (Frazier et al., 2009).

Igualmente, al hacer una revisión frente una investigación previa, la cual fue realizada con el objetivo de confirmar las dimensiones para la construcción del instrumento, con una metodología cualitativa que se basó en una entrevista semiestructurada que presentaba preguntas dicotómicas aplicadas en un grupo homogéneo de personas de sólo un tipo de trauma (Calhoun y Tedeschi, 1990), lo cual pone en duda la validez del instrumento para su aplicación en el estudio.

Actualmente, se ha ampliado el estudio del CPT a nivel mundial, por lo que se ha estudiado la adaptación del instrumento a otros países o aún conocer el comportamiento de este fenómeno en poblaciones específicas como lo son personas que han tenido tratamientos psicofarmacológicos, niños con cáncer o aún personas que sufrieron de COVID-19 (Gorman et al., 2020; Applebaum et al., 2021; González-Méndez y Díaz, 2021). De igual manera, estudios que buscan relacionar otras variables o aún aplicarlo en contextos colectivos (Chen et al., 2022; García et al., 2022; Sandoval-Díaz et al., 2022).

Crecimiento Postraumático aplicado a la Psicología

Para iniciar, el CPT se ha abordado en diferentes áreas de la psicología en las cuales, se ha preocupado por conocer cómo vivenciaron los profesionales de la salud durante la pandemia de COVID-19 y analizar el CPT en estos (Ramos-Vera, 2021); por otra parte, las experiencias de duelo también parecen ser interés para los investigadores, encontrando que el área en donde se ve más reflejado el crecimiento es en la filosofía, al identificar que luego del duelo de algún familiar las personas ven diferente la vida y comprenden mejor su propósito (Xu et al., 2020; Hirooka et al., 2018; Tan y Andriessen, 2021).

No obstante, la investigación del concepto se ha ampliado a ámbitos de intervención ya sea psicoeducativa para estudiantes que hayan vivido situaciones altamente estresantes (Martín, 2019), como para el ambiente clínico y de salud con pacientes con cáncer avanzado o sobrevivientes del mismo (Han et al., 2021; Zhang et al., 2022) mostrando una efectividad de estos para aliviar el malestar psicológico y aumentar la percepción de bienestar en las personas.

De la misma manera, el interés por estudiar las violencias desde el CPT ha incrementado con los años, entre estas, el foco de atención cae sobre la violencia sexual, en donde se ha encontrado que el CPT no ha sido el fin último de los acompañamientos terapéuticos, sino un proceso para llegar a sus objetivos, al igual que indican que, para lograr desarrollar este se enfocaron en sus procesos internos de aceptación y en el optimismo (Bryngeistdottir y Halldorsdottir, 2022a; 2022b; Endo, 2020).

Diferencia del Crecimiento Postraumático y la Resiliencia

La resiliencia y el crecimiento postraumático son dos procesos psicológicos fundamentales que emergen tras experiencias adversas, sin embargo, difieren en sus enfoques y manifestaciones. La resiliencia se define como la capacidad de adaptarse y recuperarse ante situaciones difíciles, manteniendo o restableciendo el equilibrio psicológico. Por otro lado, el crecimiento postraumático alude a un fenómeno donde las personas experimentan cambios positivos significativos después de enfrentar traumas (Finstand et al., 2021; Lyu et al., 2021).

Una de las diferencias más notables radica en su orientación temporal. La resiliencia se centra en la capacidad de recuperación y adaptación durante y después de la adversidad,

enfocándose en la resistencia ante la adversidad y la capacidad de recuperarse a un estado previo al trauma Hartmann et al. (2019). Mientras tanto, el crecimiento postraumático se enfoca en el cambio positivo experimentado tras la adversidad, evidenciando un avance hacia un estado psicológico superior al previo al trauma.

Otra distinción crucial se encuentra en la naturaleza de los cambios. La resiliencia implica una capacidad de amortiguar el impacto del trauma, preservando la estabilidad emocional y cognitiva. En contraste, el crecimiento postraumático conlleva transformaciones en la percepción de uno mismo, de los demás y del mundo, generando un desarrollo personal profundo, una mayor apreciación de la vida, y la adquisición de nuevas perspectivas y valores (Kaye-Kauderer et al., 2019).

Los procesos cognitivos y emocionales involucrados también difieren entre ambos conceptos. La resiliencia se relaciona con la capacidad de manejar el estrés, regular las emociones y mantener un sentido de coherencia personal durante y después del trauma. Por otro lado, el crecimiento postraumático implica un replanteamiento de prioridades, la búsqueda de significado en la experiencia traumática y la generación de nuevas metas y objetivos vitales (Elam y Taku, 2019; Lepore y Revenson, 2014).

En conclusión, mientras que la resiliencia se enfoca en la capacidad de recuperación y adaptación frente a la adversidad, el crecimiento postraumático se centra en los cambios positivos profundos que surgen como resultado de enfrentar experiencias traumáticas. Ambos procesos son relevantes en la comprensión de la respuesta humana ante el trauma, ya que reflejan diferentes aspectos del ajuste psicológico y la transformación personal.

Críticas al Crecimiento Postraumático

En el transcurso en que el CPT se desarrollaba por parte de los autores Calhoun y Tedeschi, existieron diferentes estudios que hacían críticas frente a este, desde su modelo, su medición y el concepto en sí mismo las cuales se mostrarán a continuación:

En primer lugar, el concepto parece ser ambiguo desde el punto de vista en que el cambio positivo a partir del trauma puede verse como una estrategia ilusoria o un afrontamiento desadaptativo en el cual la persona busca obtener un beneficio y así evitar las sensaciones, pensamientos y/o emociones adversas, es decir, la persona reconoce que tiene cambios

distorsionando su imagen antes del trauma y así considerar que alcanza un estado positivo luego de la situación vivida (Frazier et al., 2009; Zoellner y Maercker, 2006; Hall et al., 2009).

Continuando con lo anterior, la medición del CPT es un cuestionario auto aplicable que mide la percepción de cambio que tiene la persona frente a su vida luego del trauma, no tiene en cuenta el proceso descrito en el modelo conceptual, por lo tanto, el resultado del instrumento no indicará si existen cambios positivos desde el distrés emocional y la rumiación deliberada, los cuales son los indicadores que indica el modelo (McFarland y Álvaro, 2000; Linley et al., 2008).

Ahora bien, el modelo de CPT indica que al poder trabajar en el distrés emocional y las rumiaciones de la persona, se cambian las creencias de la persona y se logra cambiar la historia de vida, teniendo así un cambio positivo a partir del evento traumático, sin embargo, existe un vacío en la literatura sobre el curso temporal y la naturaleza bidireccional de la relación entre el CPT y los síntomas de TEPT, encontrando en estudios que ambos de estos pueden ser antecesores y consecuencia del otro, es decir, la presencia de uno no niega la del otro, puesto que se pueden presentar antes, durante o después (Frazier et al., 2001; Linley et al., 2008; Blix et al., 2016).

Aunque se encuentra certeza en las críticas, se decide mantener el CPT como eje temático del estudio y a la vez, retomar aspectos de la teoría para direccionar las estrategias de recolección, no obstante, se buscará confirmar la teoría o encontrar algo nuevo referente al concepto.

Capítulo III. Perdón

Conceptualización del Perdón

Para hablar de las experiencias de vida de víctimas de abuso desde las actitudes de perdón es necesario conceptualizar este eje de análisis desde la psicología y no desde la religión, política, cultural, filosófica y socio-histórica. Lo anterior, pudiese no ser un trabajo sencillo puesto a que la psicología no se había mostrado interesada por esta temática de manera seria e intensiva desde los años 80s hasta la actualidad concibiéndola como un cambio pro social en las motivaciones de la persona hacia aquel o aquella que le ha generado daño (McCullogh et al., 2000). Una de las primeras personas que iniciaron a estudiar el perdón, fue Enright (1994) en donde se encargó de explicar el proceso evolutivo del perdón basándose en la teoría de Kohlberg del razonamiento moral, dando una característica de cómo sería este proceso de perdonar en cada una de las etapas propuestas en la teoría, llegando finalmente a una etapa en donde se comprende que este no es necesariamente un ejercicio recíproco.

Continuando con el proceso de conceptualización, Casullo (2005) considera que el perdón es un cambio interno que se presenta en la persona en donde se hace un cambio de emociones y pensamientos hacia la persona que le generó daño convirtiéndolos en positivo considerándole como un constructo psicosocial teniendo en cuenta que involucra tanto procesos intrapsíquicos al generar un pensamiento reflexivo y cambios de emociones, como intrapersonales, ya que tiene que ver con cómo reacciona frente a esa persona o grupo en específico.

No obstante, diferentes autores dentro de los que se destaca Enright, (Enright y Cole, 1998; Enright y Fitzgibbons, 2000; Enright, 2001; Enright y Fitzgibbons, 2015; Kim y Enright, 2015), definen el perdón como el abandono de los sentimientos de resentimiento, juicio, venganza y demás hacia el oponente, en pro de usar la comprensión, generosidad y el amor, la clave estaría en la integración de cognición, conducta y afecto, al igual que reemplazando los negativos por positivos, esto sin la necesidad de reconectar con aquella persona o grupo que generó el daño en primer lugar, ni como un modo de justificación o explicación del daño, sino que estos cambios aportan positivamente al bienestar de la persona.

Por otra parte, Williamson y González (2007), refieren que el acto de perdonar se relaciona con la satisfacción con la vida, ya que elimina las consecuencias negativas que tiene el resentimiento, permitiendo la liberación personal y un cambio intrapersonal. Sin embargo, Worthington (2005) habla que no solo hay una manera de perdonar, sino que este se puede presentar de dos maneras en las que les llama el perdón decisional que lo define como declaraciones de intención de cambio conductual y el perdón emocional que es el reemplazo de sentimientos negativos por positivos.

De igual manera, Mukashema, et. al. (2017) menciona que hay un tipo de sentimiento de reconciliación, aquel que corresponde a una capacidad renovada de escucharse, comprometerse y que ambas partes puedan trabajar y convivir, afirmando que este tipo de sentimiento de reconciliación parece estar presente, sobre todo, entre individuos que se sienten dispuestos a perdonar incondicionalmente.

Finalmente, se encuentra que actualmente se ha logrado avanzar en la psicología del perdón al punto de tener inventarios que proveen a los investigadores cuantitativos para estudiarlo, uno de estos es el Inventario de Perdón de Enright (EFI por sus siglas en inglés) que actualmente maneja una cantidad de 30 ítems que permiten categorizar a las personas en niveles de perdón (Enright et al., 2021).

Efectos del Perdón

Comprendiendo que el perdonar es el cambio en las emociones y sentimientos hacia una persona, grupo o incluso situación en específico, se presenta la pregunta ¿qué efectos tiene en la salud o el bienestar de aquella persona que perdona?

A lo cual se busca en estudios que puedan dar una respuesta a esto, encontrando que el ejercicio del perdón a sí mismo puede ayudar a que la persona esté más motivada a tener nuevas responsabilidades y/o experiencias en la vida, mayor interés en la búsqueda de significado de vida, (Martincekova y Enright, 2020; Záhorcova et al., 2020).

Por otra parte, se encuentra que, en la aplicación de programas enfocados en el perdón, los hallazgos han indicado que se disminuyen los estados, rasgos y expresiones de ira; promueve el CPT en sobrevivientes de suicidio y reduce la sintomatología de TEPT, por

último, se encontró mejora en la esperanza, manejo de la ansiedad y depresión (Ghobari-Bonab et al., 2021; Lee et al., 2015; Haroon et al., 2021).

El Perdón como Bienestar Psicológico

Entendiendo el perdón como un cambio de emociones en la persona que genera hallazgos positivos, se puede llegar a conclusiones que existe una relación entre la salud mental y este, esto siento afirmado también en investigaciones (Mukashema y Mullet, 2013), por lo tanto, se hace una revisión para explorar su participación en el bienestar psicológico.

En primer lugar, es importante establecer que el bienestar psicológico es comprendido como el vivir la vida de manera plena y satisfactoria, realizando comportamientos y actitudes que direccionen a la persona al desarrollo y la autorrealización (Ryff y Keyes, 1995), el modelo explicativo más utilizado es diseñado por Ryff (1989) en donde establece 6 dominios 1) autoaceptación, 2) relaciones positivas, 3) autonomía, 4) dominio ambiental, 5) propósito en la vida y 6) crecimiento personal.

Esta temática ha tomado el interés de diferentes investigadores en temas como el género, el bienestar post COVID-19, enfermedades cardiovasculares, el envejecimiento y como variable de tratamiento para el estrés laboral, por mencionar algunos estudios (Kubzansky et al., 2018; Matud, 2019; López et al., 2020; Kang y Kim, 2022; Yıldırım, y Çiriş-Yıldız, 2022).

El Perdón como Recurso Psicológico

Para poder hablar de cómo el perdón podría verse relacionado con los recursos psicológicos es importante tener en cuenta que estos son diferentes habilidades, acciones externas e internas que ayudan a la persona a afrontar, los cuales son tan extensos que se han clasificado como afectivos, cognitivos, sociales, instrumentales, familiares, espirituales y culturales, es importante resaltar que al pasar los años se han ido agregando aún más recursos de los que se tenían en cuenta en primer lugar (Cervantes-Pacheco et al., 2013; Rivera-Heredia, 2021; Obregón et al., 2022; Ortiz et al., 2023).

Ahora bien, el perdón pretende ser una acción tanto interna como externa que genera bienestar emocional y aporta a la salud mental de la persona que haga uso del mismo, por lo tanto, se puede considerar como un recurso psicológico, el cual, según como la persona lo

utilice, puede encajar dentro de las categorías espirituales, cognitivas o afectivas, la primera puede ubicarse en un espacio religioso o de crecimiento personal; la cognitivo al generar un cambio de pensamientos frente a la persona, grupo o evento en específico; y finalmente, la afectiva puesto que al perdonar se hacen cambios de ira y venganza a compasión y humanización.

Intervenciones Enfocadas en el Perdón

La psicología del perdón se ha mantenido poco tiempo en la ciencia, y en ocasiones es una variable de interés para aquellos que buscan diseñar y evaluar intervenciones, por esto, desde la clínica se ha tratado de estudiar el impacto que esta tendría en la vida de las personas. Iniciando con Baskin y Enright (2004) en donde realiza un meta análisis de 9 estudios publicados que investigaron la eficacia de las intervenciones de perdón dentro de la consejería agrupándolos en 3 categorías: intervenciones basadas en decisiones, grupales basadas en procesos e individuales basadas en procesos. En comparación con los grupos de control, para las medidas de perdón y otras medidas de salud emocional, las intervenciones basadas en decisiones no mostraron ningún efecto, las intervenciones grupales basadas en procesos mostraron efectos significativos y las intervenciones individuales basadas en procesos mostraron grandes efectos.

Igualmente, Reed y Enright (2006) hacen un estudio para analizar la efectividad de una terapia basada en el perdón (TP) en comparación a una terapia alternativa (TA) con enfoque a la validación de la ira, asertividad y desarrollo de habilidades interpersonales para mujeres que hayan sido emocionalmente abusadas, encontrando que las participantes en TP experimentaron una mejoría significativamente mayor que los participantes en TA en cuanto a depresión, ansiedad rasgo, síntomas de estrés postraumático, autoestima, perdón, dominio ambiental y búsqueda de significado en el sufrimiento, con ganancias mantenidas en el seguimiento ($M = 8.35$ meses, $SD = 1.53$), concluyendo que la TP tiene implicaciones para la recuperación a largo plazo de las mujeres abusadas emocionalmente después de la relación.

De igual manera, se resalta a Yu et al. (2021), realizan una investigación para analizar la eficacia de la Terapia de Perdón en la rehabilitación de hombres en una institución correccional de máxima seguridad para aliviar los compromisos psicológicos, encontrando que el noventa por ciento de los 103 participantes reportaron abuso de moderado a severo en

la niñez o la adolescencia. Los datos mostraron una relación inversa entre el perdón y la ira, la ansiedad y la depresión. En la Terapia del Perdón, la ira, la ansiedad, la depresión, la empatía y el perdón fueron estadísticamente significativos a favor de ambos grupos experimentales.

Al mismo tiempo, el tópico de la prevención al bullying llega a ser de interés, por esto Sánchez-Hernández (2021) explora el efecto de un programa basado en la educación al perdón desde dos estudios en donde se busca analizar si el entrenamiento a los docentes en el programa ayuda al incremento de sus conocimientos en el perdón y evaluar la satisfacción del programa, encontrando que en primer lugar se muestra una mejora en el objetivo y una diferencia significativa en el manejo del perdón emocional del grupo de perdón a comparación del grupo control, en segundo lugar, se encuentra una satisfacción alta con el programa ya que les ha ayudado a perdonar de manera adecuada, concluyendo que es adecuado incluir la educación en el perdón en los programas de prevención.

Ahora bien, Rapp et al. (2022) realizan un meta análisis en programas de educación en el perdón donde se trabaje desde la comprensión del perdón, así como su papel en las relaciones saludables y así determinar los efectos de estas intervenciones según los hallazgos que presenten, encontrando que estas tienen efectos positivos sobre el perdón y la ira apoyando la idea que los niños y adolescentes que muestran insatisfacción por acciones injustas de otras personas pueden tener un beneficio al aprender acerca del proceso del perdón.

Finalmente, Ghahari y Rad (2018) se basan en la investigación realizada por Enright y Reed para aplicarla en mujeres que fueron víctimas de ASI, obteniendo hallazgos positivos, indicando que se logró reducir la sintomatología ansiosa y depresiva en esta población.

Relación del Crecimiento Postraumático y el Perdón

Específicamente no se ha realizado un estudio en específico que se dedique a estudiar la relación entre estos dos ejes temáticos, sin embargo, haciendo una revisión con este objetivo, se logran encontrar 4 categorías:

- 1. El perdón disminuye el distrés emocional:** se ha encontrado que el perdón al ser la transformación de emociones permite que se reduzca el estrés, el sentimiento de

venganza y la rumiación involuntaria, permitiendo así el aumento del CPT (Acero-Alvarado, 2020; Díaz y Prieto, 2021; García-Martínez, 2022).

- 2. El perdón dentro de la filosofía de vida:** La filosofía de vida es conocida como una de las áreas en las cuales se presentan cambios en el CPT, para esta, algunos estudios han demostrado que las personas suelen asociar el perdón en el afrontamiento religioso y el crecimiento espiritual, dando así un nuevo significado a la situación estresante, disminuyendo sentimientos de venganza y aumentando los niveles de reconciliación con sus victimarios o consigo mismos (Gómez y García, 2021, Montoya y Espitia, 2019; Romero-Madriñán, 2018).
- 3. El apoyo social permite el desarrollo del crecimiento postraumático y el perdón:** Las personas que se encuentran encausadas en proyectos personales (laborales o académicos) y aparte tienen un entorno familiar que pueda respaldar sus propósitos tienen mayores probabilidades de desarrollar el crecimiento postraumático y el perdón (Cruz, 2019).
- 4. El perdón incide en el crecimiento postraumático:** Cuando las personas son indulgentes y logran agregar el perdón hacia sí mismo y hacia otros, tomando una actitud de agradecimiento y benevolente es más sencillo que puedan desarrollar adecuadamente el CPT (Lee y Kim, 2021; Martincekova y Klatt, 2016; Sheridan y Carr, 2020).

Capítulo IV. Estudios Transculturales

Los estudios transculturales se caracterizan por ser aplicados en por lo menos, dos contextos socioculturales diferentes, no obstante, su objetivo podría variar, dependiendo si el investigador busca generalizar los datos, buscar diferencias psicológicas, buscar validación externa de estudios exploratorio o finalmente, aquellos estudios que estén orientados por la teoría (Vergara y Belluerka, 2000), lo cual, para cuestiones del estudio actual, se decidió hacer un abordaje transcultural para estudiar el modelo conceptual del CPT teniendo en cuenta el contexto y la cultura.

En otras palabras, este tipo de investigaciones se centran en analizar las semejanzas y diferencias en cómo las personas se comportan en diferentes actividades culturales y étnicas dentro de grupos sociales. También, buscan examinar cómo se relacionan diferentes aspectos, como factores psicológicos, socioculturales, ecológicos y biológicos. Otro tema de interés en los estudios socioculturales es el entender cómo estas variables están cambiando con el tiempo (Berry et al., 2002).

Por consiguiente, resulta imperativo destacar que el presente estudio adopta una perspectiva transcultural, dado que la cultura puede influir o modificar la manera en la que nos acercamos a un fenómeno particular. Desde una perspectiva teórica, esto se refleja en el CPT (Calhoun y Tedeschi, 2014), cuyo desarrollo conceptual ha sido principalmente influenciado por investigaciones realizadas en países angloparlantes y asiáticos. Por lo que es crucial considerar una mirada desde la perspectiva latinoamericana para identificar y esbozar estas características culturales, aportando así al enriquecimiento de la teoría.

Estudios transculturales en la metodología cualitativa

La naturaleza de la metodología cualitativa permite que se puedan conocer aspectos personales y particulares de las personas que han tenido una experiencia común, un hecho histórico o un caso específico. Puede parecer compleja la idea de que un estudio cualitativo se genere desde la transculturalidad, ya que esta no pretende comparar el universo de estudio, sino conocerle. No obstante, existen estudios que se desarrollan desde esta premisa, que en su mayoría han sido estudiados desde la enfermería, en cuanto a las habilidades que se tienen

como profesionales, el contacto con pacientes de culturas diferentes a la propia o aún para la promoción de la salud a nivel mundial (Soares et al., 2020; Larsen et al., 2021; Ning et al., 2023).

De igual manera, esta metodología se presenta como una alternativa para comprender los significados propios de las personas sobre algún tema en específico, permitiendo que se identifiquen similitudes o diferencias entre los contextos de estudio (Torres-López, 2011; Torres-López et al., 2012; Torres-López et al., 2018).

Igualmente, es importante comprender que la cultura, a la vez que, genera una identidad en las personas, también conecta con otras personas, nuevamente desde las similitudes y diferencias (Monroy et al., 2019), lo cual se toma como un interés de este estudio al abarcar los aspectos culturales como algo que puede aportar en la construcción de soluciones frente a violencias que se viven en conjunto.

Teniendo en cuenta lo anterior, se revisará cómo se han visto o conceptualizado los ejes temáticos en los países de Colombia y México exceptuando el CPT, ya que, al ser un concepto psicológico relativamente nuevo, no se cuenta con un significativo número de estudios que den cuenta de estos procesos en ambas sociedades.

Estudios de Abuso Sexual Infantil en Colombia y México

Colombia y México se encuentran dentro de los primeros lugares en Latinoamérica frente al abuso sexual infantil (Economist Impact, 2023), por lo tanto, es un tema que se observa recurrente en noticias, y aún en la investigación ha mostrado ser un punto de interés en mayor instancia de ámbitos judiciales frente a los procesos de acceso a la justicia como el peritaje y por otra parte, el estudio de la reconstrucción social desde movimientos sociales o acompañamientos psicoterapéuticos (Valdez-Santiago et al., 2020; Cristiano-López y Valenzuela-Castaño, 2020; Fernández-Tapia, 2021; Hernández-Palma et al., 2022; Carmona-Suárez, 2022; Campos-Arcos, 2023; Giles-Navarro, 2023).

Estudios de Perdón en Colombia y México

En cuanto al perdón los países se observan en una diferencia más observable, puesto que en Colombia se tuvo un momento de post conflicto en el cual se desarrollaron procesos de reparación de víctimas en donde esta temática estuvo muy presente, teniendo en cuenta que

los victimarios de diferentes crímenes tuvieron que pedir perdón a las víctimas del conflicto armado, lo cual desde la perspectiva social tuvo opiniones diferentes en donde las personas consideraban que no merecían el perdón, o dependiendo del crimen, o dependiendo de sus acciones reparativas, no obstante, esto dicho desde una perspectiva externa, donde a las víctimas que se les hizo acompañamiento psicosocial tuvieron un efecto emocional positivo (Gómez-Montañez, 2020; Perdomo-Vargas y Rojas-Silva, 2020; Vásquez-Santamaría, 2021; Cagüñas-Rozo, 2021; Domínguez et al., 2022).

Por otra parte, en México, el perdón es retomado desde la justicia restaurativa en procesos penales acusatorios como mecanismo alternativo de solución de controversias, conciliación o mediación para culminar el mismo, sin embargo, no se hace efectivo en situaciones de violencias o penas graves (Martínez-González, 2020; Cantizani-Mafllo, 2020), no obstante, no se encuentra algún tipo de artículo que haga entrever el tema de “perdón” dentro de las dinámicas sociales y/o clínicas.

Modelo de Dimensiones Culturales de Hofstede

Este modelo parte desde la idea que las culturas nacionales pueden examinarse a través de diversas dimensiones clave que describen cómo las personas en distintas sociedades perciben y abordan temas relacionados con el poder, la incertidumbre, la identidad, el género, el tiempo y el placer, ofreciendo un marco para entender las diferencias culturales de los países y cómo estas afectan el trabajo y la sociedad (Hofstede et al., 2010), las principales dimensiones del modelo son:

- Distancia de Poder: Analiza cómo una sociedad gestiona las desigualdades de poder entre sus miembros.
- Individualismo vs. Colectivismo: Investiga si las personas se orientan más hacia sí mismas o hacia el grupo.
- Motivación hacia el logro y el éxito: Examina la preferencia por roles de género tradicionales (competencia, éxito) en contraste con la cooperación y la calidad de vida.
- Evasión de la Incertidumbre: Mide el nivel de incomodidad que sienten las personas ante la incertidumbre y la ambigüedad, así como su deseo de evitarlas.

- Orientación a Largo Plazo vs. Corto Plazo: Evalúa si una cultura se centra más en logros futuros y perseverancia, o en el pasado y presente, incluyendo tradiciones.
- Indulgencia vs. Restricción: Mide hasta qué punto una sociedad permite la satisfacción de deseos inmediatos y el disfrute de la vida en comparación con la regulación y el control social.

Desde la psicología, ofrece una perspectiva sobre cómo los valores culturales influyen en el comportamiento individual y social.

Aspectos culturales México - Colombia

En cuanto a las similitudes y diferencias encontradas en México y Colombia, se hizo una comparación a partir de la página web de The Culture Factor (2024) con los datos de estudios de Hofstede (ver Figura 2).

Figura 2

Comparación cultura México y Colombia según Hofstede



Fuente: The Culture Factor (2024). Nota: la barra de color naranja representa a México y la barra de color gris a Colombia. De igual manera, los hallazgos se interpretan en términos de posición, los números más cercanos a 1 ocupan los primeros lugares en la presencia de esa dimensión, mientras que los números más alejados del 1 cuentan con menores características en torno a la dimensión en cuestión.

En la Figura 2, es posible observar que, ambos países comparten similitudes en sus puntuaciones, sin embargo, se explicará a continuación cada una de las dimensiones:

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil

- Distancia de Poder: Ambas culturas aceptan las jerarquías, pero México presenta una diferencia más marcada en la relación entre los que ostentan el poder y los subordinados.
- Individualismo vs. Colectivismo: En ambos países, las personas tienden a apoyarse en las redes familiares y comunitarias, pero México muestra una pequeña inclinación hacia una mayor independencia personal.
- Motivación hacia el logro y el éxito: Ambos países comparten una cultura más orientada hacia la competitividad y el logro, con un leve énfasis mayor en México.
- Evasión de la Incertidumbre: Las sociedades de ambos países buscan minimizar la incertidumbre, con poca diferencia entre sus niveles de incomodidad hacia lo impredecible.
- Orientación a Largo Plazo vs. Corto Plazo: En esta dimensión se encuentran las mayores diferencias entre ambos países. México presenta una mayor orientación al largo plazo, mientras que Colombia se aleja del largo plazo acercándose a su contraparte que sería dar mayor importancia al corto plazo.
- Indulgencia vs. Restricción: En ambas sociedades, la indulgencia es alta, pero en México se refleja de manera aún más pronunciada, con una cultura más permisiva y enfocada en el disfrute.

Por lo tanto, una interpretación general de ambos países sería:

- México tiende a mostrar una mayor aceptación de las jerarquías (distancia de poder), un enfoque ligeramente más alto en logros personales (masculinidad), y una mayor indulgencia en cuanto a la gratificación de los deseos y placeres.
- Colombia, aunque comparte muchas similitudes con México, es más tradicional y conservadora en términos de mantener sus costumbres y tradiciones, y tiene una menor disposición a adaptarse o cambiar en función del futuro (orientación a corto plazo).

Ambos países valoran las relaciones colectivistas, la estabilidad frente a la incertidumbre, y las jerarquías sociales, no obstante, México presenta una perspectiva más marcada al largo

plazo, mientras que Colombia presenta una adherencia más estricta a las normas tradicionales.

Estrategia Metodológica

Paradigma Epistemológico

El paradigma escogido para llevar a cabo el estudio es el paradigma socio constructivista, el cual indica que el conocimiento llega a ser transaccional y subjetivo, lo cual significa que al hablar de un fenómeno en específico hay personas que pueden construir desde diferentes puntos de vista, contando su experiencia personal y el significado propio de su experiencia.

Para esto, el paradigma expresa que la naturaleza del conocimiento va desde la reconstrucción individual y/o colectiva que lleguen a un punto medio para poder explicarlo, el cual se puede ir acumulando a partir de la reconstrucción de experiencias buscando tener la mayor información posible y de manera sofisticada, haciendo alusión a que el conocimiento y la experiencia de las personas no se construye de manera ligera, sino que busca a que el investigador se introduzca de manera profunda en las experiencias de los/las participantes (Guba y Lincoln, 2005).

De igual manera, para las investigaciones con este paradigma es importante tener en cuenta el contexto, debido a que el conocimiento se construye de manera social, ya que este puede forjar cómo las personas interactúan y experimentan ciertos fenómenos, al mismo tiempo de entender cómo ese espacio influye en la construcción de las experiencias personales para las personas.

Esto quiere decir que lo que podrá aportar el paradigma socio constructivista al estudio actual será en cómo las personas comprenden, experimentan y expresan el fenómeno del crecimiento postraumático compartiendo una experiencia de abuso sexual infantil, es decir, las personas que han vivido este tipo de violencia, tienen una experiencia implícita la cual puede haber ayudado a la persona a considerarse sobreviviente o a continuar en su categoría de víctima, por esto, se busca ahondar en el proceso de construcción que tuvo este para llegar a este punto.

Por último, se debe comprender que la investigación socio constructivista busca el conocimiento desde la interacción de las personas y el contexto, a partir de cómo el individuo experimenta el fenómeno social.

Metodología Cualitativa

La investigación cualitativa se dedica al estudio de fenómenos sociales y experiencias subjetivas mediante un método más flexible. Esto permite que la psicología tenga una perspectiva amplia al describir hechos de casos específicos, explorando significados subjetivos, experiencias y prácticas cotidianas a través de narraciones y discursos (Flick, 2007).

No obstante, uno de los fundamentos de los estudios cualitativos radica en la complejidad del objeto de estudio: el objeto determina el método, no al revés. En el caso actual, el foco recae en las experiencias de vida de individuos que han atravesado un fenómeno común. A partir de esto, se exploran ciertos ejes de análisis, lo cual refleja una complejidad que no puede reducirse a una única variable individual, sino que permite una amplia gama de posibilidades en la exploración.

Dentro del ámbito de la investigación cualitativa, existen diversos enfoques. Para este estudio, se empleará la fenomenología, la cual se explicará a continuación:

Enfoque Fenomenológico

La fenomenología se centra en el estudio de las experiencias individuales ante fenómenos específicos, adoptando un enfoque sistemático en su investigación. En este sentido, se toma en consideración el proceso delineado por Rodríguez et al. (1999), el cual comprende seis etapas: 1) descripción del fenómeno, 2) exploración de perspectivas, 3) identificación de la esencia y estructura del fenómeno, 4) construcción del significado, 5) suspensión de juicios y 6) interpretación del fenómeno.

Estas fases enfatizan la exploración del significado personal de cada individuo, profundizando en el análisis de la estructura y cómo se configura en la conciencia individual. En el contexto de nuestro estudio, este diseño se adapta perfectamente, ya que busca comprender un fenómeno específico a través de las experiencias de vida de los participantes.

Este enfoque permite explorar el significado subjetivo que estos atribuyen a dicho suceso, en relación con los ejes de análisis propuestos.

Fenomenología Interpretativa

Dentro del ámbito fenomenológico, diversas corrientes ofrecen enfoques distintos. Para este estudio, se adoptará la perspectiva interpretativa, enfocada en la intersubjetividad de la experiencia. Esta corriente se interesa por cómo los significados y las interpretaciones son compartidos, y cómo interactúan en contextos sociales (Sanguino, 2020).

En este marco, se otorga relevancia a la reflexividad del investigador, reconociendo la posibilidad de sesgos en el proceso interpretativo. Se entiende que dicho proceso es activo y subjetivo. Al realizar la descripción fenomenológica, el objetivo es comprender la experiencia vivida por los participantes, priorizando la riqueza y singularidad de sus relatos, evitando así la generalización o reducción de la experiencia (Iriarte-Pupo, 2021).

Además, el análisis contempla las características socioculturales e históricas de los participantes, reconociendo la influencia de su interacción contextual, social y cultural en sus perspectivas hacia el fenómeno social.

Epojé

Como psicólogo reconozco la importancia de estudiar el ASI como un problema de salud pública, al igual que el CPT como concepto que promete ser un factor relevante en la recuperación de traumas, no obstante, como investigador que ha decidido tener una visión fenomenológica interpretativa, es importante realizar el ejercicio de epojé en donde pueda presentar mis preconcepciones acerca de los temas a estudiar, para así reconocer que, la interpretación que se haga en los análisis sea la más acercada a los apartados teóricos y no a mis prejuicios como investigador.

Para iniciar es necesario reconocer que conozco el ASI no solamente como psicólogo, sino como sobreviviente de este tipo de experiencias, por lo tanto, conozco y sé de primera mano lo que causa este tipo de violencias en las personas que lo vivimos. Mis primeras concepciones es que el vivir abuso me ha generado consecuencias negativas y he tenido momentos en los cuales no lograba identificar algo positivo de haber vivido ese trauma.

Mis pre-conceptos se mantenían fuera de lo teórico puesto a que por mucho tiempo estuve alejado de estudiar, leer o mostrar algún tipo de interés de abordar estos casos, no obstante, a partir de diferentes sucesos en mi vida que me han llevado a reconocer que el levantar la voz por una causa social puede ayudar a los demás, tomé la decisión de estudiarlo más a fondo y acercarme a él como una hoja en blanco, con toda la disposición de aprender, tanto de las teorías como de las personas que hablan de ello.

En este proceso que relato anteriormente, de levantar la voz por una causa, conocí el concepto de “crecimiento postraumático” el cual resonó dentro de mi interés por la psicología positiva y mi propia recuperación, identificando que he podido tener un crecimiento en mi historia personal, de manera en que reconozco que el tipo de vivencia que tuve me llevó a estudiar ciertos temas, comportarme de cierta manera y trazarme ciertos objetivos.

No obstante, al estudiar este nuevo concepto para mí tomó mucho sentido, puesto que me ayudaba a comprender mi experiencia, no obstante, a partir de asesorías con docentes investigadores y ubicar un pensamiento más crítico sobre el concepto encontré críticas y vacíos teóricos que me dejaban ver que el concepto todavía no tenía una teoría completamente estructurada, lo que permitía la oportunidad de estudiarlo en un contexto latinoamericano.

Siguiendo con este abrir de ojos, pude encontrar aquellos aspectos en los que quería abordar para profundizar en mi estudio, pero, en el momento actual sólo un modelo que está construido conceptualmente para abordar el crecimiento postraumático, por lo que, me dediqué a estudiarlo para poder basar la construcción de la guía de entrevista y el análisis de los datos desde este modelo.

En conclusión, entiendo desde mi experiencia que, a pesar de vivir este tipo de trauma en la infancia, es posible tener cambios positivos a lo largo de la vida. No obstante, como investigador, reconozco la importancia de dejar estos prejuicios o preconceptos, para así, fijarme en la información rescatada de los apartados teóricos y de los hallazgos encontrados a partir de las narraciones y de esta manera, poder desempeñar un estudio fenomenológico de manera adecuada.

Contexto

En el vasto y diverso contexto latinoamericano, las distintas formas de crianza reflejan tradiciones arraigadas y valores diversos. Esta región exhibe una amalgama de prácticas y estilos de crianza que varían significativamente de un país a otro. La crianza se ve influenciada por factores como tradiciones familiares, contextos socioeconómicos y estructuras patriarcales profundamente arraigadas. Algunos hogares aún siguen modelos autoritarios donde la figura paterna es la autoridad indiscutible, perpetuando roles de género rígidos y reforzando el machismo (Quirós-García, 2023; Uezen-Bozzi et al., 2022).

Este machismo influye en la percepción del valor de la mujer en la sociedad y se relaciona con la prevalencia de la violencia de género. Sin embargo, se observa una transición hacia modelos más participativos y democráticos en la crianza. A pesar de esto, el machismo latente sigue siendo un obstáculo importante para abordar abiertamente la problemática de la violencia sexual (Fustamante-Sempertegui, 2021; Giraldo et al., 2023).

El arraigado machismo ha creado obstáculos significativos para hablar sobre la violencia sexual. Estigmatizar la vulnerabilidad masculina dificulta que los hombres busquen ayuda o compartan sus experiencias de violencia. Además, la cultura del silencio y la vergüenza rodea este tema, inhibiendo a las víctimas, especialmente mujeres y niños, para denunciar y buscar apoyo (Fernández-García, 2023).

En países como México y Colombia, se enfrentan desafíos considerables al tratar la violencia sexual. La falta de infraestructura legal y de apoyo sólida, junto con la desconfianza hacia las instituciones, dificulta la denuncia y la persecución efectiva de los agresores. La desigualdad socioeconómica y la limitada accesibilidad a recursos educativos también contribuyen a esta problemática, dejando a amplios sectores de la población en situación de vulnerabilidad (Cano-Blandón, 2021; Gumera-Roa, 2020; Valencia-Londoño, 2020).

El estudio actual se llevó a cabo en dos contextos diferentes los cuales son Morelia, Michoacán, en México y Cúcuta, Norte de Santander, en Colombia. Se decide realizar en ambos contextos para poder contemplar aspectos transculturales, lo cual es factible al tomar en cuenta la facilidad que tiene el investigador para poder acercarse a la población.

*Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron
Abuso Sexual Infantil*

Ambas ciudades están alejadas de la capital de su respectivo país y su origen data de hace varios siglos. Por otra parte, se encuentran similitudes entre los contextos, en primer lugar, ambos países encabezan la lista latinoamericana de incidencia por abuso sexual infantil realizada por *Economist Impact* (2023), en donde México ocupa el segundo lugar con una puntuación de 64.7 sobre 100 y Colombia el cuarto lugar con una puntuación de 59.7 sobre 100, en la cual se toman en cuenta datos como los casos de denuncias y la incidencia de la violencia.

Ahora bien, en cuanto a las ciudades específicas de Morelia y Cúcuta, los ciudadanos tienen una percepción de inseguridad social, la primera teniendo un porcentaje del 63.1%, ahora bien, para la segunda de esta no se tiene una estadística equitativa al dato anterior, sin embargo, según reportes se clasifica como una de las ciudades más peligrosas de Colombia. Estos datos se registran en ambos países como parte los informes del primer semestre del año 2023 (INEGI, 2023; Salazar, 2023).

Por otra parte, se resalta que, en el año 2023, Cúcuta cuenta con 795.608 habitantes y Morelia con 988,704 habitantes al año 2023.

Teniendo en cuenta que, para que se lleve a cabo el proceso de la construcción del crecimiento postraumático es importante la historia personal de los individuos y el contexto en el que se desarrolla la persona antes y después del evento traumático, se pretende identificar características propias de los entornos socioculturales para comprender elementos alrededor de su experiencia de abuso sexual infantil, tales como, la información que las familias o comunidades dieron a las participantes acerca del abuso sexual infantil.

Participantes

Tabla 1

Características de las y los participantes

No.	Sexo		Nivel de estudio	Ciudad		Ocupación	Acercamiento al estudio	Edad de abuso	Edad actual	Relación con abusador	Multi trauma	
	F	M		M	C						SÍ	NO
1		X	Pregrado	X		Trabajador del gobierno	Redes del investigador	6	35	Primo		X
2	X		Pregrado	X		Psicóloga	Redes de maestras de la facultad	5	27	Vecino		X
3	X		Pregrado	X		Estudiante de psicología	Redes de maestras de la facultad	7	22	Tío		X
3	X		Posgrado	X		Psicóloga	Redes del investigador	6	27	Abuelo / Desconocidos	X	
5	X		Pregrado		X	Jefe de enfermería	Redes del investigador	5	27	Primo / Hermanastro	X	
6	X		Tecnología		X	Tecnóloga en trabajo social	Redes de conocidos del investigador	7	29	Primos / Abuelo	X	
7	X		Pregrado		X	Estudiante de licenciatura en matemáticas	Redes de conocidos del investigador	9	21	Amigo del padre		X
8	X		Pregrado		X	Psicóloga	Charla presencial con investigador	7	27	Desconocido		X

Fuente: Elaboración propia. Nota: el orden de los participantes hace alusión al orden en que fueron seleccionados. F= Femenino, M= Masculino; M= Morelia, México, C = Cúcuta, Colombia.

Acercamiento al Universo de Estudio

Las ciudades a estudiar por parte del investigador principal fueron escogidas por conveniencia de este, puesto que nació y creció en Cúcuta, Norte de Santander, Colombia y al momento de realizar el estudio, este residía en Morelia, Michoacán, México. Agregando a esto, el investigador había participado activamente en espacios LGTB+ y feministas en los cuales había identificado que los temas de sexualidad eran tocados abiertamente, desde la educación, prevención, sensibilización y acompañamiento, por esto, se trató de hacer un

acercamiento a grupos de estos movimientos sociales para invitar a hacer parte de la investigación y poder conocer personas que pudiesen participar en el estudio, no obstante, la respuesta no fue positiva, los grupos rechazaron la invitación, por lo que fue necesario buscar otras estrategias para seleccionar personas que quisieran participar en el estudio.

Reconociendo la facilidad en que se comparte la información en las redes sociales, se tomó la decisión de diseñar una invitación al proyecto expresada en una imagen, para así, convocar a personas de manera anónima a hacer parte del estudio (ver apéndice A), esta fue compartida por redes sociales como WhatsApp, Facebook e Instagram, de igual manera, se pidió a conocidos que compartieran dicha imagen, como estrategia de bola de nieve, la cual permitió que se tuviera un acercamiento a las 8 participantes del estudio de manera adecuada.

Características de Participantes

En la presente investigación participaron 8 personas adultas, 4 mexicanas y 4 colombianas, cuyas edades fluctuaron de entre los 21 a los 35 años, todas vivieron en su abuso sexual en su infancia (para más información sociodemográfica, ver Tabla 1). Al encontrarse todas ellas en una etapa de ciclo vital adulta les permite haber desarrollado su pensamiento abstracto (McElheran et al., 2012), lo cual es una función cognitiva necesaria para poder reflexionar sobre el abuso y los cambios que han tenido a lo largo de su vida.

Uno de los requisitos del estudio fue que sus participantes vivieran en Morelia, Michoacán, México o en Cúcuta, Norte de Santander, Colombia, en el momento en que se llevaba a cabo el estudio.

Por último, la persona que quisiera participar en el estudio, debía contar con todas las capacidades mentales para responder la entrevista, por lo que, se descartarían personas que tuvieran algún problema de desarrollo cognitivo y/o de expresión verbal.

Técnicas de Recolección de Datos

Entrevista a Profundidad

En esta se tomó un enfoque de historia de vida (Sanjuan, 2019) con la intención de abarcar la construcción del CPT desde los cambios cognitivos y comportamentales, profundizando sobre los elementos, personas y acciones que permitieron tener cambios en la vida de la persona y el sentido que se le adjudican, al igual que abordar el eje del perdón y la relevancia que este ha tenido frente a su crecimiento personal.

La entrevista constó de 28 preguntas abiertas que fueron elaboradas de la siguiente manera:

Paso 1. Primer banco de preguntas. En un primer momento, se buscó hacer la categorización de los ejes temáticos para lograr generar preguntas que estuvieran direccionadas a abordar cada una de las subdimensiones y respondieran a los objetivos trazados, luego de esto, se trabajó con la inteligencia artificial (IA) chat GPT, para generar un banco de preguntas, para lo cual se utilizaron los siguientes promts:

“Estoy desarrollando una entrevista a profundidad con perspectiva de historia de vida, el objetivo de la investigación es: conocer la construcción del crecimiento postraumático y el papel del perdón en adultos que vivieron abuso sexual infantil, para esto, necesito preguntas abiertas que me ayuden a abordar el tema de (dimensión) del (crecimiento postraumático/ perdón), que según el modelo conceptual significa (explicación) y puede ser entendido a partir de estos ejemplos (insertar ejemplo).”

Luego de esto, la IA generó alrededor de 10 a 12 preguntas de las cuales se hizo una revisión de estas, descartando aquellas que fueran:

- a) Preguntas que tuvieran lenguaje muy técnico y difícil de entender para público no académico.
- b) Preguntas que llegaran a ser amenazantes o vergonzosas de responder por los participantes.
- c) Preguntas invertidas, por ejemplo, ¿no sueles cuidarte a ti mismo?
- d) Preguntas que tuvieran un sesgo de respuesta o indujeran a una respuesta.

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil

Se tuvieron en cuenta los ejes temáticos, dimensiones y subdimensiones desde el modelo conceptual del crecimiento postraumático (Calhoun y Tedeschi, 2014), haciendo mayor énfasis en este eje temático, por parte del perdón, se basó en la definición realizada por Enright (2006), por otra parte, la experiencia de abuso no fue abordada en esta primera versión.

De esta verificación, se tomaron un total de 68 preguntas para los ejes temáticos, en primer lugar, las dimensiones de los ejes temáticos se estructuraron teniendo en cuenta el modelo conceptual (Calhoun y Tedeschi, 2004), tal como se observa en la Tabla 2.

Tabla 2

Dimensiones de ejes temáticos

Eje temático	Dimensión	Sub dimensión
Habilidades Pre-trauma	Redes de apoyo social	Emocional
		Material
	Estrategias de afrontamiento	Identificación de afrontamiento
		Evitación
Crecimiento Post-traumático	Creencias y valores personales	Creencias
		Valores
	Cambios cognitivos	Rumiaciones
		Distrés emocional
Cambios comportamentales		Hablar del evento traumático
		Cambios en la relación consigo mismo
	Cambios en la relación con los demás	
Perdón	Perdón emocional	Cambios en la filosofía de vida
		Transformación de las emociones
Víctima / Sobreviviente	Concepto de perdón	Autoconcepto de perdón
		Autopercepción frente al trauma

Fuente: Elaboración propia.

Paso 2. Reevaluación de la matriz. En este momento, se tuvo el objetivo de releer las preguntas, repensar la estructura de la estructuración de los ejes y disminuir la cantidad de preguntas, para esto, se tuvo el apoyo de la directora de tesis con quien se acordó lo siguiente:

- 1) El cambio de la filosofía de vida como cambio cognitivo en vez de comportamental.
- 2) Eliminación de los ejes “habilidades pre trauma” y “víctima/ sobreviviente”, teniendo en cuenta que las otras preguntas podían dar esta información.

Como resultado de este paso se logró reducir el número de preguntas de 68 a 26 preguntas, de igual manera, surge la propuesta de hacer un jueceo de las preguntas por personas que no sean expertos en el tema y que no estuvieran vinculadas con el ejercicio investigativo, para poder ajustar el lenguaje de las preguntas y asegurar que la aplicación de estas daría información suficiente para responder a los objetivos.

Paso 3. Jueceo por personas no vinculadas con el ejercicio investigativo. Para esto, se toma a una persona de Morelia, Michoacán, México y una de Cúcuta, Norte de Santander, Colombia, los cuales no tuvieran un contacto actual con el ejercicio académico o profesional de la investigación, a estas personas, se les presentó una matriz (ver Tabla 3) en donde se encontraba la pregunta y cuadros de diálogo en los que se esperaba pudieran dar observaciones y responder a la pregunta “¿es adecuada esta pregunta?”

Tabla 3

Matriz de jueceo

No.	Pregunta	¿Es adecuada esta pregunta?	Observaciones
-----	----------	-----------------------------	---------------

Fuente: Elaboración propia.

Al obtener la respuesta de las personas no expertas se obtuvieron los siguientes hallazgos:

- Agrupación de preguntas que pudiesen significar lo mismo.
- Cambiar el orden de algunas preguntas para mejorar la comprensión.
- Ajustar la expresión “filosofía de vida” a un lenguaje más convencional.

Paso 4. Jueceo de expertos. Con la misma matriz diseñada para el jueceo anterior, se acude a las miembros del comité para hacer los ajustes necesarios, en este paso, se obtuvo respuesta de una miembro del comité la cual indicó lo siguiente:

Hay que cuidar el efecto de la deshabilidad social a fin de cuidar que el participante no entienda que esperamos que haya realizado un cambio. Cuidar no dirigir. Las preguntas de perdón se tienen que trabajar, porque solo estás hablando del perdón a sí mismo. Además, asumes que se tienen que perdonar ¿de qué? Primero explorar si se considera responsable,

o siente que se tiene que perdonar por el ASI. Y finalmente dado que la consideración es que el perdón influye en el crecimiento postraumático, hace falta una pregunta que vincule ambas categorías (perdón y crecimiento postraumático).

A partir de esto se hacen adecuaciones a la guía de entrevista.

Paso 5. Pilotaje. En este paso, se pide su participación a una persona adulta que pasó por una situación traumática en su infancia, esta no fue de ASI, sino de violencia intrafamiliar; la entrevista se desarrolló por videoconferencia en la plataforma Google Meet, se hizo grabación de pantalla para posteriormente hacer la transcripción.

En el pilotaje, se logra abordar al entrevistado de manera adecuada, hay buen flujo de respuesta y hay habilidad para profundizar por parte del investigador, al finalizar la entrevista se toma el tiempo de 1 hora con 10 minutos.

En el proceso de transcripción del pilotaje se reconoce la necesidad de profundizar en el significado de acciones que le ayudan a generar los cambios cognitivos y comportamentales, al igual que en el elemento cultural.

Paso 6. Consolidación. A través del proceso descrito se obtuvo como resultado la guía de entrevista que se aplicó a los participantes (ver Apéndice B), en la cual se englobaron los ejes temáticos como muestra la Tabla 4.

Tabla 4

Dimensiones de análisis

Eje temático	Dimensión	Definición
Abuso sexual infantil	Tipo de trauma	<i>Descripción general del evento traumático que vive la/el participante.</i>
	Recursos pre trauma	<i>Se indaga frente a aquellos recursos que pudo haber aprendido la/el participante antes de vivenciar el trauma, en este se tiene en cuenta: Funcionalidad familiar; Estrategias de afrontamiento familiares; Rasgos de personalidad; Contexto sociocultural.</i>
	Hablar del trauma	<i>Se trata de identificar a quién le habló en primer momento acerca del evento</i>

		<i>traumático y el tipo de respuesta que obtuvo (apoyo, juzgamiento, entre otros.)</i>
	Acompañamiento psicológico	<i>Identificar si la persona ha tenido acompañamiento psicoterapéutico, por cuánto tiempo y qué tipo de acompañamiento.</i>
Crecimiento postraumático	Cambio en las rumiaciones	<i>Conocer el cambio que ha existido en los pensamientos y sensaciones que se presentan frente al evento traumático en el paso del tiempo.</i>
	Cambio en el distrés emocional	<i>Conocer el cambio que ha existido en las emociones que se presentan frente al evento en el paso del tiempo.</i>
	Cambio en la relación consigo mismo	<i>En la relación consigo mismo, se busca conocer qué estrategias se han desarrollado para cuidarse a sí mismo.</i>
	Cambio en la relación con otros	<i>En la relación con otros, se busca conocer qué tipo de cambios tiene para cuidarse de los otros, cuidar a los suyos o enfocar su atención en algún grupo social específico, etc.</i>
	Cambio en la filosofía de vida	<i>Qué tipo de filosofía, ideología y/o pensamiento se ha desarrollado en el tiempo que le ayude a vivir su vida.</i>
Perdón	Concepto de perdón	<i>Cómo concibe esta persona el perdón.</i>
	Perdón frente al evento traumático	<i>Reconocer si existe la transformación de pensamientos y emociones frente al evento traumático, teniendo en cuenta: perdón a sí mismo, perdón al abusador, perdón a la situación.</i>
	Perdón como facilitador del CPT	<i>Describir los cambios que les ha generado la acción de perdonar a las/los participantes.</i>

Fuente: Elaboración propia

El resultado final, tuvo como diferencia de la primera versión, el establecimiento de la experiencia de abuso como pregunta relevante en el estudio, para poder identificar ciertos aspectos de la historia personal y del comportamiento familiar; luego de esto, se ajustó el modelo conceptual del CPT para abordar solamente los cambios percibidos de manera cognitiva y de manera comportamental; por último, en cuanto al perdón, se trató de identificar momentos en que las participantes hayan realizado esta acción y si en algún momento la relacionaban con los cambios positivos de su experiencia o no.

Procedimiento

Con base en la Figura 3, se presenta una descripción detallada de cada una de las participantes y de cada uno de los canales por los que accedieron a la participación.

- De las redes personales del investigador principal se obtuvo la participación de tres personas. A) la primera persona en contactar con el investigador (Caso 1), indicó tener un conocido que había pasado por una situación de abuso, al continuar la conversación con el investigador, se indica que este conocido no existía, sino que era esa misma persona, quien accedía a participar en el estudio, no obstante, no lo había contado anteriormente, por lo que se sentía con cierta pena de aceptar haber vivido esa situación. B) la segunda persona en contactar con el investigador (Caso 5), indicó que quería participar en el estudio, ya que, no había hablado de ese evento antes en su vida y esperaba que el hablarlo le permitiera sanar el evento. C) la tercera persona en contactar con el investigador (Caso 4), indicó que le había interesado el objetivo del estudio y esto le motivó a participar, puesto que había estado expuesta a los temas a tratar con anterioridad.
- Por parte de la directora de tesis, compartió la información con docentes de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, las cuales también las compartieron en sus redes, por lo tanto, a través de redes de los maestros de la UMSNH se obtuvieron dos participantes, quienes contactaron al investigador por medio de esta estrategia (Caso 2 y 3) indicaron que, una maestra con la que habían tenido clase y le tenían confianza, les compartió la imagen, por lo que, se animaron en participar, para así, poder apoyar los estudios enfocados en el ASI y que sus hallazgos pudieran aportar a la vida de otras personas.
- Por parte de las redes sociales de conocidos del investigador, se contactaron dos participantes. A) la primera persona en contactar con el investigador (Caso 6) indicó que una prima del investigador le invitó personalmente, ya que, conocía su historia personal y que, al estudiar una técnica en trabajo social, comprendía la importancia de los estudios sociales, por lo que quiso aportar con el estudio. B) la segunda persona en contactar con el investigador (Caso 7), mencionó que le llamó

la atención el objetivo del estudio, al estar en una carrera universitaria, le interesó poder aportar al estudio desde su experiencia.

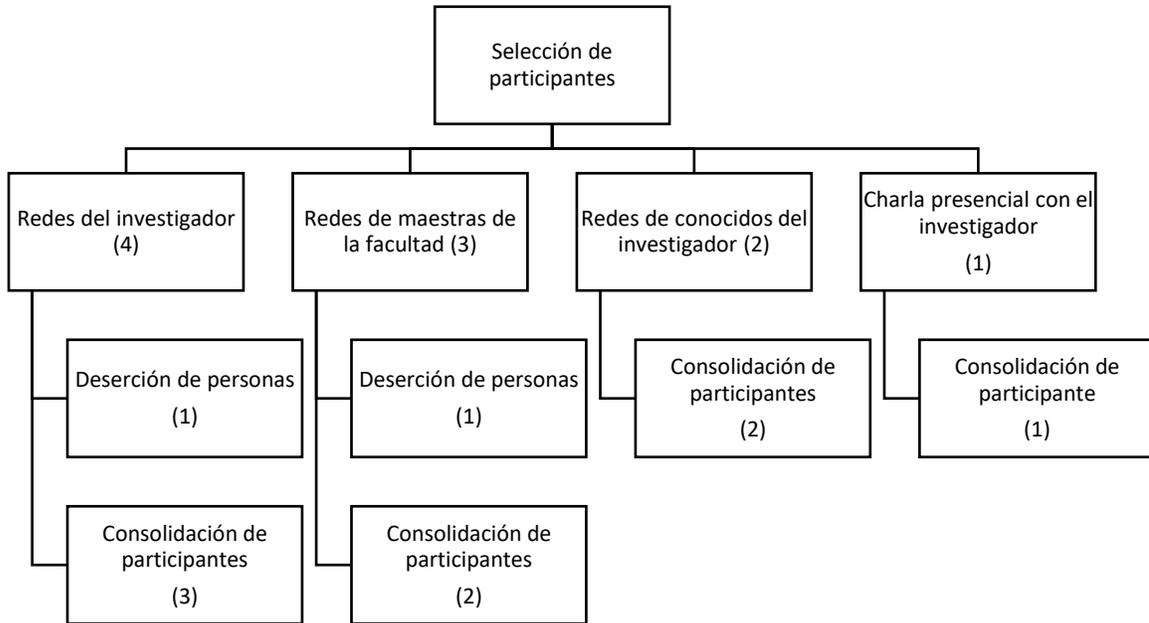
- La última participante (Caso 8) fue invitada por parte del investigador, al conocer su historia personal, teniendo en cuenta que estos tuvieron una relación cercana como compañeros de estudio, ambos se encontraban en una comida social, en donde el investigador compartía acerca del estudio y el objetivo, mientras la participante escuchó acerca de esto, mostró interés en participar y en poder aportar desde su experiencia.

Después de los primeros contactos con las participantes, se agendaron las entrevistas, que fueron llevadas a cabo de la siguiente manera:

- En Morelia, aprovechando que el investigador residía en la ciudad, se tuvo la facilidad de entrevistar a 3 personas de manera presencial, solamente el caso 2 fue entrevistado de manera virtual, puesto que se encontraba a las afueras de Morelia por cuestiones laborales.
- En Cúcuta, el investigador realizó un viaje entre diciembre del 2023 y la primera semana de febrero del 2024 en donde se aprovechó para entrevistas a 3 personas de manera presencial, en cuanto al caso 5, se tuvo que hacer una entrevista virtual puesto que se tuvo que realizar en el mes de noviembre del 2023 cuando esta se encontraba por viajar a España.

Figura 3

Proceso de convocatoria y selección de adultos que vivieron ASI



Fuente: Elaboración propia. Nota: las deserciones se dieron por desinterés o por falta de tiempo para agendar la entrevista, la participante que se integra al estudio después de una charla presencial con el investigador, se agrega un mes después de haber consolidado a las/los otros participantes, se integra con el interés y motivación personal de apoyar el estudio.

Estrategia Analítica de los Datos

Como estrategia analítica se tomó en cuenta el análisis fenomenológico interpretativo (AFI), ya que se enfoca en la experiencia subjetiva de los participantes, y busca identificar los significados que le otorgan a sus vivencias. Este enfoque implica una interpretación profunda de los datos, con el objetivo de identificar patrones y temas emergentes, y de comprender los significados construidos por los participantes. El AFI también busca generar una descripción detallada de las experiencias particulares tal como son vividas y entendidas por las personas, considerando el contexto social y cultural en el que se desarrollan las experiencias de los participantes (Duque y Aristizábal, 2019; Duque 2022).

La razón para escoger este tipo de estrategia es que este enfoque permite una comprensión profunda de la experiencia subjetiva de los participantes, lo cual es necesario para que se

clarifique cómo es la construcción del CPT que han tenido las participantes, además, la flexibilidad de este análisis permite que se aplique en diferentes contextos, por lo que, como estudio transcultural es un punto clave.

Proceso de análisis

Transcripción de las entrevistas: En un primer momento, se realizó una transcripción de las entrevistas por medio de una IA llamada Transkriptor, la cual facilitó el proceso de lectura.

Lectura de las entrevistas: Para esto, con la ayuda de la opción de comentarios en la aplicación “Word”, se escribieron las primeras interpretaciones y pensamientos por parte del investigador.

Identificación de temas centrales: Mientras se hacía la lectura de las entrevistas, se identificaban temas que mostraban ser relevantes en el caso, por lo que, se agrupaban unidades de sentido en la entrevista para conformar estos temas centrales.

Lo anterior se explica de la siguiente manera, al revisar las entrevistas se encontraban frases como “*cuando pude quitarme la culpa me sentí mejor*” y “*yo tuve un cambio grande cuando entendí que no tenía la culpa*”, se les da el nombre de: “*desprendiéndome de la culpa*”, el cual, habiendo estado presente en 5 casos se convierte en un tema central tanto en el caso como en el estudio.

Identificación de temas superiores: Al haber identificado los temas centrales se hizo una revisión para poder agrupar estos temas centrales en otra organización, donde se ubican los temas superiores.

Lo anterior se explica de la siguiente manera, el tema central de “*desprendiéndome de la culpa*” se entiende como una acción que ayudó a las participantes a tener un cambio, por lo que puede agrupar en un tema superior que tenga como nombre “*acciones para el crecimiento postraumático*”, si en llegado caso hubiese más temas centrales que indiquen acciones para este crecimiento.

Presentación de hallazgos por caso: Para este apartado de hallazgos individuales, se hizo una presentación de cada caso, seguido por una matriz que abordaba la categorización

previamente establecida, haciendo ajustes a la matriz según la generalidad o no de la información en cada caso, para así, finalizar con una presentación de los temas centrales de cada caso.

Presentación de hallazgos por ejes temáticos: Aquí, se tuvieron en cuenta los hallazgos de las matrices de categorización, los temas centrales por cada caso y los temas superiores del estudio, para hacer una revisión transversal de los 8 casos e interpretar cómo las participantes lograron llegar al crecimiento postraumático o no, según sus experiencias.

Aspectos Éticos

Teniendo en cuenta la sensibilidad del tema al estudiar del abuso sexual infantil o experiencias de este tipo se reconoce que la participación del investigador debe ser de compasiva, sensible y sin juicio (Omart et al., 2015), para esto el autor cuenta con capacitaciones en primeros auxilios psicológicos y en técnicas de intervención cognitivo conductuales, aparte de esto, cuenta con experiencia en atención clínica, si en llegado caso alguien de las/los participantes puede llegar a presentar una crisis al hablar del tema.

Dentro de la entrevista se trató de no ahondar en el hecho victimizante para poder evitar cualquier tipo de re victimización, teniendo interés en hablar del tema sólo si la persona está de acuerdo. De igual manera, la identidad de las/los participantes se cuidará manteniendo sus nombres en secreto con un código escogido junto con ellas/ellos, al caracterizar los casos o las participaciones, se tratará de no ser muy específico en el reporte de los datos, para poder evitar que alguien externo les pueda identificar.

Al primer contacto con las/los participantes se les entregó el consentimiento informado (ver apéndice C) en el cual se les explicará las condiciones que tendrá el entrevistador para cuidar de su participación y sus datos, dejando en claro el fin último de los datos y que su participación puede durar hasta donde se sienta cómoda/cómodo, dejando en claro que, por haber firmado el consentimiento, no se es obligatorio cumplir todo el proceso de la investigación.

Teniendo en cuenta lo anterior, las consideraciones éticas de este trabajo se tomaron en cuenta bajo el código de ética del psicólogo de México (Sociedad Mexicana de Psicología,

2002) y la ley 1090 de Colombia (Congreso de Colombia, 2006) que hace referencia al código ético del psicólogo, para esto se resaltan las siguientes consideraciones:

Trato profesional con los participantes del estudio: en el estudio se tomaron las medidas adecuadas para la recolección de información, por lo que se tendrá sensibilidad al momento de realizar las preguntas teniendo en cuenta la vulnerabilidad que se podía generar en las personas, por otra parte, si al momento de recolectar la información algún participante entraba en crisis, el investigador posee conocimiento y preparación en la intervención en crisis, al igual que la capacidad de enrutar de manera adecuada si es necesaria atención primaria, tanto en Colombia como en México.

Confidencialidad: los datos encontrados en el estudio no fueron compartidos con información que ayude a identificar a las personas, por ejemplo, nombres completos de la persona y de familiares, nombre de instituciones educativas, etc.

Veracidad de los datos: para que la investigación tuviera un manejo adecuado y su publicación de hallazgos fuera verificable no se crearon datos que no tengan fundamento, ni se sesgaron estos por el investigador, contando con un comité de investigadoras que fortalecieron este proceso de análisis.

No enjuiciamiento: teniendo en cuenta la metodología de la investigación y la sensibilidad del fenómeno, no se tuvo prejuicios en el proceso de recolección, análisis y presentación de los datos.

Teniendo en cuenta que, este estudio toca temas sensibles del pasado, se proveyeron tres estrategias para minimizar los daños colaterales, las cuales fueron: a) tríptico titulado: “guía rápida para hacer frente a situaciones complejas y estresantes” b) lista de reproducción de Spotify que cuenta con capítulos de podcast de psicología con estrategias para aplicar en la vida real y formatos de historias de vida de superación en temas traumáticos c) lista de psicoterapeutas de cada ciudad (ver Apéndices D, E y F).

Agregando a lo anterior, al momento de hacer la entrevista con las participantes se validaron constantemente las emociones presentadas en la narración, se dio libertad para que las personas pudieran hablar de su abuso sin hacer mucha profundización en este, sólo preguntando puntos específicos, al momento de iniciar la entrevista también se especificó

que, si había la necesidad de terminar o tomar pausas en la entrevista por parte de la participante, se podía hacer sin inconveniente, no obstante, esto no fue necesario, todas realizaron la entrevista a cabalidad sin ningún tipo de problema.

Por otra parte, cuando se hablaba acerca del abuso, las participantes no mostraron emociones fuertes como ira o tristeza, algunas mencionaban incomodidad, pero, referían estar bajo control, así que, al continuar con la entrevista, se trató de no remarcar nuevamente la experiencia de abuso, sino que, lo que se contaba se enfocara más en los ámbitos de los cambios que hubo en su vida y cómo fueron posibles estos cambios.

Ahora bien, en cuanto a los materiales de apoyo dados a las participantes al final de la entrevista, estas indicaron en la segunda entrevista, que los materiales de apoyo les permitieron ayudar a otras personas cuando se presentaba alguna situación de crisis, por ejemplo, el abuso, por lo tanto, se encuentra que los materiales, aunque no fueron usados directamente por las participantes, tuvieron un impacto emocional en aquellas otras personas que hicieron uso de estos.

Hallazgos

Para evidenciar los hallazgos encontrados a partir de las entrevistas y el análisis fenomenológico interpretativo, se presentan de la siguiente manera: caso por caso, realizando un resumen descriptivo de la/el participante, luego, una interpretación por caso y para finalizar, se mostrará una interpretación teniendo en cuenta los ejes temáticos del estudio, para ello, se agruparán los casos en dos grupos los 4 de Morelia, Michoacán, México y los 4 de Cúcuta, Norte de Santander, Colombia, para de esta manera, también tener en cuenta el contexto de las participantes. Cabe resaltar que en los casos se utilizarán iniciales, no se hará la descripción con algún tipo de nombre. Para más información sociodemográfica ver Tabla 1.

Caso 1. El poder de la familia y sus valores frente al trauma

La vida en familia es importante para las personas, y más en su infancia... J, contó con este privilegio, puesto que vivía rodeado de su familia todo el tiempo, su padre trabajando en casa y su madre haciéndose cargo del hogar, nunca se quedaba solo, un acompañamiento que le arropaba como una manta constantemente, manteniéndolo fuera de peligro y siempre

hablándole de cómo protegerse *“No permitas que alguien te llegue a lastimar o tocar, si algo de eso pasa, nos tienes que decir, nosotros te vamos a proteger”*.

No obstante, el mal pareciera que siempre encuentra momentos para llegar a las personas y J no fue la excepción, un día en que su madre no estaba en la casa y su padre estaba muy ocupado, un primo suyo, se le acerca con intenciones de jugar, (una mentira muy común, pero, ¿cómo un niño lo iba a saber?) Los juegos terminaron siendo tocamientos y aunque la presencia inesperada de los padres evitó que pasara a mayores, un sentimiento de incomodidad estaba presente en J.

Al pasar los días el secreto se mantenía, pero el sentido de la familia, la unión y las risas hacían que este niño tuviera un escudo de sufrir daños o aún, ver esta situación como un evento traumático.

En el transcurso de su desarrollo, la familia, los valores de casa y las enseñanzas eclesióstas fueron cruciales para que J tuviera una manera saludable de afrontar la vida, evitando que recordara aquel suceso, que con el tiempo, reconoció como un momento de vulnerabilidad en su vida, pero, como no hubo un daño físico, no considero importante hablarlo, haciendo que esto se mantuviera en secreto, y así, teniendo una vida tranquila y con comodidades, en donde uno de sus mayores conflictos se reflejaba en su sexualidad, *“De igual manera, tengo que casarme y tener hijos como una persona del común”*, pensamientos que pasaban por su cabeza, *“¿Qué dirá mi familia?”* era una preocupación constante.

Por esto, el afrontar esta situación, centrándose en lo que sería saludable para sí mismo, dejando de lado lo que los demás querían, le ayudó para empezar a construir una relación diferente consigo mismo, protegiéndose a sí mismo de otras personas que pudiesen ser nocivas para su vida. No obstante, el silencio continuaba frente al haber vivido un abuso, *“¿Para qué contarle ahorita cuando ya pasó mucho tiempo? Ya nada se puede hacer”* era lo que llegaba a su mente cuando recordaba aquello que sucedió.

Una publicación en sus redes sociales donde buscaban personas que hubiesen pasado por una situación similar a lo que le sucedió inició a remover su interior, cuestionarse si era adecuado hablar de estos temas, aunque hubiesen pasado casi 20 años, la confianza que le generaba esta persona le motivó a poder hablar de ello.

*Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron
Abuso Sexual Infantil*

Podríamos considerar que las emociones y las palabras buscan salir de diferentes maneras, podríamos considerar también que, el no haber tenido un acompañamiento psicológico haría que J tuviese una respuesta de estrés ante esta situación, pero, hay una tranquilidad al hablar, hay poca presencia de alteraciones a nivel mental frente a la situación de abuso, no existen emociones de odio o resentimiento hacia su abusador, aunque sí muchos cuestionamientos.

¿Qué podría haber funcionado como factores protectores en su vida? ¿Qué pudiese haber minimizado las consecuencias de vivenciar un evento en donde se ataca tu vulnerabilidad y en el que se aprovechan de tu ingenuidad? El acompañamiento de la familia, poder hablar con ellos constantemente, tener una relación sana, tener una creencia que ayude a regir su vida, ¿o tal vez una combinación de todas? Y al mismo tiempo, que la persona sea protegida de esta manera, ¿haría que el abuso no fuese un trauma?

Consideramos que aunque se interprete el abuso de manera diferente, igual llegó a afectar en la vida de la persona, no podríamos esperar que todos reaccionaran de la misma manera ante este tipo de situaciones, porque de igual manera, existen acciones de J que busca proteger a aquellos niños y niñas de su familia, tratar de concientizar a sus pares de los peligros que existen aún dentro de la misma familia, ¿podría esto considerarse crecimiento postraumático aunque la persona no interprete este abuso como un trauma?

Tabla 5

Ficha de caracterización caso 1

Vida antes del abuso			
<i>Familia</i>	<i>Afrontamiento familiar</i>	<i>Contexto socioeconómico</i>	<i>Prevención del abuso</i>
Familia nuclear, padres y 2 hermanos con los que tiene comunicación asertiva, relaciones cercanas y pocos conflictos.	Resolver los conflictos por medio del diálogo y su fe en la religión cristiana.	Padre trabajaba en casa como carpintero independiente, la madre se hacía cargo del hogar, se lograban satisfacer las necesidades básicas de la familia.	Los padres hablan de “no dejarse tocar por extraños”.

Abuso sexual infantil	Tocamientos por parte de familiar, primo lejano, como es sólo una vez y no generó daños físicos, el individuo no interpreta este abuso como traumático		
<i>Hablar del abuso</i>	<i>Respuesta al hablar del abuso</i>	<i>Consecuencias del abuso</i>	<i>Acompañamiento psicológico</i>
No habló del abuso con nadie hasta el momento en que se encuentra con el investigador.	Empática por parte del investigador.	Refiere no tener consecuencias, no muestra ansiedad, depresión o estrés al pensar o recordar el evento.	No ha tenido.
Crecimiento postraumático (Cambios en...)			
<i>Pensamientos y emociones</i>	<i>Relación consigo mismo</i>	<i>Relación con otros</i>	<i>Filosofía de vida</i>
Refiere no pensar mucho en el evento, sin embargo, menciona que siente incomodidad al hablar del tema.	Ha mejorado la relación consigo mismo trabajando en su orientación sexual y su autoexigencia.	Se encarga que no dejen solos a los niños pequeños, ni si quiera al cuidado de personas de la familia.	No se muestran cambios, se mantiene el “hacer el bien común” y las creencias aprendidas por parte de la iglesia católica.
Construcción del CPT	<ul style="list-style-type: none"> • Prácticas religiosas • Redes de apoyo (familia) • Aceptación de su orientación sexual 		
Perdón			
<i>Concepto de perdón</i>	<i>Ejercicio del perdón</i>	<i>Perdón hacia el abuso</i>	<i>Perdón hacia sí mismo</i>
Considera que el perdón es cuando las personas logran cambiar sus pensamientos y emociones.	Considera no haberlo ejercido anteriormente, ya que no ha tenido una situación que lo amerite.	Refiere que cuando su abusador estuvo en sus últimos días, oró por él por su sanación.	Considera no tener una relación de culpa, resentimiento o falta consigo mismo.

Fuente: Elaboración propia.

A partir de la Tabla 5 se encuentran los siguientes temas centrales:

a. Factores protectores del trauma

En el transcurso del relato de este participante se identificaron factores protectores importantes frente al trauma, estos dentro de la familia. En la entrevista el participante

reconoce que no interpreta su vivencia como “un trauma”, puesto que, no tuvo algún tipo de daño físico.

Por otra parte, menciona que su familia es una constante, tanto en su infancia como en su presente con los cuales tiene una red de apoyo consolidada, tiene la confianza de tener una comunicación cercana con todos los miembros de su familia y aparte de esto, los ve como un recurso en algún momento de necesidad.

Lo anterior, se puede ver como habilidades pre trauma en el modelo de Calhoun y Tedeschi, un ambiente familiar sano, afrontamiento familiar y el optimismo, por esta razón, es posible que la interpretación frente al trauma sea más llevadera para la salud mental del participante, no obstante, el hecho de hablar de la situación genera sensaciones incómodas en este, pero no llegan ser incontrolables o impulsivas.

b. Solamente vivir un trauma genera un cambio

Aunque el participante no menciona tener algún tipo de consecuencia negativa frente al trauma como ansiedad o depresión, indica que ha tenido cambios en la relación que tiene con los demás, específicamente con los niños y niñas de su familia, con los cuales siempre trata de estar presente para cuidar y prevenir que algún tipo de abuso pueda suceder en su familia de nuevo. Lo cual, puede interpretarse como una respuesta de desconfianza en las personas mayores para con los niños y niñas, teniendo en cuenta el tipo de abuso que tuvo.

Cabe resaltar que este comportamiento puede verse como negativo y positivo, desde la perspectiva que se tenga, sin embargo, se comprende que el simple hecho de vivir un trauma, genera que tengamos cambios en nuestro comportamiento.

c. El perdón como ejercicio de la creencia religiosa

Cuando el participante habla acerca de su abusador menciona que tuvo muchos cuestionamientos frente a su actuar, sin embargo, no lo confrontó, al pasar el tiempo, su abusador se encontraba enfermo, pero J lo siguió viendo como parte de su familia y como una persona que necesitaba ayuda en el momento.

Para esto, desde su creencia religiosa transformó el sentimiento de incomodidad hacia la misericordia, pidió por su recuperación por muchos días, lo cual, se podría interpretar que

desde el ejercicio de su religión y “el hacer oración” logra hacer un cambio de perspectiva de su abusador, desde el pensamiento de *“es una persona que necesita apoyo, su contexto no es muy bueno, yo puedo ayudar con la oración”*.

Caso 2. “Las niñas no se tocan”

G creció en un hogar lleno de amor, pero también de muchos golpes, dentro de esos, el abandono de su padre, un evento que le afectó al punto de buscar constantemente una figura masculina que llegara a suplir esa necesidad; aunque esto haya sucedido, su madre tomó las riendas de la casa, cuidando y cubriendo con afecto la vida de su hija, no obstante, como padres, no siempre es sencillo protegerlos de todo, *“Ten cuidado si alguien se te acerca o te toca sin permiso”* un discurso constante en casa para tratar de prevenir el dolor.

En una visita a la casa de sus vecinas, todo parecía estar bien, pero en un momento en que G se queda sola con el hermano de sus amigas, lo que parecía una plática como cualquier otra, llevó a que se vivenciaran tocamientos, G sabía que lo que estaba sucediendo estaba mal, pero inmóvil y asustada, no pudo hacer mucho para salir de esta situación, ¿buscó también la atención de una figura masculina en ese momento? No tenemos una respuesta certera, sin embargo, una de sus amigas observó lo que estaba sucediendo y lo detuvo, informó a sus padres y llamaron a la madre de G, al parecer el chico ya había hecho cosas similares con otras niñas de su familia... no sabemos cómo lo manejaría su familia a ciencia cierta, pero sí entendemos (ahora) que fue una conducta repetitiva y tal vez faltaron límites en la crianza.

A partir de este evento, las relaciones de G estuvieron siguiendo un patrón comportamental, no le gustaba la soledad, por lo que solía depender mucho de los hombres con los que se relacionaba, buscaba que no la dejarán a tal punto de poner su cuerpo como un recurso físico y así evitar el abandono.

El interés en sí misma no era una constante hasta que conoce de la psicología y del feminismo, en cuanto a la psicología, el haber estado con diferentes terapeutas, estudiando psicología y en talleres de psicología con temas de autoestima, autocuidado y demás, le llevó a reflexionar sobre su vida, los límites en sus relaciones eran necesarios y un proceso de aceptación consigo misma eran un tema relevante en terapia.

*Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron
Abuso Sexual Infantil*

La terapia le permitió comprender que el haber sufrido de abuso no era su responsabilidad, sino que era lo que esta persona había conocido en su vida y que no fue manejado a tiempo, no estuvo bien, pero ahora que tenía la oportunidad de trabajar en ello, podía generar un cambio, por esto, G inicia a ver la vida de manera diferente, reconociendo que existían relaciones que en su vida no aportaban, espacios que necesitaba cambiar y emociones que se necesitaban drenar.

En tiempos de pandemia comienza un cambio en la filosofía de vida de G, reconociendo que el ambiente y las energías tienen un efecto en su día a día, practicar el agradecimiento y buscar que sus acciones estén direccionadas hacia el bien común le ayudaron a sentirse tranquila consigo misma; cambiar hábitos en pro de su salud física y salud mental, al igual que participar en eventos del movimiento feminista en donde se sentía abrazada.

*“En las marchas feministas existen arengas y porras y cuando estaba en una marcha, empezaron a gritar **las niñas no se tocan, las niñas no se tocan** lo que me movilizaba demasiado, y lloré mucho, pensaba que ya lo había trabajado en terapia, entonces por eso ya no tenía que llorar y no entendía”*

A partir de esa experiencia, G entiende que la terapia le ayudó a transformar la culpa que sentía en su adolescencia y los pensamientos de juicio hacia sí misma, pero había cosas que todavía se encontraban allí, ¿Será que en algún momento las víctimas podremos ser libres de ese evento?, para solucionar esto, su terapeuta le indicó *“vemos que no tienes problema en hablar de ello, lo has hablado también con otros terapeutas, pero quiero que se lo cuentes a una persona con la que consideres que no te va a juzgar y que te va a permitir expresar tus emociones”*.

Ante esta instrucción, G decide hablarlo con un amigo cercano, quien justamente le permitió expresarse emocionalmente y su respuesta fue: *“tú no tienes la culpa, esa niña de 4 o 5 años no tuvo la culpa, simplemente le tocó estar en el lugar menos indicado, necesitabas la seguridad y el apoyo de un hombre, de una persona mayor y sí, tristemente esa niña se topó con una persona irresponsable”*, lo cual le dio validación a esa situación, a sus emociones, obtuvo una respuesta sin juicio y con empatía, de allí en adelante, G busca que sus relaciones interpersonales estén llenas de respeto.

Actualmente, G vive su vida a partir de sus propios estándares de espiritualidad, más allá de una creencia religiosa, aquella espiritualidad que significa una relación consigo misma de agradecimiento, respeto y perdón, buscar cuidarse a sí misma y cuidar a otras mujeres a partir del feminismo:

“Yo salgo a marchar, para que a las niñas no les pase lo que me pasó, para que las mujeres no tengan que ser golpeadas por sus maridos como mi mamá o tantas otras”

Tabla 6

Ficha de caracterización caso 2

Vida antes del abuso			
<i>Familia</i>	<i>Afrontamiento familiar</i>	<i>Contexto</i>	<i>Prevención del abuso</i>
<p>Familia nuclear compuesta por la madre, 3 hermanos mayores y su abuela.</p> <p>Padre ausente</p> <p>La comunicación entre la familia es asertiva, la madre solía tener conversaciones más profundas y lazos más fuertes con sus dos hijas mujeres.</p> <p>Aunque existía una comunicación fluida, la participante no tenía mucha confianza de contar cosas privadas, ya que consideraba que la mamá lo iba a comentar con otras personas.</p>	<p>La madre usualmente afrontaba orientándose al problema, resolver prácticamente las situaciones que se presentaran.</p> <p>Al momento de que la madre resolvía los problemas de la familia, trataba que los hijos no se dieran cuenta de que existían tales situaciones.</p> <p>La participante creció observando que la madre tomaba decisiones constantemente y tenía una actitud fuerte y se hacía respetar.</p>	<p>La madre tenía que viajar a trabajar por uno o dos meses, en ese tiempo, quedaba al cuidado de una tía suya, con los cuales tuvo una buena relación, manejo adecuado de comunicación y funcionalidad familiar.</p> <p>Hubo oportunidad de estudio desde pequeña, aunque refiere no haberse destacado por esto, su madre le permitió estudiar, fue la única de sus hermanos que decidió estudiar y convertirse en licenciada.</p> <p>Indica que el haber crecido en un</p>	<p>La madre usualmente le indicaba que le avisara si alguien quería aprovecharse de ella o tocarle sus partes privadas, así fueran de su misma familia.</p>

			pueblo le ha ayudado a tener una actitud serena y tranquila, ya que indicaba que así observaba que existía una cultura de cuidado con sus personas cercanas.
Abuso sexual infantil	Tocamientos por parte de un vecino, hermano de sus amigas de infancia, una de sus amigas se da cuenta de lo sucedido y alerta a sus padres, quienes también alertan a la madre, en primer momento G no respondía a las preguntas de la situación, con el tiempo lo fue comprendiendo y hablando.		
<i>Hablar del abuso</i>	<i>Respuesta al hablar del abuso</i>	<i>Consecuencias del abuso</i>	<i>Acompañamiento psicológico</i>
Habla del abuso cuando asiste a acompañamiento psicológico como un evento de su vida, no como un motivo de consulta.	La respuesta de la madre al enterarse del evento fue de acompañar a su hija y protegerla, habló con los padres y se limitó el contacto con los vecinos.	Patrones de comportamiento frente a las relaciones de pareja que tenía. Desconfianza y miedo constante hacia los hombres.	Ha tenido varios terapeutas con los que ha trabajado aspectos de autoestima y autocuidado, actualmente continúa asistiendo a psicología. Su proceso de acompañamiento psicológico no ha sido lineal, pero sí constante.
Crecimiento postraumático (Cambios en...)			
<i>Pensamientos y emociones</i>	<i>Relación consigo mismo</i>	<i>Relación con otros</i>	<i>Filosofía de vida</i>
Refiere haber transformado los sentimientos de culpa que sentía frente al abuso y que, al recordar el evento, ya no le genera estrés emocional o	Presenta rituales de autocuidado que van direccionados a sus hábitos de vida, alimentación y trato consigo misma.	Establece límites con las personas, teniendo presente el respeto frente a sus creencias y prácticas, construye un lugar seguro para sí misma.	Se presenta un cambio de regir su vida según la religión católica, para regirla a partir del agradecimiento y el amor.

pensamientos rumiantes.	Logra cambiar el miedo que tenía frente a los hombres y reconoce a estas personas como valiosas fuera de su sexo o género, enfocándose en las cualidades que podían aportar a su vida.		
Construcción del CPT	<ul style="list-style-type: none"> • Acompañamiento psicológico / Terapia • Desprenderse de la culpa • Cambio de perspectiva frente al abuso • Movimiento feminista • Espiritualidad • Relaciones positivas • Perdón 		
Perdón			
<i>Concepto de perdón</i>	<i>Ejercicio del perdón</i>	<i>Perdón hacia el abuso</i>	<i>Perdón hacia sí mismo</i>
Refiere que el concepto que tiene del perdón es: “es parte de la aceptación, aceptar y comprender que todos cometemos errores, que somos humanos y vamos aprendiendo de los errores El perdón no es ignorar lo sucedido, es reconocer el error del otro y mantener claros los límites propios”.	Refiere que ha logrado ejercer el perdón, se enfoca más en el perdón hacia sí misma.	Logra perdonar a su abusador, a partir de poder cambiar la perspectiva del abuso y el comprender la historia de vida de la otra persona.	A partir del perdonarse a sí misma reconoce tener cambios positivos en su vida personal.

Fuente: Elaboración propia.

A partir de la Tabla 6 se encuentran los siguientes temas centrales:

a. Desprenderme de lo que no me perteneció

Los pensamientos y sentimientos de G frente a la situación de abuso se presentaban como “culpa” de haber sufrido este abuso, no obstante, el acompañamiento psicológico permitió que se observara el evento traumático desde diferentes perspectivas, permitiendo reconocer los siguientes puntos:

En primer lugar, recuerda que sus vecinas habían indicado que el abusador ya había realizado estas acciones con otras niñas de la familia, lo que le llevó a comprender que no fue una situación que haya sido propiciada por ella, sino que el chico no tenía los límites y/o las indicaciones necesarias por parte de su sistema familiar para reducir e incluso eliminar esta conducta de abuso que se estaba presentando.

Luego de esto, su psicóloga le recomienda hablar el evento nuevamente con alguien que no le juzgaría y que fuese de confianza para ella, lo cual hace con su amigo quien tiene una respuesta en la cual, le dice que la responsabilidad del abuso no era de ella, porque no tenía las herramientas para enfrentar lo que estaba pasando en ese momento, a partir de esto, G presenta alivio emocional, se siente validada y se desprende de ese sentimiento de culpabilidad.

Finalmente, con sus ejercicios espirituales, hace una reflexión frente a la relación que está teniendo consigo misma, reconociendo lo que aprendió en terapia y la conversación que tuvo con su amigo, hace un ejercicio de perdón, en el cual se desprende de la culpa, transformando sus emociones en compasión y amor, esto a partir de acciones de autocuidado, palabras de afirmación y de agradecimiento.

b. Las niñas no se tocan

El movimiento feminista llega a significar para G más que una fecha para marchar, sino que también se muestra como una filosofía de vida que se fortalece a partir de las vivencias que han tenido las mujeres de su vida, su abuso y las violencias que ha observado le motivan a luchar para proteger a las niñas y hacer valer los derechos de la mujer.

Esta filosofía también se materializa en espacios en los que puede compartir con otras mujeres que han vivido abusos y violencias y le hacen sentir integrada, validada y que no está sola, lo cual, le ayudó a transformar esas emociones de ira hacia un empoderamiento de su historia personal, al igual que, fortalecer sus relaciones interpersonales, ayudándole junto

con la terapia, a poner límites en su vida que reduzcan el poder que tienen las otras personas sobre ella.

c. En lo que cabe el perdón

Hablar de perdón frente al abuso para G se da gracias a dos cosas, en primera, el acompañamiento psicológico que le permitió tener un cambio de perspectiva frente a las acciones de su abusador (como se resaltó en el tema a), para ella el poder comprender que su abusador es otro ser humano con diferentes vivencias que le llevaron a actuar de cierta manera le permitió transformar su ira y tener compasión hacia él. Refiere que, al verlo, no sintió remordimiento, no sabía si había perdonado, pero que sus emociones y pensamientos sí se habían transformado.

Por otra parte, la práctica de su espiritualidad, hace que pueda ver las cosas desde otro punto de vista, refiere tener como filosofía de vida “practicar y sembrar el amor”, lo cual impulsa en ella el ver su historia de abuso como un aprendizaje que le llevó a desarrollarse como una persona diferente, que ha establecido límites, que practica el autocuidado diariamente y que mantiene agradecida por su vida, no sabe si todo esto es a causa del abuso, pero sí reconoce que el trabajar en ello y buscar sanarlo, le permitió tener cambios positivos en su vida.

Teniendo en cuenta lo anterior, al G realizar el ejercicio de transformación de las emociones de ira y rencor, por la compasión y el empoderamiento por su historia personal, le ayudó a reducir su estrés emocional y pensamientos automáticos frente a la situación de abuso, permitiendo tener una perspectiva diferente del abuso, desprenderse de la culpa y poder reestructurar su historia de vida.

Caso 3. Encontrándome con mi tribu

M creció en una familia en la cual lograba encontrar protección y amor, sin embargo, mucha disciplina y seriedad por parte de su padre biológico, al igual, disfrutaba de la cercanía con su familia extensa, hasta que un día, un tío suyo fue a ver televisión a su casa, cuando sólo estaba con su hermana, pero, ¿qué tiene de malo? Es su tío, es familia, la confianza está, no hará nada malo, ¿verdad?... al parecer tenemos que cambiar esta perspectiva, puesto que este le dijo a M que jugaran a las cosquillas, sin embargo, era un engaño para que este la

tocara en sus partes íntimas, mientras esto sucedía el padre llegó, la reacción de M fue mirarlo intentando decirle con el pensamiento o con la mirada lo que estaba sintiendo, aunque con su boca no pudiese decir nada, ya que estaba invadida por un sentimiento de pena, sin embargo, el padre nunca supo lo que sucedió.

M creció y continuó su vida sin hablar de lo que pasó y su incomodidad se mantuvo en su pecho convirtiéndose en ansiedad, querer hacer todo rápido, muy estricta consigo misma y sintiendo náuseas cuando se presentaban problemas que no sabía resolver, al igual que, la insatisfacción sexual al estar con un hombre, la cual le hizo hablar con una amiga que se volvió de su extrema confianza y le preguntó si tal vez se sentía igual, entre la conversación y las reflexiones, M pudo hablar de aquello que apretaba su garganta y soltar sus emociones, encontrando un espacio seguro y de total confianza en su amiga. Lo cual le ayudó a buscar ayuda psicológica y empezar a movilizar sus emociones, pero, sucede que cuando buscamos zapatos, tenemos que ver varios porque no todos nos gustan y algunos que nos gustan la tienda no los tiene en nuestra talla, así mismo sucede con los terapeutas, M tuvo que cambiar de psicólogo varias veces, puesto que, aunque fuesen buenos en su tipo de terapia, desacreditaban creencias y pensamientos de M, lo cual desinteresaba a M en el proceso.

Mientras M estaba en la búsqueda de un terapeuta con el que tuviera un buen ajuste, conoce su nueva familia, a quienes ella considera, su tribu, un grupo de personas que creen en las prácticas ancestrales y tienen un pensamiento diferente al ordinario en cuanto a la espiritualidad y la vida misma, donde encuentra un espacio en el que se siente cómoda, aceptada y respetada, a partir de esto, encuentra una terapeuta que respeta sus creencias y sus prácticas, por lo que, logran conectar y empezar a trabajar sobre sus emociones.

La combinación de la terapia psicológica y la espiritualidad permitieron que M pudiese generar un cambio en las emociones frente al abuso, de igual manera, a cambiar de perspectiva frente a lo sucedido, frente a su tío que le abusó y aún hacia su padre, por el que se había cuestionado por mucho tiempo “*¿por qué no me había protegido?*”, al punto que en la calle volvió a ver a su tío y aunque no le saludó, en su mente le perdonó y decidió cambiar sus emociones hacia él.

Actualmente, M busca compartir momentos que le hagan sentir bien, sin importar de lo que puedan pensar los demás, trata de cuidarse a sí misma y de que sus creencias enfocadas

en el amor y el crecimiento personal dirijan su vida, más allá que la ansiedad, la culpa y el odio.

Tabla 7

Ficha de caracterización caso 3

Vida antes del abuso			
<i>Familia</i>	<i>Afrontamiento familiar</i>	<i>Contexto</i>	<i>Prevención del abuso</i>
<p>Familia nuclear con padre y madre, hermana mayor de 3 hermanas.</p> <p>Mantiene una relación más cercana con la madre, ya que con ella puede compartir sus ideas y sus creencias.</p> <p>La relación con el padre es más limitada, suele desacreditar las creencias de la participante.</p>	<p>Los padres tratan de resolver las situaciones de manera orientada al problema, no se enfocan en lo emocional.</p>	<p>Creció en un pueblo, donde la convivencia era muy tranquila.</p> <p>Tuvo comodidades económicas y facilidades para poder acceder a la educación.</p>	<p>La madre usualmente le indicaba que le avisara si alguien quería aprovecharse de ella o tocarle sus partes privadas, así fueran de su misma familia.</p>
Abuso sexual infantil	Tocamientos por parte de su tío.		
<i>Hablar del abuso</i>	<i>Respuesta al hablar del abuso</i>	<i>Consecuencias del abuso</i>	<i>Acompañamiento psicológico</i>
<p>La primera vez que habla acerca de su abuso es con una amiga con quien tenía la confianza necesaria, se motiva a partir de la curiosidad sobre la culpa que sentía luego de tener relaciones sexuales.</p>	<p>La respuesta de la amiga fue empática, le hizo saber que también le había sucedido, lo que permitió que la participante se motivara a continuar hablando del tema.</p>	<p>Refiere que desarrolla un patrón en las relaciones sexoafectivas, donde buscaba hombres que le abusaban.</p> <p>Presentó desagrado al tener relaciones sexuales, la mayoría</p>	<p>Ha tenido varios terapeutas con los que ha trabajado, sin embargo, no se sentía cómoda con ellos, puesto que no respondían adecuadamente a lo que necesitaba o cuestionaban sus creencias.</p>

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil

	No se sintió juzgada, se sintió apoyada.	de las relaciones no eran completamente consensuadas. Manténía culpabilidad constante hacia sí misma. Ansiedad y estrés.	Actualmente, mantiene un acompañamiento adecuado por parte de una terapeuta que comparte su sistema de creencias espirituales (que su mente era más abierta que los otros terapeutas), su modelo es psico corporal. Inicia el proceso de acompañamiento psicológico por manejo de ansiedad y por resentimiento hacia su padre.
--	--	--	---

Crecimiento postraumático (Cambios en...)

<i>Pensamientos y emociones</i>	<i>Relación consigo mismo</i>	<i>Relación con otros</i>	<i>Filosofía de vida</i>
<p>Refiere que se había sentido culpable con ella misma por mucho tiempo en su vida, hasta que empezó a trabajar en el perdón.</p> <p>Ha logrado transformar emociones de pena, culpa e ira, por perdón, a través de su terapia y espiritualidad.</p> <p>Antes tenía ira y su cuerpo respondía con dolor de estómago.</p>	<p>Realiza acciones de autocuidado, agradecimiento, meditación y resignificación de las situaciones, busca cuidarse a partir de su alimentación y sus hábitos de vida.</p>	<p>Anteriormente no establecía límites en sus relaciones sociales, permitía que los demás abusaran de ella.</p> <p>Actualmente, establece límites reconociendo que estos la protegen a sí misma</p>	<p>Mantiene el pensamiento que “todo pasa por algo” a partir de su creencia y prácticas de chamanismo comprende que su existencia en la tierra es para poder aprender cosas y que todas sus experiencias y vivencias construyen ese aprendizaje.</p>

Construcción del CPT	<ul style="list-style-type: none"> • Terapia • Terapias alternativas / Holísticas • Perdón • Desprenderse de la culpa • Redes de apoyo 		
Perdón			
<i>Concepto de perdón</i>	<i>Ejercicio del perdón</i>	<i>Perdón hacia el abuso</i>	<i>Perdón hacia sí mismo</i>
Transformar las emociones, permitiendo tener un cambio de perspectiva y realizar acciones que ayuden a aliviar el estrés emocional.	Refiere que ha logrado ejercer el perdón aceptando lo que había pasado y actuando para mejorar.	Logra perdonar a su abusador, a partir de poder cambiar la perspectiva del abuso y el comprender la historia de vida de la otra persona.	A partir de la terapia, logra cambiar la perspectiva de su abuso, acepta lo que sucedió anteriormente y tiene compasión por sí misma.

Fuente: Elaboración propia.

A partir de la Tabla 7 se encuentran los siguientes temas centrales:

a. Combinar la terapia psicológica con mi espiritualidad

Para la participante, el encontrar un terapeuta fue complicado, puesto que consideraba que la mayoría de los terapeutas estaban en contra de sus creencias personales, por lo tanto, el encontrar una terapeuta que tuviera las mismas creencias o le respetara sus creencias, le permitió tener mayor confianza en el proceso terapéutico y tener mayores hallazgos.

Agregando a esto, el tener prácticas de chamanismo y tener una nueva filosofía de vida, rodeada con personas que tenían un sistema de creencias similar, le permitió que su perspectiva de vida se transformara, permitiendo que la sintomatología de ansiedad y pensamientos intrusivos no tuviesen control sobre el comportamiento de la participante, sino que esta filosofía le permitía reconocer que existe un aprendizaje en cada vivencia y combinado con lo aprendido en terapia, le permite hacer frente a las adversidades que se presentan de una manera más tranquila.

b. Desprenderme de lo que no me perteneció

La participante menciona que desde temprana edad vivió con la culpabilidad de no haber tenido las herramientas para poner límites en las relaciones sociales que tenía, no solamente

frente a su abuso, sino también hacia las parejas sexo afectivas masculinas que tenía y otras amistades que no identifica como nocivas.

A partir de ejercicios realizados en terapia tiene un cambio de perspectiva, en donde logra aceptar las acciones del pasado, transforma las emociones de culpa en auto compasión e inicia a actuar en pro de su autocuidado.

Refiere que el ejercicio del perdón hacia sí misma le permitió liberar su estrés emocional, permitiendo cambiar las reacciones que tenía ella frente a las relaciones sociales que tenía, al igual que la respuesta de su cuerpo ante las adversidades, a través de esta auto compasión logra tener un autoconcepto más positivo de sí misma y crear acciones que le ayuden a protegerlo y fortalecerlo.

c. El perdón me ayudó a crecer

El perdón en primer lugar fue algo que la participante enfocó hacia sí misma, sin embargo, la filosofía de vida que adopta a partir de su tribu chamánica le permite reconocer que las personas actúan según como habían aprendido en su vida, y que, sus acciones, aunque sean negativas, están para enseñar algo en la vida de quienes las vivimos.

Teniendo en cuenta lo anterior, la participante logra hacer una reflexión personal frente a su abusador, en donde comprende su accionar y agradece el enseñarle a poner límites, reconociendo que sus acciones fueron inadecuadas, decide “soltarlo”, por lo que, tiene un cambio de perspectiva frente a su abuso, libera su estrés emocional y logra tener control de sus pensamientos automáticos.

Por lo que, el cambio de la filosofía de vida, el perdón hacia sí misma y el establecer límites, lo que, aprendió a partir de la terapia y su creencia espiritual, le permitieron construir esta perspectiva de perdón hacia el abusador, dejando comprender, que el proceso de perdón, tanto como de crecimiento postraumático, no necesariamente es lineal, sino que se pueden trabajar diferentes áreas en el paso del tiempo.

Caso 4. Aunque llegue tarde, me alivia tu comprensión

B nace siendo la mayor de dos hermanos en una familia nuclear muy ejemplar, sus padres tienen buena relación entre ellos y manejan la crianza desde el cristianismo y los buenos

valores para la sociedad, de igual manera, el evitar que las personas lleguen a dañar a sus hijos fue algo muy importante para estos padres, a tal punto, que el padre evitaba abrazar o tener contacto físico invasivo con B, teniendo en cuenta que, si su padre no lo hacía, ¿por qué lo haría otro? Al igual que, si hablamos a los hijos de que tengan cuidado con los adultos que les quieran tocar o se quieran aprovechar, los vamos a acobijar y proteger, pero, no siempre sucede así.

Los cuidados a B por parte de los padres le impedían que saliera de su casa, todo esto por guardar y cuidarla, no obstante, en una ocasión que le permitieron visitar a su amiga y compañera de clase, sucedió aquello de lo que más se temía, el padre de su amiga se aprovechó y la tocó, la incomodidad y las indicaciones de sus padres le alertaron y decidió correr, le dijo a su madre, tal como ella le había indicado, pero al parecer, las consecuencias para su abusador no fueron más que una conversación incómoda, todo siguió como si nada pasara, ¿era esto justicia?

Debido a esto, las siguientes ocasiones que dos hombres mayores abusaron por tocamientos a B, ella lo mantuvo en secreto, “¿para qué contarlo?”, pero no fue hasta la adolescencia que hubo una situación que marcó su vida, su familia y la fe de B... Conoció a una mujer de la iglesia, la cual se ganó su confianza y con quien inició a tener una relación afectiva, más de pareja que de amistad, esta mujer le manipuló a tal punto de que B consideraba que ella había sido la razón por la cual una adulta que ya había madurado había sido seducida por una adolescente que estaba conociendo la vida y no había completado su desarrollo.

En un momento, la relación llegó al conocimiento de la familia de B, los cuales pensaba que podrían protegerla, pero al mantener la creencia religiosa, consideraban que “una relación entre personas de su mismo sexo parecía ser peor a que B estuviera en una relación con alguien que le doblaba la edad”, ¿ganaría lo religioso allí o tal vez las prácticas culturales influirían en esa perspectiva? No lo sabemos, lo que sí, es que esto causó problemas en casa que los llevó a dejar el lugar donde vivían y llegar a otra ciudad.

En esa nueva ciudad, alejada de sus abusadores, pudo tener cierta tranquilidad y un cambio en su vida, no obstante, el ganar la confianza con su familia fue un camino muy largo, al igual que el estar en asesoramiento pastoral, los cuales sólo le revictimizaban, les hacían

contar su historia muchas veces, ser juzgada y no tenía algún proceso para mejorar o sentirse mejor, hasta que decidió dejarlo, enfocarse en sus estudios y buscar acompañamiento terapéutico.

Pareciera que en la historia de B, hablar de sus abusos no había resultado como positivo, sin embargo, al hacerlo con su terapeuta y con su grupo de conocidos de la facultad le ayudó a tener una perspectiva diferente a la que se mantenía en su cabeza *“Oye, pero tú no tuviste la culpa, ella era una adulta que se aprovechó de ti”*, algo cambió en su mente desde ese momento, un alivio empezó a hacer presencia en su vida, ya no sentía la culpa que por tantos años le acompañó, pero aun así, era necesario hablarlo con su familia.

Ante las insistencias de su madre de conseguir un hombre para su vida y la terquedad de no aceptar una orientación sexual diversa, B decide hablar de todos los abusos que había sufrido con su madre, esta vez, la respuesta fue diferente, hubo mayor aceptación, comprensión y una disculpa por parte de su madre, sólo este hecho generó un alivio en las emociones de B, y no importa que hubiera llegado tarde, ese apoyo era lo que siempre había querido por parte de su familia.

Actualmente, B mantiene su terapia, que le ha ayudado a cambiar su perspectiva frente a los abusos, a dejar la culpa que la acompañaba y a poder desarrollar comportamientos que le ayuden con las consecuencias que tiene a partir de sus abusos, como lo son, la depresión y el TEPT, al día de hoy, cuida su cuerpo por medio de los hábitos de vida saludable, una alimentación consciente y el manejo de sus emociones a partir de la música.

Ahora, el generar relaciones es algo que le es complejo, puesto que duda de la gente, y ha creado barreras para que las personas no se acerquen y tengan oportunidad de dañarla, todavía se está trabajando en eso, pero algo que ha cambiado, es dejar de regirse por la iglesia y mantener la carga del pecado, sino de pensar en *“no hacer cosas que dañen a otros o a sí misma”*, de esta manera, se busca un bien común y ser mejor con el mundo, sin la condición de un cielo o un infierno.

Tabla 8

Ficha de caracterización caso 4

Vida antes del abuso			
<i>Familia</i>	<i>Afrontamiento familiar</i>	<i>Contexto</i>	<i>Prevención del abuso</i>
Familia nuclear compuesta por ambos padres y su hermano menor.	Afrontamiento activo, cuando se presenta un problema, actúan para intentar solucionarlo.	La participante crece en un ambiente religioso, con una familia unida, tienen cierta comodidad socioeconómica.	Los padres hablan constantemente de no permitir que adultos le toquen, huir del lugar y contar a los padres.
Dinámica familiar adecuada, padres a cargo de una crianza enfocada en valores cristianos y una tendencia a la protección de los hijos.	Afrontamiento evitativo frente a lo emocional, ante una situación que involucra aspectos emocionales de los miembros de la familia, no se habla de ello, se ignora.	Las dinámicas familiares y sociales se basaban en las creencias religiosas.	El padre no tiene contacto físico con la participante para no generar algún tipo de daño en ese ámbito.
Se hace ruptura en la relación familiar al pasar el tiempo, se presenta mala comunicación y poco apoyo emocional hacia B.	Afrontamiento enfocado a la religión.		
Abuso sexual infantil	Múltiples abusos, tres tocamientos por parte de hombres adultos, un vecino, el esposo de su abuela y un señor de la iglesia, se vivencia estupro por parte de una mujer adulta de la iglesia.		
<i>Hablar del abuso</i>	<i>Respuesta al hablar del abuso</i>	<i>Consecuencias del abuso</i>	<i>Acompañamiento psicológico</i>
Habla del abuso la primera vez que le ocurrió y le cuenta a su madre de lo que le sucedió.	La respuesta de la madre al enterarse del evento fue hablar con el vecino abusador, no obstante, no se observaron mayores consecuencias para este.	Trastorno del ánimo de tipo depresivo. Trastorno de estrés postraumático. Sintomatología ansiosa. Sentimiento de culpabilidad. Desconfianza generalizada hacia las demás personas.	Tuvo acompañamiento psicológico fuera de la iglesia, que se enfocaba en la perspectiva que tenía frente a su abuso y su culpabilidad.
No vuelve a hablar de los abusos hasta que asiste a terapia psicológica.			

Crecimiento postraumático (Cambios en...)			
<i>Pensamientos y emociones</i>	<i>Relación consigo mismo</i>	<i>Relación con otros</i>	<i>Filosofía de vida</i>
Refiere tener cambios en sus emociones frente a la culpabilidad, no piensa con constancia sobre el evento.	Maneja sus emociones a partir de tocar el piano, enfoca sus comportamientos hacia los hábitos de vida saludables y conscientes.	No presenta muchos cambios en relación con los demás, puesto que mantiene la desconfianza con el mundo.	Se presenta un cambio de regir su vida según la religión evangélica al “no hacer el mal a otros, ni a sí misma”
Construcción del CPT	<ul style="list-style-type: none"> • Acompañamiento psicológico / Terapia • Desprenderse de la culpa • Cambio de perspectiva frente al abuso • Apoyo social • Leer acerca del abuso desde estudios psicológicos • Hablar del evento traumático 		
Perdón			
<i>Concepto de perdón</i>	<i>Ejercicio del perdón</i>	<i>Perdón hacia el abuso</i>	<i>Perdón hacia sí mismo</i>
Considera que tiene que ver con una transformación de sentimientos hacia el agresor, hacia el cual, ya no existan sentimientos “negativos”	No está segura si lo ha ejercido o no.	No es claro si ha ejercido perdón hacia sus abusadores y aquellos que la juzgaron en vez de ofrecerle apoyo.	Al comprender que no tuvo la culpa acerca de sus abusos, cambia la percepción de sí misma, los pensamientos y emociones hacia sí misma.

Fuente: Elaboración propia.

A partir de la Tabla 8 se encuentran los siguientes temas centrales:

a. Cuando hablar del trauma no genera una respuesta positiva

En el marco conceptual del CPT se entiende que una de las acciones que ayuda a tener el cambio de perspectiva en la historia personal es el hablar del trauma, no obstante, esto puede depender también de las respuestas que tienen las personas ante el hecho de hablar.

Teniendo en cuenta lo anterior, la participante había recibido educación preventiva frente al abuso “no dejarse tocar”, “si algo te pasa, me dices”, no obstante, cuando esta vive el primer evento traumático y lo habla con su familia, ve que su abusador no tiene

consecuencias, en cambio ella recibe mayores cuidados y es aislada socialmente, lo que percibe como negativo, ante la respuesta de sus padres consideraba que “hablar del evento” no iba a cambiar las cosas; no iba a hacer que aquella persona que le había abusado tuviera consecuencias; no le hacía sentirse protegida, por lo tanto, cuando volvió a suceder, no lo habló con sus cuidadores.

b. Hablar cambia la perspectiva

Cada vez que la participante hablaba de su evento traumático, la respuesta de las personas moldeaban la perspectiva que esta tenía frente a su abuso, por ejemplo, cuando la respuesta era por parte de los altos mandos de la iglesia a la que asistía y de sus padres cuando se encontraban muy cercanos a la iglesia, su respuesta era de “pecado” o de “culpa”, por lo que, B fue desarrollando el pensamiento en el que ella había sido culpable de haber vivenciado ese abuso, quitándole la responsabilidad a su abusadora.

Ahora bien, desde que ella decide comentarlo con su psicóloga y sus amigas de la facultad, recibe respuestas diferentes en las cuales hacen una reflexión más objetiva, fuera de las creencias religiosa y/o personales, dando a entender que cuando B tenía 13 años o menos, no tenía las herramientas para defenderse contra un(a) adulto(a), por lo tanto, su perspectiva de culpabilidad fue cambiando.

c. Desprenderme de lo que no me perteneció

A partir de la terapia y de hablar de su abuso en espacios de confianza, con los que la participante les consideraba como una red de apoyo, se logra hacer un cambio de perspectiva frente a la responsabilidad del abuso, en la cual B reconocía que no había tenido la culpa, sino que estas acciones fueron llevadas a cabo por alguien con total comprensión de los hechos. Cuando la participante logra transformar esta perspectiva también cambian sus emociones de culpabilidad y logra perdonarse a sí misma, sintiendo compasión por sí misma.

Caso 5. Mi cuidadora soy yo

D creció como una niña con comodidades y siempre al cuidado de su abuela, sus padres por otra parte, separados, cada uno habiendo formado una familia por aparte, tenían poco contacto con D, a quien solía ver más seguido era a su padre, sin embargo, su cuidadora principal siempre fue su abuela.

Entre las visitas con su familia extensa llegó a convivir con varios de sus primos con quienes tuvo buena relación, no obstante, en una ocasión un primor mayor a ella, se acercó con la intención de jugar, *algo que hemos visto antes*, pero que terminaría en tocamientos y felaciones, pero, fue un juego, ¿verdad? El evento se mantuvo en secreto, un secreto que difícilmente saldría a la luz.

D no prestó mucha atención a lo sucedido y decidió continuar con su vida, enfocándose en aquello que quería hacer, sus estudios en enfermería, cuidarse a sí misma, a pesar de los comentarios malintencionados de otros familiares, quienes dudaban si D tenía lo suficiente para ser una mujer profesional y tener una vida organizada.

A pesar de todos estos comentarios, D decidió enfocarse en sí misma y triunfar cumpliendo sus objetivos, y haciendo un ejercicio en donde cada cierto tiempo pensaba en lo que había sido de su vida y lo que había logrado por sí misma, cuidándose a sí misma, pero, los juegos malintencionados que había vivido de pequeña, se habían mantenido en secreto, al punto, que el rencor que tuvo hacia su abusador, se fue desapareciendo, *“éramos niños, estábamos jugando, yo quiero mucho a mi primo y creo que eso sucedió porque él se estaba descubriendo”* pero, en cuanto a sí misma, los pensamientos eran diferentes, había culpa de no haberse podido defender o evitar que eso sucediera, la herida se mantenía hacia sí misma.

Cuando tuvo una pareja estable, con quien tuvo demasiada confianza en un momento de vulnerabilidad, decidió hablar y contarle sobre lo sucedido, pero acompañado de esto había una frase: *“pero ya pasó, no tiene importancia, ahorita no se va a hacer nada”*, D continuó su vida, enfocándose en sí misma y también haciéndose cargo de sus hermanas educándolas en temas de desarrollo sexual, de cuidado y prevención de abuso, sin necesidad de contar su situación a otras personas de su familia, a la final, D siempre consideró que ella misma era quien debía luchar sus propias batallas.

Al momento de hablar de este tema con un investigador, reconoce que, aunque vivió ese abuso, hubo uno que nunca había mencionado antes, este era por parte de su hermanastro, a quien no lograba perdonar, ni hacer como si nada pasara, D indicaba que no había sido solo el abuso, su hermanastro era una persona que le había generado mucho dolor y esas emociones que sentía cuando estaba cerca de él, era algo que no lograba manejar.

No obstante, D decidió limitar los encuentros con las personas que no le aportaban bienestar, enfocarse en sus metas y aprender a amarse a sí misma, dejando atrás las inseguridades y la culpa, a través de podcast y lecturas de cómo construir una buena relación consigo misma, todo esto dirigido por la idea que quien debe creer en ella, cuidarla a ella y luchar por ella, es ella misma y qué mejor que poder tener una relación más positiva con su cuidadora principal.

Tabla 9

Ficha de caracterización caso 5

Vida antes del abuso			
<i>Familia</i>	<i>Afrontamiento familiar</i>	<i>Contexto</i>	<i>Prevención del abuso</i>
Familia nuclear compuesta por su abuela y su bisabuela.	Afrontamiento enfocado al problema, solucionar los problemas en ocasiones llevaba a que las modificaciones del comportamiento fuesen a través del castigo físico.	La participante crece en familia de comodidades económicas.	No se hablaba de estos temas en la casa.
Padres no tenían relación cercana con participante.		La participante estuvo expuesta a que su familia extensa le visitara constantemente en su infancia.	
Abuso sexual infantil		Dos abusos, uno ejercido por un primo y otro por parte de su hermanastro, los abusos se enfocan en tocamientos y felaciones.	
<i>Hablar del abuso</i>	<i>Respuesta al hablar del abuso</i>	<i>Consecuencias del abuso</i>	<i>Acompañamiento psicológico</i>
Habla de su primer abuso con su pareja sentimental.	Recibe una respuesta empática por parte de su novio, no obstante, no se hacen acciones que busquen reparar el daño.	Considera que tuvo problemas en la relación con otras personas. No indica alteraciones en su salud mental.	No tiene acompañamiento psicológico.
No habla de su segundo abuso hasta la entrevista.			
Crecimiento postraumático (Cambios en...)			
<i>Pensamientos y emociones</i>	<i>Relación consigo mismo</i>	<i>Relación con otros</i>	<i>Filosofía de vida</i>

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil

Refiere tener cambios en sus emociones frente a la culpabilidad, no piensa con constancia sobre el evento.	Trabaja constantemente en su autoestima, autoeficacia y autoconcepto a través de afirmaciones positivas y estar en constante relación con información de este tipo (audio o lectura), al igual que enfocarse en sus metas personales y trabajar por ellas le ha ayudado.	Mantiene límites con las demás personas, busca que aquellos que la rodeen le generen bienestar. Cambia los patrones de crianza con sus hermanas menores, educándolas frente a temas de sexualidad y desarrollo.	Crear en sí misma.
Construcción del CPT	<ul style="list-style-type: none"> • Desprenderse de la culpa 		
Perdón			
<i>Concepto de perdón</i>	<i>Ejercicio del perdón</i>	<i>Perdón hacia el abuso</i>	<i>Perdón hacia sí mismo</i>
Refiere que el perdón se da dependiendo de la intensidad de la acción y de la cercanía que pudiese tener con la persona.	Lo ha enfocado hacia su primer abusador y hacia sí misma.	Considera que a través del tiempo ha logrado ejercer perdón hacia su primer abusador, esto por su cercanía.	Ha trabajado por sí misma el transformar la culpabilidad de haber sido abusada.

Fuente: Elaboración propia.

A partir de la Tabla 9 se encuentran los siguientes temas centrales:

a. Desprenderme de lo que no me perteneció

A partir de reflexiones personales y material de auto superación, la participante logra comprender que la responsabilidad de lo que sucedió y/o la responsabilidad de protegerla no era suya, sino que una niña no tenía las herramientas para poderse cuidar de tales eventos. Al momento en que la participante logra hacer este cambio de perspectiva frente al abuso, hace una transformación de sus emociones, practicando la auto compasión y generando acciones de autocuidado.

b. Enfocarse en sus metas personales

La participante creció en un ambiente en el cual tenía comodidades económicas, pero no tenía un apoyo socio emocional por parte de sus cuidadores, por lo que, centrarse en sus metas personales también le permitió afrontar las cosas de una manera más llevadera para ella. De esta manera, reconoce que la responsabilidad de su propia vida, era suya, al igual que resolver o sanar su experiencia de abuso. Por lo que, de maneras alternativas busca trabajar en la relación consigo misma con auto evaluación de los logros, afirmaciones positivas y el establecimiento de límites en las relaciones sociales.

Caso 6. Me convertí en una mamá oso

A desde pequeña estuvo rodeada de una familia con muchas prisas, había amor y cariño, pero la necesidad económica muchas veces hace que los padres centren su atención en el trabajo, en el que hacer y nuestros pequeños quedan a merced del peligro, en este caso, A quedaba al cuidado de sus abuelos, quienes estaban pendientes de ella, pero no todo el tiempo, lo cual permitió que primos suyos se aprovecharan de la situación, realizando tocamientos en ella...aunque los adultos se dieron cuenta de esto, el peso lo llevó A, no le dejaron salir y al parecer la aislaron de su familia mientras sus primos estaban allí, ¿el precio de ser mujer?

Luego de esto, cuando A puede estar nuevamente con sus abuelos, unos ojos llenos de lujuria perseguían a la niña de 6 años por la casa, *“Si ya la tocaron los otros, qué más que no la vaya a tocar yo”* pensaba el abuelo, quien buscaba momentos para hostigarla y acosarla, desde encontrar lugares para observarla mientras se bañaba, para tocarla o decirle cosas (entre ellas, amenazas), este evento llenó de miedo a la niña, por lo que decidió contarlo a su abuela y a su tía *“No se lo digas a tu mamá, luego nos va peor, ¿qué dirán los vecinos?”* o también *“Yo no creo que haya hecho eso, seguro te lo estás imaginando”*, la consecuencia ante esos actos fue que se hiciera una amonestación al abuelo, no pasó a mayores, todo siguió como si nada, silenciaron a A y aún peor, recibió peores amenazas por parte de su abusador.

A evitaba estar con él, pero el hostigamiento nunca paró, aún pasado 10 años después su madre se entera, y responde tratando de protegerla y culpando a aquellas que no lo hicieron cuando lo contó de pequeña, pero al mismo tiempo... *“Yo no quiero decirle a tu papá, porque sería hacer más grande esta situación, si tú le quieres decir, está bien, yo tomo la responsabilidad”*, no pasó a mayores, todo siguió como si nada.

La vida continuó golpeando de a poco a A, haciendo que presentara depresión, que las relaciones que tenía de pareja, se repitiera el patrón, de hombres que no la valoraban y la violentaban psicológicamente, la vida de A continuó sin más, como si los días pasaran y ya no importara nada, en modo remoto la habían puesto y lo peor es que nadie se daba cuenta.

Al estudiar fuera de casa logró tener altos y bajos, pero la depresión, la incomodidad y la desesperanza se mantenían, unos nuevos compañeros llegaron a la vida de A, los pensamientos suicidas, sumado a que había quedado embarazada (cuando el deseo de ser madre no estaba en ella), el cuerpo de A no respondía, el estado de shock fue increíble, se aisló social y emocionalmente de todos y bajó de peso de manera abrupta, pero lo peor es que, nadie lo notó...

El día del parto se presentó y fue un horror, hubo violencia obstétrica para A y aunque el bebé logró nacer, A estuvo a un punto de dejar este mundo, la creencia en Dios se hizo más fehaciente desde entonces, *“Ayúdame, envíame una motivación a mi vida, yo ya no puedo seguir así, ya no quiero seguir”*, a lo cual, podríamos decir que el universo o el Dios al que ella le pidió logra responderle.

Luego de esta plegaria, A recibe una oportunidad de hacer un voluntariado en donde puede hacer acciones que le permiten sentirse bien consigo mismo, sentirse útil, rodeada de personas que le dan apoyo emocional y una nueva experiencia con una de sus compañeras, encontrando una relación socioafectiva en ella, la cual le permitió sentirse segura, amada y respetada, ¿es decir que el cambiar de orientación sexual es necesario para aliviar el estrés emocional? No necesariamente, A necesitó encontrar una persona que le ayudara a sentir esa protección que no logró sentir por parte de su familia o anteriores parejas, que la vieran como una persona y no como un objeto sexual y que la respetaran por el hecho de ser humana, no necesariamente el ser “hombre” o “mujer”, pero sí es cierto que en un mundo machista las posibilidades se reducen.

Ahora bien, a partir de este voluntariado, A empieza a tener también encuentros con terapias alternativas, al mismo tiempo que la terapia psicológica, lo cual le ayuda a liberar su estrés emocional y empezar a trabajar en su autoestima, le ayudó también a reconocer que es valiosa en el mundo y que tiene la misión de ser la madre de su hijo, con el cual ha tenido una buena relación, liderada por la idea de: *“No voy a criar a mi hijo con las mismas*

carencias que yo tuve, le voy a dar una mejor crianza”, para esto, busca rodearse de personas que considera que van a aportar a su vida y a la vida de su hijo y le van a proteger.

Todo esto con la idea de que es una *mamá oso*, una mamá que va a proteger a su hijo frente a los problemas de la sociedad, que le va a educar, pero que va a estar en pie de lucha en momentos que su hijo no tenga las habilidades para responder y así tienen que ser también los que estén alrededor de su *pollito* (como ella le llama).

Podríamos decir que el encontrar acciones que le ayuden a sentirse útil, validada, un grupo de personas con las que encuentre un apoyo emocional, estar protegiendo y cambiando la narrativa de la vida de su hijo mediante una crianza positiva y presente le ayudaron a poder ver la vida como una oportunidad para aprender y agradecer, podríamos decir que el acompañamiento psicológico que A tuvo desde que en su adolescencia tuvo una visita al hospital a raíz del cutting, le ayudó, pero también es cierto que, cuando A logra tener contacto con sus creencias espirituales (no sólo religiosas), tuvo mayor motivación para poder generar el cambio en su vida personal y para los suyos.

“Yo soy una mamá oso, así le digo, porque yo lo puedo proteger, si mi pollito no se puede proteger, acá estoy yo para hacerlo y por eso también busco personas que sean osos como yo, listos para proteger a mi pollito cuando lo necesite”.

Tabla 10

Ficha de caracterización caso 6

Vida antes del abuso			
<i>Familia</i>	<i>Afrontamiento familiar</i>	<i>Contexto</i>	<i>Prevención del abuso</i>
Familia nuclear compuesta por padres y hermano.	Cuando se presentaban problemas, solían haber discusiones entre los padres.	La participante crece en una familia con necesidades familiares, ambos padres deben salir a trabajar.	No se hablaba de estos temas en la casa.
Estuvo al cuidado de su familia extensa, abuelos y tía.			
En la familia nuclear se			

*Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron
Abuso Sexual Infantil*

presentaba violencia intrafamiliar			
Abuso sexual infantil	Un abuso por parte de primos con tocamientos y un abuso que fue prolongado por parte del abuelo que, incluye tocamientos, hostigamiento y acoso.		
<i>Hablar del abuso</i>	<i>Respuesta al hablar del abuso</i>	<i>Consecuencias del abuso</i>	<i>Acompañamiento psicológico</i>
Habla del abuso con su abuela y su tía	La respuesta que recibe al hablar del trauma es mantener el silencio para no intervenir en el estatus quo.	Depresión, baja autoestima, patrón comportamental de relaciones violentas	Tiene un acompañamiento psicológico desde que tuvo descompensación por cutting, no ha dejado la consulta, ha trabajado frente al manejo de pensamientos irracionales, no obstante, se seguía presentando sintomatología depresiva.
Crecimiento postraumático (Cambios en...)			
<i>Pensamientos y emociones</i>	<i>Relación consigo mismo</i>	<i>Relación con otros</i>	<i>Filosofía de vida</i>
No piensa constantemente en el abuso, sin embargo, al hablar de él se siente incómoda y tiene reacciones fisiológicas.	Considera que no es un área muy trabajada en sí misma, está en el proceso de trabajar con su autoestima.	Se ha enfocado en mantener relaciones que le aporten bienestar, de igual manera, ha modificado su comportamiento para el beneficio de su hijo.	Considera que su filosofía de vida es “ser feliz” y el reconocer las cosas positivas de la vida en el aquí y el ahora es lo que rige su vida actualmente.
Se auto percibe como sobreviviente del abuso.			
Construcción del CPT	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades que le ayuden a sentirse útil • Espiritualidad • Redes de apoyo significativas • Terapia 		
Perdón			
<i>Concepto de perdón</i>	<i>Ejercicio del perdón</i>	<i>Perdón hacia el abuso</i>	<i>Perdón hacia sí mismo</i>

Define 3 tipos de acciones al perdonar: Mantenerse lejos de la persona, alejarse por completo, mantener el vínculo con la otra persona.	Se considera como una persona indulgente, que perdona fácilmente.	Comprende que sus padres estuvieron atendiendo a las necesidades económicas de su contexto y por ello su abusador aprovechó	Refiere necesitar mayor apoyo en cuanto al perdón a sí misma, parece culparse por no protegerse.
---	---	---	--

Fuente: Elaboración propia.

A partir de la Tabla 10 se encuentran los siguientes temas centrales:

a. *“Me convertí en una mamá oso”*

La participante refiere el hecho de ser “una mamá oso” como una madre que ejerce amor, protección y compasión a su hijo, refiere que, es con su hijo como no fueron con ella, por lo tanto, se puede comprender que el vivir diferentes tipos de trauma, entre esos el abuso, le permitió reconocer qué necesidades tenía en su crianza para poderlas aplicar con su hijo.

Dentro de estas acciones se vincula una con el trauma, que es la relación que tiene con otras personas, debido a que, reconoce que el hecho que sus familiares no le hubieran brindado un apoyo o una protección adecuada, permitió que su abusador perpetuara estos actos con el tiempo, por lo tanto, busca que aquellas personas que rodeen a su hijo, tengan las mismas características que ella en cuanto al cuidado y protección del mismo.

b. *Las condiciones de la terapia psicológica frente al trauma*

La participante recibe terapia psicológica durante la adolescencia hasta su adultez, no obstante, no logra tener un avance significativo en todos estos años, lo cual se debe a las condiciones que tenía la persona en la terapia psicológica, estas sesiones eran por parte del seguro médico, por lo que estas tenían duración de menos de 30 minutos, no eran muy seguidas en el mes, de igual manera, cambiaba de terapeuta constantemente, por lo tanto, no había una continuidad en el proceso psicoterapéutico.

Al no tener condiciones óptimas del servicio de salud mental, la paciente no tiene avance así su seguimiento haya durado más de 5 años.

c. *Las terapias alternativas como apoyo en la transformación emocional*

La participante refiere que desde la adolescencia se encuentra en terapia psicológica, no obstante, aunque aprendió a hacer frente a los pensamientos irracionales o ideas impulsivas, no lograba tener un avance frente a sus emociones, puesto que persistía el sentimiento depresivo.

Al momento en que la participante tuvo la oportunidad de experimentar terapias alternativas y/u holísticas tales como el reiki y la meditación desde la medicina tradicional china, logra tener una perspectiva diferente, refiere que tiene la oportunidad de vivir una experiencia espiritual, por lo que, identifica cambios en sus emociones, identificando emociones positivas, redes de apoyo y acciones de autocuidado.

Teniendo en cuenta lo anterior, se puede interpretar que, aunque la terapia psicológica sea muy importante para que la persona logre aprender a manejar sus emociones y pensamientos, es necesario tener una creencia personal que permita que la persona pueda compartir con otras personas y actividades que le ayuden a fortalecer su auto compasión.

Caso 7. Profunda y desconocida, el océano soy yo

La vida de V se presentaba como muy tranquila en su infancia, unos padres muy enfocados en el cuidado de su hija y de poder responder con las necesidades del hogar, trabajar constantemente y enfocarse en que todo estuviese cubierto, poder comer y poder vivir dignamente. V asistía a la escuela todos los días como era de costumbre, conocida por sus padres y cuidada por muchos, pero a la vez, acechada por otra persona, un “amigo” de su papá (que podríamos decir que de amigo no tenía mucho), le violentó, le siguió a un lugar en donde estaba sola y exhibió sus partes, se masturbó y se acercó a ella, el miedo invadió a V y no pudo hacer que se moviera, su cerebro hizo que olvidara ciertas cosas, pero algo que sí recuerda es que ya sea la alarma o ruidos de otras personas hicieron que V pudiese salir de donde estaba, ¡huir!

Los días continuaron y pasaron sin más, gracias al cielo V no volvió a ver a su abusador, pero tampoco pudo decirles a sus padres, ni hablar de lo que había sucedido, en muchas ocasiones, los padres se centraban en resolver los problemas sin tomar en cuenta las emociones y, además, V se encerró, se privó de compartir con otras personas, para protegerse tal vez, no sabemos, lo que sabemos es que V continuó su vida hasta llegar a la universidad,

en la cual le invitaron a hacer un ejercicio de dibujar aquello que “*querían olvidar*” y lo obvio fue puesto en el papel, el cual tiempo después fue encontrado por sus padres en la casa.

Al ver esta prueba, los padres respondieron con el común “*¿por qué no nos contaste antes?*” a lo que V no dio respuesta, pero al parecer, todo siguió como si nada, el tema no se volvió a tocar. V no habló de esta situación o de ser una víctima de abuso sexual si no lo consideraba necesario, por eso, cuando lo habla, lo hace de una manera respetuosa y buscando sensibilizar frente a las personas que consideran que el tener estas experiencias no afecta la salud mental de las personas.

En la vida de V, el cerrarse de las relaciones interpersonales se mantuvo como una constante, pero varias ocasiones le llevaron a desarrollar una estrategia para defenderse... la violencia, V no iba a permitir que le dañaran de nuevo y necesitaba estar en pie de batalla para protegerse, así fuese arrojando botellas, gritando o golpeando, V buscaría a toda costa que las personas del común no hicieran daño a su vida.

Lo cual ha llevado a que el círculo social de V sea reducido, mostrándose como una persona empática y comprensiva al momento de escuchar y ayudar a sus amigos, pero como una persona que no busca ayuda en ellos, en nadie, a decir verdad; solamente en su terapeuta, pero con quien, de igual manera, no se abre completamente.

¿Cómo manejará V sus emociones? Extrañamente su perspectiva de vida le permite razonar frente a las situaciones de la vida de una manera más calmada, el haber vivido un trauma le hace considerar que hay problemas que no merecen más de dos pensadas para ser solucionados. De igual manera, cosas como el movimiento feminista y sus creencias religiosas como cristiana evangélica le permiten sentirse apoyada y comprendida, también el hacer manualidades y escuchar historias le permiten regularse frente al estrés y a las adversidades de la vida.

La combinación de estas permitió que V lograra cambiar su perspectiva ante el abuso, lo ve como una realidad social en la cual ser mujer es un factor de riesgo, liberándose de la culpa y permitiendo que reconozca sus cualidades como persona. Pero también, lo que ella llama como “el despertar espiritual”, una experiencia con la naturaleza que le permitió liberar las emociones que le generaban disconformidad y pudo sentirse libre, liviana...

*Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron
Abuso Sexual Infantil*

“yo nada más estaba acostada, de repente me puse a pensar tantas cosas y fue como que, en un momento, hubo un momento en el que yo hice (hace sonido de respiración profunda), fue como que algo que haya quedado en el piso y cuando yo me levanté era otra cosa, fue como si en ese momento algo me hubiera quitado el peso, algo, o sea, yo no puedo explicar eso.”

Tabla 11

Ficha de caracterización caso 7

Vida antes del abuso			
<i>Familia</i>	<i>Afrontamiento familiar</i>	<i>Contexto</i>	<i>Prevención del abuso</i>
Familia compuesta por padres y hermana. Comunicación asertiva, no obstante, no se enfoca en lo emocional	Afrontamiento enfocado al problema, no toma en cuenta las emociones.	La familia de la participante tiene que trabajar constantemente, puesto que no tienen muchas comodidades económicamente.	No se hablaba de estos temas en la casa.
Abuso sexual infantil	Exhibicionismo y tocamientos por parte de un amigo de su padre.		
<i>Hablar del abuso</i>	<i>Respuesta al hablar del abuso</i>	<i>Consecuencias del abuso</i>	<i>Acompañamiento psicológico</i>
No lo habló con sus padres, lo comentó con su terapeuta y lo comenta como sensibilización hacia las víctimas.	Cuando los padres se enteran, cuestionan a la participante, pero no hacen mucho al respecto. Su terapeuta es empático al igual que los espacios feministas.	Problemas para confiar en los demás y poco contacto con sus emociones.	Acude a sesión terapéutica en la cual se siente escucha y logra regular sus emociones.
Crecimiento postraumático (Cambios en...)			
<i>Pensamientos y emociones</i>	<i>Relación consigo mismo</i>	<i>Relación con otros</i>	<i>Filosofía de vida</i>

No tiene una reacción cognitiva o emocional ante el evento traumático, más bien física.	Mantiene una reflexión de sí misma, donde es consciente de las cualidades que tiene, de lo que necesita mejorar y que hay cosas que desconoce de sí misma	Mantiene círculos sociales pequeños, ofrece empatía y apoyo con los demás, tiene límites muy establecidos, desde el espacio personal, hasta el respeto por su persona.	No tiene identificada una filosofía de vida.
Construcción del CPT	<ul style="list-style-type: none"> • Terapia psicológica • Movimiento feminista • Creencia religiosa • Despertar espiritual • Desprenderse de la culpa 		
Perdón			
<i>Concepto de perdón</i>	<i>Ejercicio del perdón</i>	<i>Perdón hacia el abuso</i>	<i>Perdón hacia sí mismo</i>
El perdón no significa reconectar con las personas, sino “hacer como si nada pasara”	Ha logrado perdonar, transformar los sentimientos de ira, luego de esto, no reconecta con las personas.	No ha ejercido perdón hacia su abusador, pero interpreta su situación de abuso como una realidad social más que una experiencia negativa.	Refiere haber trabajado la culpa que sentía frente al trauma, de manera personal, con conversaciones hacia sí misma tuvo insight.

Fuente: Elaboración propia.

A partir de la Tabla 11 se encuentran los siguientes temas centrales:

a. Desprenderme de lo que no me perteneció

La participante asiste a terapia en donde logra trabajar el manejo emocional frente a su evento de abuso, su terapeuta trata de enfocarlo frente al trabajo de la culpabilidad, no obstante, V no logra abrirse completamente con este, por lo que, por medio de conversaciones internas comprende que la responsabilidad del acto cae sobre su abusador. A partir de este acto, la participante logra transformar los sentimientos de culpa hacia compasión a sí misma, ejerciendo un perdón hacia sí misma.

b. Feminismo y cristianismo, partes del crecimiento

La participante refiere que tanto como el feminismo y su creencia religiosa de cristianismo son acciones importantes en su crecimiento postraumático, puesto que, con la primera, encuentra redes de apoyo que le permiten sentirse apoyada, observa que el abuso no sólo le ha sucedido a ella, pero entre todas tratan de llegar a una transformación y a un empoderamiento; al igual que, ser una filosofía de vida, que permite tener un pensamiento de apoyo social y de no estar sola ante las adversidades de la vida.

Complementando a lo anterior, la creencia religiosa de la participante le permite tener valores e indicadores para vivir una vida, en su filosofía de vida, al igual que tener la creencia de un ser superior y tener un apoyo de este, al igual que hacer acciones como buscar el bien al prójimo y el agradecimiento constante.

Por lo tanto, se comprende que ambos movimientos generan sensaciones de apoyo emocional en la participante, al igual que ejecutar acciones que le permiten transformar sus emociones, el escuchar y asistir a encuentros en el que las mujeres comparten experiencias y el tener una creencia espiritual le ayudan a poder liberar su estrés emocional, teniendo una perspectiva diferente de su experiencia de abuso.

Caso 8. Cuando dejé ir el control

Las familias usualmente tienen el poder de proteger a las infancias sobre ciertas crisis, pero muchas veces no son capaces de cubrir a estos en todo momento... T creció como la menor de las 5 hijas de su mamá, pero como la única de la unión de su mamá y su papá, por esto tuvo un poco más de atención en su desarrollo, rodeada de muchas personas que estaban al tanto de ella, sin embargo, en una ocasión de tantas que tuvo que salir de casa, la maldad se disfrazó de amabilidad, un hombre que nunca había visto en su vida se le apareció y con la mentira de conocer a su papá le acompañó en su camino vuelta a casa, sólo que desviándola del camino, el hombre aprovechó para tocar a esta niña que ni a los 10 años llegaba, el terror se apoderó de ella y su cuerpo avisó que eso no era normal "*Huye, corre, sal de ahí...*" su mente no callaba hasta que la oportunidad se presentó, salió corriendo hasta su casa en donde llena de llanto trató de contar lo que sucedió, pero sin oportunidad de actuar en contra de la persona que había dañado a T.

Los años transcurrieron y T se convirtió en una adolescente con una personalidad muy fuerte, estricta en sus pensamientos y con cuestionamientos hacia la autoridad, pudiésemos pensar que también cuestionaba de cierta manera a sus mayores por no protegerla, pero sus argumentos se fundamentaban en la intelectualidad, *“es que no tengo por qué creerle todo a todos, yo también puedo pensar, por eso no me parece justo”* una frase muy común en sus discusiones.

Esto, llevaba a que T se alejara de las creencias que su familia le quería imponer, la existencia de un dios que no vemos y la idea de una omnipresencia que no actúa sobre las situaciones, aparte de esto, la vida misma de T se vio marcada por la ansiedad y la necesidad de tener el control sobre las cosas.

El estudio fue un área de la cual pudo aprovechar sus grandes talentos, el pensamiento crítico le permitió llegar a cumplir sus objetivos, pero cada vez que se enfrentaba a situaciones que le enfrentaban a soltar el control su ansiedad incrementaba de sobremanera y le quitaba su tranquilidad. En sus relaciones sociales siempre se presentó como extrovertida y fácil para socializar, pero existía un patrón en sus relaciones amorosas que le hacían dudar de sí misma y hasta a considerar que el amor no sería para ella, al parecer la figura del hombre todavía generaba cierto malestar en su vida, alguien quien llegó a mentir para conseguir satisfacción a costa del beneficio de otro, no sabemos.

Aun así, y enfrentando las adversidades de la vida, T decide estudiar psicología, una carrera en la cual tuvo un recorrido exitoso y la llevo a cuestionarse frente a los comportamientos que le generaban malestar, pero que había normalizado, acercarse a la orientación y acompañamiento en la salud mental le permitió controlar su ansiedad, pero de nuevo hombres que fueron un tormento le llegaban a hacer sentir poco válida de sentir amor.

Con mil enfrentamientos a las circunstancias y tratar de cortar con esas monstruosas relaciones, T se refugió en sus sueños y en sus metas, poder ser exitosa y poder ayudar a sus padres, sus amigos y familia parecían círculos en los cuales T podría encontrar motivación y refugio, pero no todas las relaciones humanas son perfectas desde el inicio y el construirlas tiende a ser un camino que no todos quieren recorrer, por esto, T más allá de centrarse en las personas, siguió confiando en sí misma.

Finalizando su carrera, conoció a alguien que le mostraría la otra página de las relaciones, un hombre que le respetaría y acompañaría en diferentes momentos, la creencia de no merecer amor ya no tenía poder sobre ella. Al cumplir su meta de graduarse, la vida laboral comenzó a ser realidad y logró cumplir con las metas que se había trazado en tiempos anteriores, la medicación y la terapia le permitieron controlar su ansiedad, pero existían cosas que aún le costaba trabajar, hablar de su abuso se tornaba en algo fácil cuando se hacía en un espacio de confianza, donde alguien podría respetar esa vulnerabilidad, ese contacto con la parte emocional, lo que no siempre hacía T.

En una oportunidad laboral, una experiencia psicológica le permitió observar las situaciones de vida desde diferentes puntos de vista, quitando la idea de que todo tendría que ser blanco y negro, sino que pueden haber matices en la vida, *“en la bondad hay maldad y aún en la maldad hay bondad”* como quien dice, lo que llevó a que T reflexionara sobre diferentes responsabilidades que habría puesto sobre las personas, tal vez sus padres no tenían el conocimiento de los peligros que existen en las calles para las niñas pequeñas en ese entonces; tal vez sus padres tuvieron que atender a otras actividades porque consideraban que el mundo era un buen lugar; tal vez no todas las personas que se supone te tienen que cuidar saben si lo que hacen está bien o no; tal vez no todos los hombres hacen daño; tal vez la niña pequeña de 8 casi 9 años no tenía las habilidades para protegerse de un hombre que le triplicaba la edad.

Esta reflexión haría que el perdón dejase de ser un concepto en el cual la iglesia pide que se dé la otra mejilla sin dar consecuencias a las otras personas o que simplemente con *“dejarle las cosas a dios”* ya todo se iba a arreglar, sino que se convirtió en un proceso personal que atravesaría en terapia, en donde gracias a la compañía de sus redes de apoyo podría ver cómo se transformaba esa necesidad de tener el control, ¿el control de qué? De que las situaciones o las personas le pudieran generar daño, practicar esto le permitió fortalecer su autoestima y autocuidado, al igual que apreciar a su familia desde diferentes puntos de vista.

“Tal vez el mundo no está lleno de buenas personas, tal vez la vida no siempre nos pinta una buena cara o tal vez fue lo que me tocó vivir, pero entiendo que no todo fue mi responsabilidad y que mucho cambió desde que decidí soltar el dolor”.

Tabla 12

Ficha de caracterización caso 8

Vida antes del abuso			
<i>Familia</i>	<i>Afrontamiento familiar</i>	<i>Contexto</i>	<i>Prevención del abuso</i>
Familia compuesta por padres y 4 hermanas mayores. Comunicación asertiva, no obstante, no se enfoca en lo emocional	Afrontamiento enfocado al problema, no toma en cuenta las emociones. Afrontamiento enfocado en lo espiritual.	La familia de la participante tiene que trabajar constantemente, puesto que no tenían muchas comodidades económicamente. El estudio siempre fue una prioridad para su padre.	No se hablaba de estos temas en la casa.
Abuso sexual infantil			
Tocamientos por parte de desconocido.			
<i>Hablar del abuso</i>	<i>Respuesta al hablar del abuso</i>	<i>Consecuencias del abuso</i>	<i>Acompañamiento psicológico</i>
Lo habló en su momento. Después de ello sólo lo comentó cuando se encontraba con personas de suma confianza.	Los padres no logran accionar al respecto, ya que no lograron identificar al abusador. No actuaron para trabajar emocionalmente con la participante.	Problemas para confiar en los demás y poco contacto con sus emociones. Ansiedad. Patrones de relaciones afectivas nocivas.	Acude a sesión terapéutica por cuestiones de manejo de la ansiedad. Lleva en tratamiento por alrededor un año. Han trabajado temas de manejo de pensamientos, necesidad de control, autoestima y perdón.
Crecimiento postraumático (Cambios en...)			
<i>Pensamientos y emociones</i>	<i>Relación consigo mismo</i>	<i>Relación con otros</i>	<i>Filosofía de vida</i>

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil

Refiere ya no sentir culpa, rabio y/o tristeza al hablar del tema, anteriormente sí lo presentaba cuando hablaba de ello.	Mantiene una reflexión de sí misma, donde es consciente de las cualidades que tiene y de lo que necesita mejorar.	Mantiene círculos sociales pequeños, refiere que trata de identificar personas que son respetuosas con sus emociones y con sus límites.	Su filosofía de vida se marca en el movimiento feminista y en lograr cumplir sus objetivos de vida.
No piensa constantemente en lo sucedido.		No suele tener confianza con todas las personas, aunque es extrovertida.	
Construcción del CPT	<ul style="list-style-type: none"> • Terapia psicológica • Movimiento feminista • Desprenderse de la culpa • Perdón • Cumplir con sus metas 		
Perdón			
<i>Concepto de perdón</i>	<i>Ejercicio del perdón</i>	<i>Perdón hacia el abuso</i>	<i>Perdón hacia sí mismo</i>
Considera el perdón como el cambiar sentimientos y emociones consideradas negativas por tranquilidad.	Indica que el ejercicio del perdón es un trabajo que realiza para sí misma	Enfoca su perdón en quitarle la culpa a sus cuidadores principales.	Refiere haber trabajado sobre la culpa que sentía por haber vivido esa situación y no haber podido protegerse.

Fuente: Elaboración propia.

A partir de la Tabla 12 se encuentran los siguientes temas centrales:

a. Desprenderme de lo que no me perteneció

A partir de la terapia y de compartir su experiencia con su red de apoyo, logra tener una nueva perspectiva frente a su abuso, ubicando la responsabilidad hacia el abusador quien era un adulto con conocimiento de sus acciones y no hacia una niña que no tenía las herramientas para poder hacer frente a lo que estaba viviendo. Al momento en que logra desprenderse de la culpa y perdonarse a sí misma, existe una transformación de emociones en donde se empieza a cultivar la auto compasión y las acciones de autocuidado.

b. Una filosofía de vida enfocada en lo que las mujeres pueden lograr

La participante toda su vida tuvo la oportunidad para acceder a la información y pudo desarrollar un pensamiento crítico desde muy joven, para ella el feminismo siempre fue un movimiento que le permitió estudiar, trabajar, tener voz, voto y demás, no obstante, al hacer frente a su abuso, reconoce al feminismo también como una filosofía de vida en la que reconoce las vulnerabilidades del sexo femenino, pero también las ganancias que puede tener la sororidad y el empoderamiento femenino.

Con esta filosofía de vida, la participante logra tener un pensamiento que se enfoca en el fortalecimiento de sus redes de apoyo, el cumplimiento de sus metas personales y la posibilidad que tiene de poder transformar su historia personal de abuso en una de motivación para otras mujeres, como pasó con ella.

c. La terapia psicológica frente al trauma

En la terapia psicológica, la participante logra manejar los pensamientos y emociones que se desplegaban del abuso, enfocándose también en el manejo de su ansiedad, al igual que, trabajar en la necesidad de estar a cargo de las cosas y tener el control como manera de auto protección. Lo cual le permite a la participante tener una participación más activa frente a su estrés emocional y los pensamientos que se presentan, lo cual según el marco conceptual del CPT permite que se haga un cambio de perspectiva y reconocer los cambios obtenidos a partir del evento traumático.

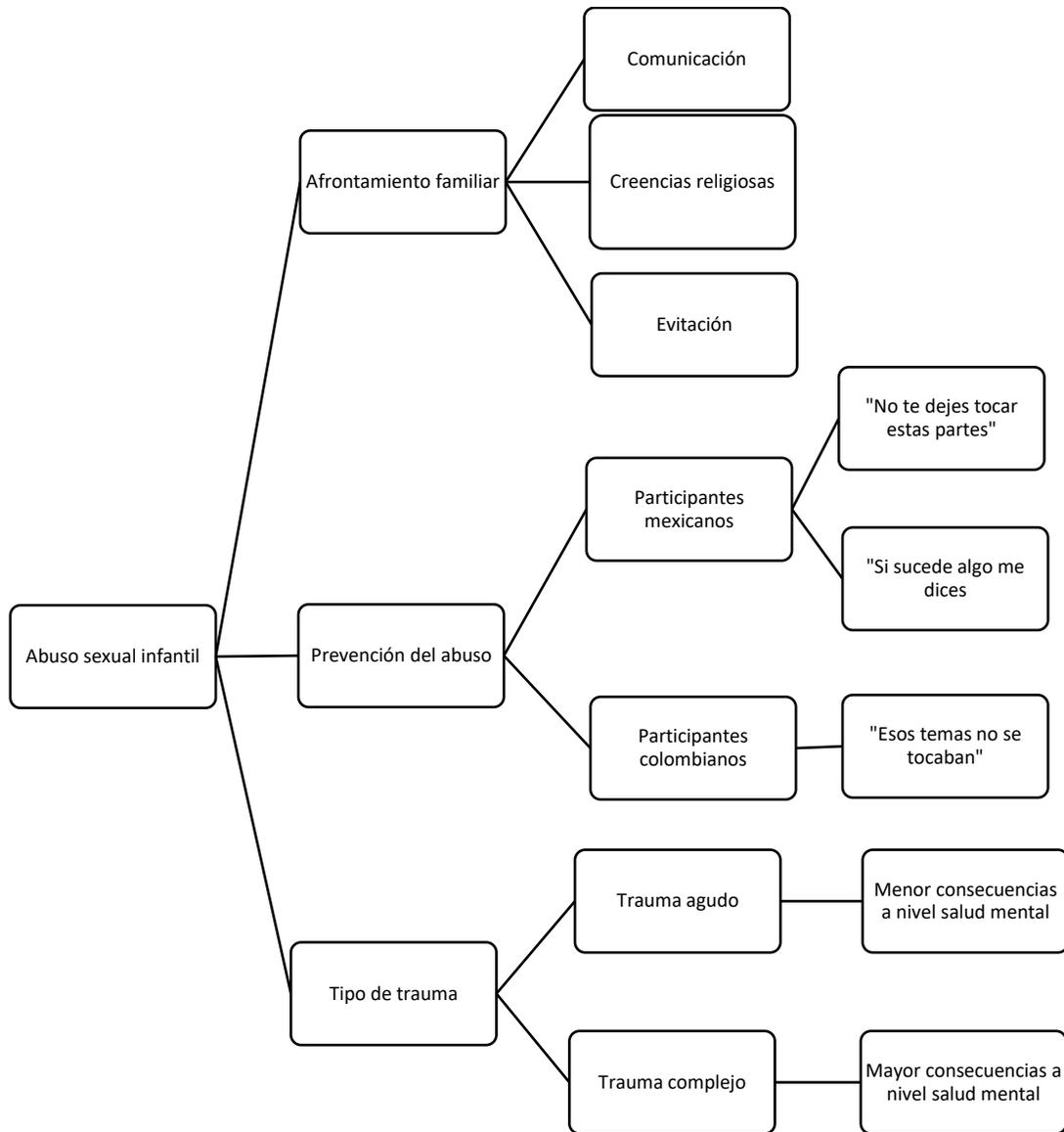
Acerca del evento traumático: abuso sexual infantil

Teniendo en cuenta las 8 entrevistas, se hace un análisis por ejes temáticos, en este apartado se describirán los hallazgos encontrados por parte de la experiencia de abuso sexual infantil, los cuales fueron condensados en la Figura 4.

Figura 4

Acerca del abuso sexual infantil

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil



Fuente: Elaboración propia

A continuación, se hará una interpretación de la Figura 4 según lo encontrado en las entrevistas.

Afrontamiento Familiar

Dentro del marco conceptual del CPT, se tiene en cuenta que antes de vivir el trauma existen diferentes aspectos que ayudan a que la persona pueda enfrentar los problemas de manera adecuada o no, dentro de estos se encuentra el afrontamiento familiar, que, hace referencia a cómo las familias responden ante los problemas que se presentan, lo cual, permite que el individuo aprenda a partir de su entorno. Se profundiza sobre esta habilidad pre trauma, teniendo en cuenta las respuestas obtenidas por las participantes y sobre la capacidad de recuerdo que tuvieron, las cuales fueron organizadas en la Tabla 13.

Tabla 13

Afrontamiento familiar

Afrontamiento familiar		
Tipo de afrontamiento	Definición	Casos en los que se presenta
Afrontamiento Comunicativo Asertivo	Este tipo de afrontamiento implica abordar los problemas directamente a través de la comunicación efectiva, con el objetivo de resolver conflictos o malentendidos.	Caso 1 <i>Recuerdo que cuando se presentaban problemas en casa mis papás siempre trataban que habláramos y poder solucionar las cosas, al menos cuando eran problemas entre los hermanos.</i>
Afrontamiento religioso	Este tipo de afrontamiento se refiere al uso de prácticas, creencias, rituales y apoyos religiosos o espirituales para enfrentar situaciones estresantes o desafíos emocionales.	Caso 1 <i>Siempre que hemos presentado dificultades en casa, hemos puesto todo en manos de Dios, así aprendí a hacerlo, a confiar en Él y así lo hago hasta el día de hoy.</i> Caso 4 <i>En esa situación mi familia optó por basar sus decisiones y comportamiento según la religión, y creo que primero vieron el pecado antes de la situación de abuso que estaba viviendo</i> Caso 8 <i>Mi papá específicamente siempre era muy religioso, entonces de poner la fe en Dios y todo eso, yo nunca he creído en ello entonces yo siempre me mantuve muy alejada de ellos cuando se ponían así.</i>
Afrontamiento activo	Se utiliza para describir estrategias en las que la persona toma medidas concretas para enfrentar la situación estresante.	Caso 2 <i>Recuerdo que cuando había problemas, mi mamá se encargaba de resolverlos de una vez, les hacía frente, tomaba decisiones, es una mujer muy fuerte y creo que de esa manera aprendí también a ser una persona que busca soluciones.</i> Caso 3

		<i>No estoy muy segura, pero, recuerdo que, si había problemas, mis padres trataban de actuar para resolver el problema.</i>
Afrontamiento activo-evitativo	Implica tomar acciones concretas para manejar o resolver el problema en sí mismo (afrontamiento activo), pero al mismo tiempo, evitar el procesamiento o la expresión de las emociones asociadas con la situación (afrontamiento evitativo).	<p>Caso 4 <i>Mis papás siempre resolvieron activamente los problemas, no tuvieron problemas para tomar decisiones (...) recuerdo que nunca tuvieron en cuenta cómo me sentía yo, nunca me lo preguntaron, y así ha sido con todo, desde que recuerdo.</i></p> <p>Caso 7 <i>Cuando había problemas pues yo nunca me di cuenta de eso, pero cuando me pasaban cosas, nunca me preguntaban cómo me sentía, ni me hablaron de emociones, es más, cuando se enteraron, se alarmaron, pero no lo volvieron a hablar.</i></p> <p>Caso 8 <i>Mis papás creo que nunca tuvieron problema para poder tomar decisiones en cuanto a los problemas de la casa, pero sí en cuanto a hablarme de mis emociones, nunca lo hacían, crecí sin entenderme muchas cosas de mis emociones.</i></p>
Afrontamiento agresivo	Este tipo de afrontamiento implica un enfoque directo y activo para enfrentar problemas, pero utiliza métodos que pueden ser dañinos, coercitivos, o insensibles hacia los demás.	<p>Caso 5 <i>A mí siempre para corregirme me pegaban, me hablaban mal, en la casa están acostumbrados a que cuando pasa algo se dicen muchas groserías, no sé cómo resolvían las demás cosas, pero lo que tenía que ver con mi crianza sí fue muy así.</i></p> <p>Caso 6 <i>No podíamos decir nada en la casa porque siempre que mi papá escuchaba que había un problema se desquitaba con mi mamá, siempre, entonces uno siempre mantuvo callada para que no se pelearan entre ellos.</i></p>

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 13, se logra apreciar los tipos de afrontamientos que tenían las familias en el momento en que las participantes eran infantes, esta información es relevante ya que, permite saber cómo pudo afrontar el individuo su abuso al momento que lo vivió y en los siguientes años.

Prevención del abuso sexual

En este apartado en específico, el contexto llega a ser una clave, puesto que al hacer una revisión de las estrategias de prevención que usaron las familias para prevenir el abuso, de acuerdo con lo que recuerdan las participantes, hay una diferencia relevante en las respuestas, por lo que se presentarán por países de residencia.

Tabla 14

Tipo de información que recibieron las participantes sobre prevención del ASI

Tipo de información	Información acerca del abuso	
	Definición	Casos en los que se presenta
Prevención	En este tipo de comunicación, los cuidadores de las participantes hablan acerca de los cuidados que se deben tener en situaciones peligro, consentimiento y fortalecimiento de la confianza con los adultos	Caso 1 <i>Dentro de esa buena comunicación que teníamos, mis papás me hablaban de que había partes las cuales nadie debía tocarme o situaciones que podían ser peligrosas para mí.</i>
		Caso 2 <i>Mi mamá siempre me dijo que le dijera si alguien me tocaba, si algo me pasaba, creo que también porque ella vivió la violencia de género también de cerca.</i>
		Caso 3 <i>Mi mamá me decía qué partes no debía dejar que me tocaran y que tuviera mucho cuidado.</i>
		Caso 4 <i>A mí mis papás me protegían mucho, me hablaron de que las personas no me podían tocar mis partes privadas y que les contara si algo pasaba, tanto, que ni si quiera mi papá me abrazaba en ocasiones.</i>
Evitación del tema	En este, los padres de las participantes no daban mucha información frente al abuso, se mantenía la idea de: “de esos temas no se habla”.	Caso 5 <i>Para ese tipo de cosas no me hablaban, tampoco hubo una educación sexual en cuanto a la menstruación o algo por estilo, simplemente, de esos temas no se habla.</i>
		Caso 6 <i>En mi casa no se hablaba acerca de esos temas, nunca me educaron frente a eso.</i>
		Caso 7 <i>No, de prevención nunca me hablaron, eso no se tocaba.</i>
		Caso 8 <i>De esos temas no me hablaron, creo que fue algo que deberían haber hecho, pero pues, no lo hicieron.</i>

Fuente: Elaboración propia.

Como se pudo observar en la Tabla 14, es más común que en un contexto norte santandereano, las familias se muestren más conservadoras y eviten hablar del tema, en comparación del contexto michoacano.

Información del abuso

En este apartado, se condensará la información acerca del evento de ASI de cada participante, teniendo información como edad de abuso, tipo de trauma, cercanía con el abusador, respuesta del contexto y si la persona habló en el momento.

Tabla 15

Información acerca del abuso sexual

Caso	Edad	Cercanía con el abusador	Tipo de trauma	¿Habló del evento?		Respuesta del contexto	Impacto en la salud mental
				Sí	No		
1	6	Primo	Trauma agudo	X		Al no hablarlo, mantuvo relación con su abusador quien era familiar, su abuso sólo sucedió una vez, no lo interpretó como algo traumático, ya que, no le habían generado daño físico.	Participante no reconozco alteraciones en la salud mental.
2	5	Vecino	Trauma agudo	X		La participante no lo habló directamente con su madre, no obstante, los familiares de su abusador (hermanas y padres) le dijeron a la madre, quien le apoyó, sin embargo, cuando le preguntaban si algo le había sucedido “no sabía qué decir”.	Refiere que las consecuencias del abuso se presentaron en el área de las relaciones sociales, donde buscaba hombres abusivos y trataba de llenar su necesidad de figura paterna. Mantenía sentimientos de culpa.
3	7	Tío	Trauma agudo	X		No habló de lo sucedido en el momento, trató de decirlo a su padre sin tener éxito, se encontró a su abusador en otros espacios familiares.	La participante refiere que desarrolló sintomatología ansiosa y se relacionaba sexo afectivamente con hombres abusivos. Mantenía sentimientos de culpa
4	6	Vecino; Abuelo; Conocido de la familia; Mujer de la iglesia	Trauma complejo	X		Al haber tenido charlas con los padres acerca de los cuidados con los adultos, la participante le dice a su madre, la cual responde ante el evento traumático confrontando al abusador, sin embargo, no hubo consecuencia negativa para este señor,	La participante tuvo afectaciones en las siguientes áreas: Relación consigo misma. Baja autoestima Culpa Relación con los otros

					<p>pero sí se incrementaron las prohibiciones para ella, al comprender que a sus abusadores no les pasaría nada, no habló de sus siguientes abusos. El último abuso que tuvo en su adolescencia, que fue de tipo crónico, no lo mencionó a su familia, sino que estos se enteraron por su abusadora, al ser una persona de la iglesia la respuesta de la familia fue punitiva, revictimizaron a la víctima y la culparon, estos actos fueron propios de su familia, como de la comunidad eclesiástica.</p>	<p>Desconfianza Incapacidad de entablar relaciones sociales</p> <p>Salud Mental TEPT Depresión Ansiedad</p>
5	5	Primo / Hermanastro	Trauma complejo	X	<p>Teniendo en cuenta que, la familia nunca dio espacio para que se hablaran de temas de prevención o salud sexual, la participante nunca habló de su situación, refiere que no tenía confianza con ninguno de sus cuidadores, por lo que, continuó compartiendo con sus abusadores en algunos espacios familiares.</p>	<p>La participante refiere haber tenido problemas de ansiedad y respuestas agresivas solamente hacia uno de sus agresores. Mantenía sentimientos de culpa.</p>
6	7	Primos / Abuelo	Trauma complejo	X	<p>Cuando la participante sufre su primer abuso por parte de sus primos, le castigan y hacen como si nada pasara, no se vuelve a hablar del tema. La participante decide hablar con una tía y su abuela acerca del abuso recibido por su abuelo y estas la silencian, tratan de hacerle creer que él no haría eso y hablan con el abuelo para que tenga cuidado con ella, por lo que, el abusador toma represalias contra ella, acosándola y tratándola mal.</p>	<p>La paciente refiere consecuencias en las siguientes áreas:</p> <p>Relación consigo misma Baja autoestima Conductas autodestructivas Culpa Intentos de suicidio</p> <p>Relación con los otros Desconfianza Relacionarse sexo afectivamente con hombres abusadores</p> <p>Salud Mental Depresión</p>
7	9	Conocido del padre	Trauma agudo	X	<p>La participante no habló de su abuso con nadie, sin embargo, se encontraba regularmente con su</p>	<p>La participante refirió tener consecuencias en las siguientes áreas</p>

				abusador, ya que, trabajaba en su primaria.	<p>Relación consigo misma Incapacidad para reconocer/expresar sus emociones Culpa</p> <p>Relación con los otros Respuestas agresivas Desconfianza</p> <p>Salud Mental Depresión</p>
8	7	Desconocido	Trauma agudo	X	La participante no contó lo vivido, al ser desconocido su abusador no le volvió a ver. La participante refiere haber desarrollado ansiedad y haber tenido relaciones sexo afectivas con hombres abusadores. Mantenía sentimientos de culpa

Nota: En el cuadro de tipo de trauma, las siglas hacen referencia: trauma agudo (sólo una vez) y trauma complejo (la experiencia se compone de experiencias de trauma agudo y trauma complejo).

Teniendo en cuenta la Tabla 15, se puede interpretar que en situaciones donde la persona ha vivido un trauma complejo tiene mayores afectaciones a nivel de salud mental, específicamente trastornos de ansiedad, depresión, estrés postraumático, en comparación con aquellas que vivieron un trauma agudo, puesto que sus consecuencias se muestran más en la relación con los otros, no obstante, la vergüenza o la culpa estuvo presente en 7 de 8 participantes.

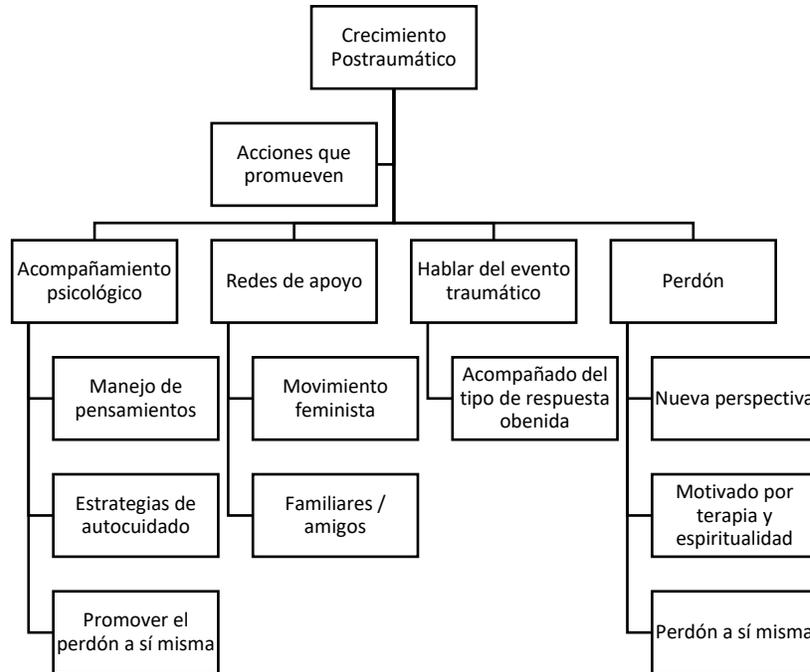
Es decir, en estas participantes, el tipo de trauma vivido tuvo mayor relevancia que otros aspectos como la cercanía del abusador.

Acerca de la construcción del crecimiento postraumático

Según lo encontrado en las respuestas de las entrevistas, se realizó la Figura 5 donde se pretende graficar el análisis realizado, para así, dar paso a su explicación.

Figura 5

Acerca del Crecimiento Postraumático



Fuente: Elaboración propia

A partir de lo encontrado en la construcción del crecimiento postraumático, se presentarán Tablas que permitan explicar qué acciones permitieron mayor bienestar en las participantes.

Acompañamiento psicoterapéutico

Frente a este proceso de crecimiento y rehabilitación del trauma es importante conocer si las participantes tuvieron algún tipo de acompañamiento, cómo fue este y qué se logró trabajar, según lo informado en las entrevistas.

Tabla 16

Información del acompañamiento psicoterapéutico

Acompañamiento terapéutico						
Caso	¿Asistió a Terapia?		Motivo de consulta	¿Cómo fue el proceso?	Acompañamiento en el ASI	Hallazgos obtenidos
	Sí	No				
1		X	---	---	---	---
2	X		Problemas emocionales debido a relaciones socio afectivas nocivas para ella.	No ha sido proceso lineal, ha cambiado de terapeuta varias veces, aparte de esto, ha asistido a talleres	A partir de ejercicios que emulan haber trabajado sobre la línea de su vida y/o proyecto de vida, mencionó con diferentes terapeutas	Fortalecimiento de autoestima y el autocuidado. Liberación emocional al hablar de su

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil

		enfocados en autoestima.	haber vivido ASI, no obstante, no profundizó mucho su trabajo con cada uno de estos, sin embargo, resalta haber tenido avances en cuanto a “Hablar del evento traumático”, puesto que parecía hablarlo de manera regular en las sesiones, presentaba reacciones emocionales en marchas feministas. Por lo que continuaron trabajando sobre el hablar de este evento “con alguien con quien no se vaya a sentir juzgada”.	evento traumático con una persona específica. Identificar red de apoyo. Establecer el perdón a sí misma.
3	X	Inicia el proceso de acompañamiento psicológico por manejo de ansiedad y por resentimiento hacia su padre.	Cambió constantemente de terapeutas debido a que al tener creencias alternativas por su práctica espiritual. Actualmente, se encuentra asistiendo con una terapeuta psico-corporal, que comparte sus creencias, por lo que, es más sencillo para la participante expresarse. Se debe mencionar que el compartir las creencias espirituales no hace referencia a que el contenido de la terapia o las herramientas a usar se basen en estas.	Menciona haber hablado de su ASI en terapia y haberlo trabajado adecuadamente. Reducción de niveles de ansiedad. Estrategias para el manejo del estrés. Práctica del perdón propio frente al ASI.
4	X	Asiste a terapia debido a su abuso.	Llega a consulta con alta culpabilidad y una narrativa de	Se hace un acompañamiento frente al abuso desde un primer momento, Cambio de narrativa.

			<p>vida negativa de sí misma frente a su abuso, logra trabajar sobre esa perspectiva y sobre sus trastornos. Actualmente, se encuentra en sesiones constantes.</p>	<p>se enfoca en trabajar sobre la perspectiva de vida y la relación consigo misma.</p>	<p>Identificación de redes de apoyo. Establecimiento de estrategias de autocuidado.</p>
5	X	---	---	---	---
		<p>Por situación de cutting, le dan cita psicológica en el sistema de salud colombiano</p>	<p>Inicia su proceso terapéutico alrededor de los 15 años, no obstante, aunque este proceso se ha mantenido hasta la actualidad, sus terapeutas no han sido constantes y su tiempo de atención ha sido corto (entre 15 o 20 minutos), además, sus citas eran agendadas cada mes, o más tiempo, por lo que, no tuvo un acompañamiento adecuado. Por otra parte, su situación económica no le permitía acceder a un servicio privado.</p>	<p>Menciona no haberlo trabajado a profundidad.</p>	<p>Establecimiento de estrategias cognitivas conductuales para manejo de pensamientos autodestructivos.</p>
6	X				
		<p>Accede por evaluaciones frente a TDAH y Trastorno Depresivo.</p>	<p>Solo ha asistido una vez a terapia, logra trabajar sobre regular sus emociones, no obstante, la participante no suele hablar abiertamente de sus emociones, ni si quiera en terapia. Actualmente ha parado las terapias, desea</p>	<p>Refiere haberlo mencionado dentro del trabajo enfocado en su trastorno depresivo, no obstante, cuando menciona acerca de los cambios obtenidos, no los adjudica a la terapia.</p>	<p>Reducción de estrés emocional al hablar de los traumas o situaciones adversas vividas.</p>
7	X				

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil

			retomar en un futuro.	
		Asiste para tratar síntomas ansiosos	Asiste de manera consecutiva a terapia en donde ha trabajado sobre su ansiedad, su control sobre las cosas y su ASI.	Lo trabajó adecuadamente en sesiones.
8	X			Practicar el perdón propio. Establecer estrategias para manejo de la ansiedad. Reducción de pensamientos obsesivos.

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 16, se logra comprender que la mayoría de las participantes han tenido acompañamiento psicológico, sin embargo, los motivos de consulta que mencionaron las participantes no estaban relacionados con el ASI, sino por las consecuencias que habían tenido, sólo una participante indica haber asistido a terapia específicamente por su abuso. También, se muestra que los procesos de acompañamiento han sido diferentes, la mayoría muestran haber pasado por diferentes terapeutas, otras muestran haber estado solo con un terapeuta.

De igual manera, la mayoría de las participantes trabajaron frente a su evento de abuso, aunque no hubiese sido su motivo de consulta, en algún momento del proceso lo hablaron en sesiones terapéuticas y lo trabajaron, de aquellas que asistieron a consulta terapéutica, solamente hay una participante que no profundizó mucho sobre su abuso, por las complicaciones para el acceso a la terapia.

A partir del acompañamiento psicológico empezaron a presentarse cambios en la vida de las participantes, frente a su abuso, sin embargo, las participantes reconocen que existen otras actividades que les han permitido tener un crecimiento en sus vidas personales.

Tabla 17

Crecimiento postraumático en las participantes

Caso	Cambios en pensamientos y emociones	Cambios en las áreas indicadas (consigo mismo, con otros y la filosofía de vida)	Acciones que permitieron los cambios
1	No suele pensar en general acerca de su abuso	El mayor cambio que ha tenido se da en la <i>relación con otros</i> , puesto que, trata de cuidar en lo máximo a los niños de su familia, evitando dejarlos en una situación de riesgo.	El mismo evento de abuso generó este cambio, no se indica un CPT puesto que no interpretó su abuso como trauma.
2	Al recordar su abuso ya no presenta estrés emocional y logra manejar adecuadamente sus pensamientos. Indica haber transformado la culpa por auto compasión	<i>Relación consigo misma:</i> Genera acciones de autocuidado. <i>Relación con los otros:</i> Establece límites para poder crear un espacio seguro para sí misma y ha logrado cambiar el miedo que tenía hacia el sexo masculino, reconoce que los hombres son personas valiosas en la vida. <i>Filosofía de vida:</i> Vivir en agradecimiento y hacer con amor.	<ul style="list-style-type: none"> • Acompañamiento psicológico • Espiritualidad • Redes de apoyo • Movimiento feminista • Perdón
3	Ha logrado transformar emociones de pena, culpa e ira, por perdón, a través de su terapia y espiritualidad. Indica haber transformado la culpa a través del perdón a sí misma.	<i>Relación consigo misma:</i> Genera acciones de autocuidado. <i>Relación con los otros:</i> Establece límites para poder crear un espacio seguro para sí misma. <i>Filosofía de vida:</i> Considera que todo pasa por algo, dando a entender que cada experiencia conlleva un aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Acompañamiento psicológico • Espiritualidad • Redes de apoyo • Perdón
4	Piensa constantemente en su abuso, cuestionándose. Indica haber transformado los sentimientos de culpa al hablar con otras personas fuera de su familia y comunidad eclesíástica sobre su abuso.	Los cambios se ven más reflejados en el área de <i>la relación consigo misma</i> en donde esta genera acciones de autocuidado, se podría decir que tuvo un cambio en su <i>filosofía de vida</i> de “no hacer cosas que puedan lastimar a los otros o a sí misma”, el cual se da a partir de su relación negativa con la iglesia.	<ul style="list-style-type: none"> • Acompañamiento psicológico • Perdón hacia sí misma • Leer acerca del abuso • Redes de apoyo
5	Refiere tener cambios en sus emociones frente a la culpabilidad, no piensa con constancia sobre el evento.	<i>Relación consigo misma:</i> Se enfoca en cumplir sus metas y objetivos de la vida, se enfoca en fortalecer su autoestima.	<ul style="list-style-type: none"> • Transformar la culpa a partir del perdón hacia sí misma.

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil

		<i>Relación con los otros:</i> Establece límites para tener un lugar seguro para sí misma, de igual manera, cambia los patrones de crianza, habla acerca de sexualidad y desarrollo con sus hermanas menores.	
6	No piensa en el abuso con frecuencia. Se siente incómoda al hablar de él.	<p style="text-align: center;"><i>Relación con los otros:</i> Estableciendo un lugar seguro para su hijo, para evitar que él sufra lo mismo que ella.</p> <p style="text-align: center;"><i>Filosofía de vida:</i> se enfoca en el aquí y el ahora, al igual que, las cosas positivas de la vida.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Acompañamiento psicológico • Espiritualidad • Redes de apoyo
7	No muestra estrés emocional al recordar o hablar del evento, tiene reacciones físicas, como sudoración y presión en el pecho.	<p style="text-align: center;"><i>Relación consigo misma:</i> Reconoce sus cualidades y sus áreas de mejora.</p> <p style="text-align: center;"><i>Relación con los otros:</i> Establece límites para crear un espacio seguro para sí misma.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Acompañamiento psicológico • Espiritualidad • Movimiento feminista • Perdón a sí misma
8	No presenta estrés emocional al hablar del abuso.	<p style="text-align: center;"><i>Relación consigo misma:</i> Reconoce sus cualidades y sus áreas de mejora.</p> <p style="text-align: center;"><i>Relación con los otros:</i> Establece límites para crear un espacio seguro para sí misma.</p> <p style="text-align: center;"><i>Filosofía de vida:</i> Se mantiene alineada con el movimiento feminista y el creer en sí misma.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Acompañamiento psicológico • Perdón a sí misma • Movimiento feminista

Fuente: Elaboración propia.

Ahora bien, a continuación, se profundizará frente a estas acciones que permitieron el crecimiento en las participantes, presentadas en la Tabla 17.

Redes de apoyo

Para la construcción del crecimiento postraumático se reconoció que las participantes tomaban con gran importancia las relaciones sociales positivas en su vida, en las cuales se encuentran el movimiento feminista como un grupo social y filosofía, al igual que las redes de apoyo. Para esto, se hablará a continuación de cada una de ellas:

Movimiento Feminista. Para las participantes el movimiento feminista estuvo presente en la mayoría, el cual lo consideraban no sólo como una filosofía que mostraba la figura de la mujer como importante, sino también como un movimiento a nivel mundial que se encargaba de gestionar espacios en los cuales las mujeres pudieran expresar de manera segura sus vivencias de vida en las cuales habían sido vulneradas de manera emocional, física y en su mayoría, sexual.

“Empecé a conocer del movimiento feminista porque estaba leyendo de su filosofía, de lo que es ser mujer y ser estigmatizada por la sociedad y empaticé mucho con esas lecturas, pero luego también fue evolucionando a que encontraba ponencias, experiencias de vida en las cuales las mujeres se vulneraban ante sus historias e vida, y comprendía que no estaba sola en lo que había vivido, hay más mujeres con historias similares, empecé a buscar espacios para poderme involucrar más y en eso estoy con mi proceso para poder conectar con otras mujeres que me inspiren” (Caso 8).

En este caso, el primer acercamiento hacia el feminismo fue desde el pensamiento crítico y filosófico, sin embargo, el conocer otras historias de vida de mujeres que han pasado por lo mismo y verlas en posiciones de empoderamiento, le permitieron tener una perspectiva social más amplia, en donde pudiera estudiar más el evento traumático que había vivido y buscar espacios o experiencias de vida, con las que pudiese empatizar y tener un apoyo emocional, permitiéndose procesar sus emociones a partir de otras mujeres.

*“En las marchas feministas existen arengas y porras y cuando estaba en una marcha, empezaron a gritar **las niñas no se tocan, las niñas no se tocan** lo que me movilizaba demasiado, y lloré mucho, pensaba que ya lo había trabajado en terapia, entonces por eso ya no tenía que llorar y no entendía” (Caso 2).*

Al ser parte de las actividades del movimiento, las participantes logran movilizar sus emociones y empatizar con la causa, lo cual les motiva también a poder trabajar en pro de mujeres que viven o han vivido algún tipo de violencia.

“Cuando empecé a ir a los encuentros feministas encontré mujeres que me abrazaron como una mujer vulnerable, como persona que había vivido este abuso y pude hablarlo con mayor libertad, comprender que tristemente soy un número más en la estadística, pero que

también me puedo movilizar para hacer comprender a los demás que la importancia de proteger a las niñas” (Caso 7).

Este grupo social, aunque no llegase a pertenecer dentro de las relaciones sociales principales de las participantes, es un espacio en el cual podían expresarse abiertamente frente a sus vivencias, sin sentirse juzgadas o presionadas por hablar, dando oportunidad a que se aliviara el estrés emocional y tener diferentes perspectivas frente a los tipos de trauma que estaba conociendo.

Amistades, familiares, terapeuta. Para este apartado, se clasificaron aquellas personas que las participantes tienen a su alrededor y que tienen una relación cercana, en este no solamente se establecieron relaciones familiares, sino también de amigos, que tuvieron características importantes como: no juzgar, validar las emociones y permitir vivenciar las emociones de manera libre.

“Mi psicóloga me dijo que hablara de mi abuso con una persona con la cual yo tenía mucha confianza, y se me hacía muy raro porque era algo que veníamos trabajando en terapia y consideraba yo que no tenía ningún problema con eso, pero decidí contarle a un amigo y me dejó expresarme de manera libre, pude llorar, y lo que él hizo fue apoyarme, se mantuvo en silencio, pero me dijo que yo era una niña pequeña que no tenía las herramientas para defenderse en ese momento y que no era adecuado que le pusiera la responsabilidad a esa niña pequeña de los actos de otra persona que estaba más consciente de la situación, eso la verdad me hizo sentir escuchada, protegida y también me ayudó a comprender que sí, la culpa no era mía o que me estaba poniendo mucho peso encima” (Caso 2).

De igual manera, las redes de apoyo también son un recurso en momentos complejos y estresantes.

“Yo me encargué de que mis amigos me aportaran a mi vida, ya no quería tener personas a mi lado que solo me quitaran energía, entonces me busqué personas parecidas a mí, que sin saberlo, ya estaban en mi vida y sólo tenía que reforzar el vínculo, es como si yo tuviese la oportunidad de rodearme de aquellas personas que sí me ayudan, que si necesito algo ahí están, que si necesito hablar con alguien ahí están, que no solamente soy yo la que hace por

los demás, sino que también puedo tener un espacio con personas que me aportan a mí y a mi hijo, muy importante eso” (Caso 6).

Las participantes comparten la idea que las relaciones sociales deben ser un espacio sin juicio y con personas que aporten a sus vidas, en donde puedan encontrar algún tipo de apoyo emocional y ser validadas.

Lo anterior, deja conocer que el tener este tipo de relaciones sociales positivas en la vida, permite que las personas puedan acceder a espacios en los que hablen acerca de sus vulnerabilidades y necesidades, permitiendo aliviar el estrés emocional y al tiempo, poder tener diferentes perspectivas que aporten a su vida y a los pensamientos automáticos que se presentan acerca del trauma.

Hablar del evento traumático

Dentro del modelo conceptual del crecimiento postraumático, hablar acerca del evento traumático genera distensión emocional, lo que ayuda a que la persona logre procesar mejor su trauma, no obstante, al abordar este tópico en las entrevistas realizadas a las participantes, se encuentra que, aunque sí es relevante, el resultado que puede tener esto en la persona depende de la respuesta que obtiene de las personas con las que habla.

Respuesta positiva. Se agruparon en esta clasificación las respuestas que se orientan hacia la validación de las emociones de la víctima, permitiendo reconocer el daño que está sufriendo y que el estrés que siente no es minimizado, permitiendo un espacio de confianza para poder hablar con total libertad.

“Mi terapeuta me dijo, “es que necesitas sacarlo” y yo le dije, “pero es que ya lo saqué” y me dice así como de “no, hazlo con alguien que no te juzgue, que tengas mucha confianza” y pensé en ese amigo que te había comentado, y en ese momento, empezó a llorar esa niña chiquita y me desahogaba y a la final me dice “tú no tienes la culpa, esa niña de 4 o 5 años no tuvo la culpa, simplemente le tocó estar en el lugar menos indicado, necesitabas la seguridad y el apoyo de un hombre, de una persona mayor y sí, tristemente esa niña se topó con una persona irresponsable”, en ese momento yo dije: ¡sí! se necesita de personas que te quieran mucho, que te apoyen mucho y que sean una red de apoyo” (Caso 2).

Teniendo como resultado, un alivio emocional, encontrando personas que se convierten en red de apoyo, las cuales también permiten el cambio de perspectiva frente al evento de abuso y hacia sí mismo.

“Cuando empecé a hablar de esto fuera de mi familia, con mi terapeuta y amigas me hicieron darme cuenta que las cosas eran diferentes, y fue ahí donde pude quitarme la responsabilidad a mí sobre el abuso, y justamente, entender que fue un abuso, porque me habían dicho que era un pecado y que era mi culpa” (Caso 4).

“Cuando lo hablé con mi amiga, ella me entendió y hasta me compartió que también tenía estos problemas en la sexualidad, hablamos de que fuimos abusadas ambas y no me sentí juzgada, me sentí apoyada, no estaba sola, aunque no fue alguien de mi familia, contárselo me hizo sentir como si me hubiera quitado un peso de encima” (Caso 3).

Respuesta negativa. Para esta clasificación las respuestas han sido más amplias, puesto que las personas en ocasiones cuando se enteran del evento traumático de sus hijos, no tienen una respuesta ante ello.

“Cuando mis papás se enteraron, porque yo no les dije, pues sí fue como de “¿por qué no nos dijo antes?” pero, luego de eso, no se volvió a tocar el tema y pues, como si nada” (Caso 7).

Respuestas dudando de lo que se acaba de hablar.

“Le conté a mi tía y a mi abuela acerca de eso y lo que hicieron fue callarme, me empezaron a cuestionar sobre lo que estaba diciendo, que, si estaba segura, que tal vez yo pensaba otra cosa, que mi abuelo no era capaz de hacer esas cosas, pero que no dijera nada, porque “¿qué van a decir los vecinos?”” (Caso 6).

Incluso culpabilizando.

“Tiempo después se enteraron mis papás, el asunto aquí es, nuevamente, como fue una relación homosexual con una persona del mismo sexo, ellos no vieron lo de la diferencia de edades, no vieron toda esta parte, se fueron solamente por ahí, y me responsabilizaron por eso, me decían que todo era mi culpa” (Caso 4).

Al igual que, no actuar adecuadamente ante las medidas de prevención que habían establecido.

“le dije a mi mamá que el señor me había tocado y mi mamá fue a hablar con él, no pasó nada, no hubo como... Solamente eso, ¿no? Como que hablaron y ya, fue todo” (Caso 4).

Lo que generó que, los participantes no tuvieran la oportunidad de aliviar sus emociones, manteniendo un estrés emocional, generando al tiempo el pensamiento de “hablar de lo sucedido no sirve de nada”, por lo tanto, duraron mucho tiempo sin hablar de ese evento con otras personas, incrementando el sentimiento de culpa que tenían frente al abuso.

“Yo recordaba eso en mi vida como si yo hubiese fracasado, como si yo hubiese tenido la culpa” (Caso 5).

Perdón

Dentro de las acciones que ayudaron a las participantes a poder tener un crecimiento postraumático, se encontraron experiencias de perdón, en las que se podrían explicar desde el perdón hacia sí mismas y el perdón hacia la experiencia de abuso.

Perdón Hacia Sí Mismas Este fue el tipo de perdón que más se presentó en los casos, en los cuales se hacía referencia hacia la frase “desprenderse de la culpa”, las participantes compartían este sentimiento de culpa hacia sí mismas, dando la responsabilidad del cuidado y defensa de su victimario a sí mismas, lo cual generó que tuvieran una relación complicada consigo mismas, no obstante, a partir de la terapia y sus creencias espirituales pudieron hacer posible este desprendimiento de la culpa.

“Creo que a partir de que mis amigas me decían que yo no tenía la responsabilidad, en terapia lo pude trabajar y darle la vuelta a mi experiencia, que no era lo que me decía mi familia, mi abusadora y las demás personas, sino que, esa persona me doblaba la edad, esa persona sí era consciente de lo que hacía, eso sólo lo pude entender con la terapia y ya ahora me siento más libre en esa parte” (Caso 4).

Fue necesario en primer lugar, tener la oportunidad de ver diferentes puntos de vista y reconocer las cosas como sucedieron, sin algún tipo de interpretación, la terapia pudo dar un

cambio a la perspectiva que tenían las participantes y poder liberarse de esa responsabilidad, para luego iniciar ejercicios personales que les ayude a fortalecer este proceso de perdón.

“Pues sí pasaba que me ponía a pensar sobre la situación y yo misma ya tenía la capacidad de hablar conmigo misma y cambiar esos pensamientos, yo no tenía la culpa y cuando ya empecé yo misma a manejar esos pensamientos, me fui sintiendo mejor conmigo misma” (Caso 7).

Acompañado a esto, las participantes tienen rituales personales en los que involucran conceptos de su terapia con sus creencias o prácticas espirituales.

“Yo todos los días hago un ritual de agradecimiento a la vida, al sol, a la naturaleza, y con este ejercicio de empezar a cultivar el amor en mí también empecé a practicarlo hacia mí misma, haciendo afirmaciones positivas, reconociendo mis virtudes y reconociendo que no soy responsable de ciertas cosas, eso me ayudó tanto a poderme perdonar a mí, si lo quieres ver de esa manera” (Caso 2).

De igual manera, las participantes indican que cuando logran hacer este proceso de desprenderse de la culpa, sienten un mayor alivio de su estrés emocional e iniciar a trabajar en la relación consigo mismas y enfocarla en el fortalecimiento de su autoestima y hábitos de cuidado.

El perdón Hacia el Abuso En este apartado, las participantes no compartieron un solo tipo de perdón, sino que se englobaron el perdón hacia sus abusadores, hacia sus padres y hacia el evento mismo del abuso sexual, puesto que destinaban las responsabilidades o sus perspectivas hacia diferentes personas, para desarrollar este tipo de perdón, se puede considerar que ambas acciones de terapia y espiritualidad se repiten al igual que en el anterior.

Para continuar con esto, algunas participantes guardaban un resentimiento hacia sus padres debido a este evento, señalando la responsabilidad de cuidado que tenían para con ellas.

“Y es que mi psicóloga me hizo caer en cuenta que cuando yo viví ese momento, miré a mi papá esperando que él me protegiera, pero la verdad de todo, es que yo no le dije nada, él no sabía, hasta el momento no sabe, pero por muchos años lo culpé por eso, cuando pude

entender eso, traté de acercarme más, nuestra relación no es la mejor, pero creo que vamos trabajando en eso” (Caso 3).

“Para mí, mis padres no me habían protegido en nada, porque siento que esa situación se pudo haber evitado y vivía culpándolos, de manera inconsciente, pero así era y logré comprenderlo en terapia, mi terapeuta me hizo ver que esa pelea constante que tengo con tener el control y con las figuras de poder también tenía que ver con esa relación que tengo con mis papás, tuve que pensar mucho esa situación y comprender que era un momento en donde económicamente ellos no podían darse el lujo de estar 24/7 al tanto de mí, cuando me di cuenta de eso, mi perspectiva cambió mucho, me puse como en sus zapatos y creo que ahí eso que sentía empezó a cambiar” (Caso 8).

Se puede entender que la terapia permite que la persona pueda tener una perspectiva diferente de las situaciones, dando la oportunidad de visualizar a las personas, en este caso los padres, desde otro punto de vista, sin ese rol de proveedor, de cuidador, sino más como una persona que ha tenido una historia totalmente diferente, que ha vivido experiencias que le hacen actuar de una u otra manera, lo que permite que las participantes puedan empezar a transformar esas emociones de rencor o culpa, hacia el perdón.

Por otra parte, la espiritualidad también juega un papel importante en el ejercicio del perdón, teniendo en cuenta que, la terapia, aunque permitió ayudar a que las participantes se desprendieran de la culpa y tuvieran una perspectiva diferente de sus padres, frente al abusador o al evento traumático en sí, ha sido necesario combinarlo con las creencias personales, ya sea desde la iglesia o desde las creencias ancestrales.

“En los últimos años de vida de este familiar que me abusó, cayó muy enfermo y yo lo que hice fue orar, pedir a Dios que tuviera misericordia, me quedé con algunas dudas frente a por qué hizo lo que hizo, pero en manos de Dios ya podía descansar de cargar esas dudas conmigo” (Caso 1).

El ejercicio de orar y pedir por “misericordia” hacia la vida de su abusador, muestra en el participante una actitud de cambio en cuanto a sus emociones, tomó la decisión con base en sus creencias y logró transformar lo que sentía a partir de esas creencias que le habían acompañado toda su vida.

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil

“En esta creencia que tengo junto con mi familia espiritual, nos da a entender que todo lo que nos pasa nos ayuda a aprender acerca de esta experiencia humana, por eso, ya no me peleo por lo que me sucedió, porque siento que eso de cierta manera me ha llevado a que yo haya tomado decisiones y acciones que me hacen ser quien soy (...) Una vez vi a mi tío, mi abusador y en mi mente pensé “te perdono por lo que me hiciste, eso que me hiciste vivir me llevó a otros lugares, pero entiendo que eso es un aprendizaje en esta vida, te suelto” y desde que hice eso, no he sentido rencor hacia él, no me lo he topado, pero si pienso en él o en el abuso, ya no me siento como antes, creo que eso me ayudó” (Caso 3).

En este caso, la participante menciona que su sistema de creencias le permite tener un entendimiento diferente acerca de lo que vivió desde el aprendizaje y desde el vivir esa experiencia, no como algo doloroso, sino como algo que le permite ha llevado a otros lugares, pudiendo transformar sus propias emociones y también aportar a la vida de las demás personas.

Acerca del perdón

El perdón fue presentado como una actividad que ayudaba a tener un crecimiento en las participantes, sin embargo, como eje temático fue necesario profundizar en este, por lo que se presenta la Tabla 18.

Tabla 18

Información acerca del perdón

Caso	Concepto de perdón	¿Ha ejercido el perdón?		¿Hacia quién/qué ha ejercido el perdón?	¿Cómo ha ejercido el perdón?	¿Qué sucede luego de perdonar?
		Sí	No			
1	Considera que el perdón es cuando las personas logran cambiar sus pensamientos y emociones.		X	Refiere no haber ejercido el perdón, ya que no hay una situación que lo amerite.	_____	_____
2	Es parte de la aceptación, aceptar y	X		- Perdón hacia sí misma.	<i>Perdón hacia sí misma:</i> Logra tener un cambio de	La participante logra establecer estrategias que

	<p>comprender que todos cometemos errores, que somos humanos y vamos aprendiendo de los errores</p> <p>El perdón no es ignorar lo sucedido, es reconocer el error del otro y mantener claros los límites propios</p>	<p>- Perdón hacia su abusador</p>	<p>perspectiva sobre su abuso, desprendiéndose de la culpa que sentía por no haberse podido proteger o defender cuando fue abusada, trabaja sobre su auto compasión.</p> <p><i>Perdón hacia su abusador:</i> A partir de sus prácticas espirituales y la terapia, comprende que su abusador tuvo un estilo de vida que le llevó a actuar o ser de cierta manera, que él también vivió una crianza donde posiblemente no le establecieron límites y su abuso fue consecuencia de todo ello.</p>	<p>le permiten practicar el autocuidado y el agradecimiento, de igual manera, reduce su estrés emocional al transformar las emociones de culpa e ira, permitiendo que maneje deliberadamente sus pensamientos frente al evento del abuso.</p>
<p>3</p>	<p>Transformar las emociones, permitiendo tener un cambio de perspectiva y realizar acciones que ayuden a aliviar el estrés emocional.</p> <p>X</p>	<p>- Perdón hacia sí misma.</p> <p>- Perdón hacia su abusador</p>	<p><i>Perdón hacia sí misma:</i> Cambia la perspectiva de culpa que tenía, reconociendo que no tenía las herramientas para defenderse de su abusador.</p> <p><i>Perdón hacia su abusador:</i> Comprendiendo que todo lo que sucede en la vida es parte de un aprendizaje (una enseñanza de su práctica espiritual), por lo tanto, según esa enseñanza, ella necesitaba pasar por esa situación para poder llegar en donde se</p>	<p>Luego de ejercer el perdón logró reducir su ansiedad y estrés emocional frente a cualquier situación adversa que se presentaba en su vida y específicamente, frente al abuso o su abusador, logra tener un manejo adecuado de los pensamientos.</p>

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil

			encontraba actualmente.	
4	<p>Considera que tiene que ver con una transformación de sentimientos hacia el agresor, hacia el cual, ya no existen sentimientos “negativos”</p>	X	<p>- Perdón hacia sí misma.</p> <p>A través del hablar de su abuso en terapia y con personas de confianza, logró tener un cambio de perspectiva, reconociendo en las respuestas de las demás personas acerca de esos eventos.</p>	<p>Luego de cambiar su perspectiva y transformar la culpa, logra modificar su narrativa personal y manejar adecuadamente sus pensamientos frente a sus abusos.</p>
5	<p>Refiere que el perdón se da dependiendo de la intensidad de la acción y de la cercanía que pudiese tener con la persona.</p>	X	<p>- Perdón hacia sí misma.</p> <p>- Perdón hacia un abusador.</p> <p><i>Perdón hacia sí misma:</i> Refiere que realizó un cambio de perspectiva frente al sentimiento de culpa que tenía, al comprender que no tenía las herramientas para defenderse de sus abusadores.</p> <p><i>Perdón hacia su abusador:</i> Indica que consideraba que su abusador era muy joven para entender lo que estaba sucediendo en ese entonces, exploraba su sexualidad y esto le llevó a lastimarla, sin embargo, reconocía la falta de educación en sexualidad que existía en su familia y que eso podría ser el resultado de la omisión de estos temas.</p>	<p>Ha podido reducir el estrés emocional que se presentaba al pensar acerca de su abuso.</p>

6	Define 3 tipos de acciones al perdonar: Mantenerse lejos de la persona, alejarse por completo, mantener el vínculo con la otra persona.	X	- Perdón hacia sus padres	Refiere haber presentado ira en contra de sus padres, pero luego, al ser madre, comprendió que sus acciones estaban direccionadas a atender las necesidades económicas del momento y esto creó una situación problema que su abusador aprovechó.	Refiere que a partir de esto, cambió su perspectiva frente a sus padres.
7	El perdón no significa reconectar con las personas, sino “hacer como si nada pasara”	X	- Perdón hacia sí misma.	Reflexionó consigo misma acerca de la situación de abuso vivida y la culpa que tenía, hasta entender por sí misma que, era muy pequeña para haber propiciado la situación y no tenía las herramientas para defenderse, por lo que, practico el perdón hacia sí misma por haber tenido una narrativa errónea.	Redujo su estrés emocional referente a su abuso, mejoró su relación consigo misma.
8	Considera el perdón como el cambiar sentimientos y emociones consideradas negativas por tranquilidad.	X	- Perdón hacia sí misma.	Refiere que se culpaba por no poderse proteger o haber evitado ser abusada, sin embargo, a través de terapia comprende que no tenía las herramientas adecuadas en el momento, que conoce que se pudo evitar la situación al haber crecido, pero que en esa edad no sabía cómo, a partir de ese insight practica	Logró reducir el estrés emocional y ansiedad que sentía hacia sí misma al momento de pensar en su abuso, a partir de esto, tuvo mayor control de sus pensamientos.

diariamente las afirmaciones positivas para ejercer el perdón.

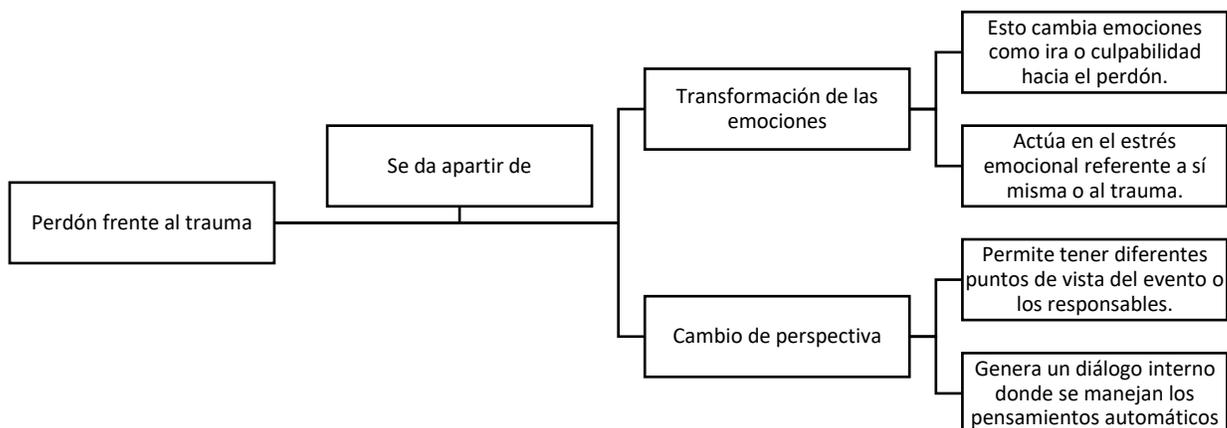
Fuente: Elaboración propia.

A partir de la Tabla 18, se identifica que, aunque el concepto de perdón sea diferente para cada una de las participantes, al momento de hablar sobre ejercerlo en algún momento, se enfocan en el perdón hacia sí misma, haciendo la transformación de sentimientos de culpa hacia la auto compasión. En cuanto al perdón hacia su agresor, se reconoce que sólo dos personas han ejercido este tipo de perdón, esto a partir de lo aprendido en terapia y de sus prácticas espirituales.

Agregando a esto, en la Tabla 18 también se observan las consecuencias de haber ejercido el perdón, lo cual se conecta con el objetivo trazado de indagar el papel del perdón en el crecimiento postraumático, para explicarlo, se propone la siguiente Figura 6.

Figura 6

El papel del perdón en el CPT



Fuente: Elaboración propia

En primer lugar, la transformación de las emociones llega a permitir que la persona pueda tener una liberación del estrés emocional y una transformación de las emociones.

“Llevaba mucho tiempo en que salía y no veía a ese vecino que me abusó, pero el otro día pasé por la casa y estaba él, no sé si es perdón, pero no sentí rencor, no sentí odio,

entiendo que su historia de vida fue diferente y tal vez no tuvo los límites que necesitaba para no hacerme daño y tal vez a otras personas, pero creo que la terapia y mis creencias me han ayudado a soltarlo, a que sí, fue parte de mi historia, pero no es dueño de ella” (Caso 2).

La participante al hacer la acción de perdón logra cambiar aquellos sentimientos que constantemente se presentaban antes de iniciar el proceso de crecimiento, principalmente de vergüenza, culpa y rencor, los cuales fueron cambiando hacia acciones de autocuidado y hacia la comprensión de la historia de vida de otro ser humano. Lo cual, según el modelo de CPT se identifica como el distrés emocional ante el evento traumático.

Por otra parte, un punto clave para el proceso de transformación de las emociones, está ligado con tener un cambio de perspectiva frente a la persona, el evento, o hacia sí mismo. En diferentes ocasiones, las participantes mencionaban que el sentimiento de culpa era constante en sus historias, adjudicando el cuidado y la protección a sí mismas, y solamente al poder reconocer que a esa edad no tenían las herramientas para defenderse del tipo de violencia que estaban viviendo, pudieron cambiar esas emociones y también manejar los pensamientos automáticos que se presentaban frente al trauma.

“Es que cuando entendí eso, solté la culpa y me ayudó a alivianarme el peso, al igual que con mis papás, dejé de culparlos y fue más sencillo ver toda la situación desde otro punto de vista, era una niña en una situación de riesgo en un contexto donde lamentablemente no podía estar cuidándome todo el día por la situación económica, fue difícil entenderlo, pero esas conversaciones internas y con mi psicóloga me ayudaron mucho” (Caso 8).

Se puede interpretar que el permitirse tener una perspectiva diferente del evento permitiría que luego llegue el distrés emocional y las rumiaciones deliberadas, según el modelo del CPT, permitiendo que la persona pueda darle una comprensión mayor al por qué de las acciones de los demás y de sí misma.

Por esto, la acción de ejercer el perdón se basa en la decisión de interpretar diferente las situaciones, para que de esta manera, se haga una transformación emocional que lleve a la persona a liberar su estrés emocional, dando herramientas para actuar frente a los pensamientos rumiante que se presentan y así, teniendo mayor control de las respuestas

frente al trauma, se puede iniciar a actuar sobre la relación consigo misma, con los otros y su filosofía de vida, facilitando el proceso de crecer a pesar de haber vivido un trauma.

Discusión

Para este apartado, se presentará una discusión en donde los hallazgos del presente estudio tomarán un momento de conversación con estudios anteriores que permitan tener un entendimiento más amplio del fenómeno estudio, para esto, se desarrollará a partir de los objetivos trazados, en primer lugar, con los específicos y finalizando con el general.

La experiencia de abuso

En primer lugar, se identificaron los elementos generales de la experiencia de ASI en las participantes, se reconoce que cada uno de los casos tiene características diferentes, sin embargo, en la mayoría de los casos, se identifica que el perfil del abusador es un hombre cercano a la familia quien realiza estos hechos usualmente en edad preescolar de las víctimas, lo cual, tiene concordancia con estudios realizados acerca de los perfiles psicológicos y sociales de este tipo delincuentes (Gutiérrez, 2020; Pérez y Caricote, 2014; Tuya, 2023; Villanueva, 2013).

De las participantes, se conoce que, las consecuencias a partir del abuso estaban acorde con estudios encontrados frente a las afectaciones a nivel de la salud mental (Belleville, 2019; De Lima y Flores, 2018; Fernández et al., 2019; Gorman et al., 2020), al igual que, la culpabilidad, como indican Joleby et al. (2020), no obstante, emergió algo que no se había tenido en cuenta antes de realizar el análisis de datos, puesto que, las participantes que tuvieron traumas complejos mostraron consecuencias más severas, en cuanto a diagnósticos de salud mental, en comparación a aquellas que tuvieron traumas agudos.

Para explicar esto, es necesario mencionar que aquellas que habían vivido sólo una situación de abuso en un momento específico, mostraron consecuencias que presentaban problemas en la relación consigo mismas, con otros y hasta sintomatología de alguna enfermedad mental, pero, no refirieron haber sido diagnosticadas en algún momento; aquellas que presentaban traumas complejos o más de una situación de abuso, presentaron diagnósticos de salud mental.

Lo anterior no fue un aspecto considerado antes del análisis, ya que el concepto de CPT ha sido acuñado como un área de estudio con amplia aplicabilidad en la recuperación del trauma, independientemente del tipo de trauma (Calhoun y Tedeschi, 2014). Esto se evidencia en los esfuerzos por validar su instrumento en diferentes tipos de traumas, incluido el ASI (Barrios et al., 2022), pero que, en este estudio, ha mostrado la importancia de abordar el tipo de trauma, como una característica relevante en la recuperación.

Por otra parte, se ha encontrado información acerca del tipo de prevención que tuvo el contexto frente a esta violencia, describiendo que la población mexicana tuvo estas conversaciones de prevención y cuidado con el abuso sexual en las familias, a comparación de las participantes colombianas, esto, debido también a que Colombia mantiene una estructura fija de sus tradiciones y suelen ser más conservadores (The Culture Factor, 2024), indicando que es más complicado para la cultura colombiana el transformar conceptos y/o problemáticas debido a esta característica, en cambio la cultura mexicana que se muestra más abierta al cambio y a la adaptabilidad.

De igual manera, las conversaciones frente a la violencia sexual que se presentan en ambos países también han sido diferente, lo cual puede ser una influencia también al momento de hablar de estos temas o no. En el caso de México, se ha dado una mayor visibilidad al fenómeno de la violencia sexual llevándolo a la agenda pública, especialmente con movimientos feministas (Lagarde, 2005; Morales y Olivares, 2019; Rojas, 2018), a comparación de Colombia, que ha hablado acerca de la violencia sexual desde un enfoque social frente al conflicto armado y no como una problemática de salud o una problemática en las infancias (Cabal, 2013; González, 2021; Sánchez, 2015), lo cual lleva a aislar este tipo de violencias de las familias tradicionales en el país.

Lo que ayudó al proceso de crecimiento a pesar del trauma

Continuando con el siguiente objetivo específico de conocer los elementos personales, familiares y socioculturales que participan en la construcción del crecimiento postraumático de las participantes, se presentarán en los siguientes párrafos desde las tres áreas a profundizar.

Para iniciar, los elementos personales que ayudaron a las participantes a construir su crecimiento postraumático fueron hablar del evento traumático, tal como dice el modelo (Calhoun y Tedeschi, 2014) el haber asistido a terapia psicológica, desprenderse de la culpa, el feminismo y la espiritualidad.

En primer lugar, hablar sobre el evento traumático se reconoce como relevante en la recuperación al trauma desde el modelo del CPT, sin embargo, es necesario que esta acción esté acompañada de una respuesta adecuada por parte del contexto, puesto que, cuando las participantes obtenían una respuesta de acompañamiento y validación emocional, lograban reportar un cambio de perspectiva y/o narrativa de vida de la persona que vivió el abuso, a comparación de aquellos que no tuvieron ese tipo de respuestas, lo cual incrementó la perspectiva personal negativa y las conductas autodestructivas como indica el estudio de Collin-Vézina et al., (2021). Otra característica a resaltar de esta acción, es que, las respuestas consideradas positivas o deseables al hablar fueron mayormente recibidas en la etapa de la adultez temprana, es decir, las participantes tuvieron mayor apoyo de sus redes al ser adultas que al ser niñas, que se muestra acorde al estudio realizado por Pereda et al. (2018).

Ahora bien, el acompañamiento psicológico es necesario para poder enfrentar experiencias de violencia vividas en la infancia y en la adolescencia y así, tener estrategias que permitan afrontar situaciones adversas (Erzar et al., 2019; Rapp et al., 2022), para esto, es importante resaltar que aunque 6 de las participantes accedieron a este servicio, solamente 4 lo resaltan como relevante en su proceso de recuperación al trauma, mencionando haber aprendido estrategias para manejar pensamientos automáticos, desarrollo de estrategias para contrarrestar algún tipo de sintomatología y fomentar el perdón hacia sí mismas. Es posible que aquellas que no resaltaron este proceso como significativo fue por las limitaciones para poder acceder a un servicio público de salud mental de calidad.

De igual manera, el desprenderse de la culpa fue una de las acciones que más se presentó en todas las participantes, que al hablar de esta acción o el significado que tenía esta para su proceso, hacían referencia al perdonarse a sí mismas, ya que, la culpa provenía de no tener las herramientas para protegerse de sus abusadores, por esto, al momento en que logran desprenderse de ese sentimiento de culpa, es más sencillo tener una reducción del estrés emocional, tal como dicen Hartley et al (2016).

También, para la mitad de las participantes, el feminismo ha sido relevante, puesto que, estas resaltan haber obtenido un espacio de validación emocional, motivación por parte de otras mujeres y acompañamiento en su empoderamiento personal como víctimas/sobrevivientes del ASI, que está acorde con estudios realizados del movimiento (Fernández-Irla y Sáiz-López, 2021; García-Ramos, 2022; Kaplan, 2020). Por consiguiente, lo que estas mujeres indicaban haber vivenciado y aprendido en estos espacios o al tener contacto con lecturas y/o vídeos de esta índole, les permitía trabajar en el cambio de perspectiva frente al abuso para enfocarlo en el perdón hacia sí misma o el manejo de pensamientos automáticos.

Por otra parte, la espiritualidad fue mencionada como significativa en los relatos de 5 participantes, esto tanto de las creencias religiosas eclesíásticas como de creencias holísticas y/o ancestrales, indicaban que a partir de estos rituales podían practicar el autocuidado, la misericordia y el perdón con afirmaciones positivas. Lo cual, aunque llega a ser un tema relevante para estas, no se encuentra gran cantidad de literatura que hable de la espiritualidad en víctimas/sobrevivientes de ASI o de otro tipo de trauma, los estudios se inclinan más hacia personas que se encuentran en cuidados paliativos u oncológicos (Park et al., 2020; Quinn y Conolly, 2023; Rego y Nunes, 2019). De igual manera, se reconoce que la espiritualidad permite que las personas puedan afrontar mejor las situaciones adversas como enfermedades de salud mental (Skoko et al., 2021), pero no se ha encontrado información acerca del autocuidado y emociones como la misericordia, lo contrario al perdón, el cual, sí se ha demostrado por medio de estudios que indican que las personas que tienen una creencia espiritual, pueden practicar el perdón más fácilmente (Lee y Kim, 2022; Tuck y Anderson, 2014).

Ahora, los segundos elementos a tomar en cuenta, son los familiares, que según las narraciones se presentaron como significativos en las habilidades aprendidas antes de vivir el abuso, específicamente, el afrontamiento familiar, las cuales son consideradas en el modelo del CPT (Cann et al., 2010), sin embargo, estos elementos no muestran ser significativos en el proceso de recuperación del ASI.

Finalmente, al abordar los elementos socioculturales, se pudo confirmar que, aunque culturalmente los países son muy similares según el modelo cultural de Hofstede (2010), el

contexto de las participantes mexicanas se mostró más abierto a la adaptación y a tener conversaciones frente al abuso, a comparación con el contexto de las participantes colombianas que usualmente generaba ambientes conservadores y poco flexibles.

Propuesta de ajuste al modelo del Calhoun y Tedeschi

Ahora, se retoma el tercer objetivo específico de describir el proceso de construcción del crecimiento postraumático en las experiencias de vida de personas que vivieron abuso sexual infantil, para el cual, se tomará de base el modelo conceptual de Calhoun y Tedeschi (2014) y se enriquecerá a partir de los hallazgos encontrados.

Por lo tanto, se recuerda que, para el modelo es importante reducir el estrés emocional (distrés emocional) al igual que manejar deliberadamente los pensamientos frente al trauma (rumiaciones deliberadas), a través de la acción de “hablar del trauma”, para luego, hacer un cambio en la historia personal de la persona y en la narrativa que se tiene frente al trauma, logrando cambios en diferentes áreas de la vida.

La propuesta al revisar este modelo en las experiencias de vida de las participantes fue encontrar actividades que permitieran ese distrés y las rumiaciones deliberadas, por lo que, aparte del “hablar del trauma”, se agregan “el acompañamiento psicológico”, “las redes de apoyo” y “el perdón a sí mismas”, las cuales interactúan entre ellas para generar un cambio en la narrativa de la persona, para profundizar en este proceso, se tomarán los siguientes párrafos:

En primer lugar, las habilidades pre trauma son importantes para el CPT (Calhoun et al., 2010; Lindstrom et al., 2013), no obstante, aunque en la historia de vida de las participantes, el afrontamiento familiar resaltó para indicar que, a partir de esta, las personas aprenden a afrontar o no, las situaciones adversas, esto mostró una limitación, puesto que, es difícil obtener información acerca de rasgos de personalidad o información específica de la familia, puesto que ha pasado mucho tiempo, las personas tienden a olvidar detalles importantes.

Continuando con lo anterior, se trabaja sobre las acciones que realizan las personas luego de haber vivido el trauma, en donde la primera que se presenta, según las narraciones, es hablar del evento traumático, es necesario resaltar que, la respuesta de acompañamiento y validación emocional mostró ser significativa para que esta tuviera un impacto en los

pensamientos y emociones de las participantes y no simplemente el hecho de hablar del evento, puesto que para algunas la respuesta prejuiciosa les llevó a distorsionar su perspectiva frente al abuso.

Agregando a esto, las redes de apoyo empiezan a ser parte del proceso en este punto, puesto que, debe haber una selección previa de aquellas personas a las que se les contará acerca de su trauma, ya sea, desde un psicoterapeuta, amigos o familiares, esto, también se muestra como relevante en el modelo del CPT (Calhoun y Tedeschi, 2014).

Para así llegar a trabajar sobre el perdón hacia sí misma/o, en donde, las participantes indicaron que, a partir de realizar esto, fue más fácil obtener un cambio de perspectiva de la persona frente al trauma, específicamente hacia la “culpa hacia sí misma”, se genera una transformación emocional a través del perdón hacia sí misma, esto siendo motivado a través de el acompañamiento psicológico, las redes de apoyo y la espiritualidad.

Ahora bien, centrándose en el modelo de CPT, el perdón no está descrito en el proceso, ni se piensa como una temática que esté relacionada, lo cual muestra una novedad, al menos para los casos de violencia sexual a las infancias, se tiene la concepción que el modelo es aplicable tal como está para cualquier tipo de trauma, sin embargo, los hallazgos muestran que hay especificidades que son necesarias para la recuperación del mismo, por ejemplo, si la culpabilidad de la víctima de ASI no es tratada, es posible que el crecimiento no se presente en todas las áreas o que sus pensamientos rumiantes estén todavía generando estrés emocional (Quintero y Andrade, 2021; Quintero et al., 2021).

Lo anterior, también es relevante para pensar, si el modelo tal como está necesita ser ajustado para que pueda ser aplicable al abuso sexual, entendiendo también que, al menos, el tipo de trauma mostraron tener un impacto en las consecuencias del trauma, en donde hay mayor severidad de consecuencias a nivel de diagnósticos en salud mental y que, aunque se tomen las acciones necesarias para su recuperación, muestran un crecimiento menor que, aquellas personas que vivieron un trauma agudo.

Es decir, según la narrativa de las participantes llega a ser importante considerar aspectos como el acompañamiento familiar o de las redes de apoyo y su respuesta, el tipo de trauma

que vive la persona, el manejo de la culpa a través del perdón y la espiritualidad, entendiendo que facilitan el proceso del CPT.

El perdón y el crecimiento postraumático

Continuando con los objetivos específicos, al indagar sobre la participación del perdón en la construcción del crecimiento postraumático, se logra comprender lo siguiente: en primer lugar, el perdón que más resalta en las narraciones es el perdón hacia sí misma, que es posible a partir del acompañamiento de terapia psicológica y/o prácticas espirituales, lo que está acorde con propuestas de intervención a víctimas de abuso sexual (Bryngeisdottir y Halldorsdottir, 2022a; 2022b).

Agregando a lo anterior y tomando en cuenta el objetivo anterior, el ejercicio del perdón va, según Yu et al. (2021) desde el cambio de la perspectiva sobre el evento y/o situación adversa, comprendiendo la situación no como buena o mala, sino como una situación que se da como resultado de otras circunstancias, para así, transformar las emociones de ira y venganza por compasión y finalmente, darle un nuevo significado a esta situación, lo cual, ajustándolo a las narraciones, habría un cambio en la comprensión de la situación, entendiendo que en la infancia no se tendrían las herramientas para defenderse contra un adulto, para transformar la culpa por compasión hacia sí misma.

Esta descripción permitiría que la persona al cambiar la perspectiva del abuso, pudiera tener mayor control sobre los pensamientos recurrentes acerca del evento traumático, y al hacer la transformación emocional, se logra disminuir el estrés emocional frente al abuso. Lo que según el modelo original del CPT, actuaría en el estrés emocional y las ruminaciones deliberadas.

Lo anterior, permite que ámbitos como la psicología clínica pudiese trabajar desde esta premisa, proponiendo una alternativa de perdón para poder alcanzar el crecimiento personal y la rehabilitación del trauma.

El aspecto transcultural

Dentro de los hallazgos se encontró que para los participantes no resaltaba alguna acción que fuera propia de sus contextos o que se pudiese tomar como “cultural”, más bien,

rescataban acciones consideradas a nivel global como el feminismo y las prácticas espirituales.

Tampoco, se encontró alguna acción de recuperación al trauma que fuese predominante en un país que en el otro no lo fuera, lo cual se explicaría con que según el modelo cultural de Hofstede (2010) estos dos países comparten muchas similitudes, indicando que ambas tienen una tendencia por las estructuras establecidas, son más colectivistas que individuales y buscan más los objetivos a corto plazo que aquellos a largo plazo, con la diferencia que Colombia suele ser más conservador y poco flexible que México.

Lo anterior, se logró observar en las diferencias de afrontamiento familiar y el tipo de información que daban las familias sobre el abuso, mostrando en las participantes mexicanas mayor apertura al cambio a comparación con las colombianas, exceptuando el caso 4 que por su trauma de tipo complejo su proceso de recuperación se ha mostrado más complicado.

Teniendo esto en cuenta, deja conocer que el contexto cultural llega a ser importante en la recuperación al trauma, pero no como una acción específica para lograr el crecimiento, sino más como una habilidad aprendida en la infancia que permitiría atender a la manera cómo el individuo afronta.

Lo expuesto anteriormente, también es importante resaltarlo puesto que, si bien se ha mencionado la importancia de la cultura en el concepto del CPT (Calhoun y Tedeschi, 2014), no obstante, al estudiarlo en los diferentes países se ha realizado desde un enfoque instrumental y cuantitativo, dejando la cultura de lado.

Con base en lo anterior, es importante darle un acercamiento cultural al concepto, puesto que, al aplicar un modelo estadounidense a población latinoamericana podría perderse algún tipo de información que llegue a enriquecer el proceso, por esto, es recomendable que en investigaciones acerca el CPT se pueda considerar la cultura como un aspecto relevante en su estudio y análisis.

Conclusiones

El estudio mostró hallazgos acordes con el supuesto de investigación que se había planteado, que es, las personas que han vivido abuso sexual infantil exhiben una variedad de

estrategias para afrontar su experiencia. Aquellos que adoptan un enfoque centrado en el perdón, dirigido hacia sí mismos, sus agresores o la situación, tienen una mayor probabilidad de experimentar un crecimiento postraumático. Además, se espera que las manifestaciones del perdón y el crecimiento postraumático varíen entre los participantes, incluso en contextos culturales diversos.

También se logró concluir que, aunque el concepto de CPT sea adecuado para trabajar las violencias sexuales, es necesario que se hagan ajustes a su modelo, ya que, el establecido por sus creadores no tiene en cuenta aspectos que se presentan en los hallazgos del presente estudio, como lo son, el acompañamiento familiar o de las redes de apoyo ante el haber expuesto haber vivido un trauma, el tipo de trauma que vive la persona y proponer la práctica del perdón a sí mismo.

Por otra parte, se encuentra que, aunque dentro de las acciones más relevantes en el proceso de crecer postraumáticamente estuvo el acompañamiento psicológico, hablar del evento traumático y las redes de apoyo, que son contemplados en el modelo, al igual que, el perdón a sí misma y la espiritualidad, que no estaban consideradas en el modelo.

Finalmente, la participación del perdón en el crecimiento postraumático se mostró como facilitadora del proceso, considerando que, aquellas participantes que pudieron ejercer el perdón tuvieron facilidad en la disminución del estrés emocional, al tiempo que, transformar su perspectiva frente al abuso, haciendo referencia a los sentimientos de culpabilidad.

Recomendaciones

A partir de los hallazgos de esta investigación es importante indicar algunas recomendaciones para personas que estén interesadas en estudiar este tipo de temática o tengan el interés de replicar el estudio.

En primer lugar, es importante considerar hacer una reestructuración a la guía de entrevista, en donde la identificación de cambios positivos se centre más que todo en los pensamientos y emociones, es decir, profundizar en la interpretación del trauma, pensamientos intrusivos antes y en el momento de hacer la entrevista, emociones frente al trauma y acciones que permitieron el cambio en pensamientos y emociones, si es que lo hubo.

Lo anterior, para evitar preguntar lo mismo en los temas de: “la relación consigo mismo”, “la relación con otros” y “la filosofía de vida”, más bien, identificar los cambios positivos en estas áreas que se adjudiquen a ese crecimiento postraumático.

Continuando con la guía de entrevista, es necesario profundizar sobre las dinámicas familiares, para tratar de mitigar las limitaciones de la información acerca de las habilidades pre trauma.

Finalmente, se recomienda tener extremo cuidado y atención con sus participantes si alguien quisiera replicar esta investigación en otros contextos, teniendo en cuenta no sólo las consideraciones éticas, sino, algún tipo de formación en entrevista y primeros auxilios psicológicos en caso de realizar la entrevista, la/el participante presenta reacciones emocionales como llanto, intranquilidad o tal vez, síntomas ansiosos.

Referencias

- Acero-Alvarado, S. (2020). *Indicadores de recuperación después de una infidelidad en la relación de pareja*. (Tesis) Universidad de los Andes. Tomado de: <https://repositorio.uniandes.edu.co/handle/1992/51359>
- American Psychological Association (APA). (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of mental disorders* (5th ed.) <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Angrosino, M. (2007). *Etnografía y Observación participante en Investigación Cualitativa*. Ediciones Morata, S. L. Madrid.
- Applebaum, A. J., Marziliano, A., Schofield, E., Breitbart, W., y Rosenfeld, B. (2021). Measuring positive psychosocial sequelae in patients with advanced cancer. *Psychological trauma: theory, research, practice and policy*, 13(6), 703–712. <https://doi.org/10.1037/tra0000944>
- Apraez-Villamarín. (2015). Factores de riesgo de abuso sexual infantil. *Forense*. 2(1): p. 87-94. Colombia. <https://doi.org/10.16925/cf.v3i1.1179>
- Arizaga-Tobar, D. F., y Ochoa-Rodríguez, F. E. (2021). El derecho a la no revictimización en el delito de violación. *Revista Científica FIPCAEC (Fomento de la investigación y publicación en Ciencias Administrativas, Económicas y Contables)*. ISSN: 2588-090X.

Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron Abuso Sexual Infantil

Polo de Capacitación, Investigación y Publicación (POCAIP), 6(3), 393-415.
<https://doi.org/10.23857/fipcaec.v6i3.404>

Bálsamo Estévez, M. G. Teoría psicogenética de Jean Piaget: aportes para comprender al niño de hoy que será el adulto del mañana [en línea]. *Serie Cuadernos de Psicología y Psicopedagogía*. 2022, 7. Recuperado de:
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/13496>

Banca de Desarrollo Territorial, F. (2022). *Programa de Gobierno 2022-2026*. Tomado de:
<https://repositorio.findeter.gov.co/handle/123456789/9961>

Barreiro-Castro, R. (2020). *Análisis de indicadores de incidencias delictivas y víctimas. Abuso sexual infantil y otras formas de violencia hacia la niñez en México*. Early Institute. México. Tomado de: <https://alumbramx.org/wp-content/uploads/2021/10/2021-Ana%CC%81lisis-de-indicadores-de-incidencia-delictiva-y-vi%CC%81ctimas.pdf>

Barrios, M., Sicilia, L., & Pereda, N. (2022). The Spanish Posttraumatic Growth Inventory - Short Form in Adult Survivors of Child Sexual Abuse. *Psicothema*, 34(3), 463-470. <https://doi.org/10.7334/psicothema2021.458>

Baskin, T. W., y Enright, R. D. (2004). Intervention studies on forgiveness: A meta-analysis. *Journal of counseling y Development*, 82(1), 79-90. Tomado de: <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2004.tb00288.x>

Belleville, G., Dubé-Frenette, M., y Rousseau, A. (2019). Sleep disturbances and nightmares in victims of sexual abuse with post-traumatic stress disorder: an analysis of abuse-related characteristics. *European journal of psychotraumatology*, 10(1), 1581019. <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1581019>

Berry, J. W., Poortinga, Y. H., Segall, M. H., & Dasen, P. R. (2002). *Cross-cultural psychology: Research and applications*. Cambridge: Cambridge University Press.

Blix, I., Birkeland, M. S., Hansen, M. B., & Heir, T. (2016). Posttraumatic Growth—An Antecedent and Outcome of Posttraumatic Stress. *Clinical Psychological Science*, 4(4), 620–628. <https://doi.org/10.1177/2167702615615866>

- Braun, V., y Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101.
- Brits, B., Walker-Williams, H., y Fouché, A. (2022). Experiences of Women Survivors of Childhood Sexual Abuse in Relation to Nonsupportive Significant Adults: A Scoping Review. *Trauma, violence y abuse*, 23(4), 1027–1047. <https://doi.org/10.1177/1524838020985550>
- Bryngersdottir, H. S., y Halldorsdottir, S. (2022). “I’m a winner, not a victim”: The facilitating factors of post-traumatic growth among women who have suffered intimate partner violence. *International journal of environmental research and public health*, 19(3), 1342. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031342>
- Bryngersdottir, H. S., y Halldorsdottir, S. (2022). The challenging journey from trauma to post-traumatic growth: Lived experiences of facilitating and hindering factors. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 36(3), 752-768. <https://doi.org/10.1111/scs.13037>
- Burt, M. R., y Katz, B. L. (1987). Dimensions of Recovery from Rape. *Journal of Interpersonal Violence*, 2(1), 57–81. <https://doi.org/10.1177/088626087002001004>
- Bustamante, V (2017). De víctimas a sobrevivientes: implicaciones para la construcción de paces en Colombia. *Revista de Sociología y Antropología: VIRAJES*, 19 (1), 147-163. <https://doi.org/10.17151/rasv.2017.19.1.8>
- Cabal, Á. (2013). *El uso de la violencia sexual en el conflicto armado colombiano*. En *Mujeres, violencia y conflicto armado en Colombia*.
- Cagüañas Roza, Diego. (2021). Almas dañadas, rostro, perdón y milagro. Reflexiones a propósito de Bojayá, Chocó. *Estudios Políticos*, (61), 48-71. Epub December 10, 2021. <https://doi.org/10.17533/udea.espo.n61a03>
- Calhoun, L. G., y Tedeschi, R. G. (1990). Positive Aspects of Critical Life Problems: Recollections of Grief. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 20(4), 265–272. <https://doi.org/10.2190/qdy6-6pqc-kqwv-5u7k>

- Calhoun, L. G., y Tedeschi, R. G. (1990). Positive Aspects of Critical Life Problems: Recollections of Grief. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 20(4), 265–272. <https://doi.org/10.2190/qdy6-6pqc-kqvw-5u7k>
- Calhoun, L. G., y Tedeschi, R. G. (1998). *Posttraumatic growth: Future directions*. Mahwah, NJ: Erlbaum, Inc. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
- Calhoun, L. G., y Tedeschi, R. G. (2000). Early posttraumatic interventions: Facilitating possibilities for growth. In J. M. Violanti, D. Paton, y C. Dunning (Eds.), *Posttraumatic stress intervention: Challenges, issues, and perspectives* (pp. 135–152). Charles C Thomas Publisher, Ltd.
- Calhoun, L. G., y Tedeschi, R. G. (2001). Posttraumatic growth: The positive legacy of trauma. In R. A. Neimeyer (Ed.), *Meaning reconstruction and the experience of loss* (pp. 157–172). Washington, DC: American Psychological Association. <http://dx.doi.org/10.1037/10397-008>
- Calhoun, L.G. y Tedeschi, R.G. (1999). *Facilitating Post-traumatic Growth: A Clinician's Guide*. Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates Publishers. <https://doi.org/10.4324/9781410602268>
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (Eds.). (2014). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. Routledge.
- Campos Arcos, M. J. G. (2023). La violencia sexual infantil en México como reflejo de la falta de protección material del interés superior del menor. *Revista Jurídica De La Universidad De San Andrés*, (15), 189-206. Tomado de: <https://revistasdigitales.udesa.edu.ar/index.php/revistajuridica/article/view/192>
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Kilmer, R. P., Gil-Rivas, V. A., Vishnevsky, T., y Danhauer, S. C. (2010). The Core Beliefs Inventory: A brief measure of disruption in the assumptive world. *Anxiety, Stress y Coping: An International Journal*, 23, 19 –34. <https://doi.org/10.1080/10615800802573013>

- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Taku, K., Vishnevsky, T., Triplett, K. N., y Danhauer, S. C. (2010). *A short form of the Posttraumatic Growth Inventory*. *Anxiety, Stress y Coping*, 23(2), 127–137. <http://dx.doi.org/10.1080/10615800903094273>
- Cantizani-Maíllo, R. (2020). Justicia restaurativa y resiliencia familiar de las personas privadas de libertad en México. *Estudios De Derecho*, 78(171), 299–318. <https://doi.org/10.17533/udea.esde.v78n171a12>
- Cano-Blandón, L. F. (2021). Los límites de la justicia dialógica en la protección de los derechos sociales en Colombia. *Revista Derecho del Estado*, (49), 131-158. <https://doi.org/10.18601/01229893.n49.08>
- Carmona-Suárez, L. P. (2022). " *Todas las partes de mi cuerpo son mías*": Apuesta desde el trabajo social para prevenir la violencia sexual infantil en el municipio de Tarazá. (Informe). Universidad de Antioquia. Tomado de: <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/30552>
- Castro Carboni, Nino, Campos Villalobos, Ginnette, y López Castillo, Cinthia. (2003). Neurobiología y tratamiento del trastorno de estrés post- traumático. *Medicina Legal de Costa Rica*, 20(2), 5-14. Tomado de: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152003000200002&lng=en&lng=es
- Castro Montenegro, A. (2021). *Mecanismos activos en el tratamiento del trastorno de estrés post traumático: una revisión entre el correlato neurobiológico y conductual*. (Tesis de grado). Universidad de Costa Rica. Tomado de: <https://www.kerwa.ucr.ac.cr/handle/10669/82773>
- Casullo, M. M., (2005). La capacidad para perdonar desde una perspectiva psicológica. *Revista de Psicología*, XXIII (1), 39-63. Tomado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=337829529002>
- CEPAL, N. (2019). *La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible: una oportunidad para América Latina y el Caribe. Objetivos, metas e indicadores mundiales*. (LC/G.2681-P/Rev.3), Santiago. Tomado de:

<https://www.cepal.org/es/publicaciones/40155-la-agenda-2030-objetivos-desarrollo-sostenible-oportunidad-america-latina-caribe>

- Cervantes-Pacheco, E. I., Villaseñor-Guzmán, O. A., Campos-Soto, E., y García-González, C. (2013). ¿Cómo enfrentan el proceso de divorcio las parejas? Estudio cualitativo desde los recursos psicológicos. *Uaricha, Revista De Psicología*, 10(21), 28–43. Tomado de <http://www.revistauaricha.umich.mx/index.php/urp/article/view/109>
- Chen, Z. J., Bechara, A. O., Cowden, R. G., y Worthington, E. L., Jr (2022). Perceived posttraumatic growth after interpersonal trauma and subsequent well-being among young Colombian adults: A longitudinal analysis. *Frontiers in psychology*, 13, 993609. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.993609>
- Chopra, A., Kaur, A., Singh, S., Kaur, R., y Rallapali, A. V. (2020). Childhood sexual abuse perceptions and experience among college students of Panchkula. *Indian journal of sexually transmitted diseases and AIDS*, 41(1), 30–34. https://doi.org/10.4103/ijstd.IJSTD_110_15
- Coelho Rebelo Maia, L. A. (2010). Bases neurobiológicas del estrés post-traumático. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 26(1), 1–10. Tomado de: <https://revistas.um.es/analesps/article/view/91891>
- Cohen, N. L., y Štulhofer, A. (2018). Correlates of Adolescent Ambiguity in Defining their Experience of Sexual Victimization in Two Large-Scale Croatian Samples. *Journal of child y adolescent trauma*, 12(2), 211–220. <https://doi.org/10.1007/s40653-018-0227-7>
- Colaizzi P. (1978). Psychological research as the phenomenologist views it. In: Valle RS, King M, editors. *Existential-phenomenological alternatives for psychology*. New York (NY): Oxford University Press. 48–71.
- Collin-Vézina, D., De La Sablonnière-Griffin, M., Sivagurunathan, M., Lateef, R., Alaggia, R., McElvaney, R., y Simpson, M. (2021). "How many times did I not want to live a life because of him": the complex connections between child sexual abuse, disclosure, and self-injurious thoughts and behaviors. *Borderline personality disorder and emotion dysregulation*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.1186/s40479-020-00142-6>

- Congreso de la República de Colombia. (06, septiembre, 2006). Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. [1090]. Tomado de: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205#:~:text=El%20psic%C3%B3logo%20presta%20sus%20servicios,moral%20y%20la%20honestidad%20profesional.>
- Córdoba, C. R. (2022). La victimización secundaria en la violencia sexual: Análisis de la victimización secundaria en casos de abusos y agresiones sexuales, y sexting. *EHQUIDAD. Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social*, (17), 179-210. <https://doi.org/10.15257/ehquidad.2022.0007>
- Cristiano López, A. J., & Valenzuela Castaño, G. P. (2020). *Retractación de testimonio en niños, niñas y adolescentes víctimas de violencia sexual*. (Informe final de especialización en psicología jurídica). Universidad Cooperativa de Colombia. Tomado de: <https://repository.ucc.edu.co/items/6def8089-648f-48bc-9b9e-c7d78e52cb60>
- Cruz, D. E. (2019). *Perdón de víctimas de homicidios cometidos en Bogotá en los últimos cinco años*. (Tesis de grado) Universidad Jorge Tadeo Lozano. Tomado de: <https://expeditiorepositorio.utadeo.edu.co/handle/20.500.12010/8294>
- Díaz de Liaño Díez, L., y Prieto, M. (2021). *Crecimiento postraumático y Perdón*. (Tesis de grado). Universidad Pontificia Comillas Tomado de: <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/50831>
- Ding, R., Wen, X., He, P., Guo, C., Luo, Y., Song, X., y Zheng, X. (2018). Association Between Childhood and Adolescent Sexual Abuse Experiences and High-Risk Sexual Behaviors Among Chinese Youth. *Sexual medicine*, 6(4), 273–281. <https://doi.org/10.1016/j.esxm.2018.08.004>
- Domínguez de la Ossa, E., y Aleán Romero, M. A. (2020). Narrativas para la emergencia del perdón, la reparación y la reconciliación en víctimas del conflicto armado en Colombia. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, 84, 62-78, <http://apostadigital.com/revistav3/hemeroteca/maalean.pdf>

- Dowling, M. (2007). *From Husserl to van Manen. A review of different phenomenological approaches. International Journal of Nursing Studies, 44(1), 131–142.* <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2005.11.02>
- Duque, H., y Aristizábal, E. (2019). Análisis fenomenológico interpretativo: Una guía metodológica para su uso en la investigación cualitativa en psicología. *Pensando Psicología, 15(25), 1-24.* <https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.01.03>
- Duque, H. (2022). Análisis fenomenológico interpretativo de la experiencia vivida en personas con diagnóstico de esquizofrenia. *Tesis Psicológica, 17(2), 1-25.* <https://doi.org/10.37511/tesis.v17n2a4>
- Economist Impact. (2023). *Out of the Shadows. Índice 2023.* Informe regional de América Latina y el Caribe. Tomado de: <https://outoftheshadows.global/download-reports>
- Elam, T., y Taku, K. (2022). Differences between posttraumatic growth and resiliency: Their distinctive relationships with empathy and emotion recognition ability. *Frontiers in Psychology, 13, 825161.* <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.825161>
- Endo Endo, M. A. (2020) *Resiliencia y crecimiento postraumático en mujeres víctimas de violencia contra la mujer de Lima Metropolitana.* (Tesis). Pontificia Universidad Católica del Perú. Tomado de: [https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/17125/Endo_Endo_Resiliencia_crecimiento_postraum%
c3%a1tico1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/17125/Endo_Endo_Resiliencia_crecimiento_postraum%c3%a1tico1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Enright, R. D. (1994). Piaget on the moral development of forgiveness: Identity or reciprocity? *Human Development, 37,63-80.* <https://doi.org/10.1159/000278239>
- Enright, R. D. (2001). *Forgiveness is a choice: A step-by-step process for resolving anger and restoring hope.* Washington, DC: American Psychological Association.
- Enright, R. D. y Fitzgibbons, R. P. (2015). *Forgiveness therapy. An empirical guide for resolving anger and restoring hope.* Washington, DC: American Psychological Association. <http://dx.doi.org/10.1037/14526-000>

- Enright, R. D., y Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington, DC: American Psychological Association. <http://dx.doi.org/10.1037/10381-000>
- Enright, R., Rique, J., Lustosa, R., Song, J. Y., Komoski, M. C., Batool, I., ... y Costuna, E. (2021). Validating the Enright Forgiveness Inventory–30 (EFI-30). *European Journal of Psychological Assessment*. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000649>
- Enright, R.D. y Coyle, C.T. (1998). Researching the process model of forgiveness within psychological interventions. En E.L. Worthington, Jr. (Ed.), *Dimensions of forgiveness* (pp. 139–161). Philadelphia: Templeton Foundation Press.
- Erzar, T., Yu, L., Enright, R. D., & Kompan Erzar, K. (2019). Childhood Victimization, Recent Injustice, Anger, and Forgiveness in a Sample of Imprisoned Male Offenders. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 63(1), 18-31. <https://doi.org/10.1177/0306624X18781782>
- Equality Now. (2021). *Fracaso en la Protección: cómo las leyes y prácticas discriminatorias en materia de violencia sexual perjudican a las mujeres, niñas y adolescentes en las Américas*. Informe internacional. Publicado en septiembre, 2021. Tomado de: https://equalitynow.storage.googleapis.com/wp-content/uploads/2022/02/25104155/Failure_to_Protect_-_Equality_Now_2021_-_ESP-min.pdf
- Esparza-Baigorri, T., Leibovich de Figueroa, N., y Martínez-Terrer, T. (2016). *Propiedades psicométricas del Inventario de Crecimiento Postraumático en pacientes oncológicos en población argentina*. *Ansiedad y Estrés*, 22(2-3), 97–103. <https://dx.doi.org/10.1016/j.anyes.2016.06.002>
- Fernández, I. G., de Miguel, C. L., Pérez, C. G., Fernández, C. G., y Fernández, J. G. (2019). Diagnósticos psiquiátricos prevalentes a consecuencia del abuso sexual durante la infancia y la adolescencia. *Revista de enfermería y salud mental*, (12), 13-20. <https://doi.org/10.5538/2385-703X.2019.12.13>

*Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron
Abuso Sexual Infantil*

- Fernández Irla, Lluc; Sáiz López, Amelia, dir. El feminismo cibernético en y el #MeToo en Asia Oriental. 2021. (Grau en Estudis d'Àsia Oriental Grau en Estudis d'Àsia Oriental)
Recuperado de: <https://ddd.uab.cat/record/249185>
- Fernández-García, J. [Más allá del rosa] (2023). *Más allá del rosa- Las niñas y los niños no se tocan con Paula Aguilar.* YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=nE9pD1PTuZ4>
- Fernández-García, J. [Más allá del rosa] (2023). *Más allá del rosa- Disfrutando mi sexualidad y sanando mi abuso con Andrea Martín del Campo.* YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=OWmqRuOt7KQ&t=9554s>
- Fernández-García, J. [Más allá del rosa] (2023). *Más allá del rosa - ¿Por qué marchamos este 8M? con Mariana Chávez, Carol Hernández y Romina Sacre.* YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=7399BCBrUc&t=3746s>
- Fernández-Tapia, J. (2021). Abuso sexual a niñas en Oaxaca: ¿problema legal o cultural? *Revista Innova Educación*, 3(3), 7–32.
<https://doi.org/10.35622/j.rie.2021.03.001>
- Ferragut, M., Ortiz-Tallo, M., y Blanca, M. J. (2021). Victims and Perpetrators of Child Sexual Abuse: Abusive Contact and Penetration Experiences. *International journal of environmental research and public health*, 18(18), 9593.
<https://doi.org/10.3390/ijerph18189593>
- Finstad, G. L., Giorgi, G., Lulli, L. G., Pandolfi, C., Foti, G., León-Perez, J. M., Cantero-Sánchez, F. J., y Mucci, N. (2021). Resilience, Coping Strategies and Posttraumatic Growth in the Workplace Following COVID-19: A Narrative Review on the Positive Aspects of Trauma. *International journal of environmental research and public health*, 18(18), 9453. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189453>
- Fischer, P. C. (2014). The Link Between Posttraumatic Growth and Forgiveness: An Intuitive Truth. In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research & practice* (pp. 311–333). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Flick, U. (2007). *Introducción a la investigación cualitativa*, Ediciones Morata, S. L. Madrid

- Flores, M., De Lima, A., y Pastor, N. (2018). Trauma, apego y resiliencia. Conociendo el abuso sexual infantil y sus consecuencias en una víctima adulta. *Anuario de Investigaciones*, 25, 437-454. Obtenido de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369162253051>
- Franco-Jaen, S., Rodríguez, J. M., y del Río, F. J. (2020). El abuso sexual infantil y la relación con el desarrollo de comportamientos adictivos. Una revisión sistemática. *Terapia psicológica*, 38(3), 317-338. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000300317>
- Frazier, P., Conlon, A., & Glaser, T. (2001). Positive and negative life changes following sexual assault. *Journal of consulting and clinical psychology*, 69(6), 1048–1055. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.69.6.1048>
- Frazier, P., Tennen, H., Gavian, M., Park, C., Tomich, P., y Tashiro, T. (2009). Does Self-Reported Posttraumatic Growth Reflect Genuine Positive Change? *Psychological Science*, 20(7), 912–919. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2009.02381.x>
- Fustamante Sempertegui, Y. (2021). *Actitudes sexistas en adolescentes de Latinoamérica: una revisión sistemática 2016-2021*. (Tesis de grado). Universidad Señor de Sipán. Pimentel, Perú.
- García Martínez, M. (2022). *El perdón a sí mismo. Una revisión sistemática*. (Tesis de grado) Universidad de Jaen. Tomado de: <https://tauja.ujaen.es/handle/10953.1/17193>
- García-Ramos, D. G. (2022). # MeToo, o de cómo (no) todos somos víctimas. El hashtag como marca victimaria. *REDD: Revista de estudios del discurso digital*, (5), 43-66. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9517805>
- García, F. E., Andrades, M., Rodríguez Matus, F., Díaz Segovia, Z., Alarcón, S., Fonseca, I., y Lucero, C. (2022). Sintomatología y crecimiento postraumático en estudiantes de educación superior en Chile durante la pandemia por COVID-19. *Actualidades en Psicología*, 36(132), 1-16. <https://dx.doi.org/10.15517/ap.v36i132.45386>
- García, F. E., y Wlodarczyk, A. (2016). Psychometric properties of the posttraumatic growth inventory—short form among Chilean adults. *Journal of Loss and Trauma*, 21(4), 303-314. <https://doi.org/10.1080/15325024.2015.1108788>

- Garzón-Azañón, M. A., y Barahona-Esteban, M. N. (2018). Diferencias personales en el perdón en universitarios españoles en función del sexo/Personal differences in the forgiveness in Spanish university students according to sex. *Revista Anual Ciencias Eclesiásticas*, 13, 175-192. <https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.175>
- Gettys, Brittini, "Can it Heal and Hurt?: Survivors of Sexual Assault Share the Benefits and Challenges of Sexual Assault Support Group Participation" (2022). *West Chester University Doctoral Projects*. 170. Recuperado de: https://digitalcommons.wcupa.edu/all_doctoral/170/
- Ghahari, S., & Rad, M. M. (2018). *Effectiveness of forgiveness skill on anxiety and depression among women victims of sexual abuse in childhood*. *Asian Journal of Psychiatry*, 34, 84. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2018.04.014>
- Ghobari Bonab, B., Khodayarifard, M., Geshnigani, R. H., Khoei, B., Nosrati, F., Song, M. J., y Enright, R. D. (2021). Effectiveness of forgiveness education with adolescents in reducing anger and ethnic prejudice in Iran. *Journal of Educational Psychology*, 113(4), 846–860. <https://doi.org/10.1037/edu0000622>
- Giles-Navarro, C. A. (2023). El panorama de la violencia sexual contra las mujeres en México. *Notas estratégicas*. Instituto Belisario Domínguez, Senado de la República. México. Tomado de: <http://bibliodigitalibd.senado.gob.mx/handle/123456789/6030>
- Giorgi A. (1997). The theory, practice, and evaluation of the phenomenological method as a qualitative research procedure. *J Phenomenol Psychol*. 28: 235–260. <https://doi.org/10.1163/156916297x00103>
- Gobierno, D. M. (2019). *Plan Nacional de Desarrollo 2019-2024*. Tomado de: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5565599yfecha=12/07/2019#gsc.tab=0
- Gómez, M. C., y García, F. E. (2021). Crecimiento postraumático y variables psicosociales en víctimas de violencia política. *Liberabit*, 27(1), <https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n1.05>

- Gómez-Montañez, P. F. (2020). El carnaval del perdón de Sibundoy, Colombia: armonización, conectividad y comunicación para la paz. *Athenea Digital. Revista de pensamiento e investigación social*, 20(3). <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.2440>
- González, A. (2021). “La lucha feminista en Colombia: una mirada desde el contexto del conflicto armado”. *Revista Latinoamericana de Estudios de Género*, 9(1), 71-90.
- González-Méndez, R., y Díaz, M. (2021). Volunteers' compassion fatigue, compassion satisfaction, and post-traumatic growth during the SARS-CoV-2 lockdown in Spain: Self-compassion and self-determination as predictors. *PloS one*, 16(9), e0256854. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0256854>
- Gorman, I., Belser, A. B., Jerome, L., Hennigan, C., Shechet, B., Hamilton, S., Yazar-Klosinski, B., Emerson, A., y Feduccia, A. A. (2020). Posttraumatic Growth After MDMA-Assisted Psychotherapy for Posttraumatic Stress Disorder. *Journal of traumatic stress*, 33(2), 161–170. <https://doi.org/10.1002/jts.22479>
- Guba, E. G., y Lincoln, Y. S. (2005). Paradigmatic controversias contradicciones, and emerging confluences. En: Denzin, N. L., y Lincoln, Y. S., *The sage handbook of qualitative research*. 3a Edición, Publicaciones Sage. 2005, p. 193-215.
- Gumera Roa, Y. (2020). *Asistencia jurídica y acceso a la justicia desde una perspectiva iberoamericana*. Disponible en <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/176671>
- Gutiérrez, M. (2020). *Agresores sexuales infantiles, la otra cara de la moneda*. (Tesis de pregrado, Universidad de la República (Uruguay)). <https://hdl.handle.net/20.500.12008/26434>
- Guzmán-Díaz, A. V., y Ruiz, P. T. (2019). La aproximación dialógica al abuso sexual infantil y sus' efectos' sexuales: La experiencia de un hombre con identidad gay. *The Qualitative Report*, 24(10), 2536-2553. Obtenido de: <https://www.proquest.com/openview/f71b66edb5da68cc3054b3a448625e11/1?pq-origsite=gscholarycbl=55152>
- Hall, B. J., Saltzman, L. Y., Canetti, D., & Hobfoll, S. E. (2015). A Longitudinal Investigation of the Relationship between Posttraumatic Stress Symptoms and

- Posttraumatic Growth in a Cohort of Israeli Jews and Palestinians during Ongoing Violence. *PloS one*, 10(4), e0124782. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0124782>
- Han, X. B., Fang, Y. Q., Liu, S. X., Tan, Y., Hou, J. J., Zhao, L. J., y Li, F. (2021). Efficacy of combined naikan and morita therapies on psychological distress and posttraumatic growth in Chinese patients with advanced cancer: A randomized controlled trial. *Medicine*, 100 (30), e26701. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000026701>
- Haroon, Z., Iftikhar, R., Kim, J. J., Volk, F., y Enright, R. D. (2021). A randomized controlled trial of a forgiveness intervention program with female acid attack survivors in Pakistan. *Clinical Psychology y Psychotherapy*, 28(4), 917-928. <https://doi.org/10.1002/cpp.2545>
- Hartley, S., Johnco, C., Hofmeyr, M., y Berry, A. (2016). The nature of posttraumatic growth in adult survivors of child sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse: Research, Treatment, y Program Innovations for Victims, Survivors, y Offenders*, 25(2), 201–220. <https://doi.org/10.1080/10538712.2015.1119773>
- Hartmann, S., Weiss, M., Newman, A., y Hoegl, M. (2019). *Resilience in the Workplace: A Multilevel Review and Synthesis*. *Applied Psychology*. <https://doi.org/10.1111/apps.12191>
- Heredia, M. E. R. (2021). Intervenciones dirigidas al fortalecimiento de los recursos psicológicos de los familiares de migrantes. En Armenta-Hurtarte, C., Domínguez-Espinosa, A. C., y Cruz del Castillo, C. (Eds.), *PSICOLOGÍA SOCIAL MEXICANA*, (63-76).
- Hernández -Palma, H. G., Pitre-Redondo, R., y Chiquillo-Rodelo, J. (2022). Maltrato infantil en el marco del conflicto armado en Colombia. *Encuentros*, 20 (01- enero-junio-), 94-104. <https://doi.org/10.15665/encuen.v20i01.981>
- Hirooka, K., Fukahori, H., Taku, K., Izawa, S., y Ogawa, A. (2018). *Posttraumatic growth in bereaved family members of patients with cancer: a qualitative analysis*. *Supportive Care in Cancer*. <https://doi.org/10.1007/s00520-018-4440-6>

- Ho, K. H. M., Chiang, V. C. L., y Leung, D. (2017). *Hermeneutic phenomenological analysis: the “possibility” beyond “actuality” in thematic analysis*. *Journal of Advanced Nursing*, 73(7), 1757–1766. <https://doi.org/10.1111/jan.13255>
- Hofstede, G., Hofstede, G. J., & Minkov, M. (2010). *Cultures and Organizations: Software of the Mind*. McGraw-Hill.
- Horno, P., Santos, A., y Molino, C. (2001). Abuso sexual infantil: manual de formación para profesionales. *Madrid: Save the Children España*, 1-355. Tomado de: https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/manual_abuso_sexual.pdf
- Husserl E. (1982). *Ideas pertaining to a pure phenomenology and to a phenomenological philosophy: first book: general introduction to a pure phenomenology*. The Hague: Martinus Nijhoff Publishers.
- Husserl, E. (1965). *Phenomenology and the crisis of philosophy: Philosophy as a rigorous science, and philosophy and the crisis of European man*. New York: Harper y Row
- INEGI. (2021). *Estadísticas a Propósito del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia Contra la Mujer (25 DE NOVIEMBRE)*. Comunicado de Prensa 689/21. Tomado de: <https://www.inegi.org.mx/tablerosestadisticos/vcmm/>
- INEGI. (2022). *Encuesta Nacional de Seguridad Pública Urbana ENSU*. Informe Nacional. Julio, 2022. Tomado de: <https://www.inegi.org.mx/programas/ensu/>
- INEGI. (2022). *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH) 2021*. Comunicado de Prensa 485/22. Tomado de: <https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2021/>
- INEGI. (2023). *Encuesta Nacional de Seguridad Pública Urbana - Primer Trimestre De 2023*. Informe trimestral, publicado el 19 de abril de 2023, 1-21. Tomado de: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/ensu/ensu2023_04.pdf
- Iriarte-Pupo, A. J. (2020). Fenomenología-hermenéutica de la investigación formativa. El formador de formadores: de la imposición a la transformación. *Revista de Investigación*,

<https://doi.org/10.19053/20278306.v10.n2.2020.10722>

Jacinto, G. A. (2010). Caregivers' coping and self-forgiveness after the death of a carereceiver. *Journal of Social Service Research, 36(3), 206–215.*

<https://doi.org/10.1080/01488371003697939>

Jeong, S., y Cha, C. (2019). Healing from Childhood Sexual Abuse: A Meta-Synthesis of Qualitative Studies. *Journal of child sexual abuse, 28(4), 383–399.*

<https://doi.org/10.1080/10538712.2019.1574945>

Joleby, M., Lunde, C., Landström, S., y Jonsson, L. S. (2020). "All of Me Is Completely Different": Experiences and Consequences Among Victims of Technology-Assisted Child Sexual Abuse. *Frontiers in psychology, 11, 606218.*

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.606218>

Kang, H., y Kim, H. (2022). Ageism and Psychological Well-Being Among Older Adults: A Systematic Review. *Gerontology y geriatric medicine, 8, 23337214221087023.*

<https://doi.org/10.1177/23337214221087023>

Kaplan, T. (2020). El movimiento #MeToo y la larga marcha contra el acoso sexual en los Estados Unidos. *Ayer. Revista De Historia Contemporánea, 119(3), 335–348.*

<https://doi.org/10.55509/ayer/119-2020-13>

Kaye-Tzadok, A., y Davidson-Arad, B. (2016). Posttraumatic growth among women survivors of childhood sexual abuse: Its relation to cognitive strategies, posttraumatic symptoms, and resilience. *Psychological trauma: theory, research, practice and policy, 8(5), 550–558.*

<https://doi.org/10.1037/tra0000103>

Kessler, R. C., Chiu, W. T., Colpe, L., Demler, O., Merikangas, K. R., Walters, E. E., y Wang, P. S. (2004). The prevalence and correlates of serious mental illness (SMI) in the National Comorbidity Survey Replication (NCS-R). *Mental Health, United States, 200, 13-1.*

Kilmer, R. P., Gil-Rivas, V., Tedeschi, R. G., Cann, A., Calhoun, L. G., Buchanan, T., y Taku, K. (2009). Use of the revised posttraumatic growth inventory for children. *Journal*

of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies, 22(3), 248-253. <https://doi.org/10.1002/jts.20410>

Kim, H. K., Jun, M., Rhee, S., y Wreen, M. (2020). Husserlian phenomenology in Korean nursing research: analysis, problems, and suggestions. *Journal of educational evaluation for health professions*, 17, 13. <https://doi.org/10.3352/jeehp.2020.17.13>

Kim, J. J., y Enright, R. D. (2015). Why Reconciliation Is Not a Component of Forgiveness: A Response to Frise and McMinn (2010). *Journal of Psychology y Christianity*, 34(1). Tomado de: <https://psycnet.apa.org/record/2015-21618-002>

Kubzansky, L. D., Huffman, J. C., Boehm, J. K., Hernandez, R., Kim, E. S., Koga, H. K., Feig, E. H., Lloyd-Jones, D. M., Seligman, M. E. P., y Labarthe, D. R. (2018). Positive Psychological Well-Being and Cardiovascular Disease: JACC Health Promotion Series. *Journal of the American College of Cardiology*, 72(12), 1382–1396. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2018.07.042>

Kvale, S. (2012). *Las entrevistas en la Investigación Cualitativa*. Ediciones Morata S. L. Madrid.

Lagarde, M. (2005). *Los cautiverios de las mujeres: madres, esposas, trabajadoras, prostitutas, y otras versiones de la mujer*.

Larsen, R., Mangrio, E., & Persson, K. (2021). Interpersonal Communication in Transcultural Nursing Care in India: A Descriptive Qualitative Study. *Journal of transcultural nursing: official journal of the Transcultural Nursing Society*, 32(4), 310–317. <https://doi.org/10.1177/1043659620920693>

Lee, E., Enright, R., y Kim, J. (2015). Forgiveness postvention with a survivor of suicide following a loved one suicide: A case study. *Social Sciences*, 4(3), 688-699. <https://doi.org/10.3390/socsci4030688>

Lee, E., Kim, S. W., y Enright, R. D. (2019). Beyond grief and survival: Posttraumatic growth through immediate family suicide loss in South Korea. *OMEGA-Journal of death and dying*, 79(4), 414-435. <https://doi.org/10.1177/0030222817724700>

- Lee, J. Y., y Kim, J. (2021). Korean Christian Young Adults' Religiosity Affects Post-Traumatic Growth: The Mediation Effects of Forgiveness and Gratitude. *Journal of religion and health*, 60(6), 3967–3977. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01213-w>
- Lepore, S., y Revenson, T. (2014). Relationships between posttraumatic growth and resilience: recovery, resistance, and reconfiguration. In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research & practice* (pp. 24–46). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Lindstrom C, Cann A, Calhoun L, Tedeschi R. (2013). The relationship of core belief challenge, rumination, disclosure, and sociocultural elements to posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 5:50–55. <https://doi.org/10.1037/a0022030>
- Linley P. A., Joseph S., Goodfellow B. (2008). Positive changes in outlook following trauma and their relationship to subsequent posttraumatic stress, depression, and anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27, 877–891. <https://doi.org/10.1521/jscp.2008.27.8.877>
- López, J., Serrano, M. I., Giménez, I., & Noriega, C. (2021). Forgiveness Interventions for Older Adults: A Review. *Journal of clinical medicine*, 10(9), 1866. <https://doi.org/10.3390/jcm10091866>
- Lyu, Y., Yu, Y., Chen, S., Lu, S., y Ni, S. (2021). Positive functioning at work during COVID-19: Posttraumatic growth, resilience, and emotional exhaustion in Chinese frontline healthcare workers. *Applied psychology. Health and well-being*, 13(4), 871–886. <https://doi.org/10.1111/aphw.12276>
- Maercker, A., & Zoellner, T. (2004). The Janus Face of Self-Perceived Growth: Toward a Two-Component Model of Posttraumatic Growth. *Psychological Inquiry*, 15, 41-48.
- Marqués Feixa, L. (2022). *Consecuencias psicológicas y neurobiológicas del maltrato infantil: alteraciones neuroendocrinas en la regulación del estrés e implicaciones en la salud mental infanto-juvenil*. (Tesis doctoral). Universitat de Barcelona. Tomado de: <https://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/190863>

- Martinčeková, L., Enright, R.D. (2002) The effects of self-forgiveness and shame-proneness on procrastination: exploring the mediating role of affect. *Curr Psychol* 39, 428–437. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9926-3>
- Martinčeková, L., y Klatt, J. (2017). Mothers' grief, forgiveness, and posttraumatic growth after the loss of a child. *Omega - Journal of Death and Dying*, 75(3), 248–218. <https://doi.org/10.1177/0030222816652803>
- Martínez-González, J. S. (2020). Perdón de la víctima u ofendido y consecuencias de inseguridad jurídica. *Con-Ciencia Serrana Boletín Científico De La Escuela Preparatoria Ixtlahuaco*, 2(4), 3-4. Recuperado a partir de <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ixtlahuaco/article/view/6146>
- Matud, M. P., López-Curbelo, M., y Fortes, D. (2019). Gender and Psychological Well-Being. *International journal of environmental research and public health*, 16(19), 3531. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193531>
- McAdam, E. (2021). *Cómo liberar emociones atrapadas en su cuerpo 10/30 Cómo procesar emociones*. Therapy in a Nutshell – Canal de YouTube. Tomado de: <https://www.youtube.com/watch?v=GZw8fRPK-8k>
- McCullough, M., Pargament, K. I. y Thoresen, C. E. (2000). *Forgiveness. Theory, research and practice*. Nueva York: Guilford Press.
- McElheran, M., Briscoe-Smith, A., Khaylis, A., Westrup, D., Hayward, C., y Gore-Felton, C. (2012). A conceptual model of post-traumatic growth among children and adolescents in the aftermath of sexual abuse. *Counselling Psychology Quarterly*, 25(1), 73-82. <https://doi.org/10.1080/09515070.2012.665225>
- McElvaney, R., Lateef, R., Collin-Vézina, D., Alaggia, R., y Simpson, M. (2022). Bringing Shame Out of the Shadows: Identifying Shame in Child Sexual Abuse Disclosure Processes and Implications for Psychotherapy. *Journal of interpersonal violence*, 37(19-20), NP18738–NP18760. <https://doi.org/10.1177/08862605211037435>

- McFarland, C., & Alvaro, C. (2000). The impact of motivation on temporal comparisons: Coping with traumatic events by perceiving personal growth. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 327–343. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.3.327>
- McKie, R. M., Sternin, S., Kilimnik, C. D., Levere, D. D., Humphreys, T. P., Reesor, A., y Reissing, E. D. (2021). Nonconsensual Sexual Experience Histories of Incarcerated Men: A Mixed Methods Approach. *International journal of offender therapy and comparative criminology*, 306624X211065584. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/0306624X211065584>
- Medicina Legal Colombia. (2024). *Boletín estadístico mensual. Centro de Referencia Nacional sobre Violencia-CRNV*. Agosto 2024. Tomado de: <https://www.medicinalegal.gov.co/cifras-estadisticas/forensis>
- México Evalúa. (2022). *Crece la cifra negra de la violencia sexual: en 2021, el 99.7% de los casos no se denunciaron*. México Evalúa Sitio Web, publicado el 8 de marzo de 2022. Tomado de: <https://www.mexicoevalua.org/crece-la-cifra-negra-de-la-violencia-sexual-en-2021-el-99-7-de-los-casos-no-se-denunciaron/>
- Millan Otero, K. L., Duran Palacio, N. M., Rodríguez Marín, L. A., y García Hincapié, A. (2021). La escuela y la migración: experiencias de niños venezolanos en Colombia. <https://doi.org/10.25057/21452776.1410>
- Molina, D. C., Coll, E. A. J., y Carvajal, O. I. G. (2019). Intervención psicológica del abuso sexual en niños: Revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 12(3), 71-80. Obtenido de: <https://reviberopsicologia.iberro.edu.co/article/view/1628>
- Monroy-Velasco, I. R., Valdés-García, K. P., y Romero-Fonseca, E. I. (2019). Más allá de las identidades culturales juveniles. *Estudios sobre las culturas contemporáneas*, 25(49), 115-137. Tomado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31658531005>
- Montoya, T. M. M., y Espitia, M. B. (2019). Crecimiento Postraumático en víctimas del conflicto armado colombiano: análisis de historias de vida. *RHS: Revista Humanismo y Sociedad*, 7(2), 6-25. <https://doi.org/10.22209/rhs.v7n2a01>

- Morales, A. y Olivares, M. (2019). “La violencia sexual en México: una revisión de la literatura”. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 17(1), 1-16.
- Mukashema, I., Bugay, A., y Mullet, E. (2017). Reconciliation sentiment, forgiveness, and mental health among genocide victims. In Demir, M. y Sümer, N. (Eds.), *Close relationships and happiness* (pp. 185-199). New York: Springer. http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-89663-2_11.
- Mukashema, I., y Mullet, E. (2013). Unconditional forgiveness, reconciliation sentiment, and mental health among victims of genocide in Rwanda. *Social Indicators Research*, 113, 121-132. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-012-0085-x>.
- Navarro-Ceja, N., Salguero-Velázquez, M. A., Torres-Velázquez, L. E., y Figueroa-Perea, J. G. (2019). Voces silenciadas: hombres que viven violencia en la relación de pareja. *La ventana. Revista de estudios de género*, 6(50), 136-172. Tomado de: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-94362019000200136
- Neimeyer, R. A. (2014). Re-Storying Loss: Fostering Growth in the Posttraumatic Narrative. In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research & practice* (pp. 68–80). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Ning, F., Xin, L., Quan, W., Xiaohui, L., & Xiaoping, D. (2023). A preliminary research on transcultural capacity in global public health: from the view of public health professionals. *BMC public health*, 23(1), 465. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15312-8>
- Obregón-Velasco, N., Rivera-Heredia, M. E., y Padrós-Blazquez, F. (2022). Recursos sociales y familiares según la experiencia con la migración en jóvenes universitarios mexicanos. *Ra Ximhai*, 18(1). <https://doi.org/10.35197/rx.18.01.2022.01.no>
- Ormart, E. B., Salomone, G. Z., Lopez, G. A., Lima, N. S., & Pena, F. I. (2015). ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA Y ÉTICA PROFESIONAL. ALGUNAS CONSIDERACIONES SOBRE LA RESPONSABILIDAD DEL PSICÓLOGO A PARTIR DEL FILM JAGTEN. *Perspectivas En Psicología*, 12(3), 69-77. Recuperado a partir de <http://perspectivas.mdp.edu.ar/revista/index.php/pep/article/view/214>

- OMS. (2020). *Violencia contra los niños*. OMS Sitio Web (8 de junio de 2020). Tomado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-children>
- Ortíz-Ruíz, J.C., Rivera-Heredia, M. E., y Figueroa-Varela, M. R. (2023). Recursos psicológicos ante el duelo. Intervención psicosocial en una comunidad semi rural. *Simbiosis, Revista de Educación y Psicología*, 3(5), 67-83. <https://doi.org/10.59993/simbiosis.v3i5.26>
- Parish-Plass, N. (2021). Animal-assisted psychotherapy for developmental trauma through the lens of interpersonal neurobiology of trauma: Creating connection with self and others. *Journal of Psychotherapy Integration*, 31(3), 302–325. <https://doi.org/10.1037/int0000253>
- Park, S., Sato, Y., Takita, Y., Tamura, N., Ninomiya, A., Kosugi, T., Sado, M., Nakagawa, A., Takahashi, M., Hayashida, T., & Fujisawa, D. (2020). Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Psychological Distress, Fear of Cancer Recurrence, Fatigue, Spiritual Well-Being, and Quality of Life in Patients With Breast Cancer-A Randomized Controlled Trial. *Journal of pain and symptom management*, 60(2), 381–389. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.02.017>
- Perdomo-Vargas, I. R., & Rojas-Silva, J. A. (2019). Perdón y reconciliación en el contexto del post-conflicto en Colombia. *Principia Iuris*, 16(32), 147-171. Tomado de: <http://revistas.ustatunja.edu.co/index.php/piuris/article/view/1862/1665>
- Pereda, N., Greco, A. M., Hombrado, J., Segura, A., y Gómez-Martín, V. (2018). ¿Qué factores inciden para romper el silencio de las víctimas de abuso sexual? *Revista Española de Investigación Criminológica*, 16, 1-27. <https://doi.org/10.46381/reic.v16i0.195>
- Pérez, Nahín, y Caricote, Esther. (2014). Concepción noémica del abusador sexual infantil. *Salus*, 18(3), 21-26. Recuperado en 29 de julio de 2024, de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-71382014000300005&lng=es&tlng=es.
- Quinn, B., y Connolly, M. (2023). Spirituality in palliative care. *BMC palliative care*, 22(1), 1. <https://doi.org/10.1186/s12904-022-01116-x>

- Quintero, Y. A., del Carpio, O. P., Andrade, P. P. (2021). *Resignificación Del Abuso Sexual Infantil. Una propuesta de intervención basada en la terapia narrativa dirigida a mujeres*. Lito Grapo.
- Quintero, H. Y., y Andrade, P. P. (2012). Evaluación de un programa de intervención terapéutica en mujeres que han vivido abuso sexual infantil. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 14(1), 49-71
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80224034004>
- Quirós-García, K. T. (2023). *Revisión sistemática de la producción científica acerca de conductas parentales y su incidencia en los trastornos externalizantes en niños, de Latinoamérica*. (Tesis de grado). Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia.
- Rapp, H., Wang Xu, J., y Enright, R.D. (2022). A meta-analysis of forgiveness education interventions' effects on forgiveness and anger in children and adolescents. *Child Development*, 93, 1249– 1269. <https://doi.org/10.1111/cdev.13771>
- Reed, G.L., y Enright, R.D. (2006). The effects of forgiveness Therapy on depression, Anxiety and post-treatment stress for women after spouse emotional abuse, *Journal of Consulting and clinical (psychology, 74c5)*: 920 – 929. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.5.920>
- Rego, F., y Nunes, R. (2019). The interface between psychology and spirituality in palliative care. *Journal of health psychology*, 24(3), 279–287. <https://doi.org/10.1177/1359105316664138>
- Rodríguez-Gómez, G., Gil-Flores, J., y García-Jiménez, E. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*. Ediciones ALJIBE.
- Rojas, C. (2018). *Feminismo y política en México. Desafíos y luchas*.
- Romero-Peñaranda, P. A., y Aristizábal-Becerra, L. A. (2019). La violencia sexual en latinoamérica desde la perspectiva de género. *Escritos jóvenes Dossier: “Género y feminismos”*. 8 (12). 349-365. <http://dx.doi.org/10.30972/dpd.8124041>
- Romero-Madriñán, J. C. (2018). Propiedades psicométricas de las escalas GHQ-12, CPTI y ESRV aplicadas en el contexto del conflicto armado colombiano/Psychometric properties

- of GHQ-12, CPTI and ESRV scales applied in the Colombian armed conflict context. *International E-Journal of Criminal Sciences*, (12). Tomado de: <https://ojs.ehu.eus/index.php/inecs/article/view/19990>
- Rueda, P., Ferragut, M., Cerezo, M. V., y Ortiz-Tallo, M. (2021). Child Sexual Abuse in Mexican Women: Type of Experience, Age, Perpetrator, and Disclosure. *International journal of environmental research and public health*, 18(13), 6931. <https://doi.org/10.3390/ijerph18136931>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., y Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.69.4.719>
- Salazar, C. (2023). *Alertan por altos índices de violencia y criminalidad en diez departamentos*. Infobae Sitio Web, 16 de junio del 2023. Tomado de: <https://www.infobae.com/colombia/2023/06/16/alertan-por-altos-indices-de-violencia-y-criminalidad-en-diez-departamentos/>
- Salvador, M. (2006). Implicaciones neurobiológicas del trauma e implicaciones para la psicoterapia. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 55, 44-57. Tomado de: http://com.aespat.es/Revista/Revista_ATyPH_55.pdf#page=44
- Sánchez, E. (2015). “La violencia sexual en el marco del conflicto armado en Colombia: un enfoque de género”. *Revista de Estudios de Género*, 7(1), 35-57.
- Sanguino, N. C. (2020). Fenomenología como método de investigación cualitativa: preguntas desde la práctica investigativa. *Revista Latinoamericana de Metodología de la Investigación Social*, (20), 7-18. Tomado de: http://relmis.com.ar/ojs/index.php/relmis/article/view/fenomenologia_como_metodo/167
- Sanjuan, L. (2019). *La entrevista y la historia de vida*. Oberta UOC Publihsing. Barcelona.

- Save the Children. (2020). *Revictimización ¿Qué es y qué sucede en el caso de los abusos a menores?* Save the Children Sitio Web (25 de noviembre, 2020). Tomado de: <https://www.savethechildren.es/actualidad/que-es-revictimizacion>
- Skoko, I., Topić Stipić, D., Tustonja, M., y Stanić, D. (2021). Mental Health and Spirituality. *Psychiatria Danubina*, 33(Suppl 4), 822–826. Recuperado de: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35026808/>
- Smith, J. A., y Osborn, M. (2015). Interpretative phenomenological analysis as a useful methodology for research on the lived experience of pain. *British journal of pain*, 9(1), 41–42. <https://doi.org/10.1177/2049463714541642>
- Simpson, A. (2020). *Crecimiento Postraumático y Autocompasión en víctimas adultas de distintos tipos de trauma*. (Tesis). Pontificia Universidad Católica de Perú. Tomado de: <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/21245>
- Soares, J. L., Silva, I. G. B., Moreira, M. R. L., Martins, Á. K. L., Rebouças, V. C. F., & Cavalcante, E. G. R. (2020). Transcultural theory in nursing care of women with infections. *Revista brasileira de enfermagem*, 73(suppl 4), e20190586. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0586>
- Sociedad Mexicana de Psicología (2002). *Código Ético*. Editorial Trillas. México. Tomado de: https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/CODIGO_ETICO_SMP.pdf
- Su, Y.-J., y Chen, S.-H. (2015). *Emerging posttraumatic growth: A prospective study with pre- and posttrauma psychological predictors*. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 7(2), 103–111. <https://doi.org/10.1037/tra0000008>
- Tan, J., & Andriessen, K. (2021). The Experiences of Grief and Personal Growth in University Students: A Qualitative Study. *International journal of environmental research and public health*, 18(4), 1899. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041899>

- Tedeschi, R. G. (1999). Violence transformed: Posttraumatic growth in survivors and their societies. *Aggression and Violent Behavior*, 4(3), 319-341. [https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(98\)00005-6](https://doi.org/10.1016/S1359-1789(98)00005-6)
- Tedeschi, R. G., y Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. SAGE Publications.
- Tedeschi, R. G., y Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
- Tedeschi, R. G., y Calhoun, L. G. (2006). *Time of Change? The Spiritual Challenges of Bereavement and Loss*. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 53(1), 105–116. <https://doi.org/10.2190/7mbu-ufv9-6tj6-dp83>
- The Culture Factor (2014). *Country Comparison Tool*. The Culture Factor Group Sitio Web. Tomado de: <https://www.theculturefactor.com/country-comparison-tool?countries=colombia%2Cmexico>
- Torres López, T. M. (2011). Conocimientos acerca del VIH/sida entre los adolescentes de Bolivia, Chile y México. *Salud (i) ciencia (Impresa)*, 162-163. Tomado de: https://www.siicsalud.com/pdf/td_clinica_medica_163_91911.pdf#page=19
- Torres-López, T. M., Soltero-Avelar, R., & Herrera-Pérez, J. I. (2012). Dimensiones culturales sobre el dengue en profesionales de la salud de México y Colombia. *Revista de Salud Pública*, 14, 67-80. Tomado de: <https://www.scielosp.org/pdf/rsap/2012.v14n1/67-80/es>
- Torres-López, T. M., Quezada-Valadez, M. G., & Herrera-Pérez, J. I. (2018). Representaciones sociales de empleo y desempleo de trabajadores de la salud de Bogotá, Colombia y de Morelia, México. *Revista Facultad de Ciencias de La Salud UDES*, 5(2), 25-33. <http://dx.doi.org/10.20320/rfcsudes.v5i2.104>
- Tuck, I., y Anderson, L. (2014). Forgiveness, flourishing, and resilience: the influences of expressions of spirituality on mental health recovery. *Issues in mental health nursing*, 35(4), 277–282. <https://doi.org/10.3109/01612840.2014.885623>

- Tuya Espinoza, Gabriela Isabel. (2023). Abuso sexual contra niños, niñas y adolescentes en Lima, Perú: una aproximación general a los patrones de personalidad, características sociodemográficas y el riesgo de violencia de los perpetradores. *Revista Criminalidad*, 65(1), 151-169. <https://doi.org/10.47741/17943108.407>
- Uezen Bozzi, Y., Herrera Álvarez, A. M., Simaes, A. C., Gago Galvagno, L. G., y Huairé Inacio, E. J. (2022). Mentalidad machista, estilos de crianza y vulnerabilidad social en cuidadores primarios. Una comparación transcultural entre Argentina y Perú. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 54, 196-204. <https://doi.org/10.14349/rlp.2022.v54.22>
- Ullman, S. E. (2014). Correlates of Posttraumatic Growth in Adult Sexual Assault Victims. *Traumatology*, 20(3), 219–224. <https://doi.org/10.1037/h0099402>
- UNICEF. (2017). *Violencia, abuso sexual y homicidio contra millones de niños*. Unicef Sitio Web (01 de noviembre de 2017). Tomado de: <https://www.unicef.org/colombia/comunicados-prensa/violencia-abuso-sexual-y-homicidio-contra-millones-de-ninos>
- UNICEF. (2019). *Niños y niñas en América Latina y el Caribe. Panorama 2019*. (Informe). Tomado de: <https://www.unicef.org/lac/informes/ninos-y-ninas-en-america-latina-y-el-caribe>
- Valdez-Santiago, Rosario, Villalobos, Aremis, Arenas-Monreal, Luz, Flores-Celis, Karla, & Ramos-Lira, Luciana. (2020). Abuso sexual infantil en México: conductas de riesgo e indicadores de salud mental en adolescentes. *Salud Pública de México*, 62(6), 661-671. <https://doi.org/10.21149/11924>
- Valencia-Londoño, P., y Nateras-González, M. (2020). Violencia en contra de las mujeres como discriminación en contextos de violencia criminal: el caso del feminicidio en Medellín y el Estado de México. *Criminalidad*, 62(1), 59-85.
- van der Kolk, B. [Big Think] (2021). *What is trauma? The author of “The Body Keeps the Score” explains* | Bessel van der Kolk | Big Think. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=BJfmfkDQb14>

- van der Westhuizen, M., Walker-Williams, H. J., y Fouché, A. (2022). Meaning Making Mechanisms in Women Survivors of Childhood Sexual Abuse: A Scoping Review. *Trauma, violence y abuse*, 15248380211066100. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/15248380211066100>
- Varas-García, A. (2021). *Violencia sexual infantil en México*. El financiero sitio web (09 de noviembre de 2011). Tomado de: <https://www.elfinanciero.com.mx/opinion/annayancy-varas/2021/11/09/violencia-sexual-infantil-en-mexico/>
- Varma, V. (2001). *La violencia en niños y adolescentes*. Trillas. México
- Vásquez Santamaría, Jorge Eduardo, López-Salazar, Linda Estefanía, & Merino Martínez, Catalina. (2021). Colombia: un conflicto crónico. Desarrollo de la crónica periodística como escenario del perdón en el conflicto armado colombiano. *Revista Guillermo de Ockham*, 19(2), 187-200. <https://doi.org/10.21500/22563202.4160>
- Velázquez Salgado, N. S., Herrera Mora, L. D., & Giraldo Giraldo, D. P. (2023). *Factores Que Contribuyen A La Violencia Basada En El Género En Países De Latinoamérica La Crianza Patriarcal Como Factor Cultural*. (Trabajo de grado de especialización). Grupo de Investigación Observatorio de la Salud Pública. Armenia, Colombia.
- Vergara, A. I., & Balluerka, N. (2000). Metodología en la investigación transcultural: perspectivas actuales. *Psicothema*, 12(Su2), 557-562. Tomado de: <https://www.redalyc.org/pdf/727/72797126.pdf>
- Villanueva, I. (2013). El abuso sexual infantil: Perfil del abusador, la familia, el niño víctima y consecuencias psíquicas del abuso. *Psicogente*, 16(30), 451-470. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6113899>
- Walker-Williams, H. J., y Fouché, A. (2018). Resilience enabling processes and posttraumatic growth outcomes in a group of women survivors of childhood sexual abuse. *Health SA = SA Gesondheid*, 23, 1134. <https://doi.org/10.4102/hsag.v23i0.1134>
- Williamson, I. y González, M.H (2007). The Subjective Experience of Forgiveness: Positive Construals of the Forgiveness Experience. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26, 4, 407-446. <https://doi.org/10.1521/jscp.2007.26.4.407>

- Włodarczyk, A., Basabe, N., Páez, D., Villagrán, L., y Reyes, C. (2017). Individual and Collective Posttraumatic Growth in Victims of Natural Disasters: A Multidimensional Perspective. *Journal of Loss and Trauma*, 22(5), 371–384. <https://doi.org/10.1080/15325024.2017.1297657>
- Worthington Jr., E. L. (2005). Understanding forgiveness of other people: Definitions, theories, and processes. In Worthington E. L. Jr., y Wade N. G. (Eds.), *Handbook of forgiveness* (2nd ed., pp. 11–21). Routledge.
- Yıldırım, D., y Çiriş Yıldız, C. (2022). The Effect of Mindfulness-Based Breathing and Music Therapy Practice on Nurses' Stress, Work-Related Strain, and Psychological Well-being During the COVID-19 Pandemic: A Randomized Controlled Trial. *Holistic nursing practice*, 36(3), 156–165. <https://doi.org/10.1097/HNP.0000000000000511>
- Yu, L., Gambaro, M., Song, J. Y., Teslik, M., Song, M., Komoski, M. C., ... y Enright, R. D. (2021). Forgiveness therapy in a maximum-security correctional institution: A randomized clinical trial. *Clinical Psychology y Psychotherapy*, 28(6), 1457-1471. <https://doi.org/10.1002/cpp.2583>
- Xu, X., Wen, J., Zhou, N., Shi, G., Tang, R., Wang, J., & Skritskaya, N. A. (2020). Grief and Posttraumatic Growth Among Chinese Bereaved Parents Who Lost Their Only Child: The Moderating Role of Interpersonal Loss. *Frontiers in psychology*, 11, 558313. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.558313>
- Záhorcová, L., Enright, R., & Halama, P. (2023). The Effectiveness of a Forgiveness Intervention on Mental Health in Bereaved Parents—A Pilot Study. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 87(2), 614-631. <https://doi.org/10.1177/00302228211024479>
- Záhorcová, L., Halama, P., y Enright, R. D. (2020). Forgiveness as a factor of adjustment in bereaved parents. *Journal of loss and trauma*, 25(2), 188-203. <https://doi.org/10.1080/15325024.2019.1664786>
- Zhang, J. Y., Li, S. S., Meng, L. N., y Zhou, Y. Q. (2022). Effectiveness of a nurse-led Mindfulness-based Tai Chi Chuan (MTCC) program on Posttraumatic Growth and perceived stress and anxiety of breast cancer survivors. *European journal of psychotraumatology*, 13(1), 2023314. <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.2023314>

Zoellner, T., y Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology—A critical review and introduction of a two-component model. *Clinical Psychology Review*, 26, 626–653. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.01.008>

Apéndices

Apéndice A

¡Hola!

¿HAS ESCUCHADO HABLAR DEL CRECIMIENTO POSTRAUMÁTICO?

.....

Estoy investigando en mi maestría cómo ese concepto puede estar presente (o no) en personas que hayan vivido abuso sexual infantil, para ello estoy buscando personas que hayan pasado por esta situación

.....

TU PARTICIPACIÓN SERÁ COMPLETAMENTE ANÓNIMA

Teléfono: +52 443 939 0601
Correo: 2225345a@umich.mx
Camilo Cornejo Ortega

Fuente: Elaboración propia. Nota: esta imagen fue diseñada con la página web www.canva.com

Apéndice B

Guía de entrevista

Objetivo: Conocer la construcción del crecimiento postraumático en adultos que vivieron abuso sexual infantil e indagar si el perdón está relacionado o si es una estrategia que usaron al afrontar su situación traumática.

Ira parte – Experiencia de abuso

En primer lugar, te agradezco nuevamente por hacer parte del estudio, para dar inicio a la entrevista quisiera preguntar un poco frente a cómo era tu familia cuando eras pequeña

¿cómo solían resolver los problemas?

¿cómo recuerdas que era su comunicación?

Ahora, te voy a pedir que me cuentes de manera general la experiencia de cómo fue tu abuso, no profundizaremos en ello, sólo haré algunas preguntas puntuales frente a este, ¿vale?

Respuesta _____

Para este momento es importante validar las emociones y la experiencia de la persona, los aspectos específicos a preguntar en la experiencia, serán:

¿Qué edad tenías al momento de vivir el abuso?

¿Qué cercanía tenías con el abusador?

¿Hablaste de esto en algún momento con alguien? ¿a quién lo hablaste?

¿Cómo respondieron las personas cuando comentaste esta situación?

¿Qué te motivó a hablarlo?

(Lo anterior, solo preguntarlo en caso de que no sea mencionado en la experiencia).

Muchas gracias por contarme de tu experiencia, entiendo que es complejo poder hablar de estas situaciones, me causa curiosidad si en algún momento tuviste la oportunidad de acceder a un servicio de acompañamiento psicológico

Respuesta _____

En esta pregunta, si la respuesta es sí, es importante abordar los siguientes aspectos:

¿Qué te motivó a asistir a terapia? ¿Fue el abuso?

¿Cómo ha sido el proceso de terapia?

¿Qué aprendizajes has tenido a partir de la terapia?

Entiendo, muchas gracias, ahora, quisiera saber si después, ya tú siendo mayor, volviste a hablar acerca de tu abuso

¿Qué te motivó a hablarlo?

¿Qué respuesta has obtenido?

¿Has sentido que hablarlo causa algo diferente en ti?

2da parte – Crecimiento postraumático

Muchas gracias, ahora, te voy a empezar a preguntar sobre ciertos cambios que se hayan presentado en tu vida en diferentes áreas y también te preguntaré cómo es diferente de cómo era antes, es decir, te estaré preguntando las diferencias de cómo eras antes y cómo eres ahora en esas áreas y así identificaremos si existieron cambios y qué te ayudo a crecer.

Pensamientos y emociones

¿Ha cambiado tu manera de pensar la experiencia de abuso sexual infantil que viviste? ¿cómo?

¿Han cambiado tus emociones cuando piensas en la experiencia de ASI que viviste? ¿De qué manera?

¿Cómo describirías los pensamientos y/o emociones que tienes al momento de hablar o de tocar el tema del evento traumático a lo largo de tu vida?

¿Qué acciones crees que han sido las fundamentales para lograr estos cambios en tus pensamientos y emociones frente a la situación traumática?

Relación consigo mismo

¿Qué acciones realizas actualmente para cuidarte a ti mismo/a? ¿Ha habido un cambio en la manera que has cuidado de ti a lo largo del tiempo?

¿Qué crees que te ayudó a desarrollar estas acciones para cuidarte a ti mismo a través del tiempo?

Relación con los otros

¿Ha cambiado tu manera de relacionarte con los otros? ¿Cómo?

¿Qué cambios consideras que se han visto reflejados en tus relaciones sociales al pasar de los años?

¿Qué acciones consideras que han sido importantes para lograr estos cambios?

Filosofía de vida

¿Cómo ha cambiado tu manera de ver la vida al pasar de los años?

¿Tienes actualmente una filosofía de vida o un pensamiento que te ayude a regir tu vida?

¿Qué acciones consideras que te han ayudado a generar esos cambios?

3ra parte – Perdón

Ahora vamos a cambiar un poco la entrevista, ya hablamos acerca de los cambios que han sucedido en tu vida en diferentes áreas, pero me gustaría pasar ahora hacia el tema del perdón, como te comenté en el objetivo del estudio, también propongo el perdón como importante en esta recuperación del abuso, entonces quisiera saber si en tu experiencia tuvo algún tipo de participación, por eso, vamos a iniciar

¿Para ti qué es el perdón?

¿Has practicado el perdón alguna vez?

(Esta pregunta es una pregunta de flujo, si la respuesta es sí, continuamos con las siguientes preguntas, si no iniciaríamos a cerrar la entrevista)

¿Alguna vez has practicado el perdón frente a tu situación de abuso? (abusador, cuidadores, situación misma, etc)

¿Has practicado ese perdón hacia ti?

¿Qué te ha ayudado a poder practicar ese perdón?

¿Cómo ha sido ese proceso de perdonar para ti?

¿Qué ha cambiado en ti luego de perdonar?

¿Consideras que perdonar te ha ayudado a poder crecer en diferentes áreas de tu vida?

Apéndice C

Consentimiento informado

Fecha: __/__/____

Lugar: _____

Información que debes conocer antes de iniciar el estudio:

“Construcción del crecimiento postraumático y el perdón en adultos que vivieron abuso sexual infantil”

Por parte de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, te extendemos la invitación para que puedas participar en el proyecto de investigación titulado: “construcción del crecimiento postraumático y el perdón en adultos que vivieron abuso sexual infantil” el cual forma parte de la tesis de Maestría en Psicología del Lic. Anderson Camilo Cornejo Ortega.

La participación consta en responder una entrevista que tiene una duración de alrededor de 2hrs.

Al aceptar formar parte de este estudio, debes conocer algunas ganancias, así como posibles afectaciones, en primer lugar, con tu participación podrías ayudar a que el objetivo del estudio pueda lograrse, el cual es conocer acerca del proceso de crecimiento postraumático y la participación que tiene el perdón en este, en adultos que hayan vivido abuso sexual infantil; también, te voy a proveer de información sobre líneas de ayuda, psicoterapeutas así como sobre programas de podcast que te pueden apoyar en esta situación, o en alguna otra que tu necesites; también el participar en esta entrevista te puede apoyar a conocerte más a ti mismo y a la forma en la que has enfrentado algunas situaciones difíciles o estresantes.

*Construcción del Crecimiento Postraumático y el Perdón en Adultos que Vivieron
Abuso Sexual Infantil*

Por otra parte, es posible que al hablar de una situación que en tu vida fue traumática algunos recuerdos o sensaciones puedan aparecer nuevamente, así como algunos síntomas. Haremos el esfuerzo de cuidar lo mas posible el que tú no te sientas forzado a hablar de lo que te sea difícil o incómodo, solo tocaremos el tema del abuso de manera general y hasta donde tu consideres adecuado. La entrevista puede interrumpirse en el momento en que tú lo indiques.

Debes saber que toda la información que proporcionas tiene fines de estudio para generar documentos de apoyo para personas que hayan tenido alguna situación de vida parecida a la que tú viviste. Todo lo que compartas se manejará de manera confidencial, por lo que no se dará información que ayude a identificar tu nombre, ocupaciones o demás. De igual manera, debo aclarar que, para llevar a cabo la entrevista se hará una grabación de voz solamente.

En tu participación del estudio, no habrá ningún pago económico, ni de tu parte, ni de mi parte como investigador. Te ofreceremos como agradecimiento una libreta.

¿Tienes alguna pregunta que pueda ayudarte a resolver? Te dejo número de contacto y correo de los investigadores a cargo

Anderson Camilo Cornejo Ortega

Investigador principal del estudio

Celular +52 443 939 0601

Correo institucional:

2225345a@umich.mx

María Elena Rivera Heredia

Directora de tesis

Celular +52 1 443 205 0616

Correo institucional:

maria.elena.rivera@umich.mx

Yo, _____ comprendo mi participación en el estudio “construcción del crecimiento postraumático y el perdón en adultos que vivieron abuso sexual infantil”, y estoy consciente de las ganancias y afectaciones que este estudio puede tener para mi vida. Teniendo esto en cuenta, estoy de acuerdo en ello y con mi firma apruebo mi participación.

Firma: _____

Apéndice D

Tríptico

¡HOLA!

Te doy la bienvenida a esta guía rápida para enfrentar situaciones estresantes con fortaleza emocional! Sabemos que la vida puede presentarnos desafíos inesperados y momentos difíciles que pueden agitarlos emocionalmente. A veces, enfrentar situaciones adversas puede sentirse abrumador, pero no te preocupes, te vamos a equipar con estrategias que te pueden ayudar a fortalecerte en estas circunstancias.

A lo largo de estas páginas, exploraremos estrategias simples pero efectivas para lidiar con el estrés. No se trata de eliminar por completo las situaciones difíciles, sino de equiparte con herramientas que te permitan afrontarlas con mayor calma y claridad.

¡EMPECEMOS!

A RESPIRA PROFUNDO Y LENTO

Inhala profundamente por la nariz, sintiendo cómo tu abdomen se expande como un globo. Luego, exhala lentamente por la boca, dejando salir todo el aire. Repite este proceso varias veces.

B ENFÓCATE EN LA RESPIRACIÓN

Concéntrate en la sensación de la respiración. Si tu mente divaga, está bien. Vuelve suavemente tu atención a la respiración.

C CUENTA CON CALMA

Cuenta mentalmente mientras respiras. Inhala contando hasta 4, y exhala contando hasta 4. Puedes ajustar el conteo según tu ritmo, lo importante es hacerlo de manera constante y relajada.

D DETENTE Y OBSERVA

Tómate un momento para observar a tu alrededor.

ENCUENTRA 5 COSAS QUE PUEDES VER

ENCUENTRA 4 COSAS QUE PUEDES TOCAR

ENCUENTRA 3 COSAS QUE PUEDES ESCUCHAR

ENCUENTRA 2 OLORES QUE PUEDES PERCIBIR

ENCUENTRA 1 SABOR QUE PUEDES IMAGINAR

OTRAS ESTRATEGIAS:

- Encuentra personas con quien te puedas desahogar
- Pide ayuda cuando consideres que la necesitas
- Trabaja en tus relaciones positivas
- Está bien buscar ayuda psicológica

Recuerda que a veces, la respuesta está en lo simple. La fortaleza no siempre radica en enfrentar de frente, sino también en desviarnos momentáneamente para recobrar fuerzas. ¡Tómate estos pequeños momentos para ti y sigue construyendo tu camino hacia una vida más equilibrada y resiliente!

MÁS OPCIONES DE AYUDA

Te invitamos a escuchar diversidad de capítulos de podcast que están enfocados a cómo diferentes personas y profesionales enfrentan estas situaciones adversas

GUÍA RÁPIDA PARA ENFRENTAR MOMENTOS ESTRESANTES Y COMPLICADOS

Psi. Anderson Cornejo

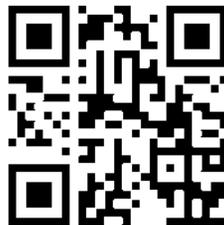
andersoncamilocornejoortega@gmail.com

CONACYT

Fuente: Elaboración propia. Nota: este tríptico fue diseñado por el investigador principal en la página www.canva.com

Apéndice E

Lista de reproducción Spotify



Fuente: Elaboración propia. Nota: al escanear este código QR le direccionará a la lista de reproducción en Spotify.

Apéndice F

Lista de terapeutas

Terapeutas a los que puedes acudir en Morelia	
Anderson Camilo Cornejo Ortega	443 939 0601
Laura Lizbeth Rodríguez	443 161 5667
Natalia Alva Zabala	443 401 8256
Terapeutas a los que puedes acudir en Cúcuta	
Anderson Camilo Cornejo Ortega	443 939 0601
Ceiri Jaramillo	315 722 2619
Aleyda Durán	310 259 5324

Fuente: Elaboración propia

Anderson Camilo Cornejo Ortega

Construcción del crecimiento postraumático y el perdón en adultos que vivieron abuso sexual en la in

 Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::3117:398414413

Fecha de entrega

25 oct 2024, 12:29 p.m. GMT-6

Fecha de descarga

25 oct 2024, 12:35 p.m. GMT-6

Nombre de archivo

Construcción del crecimiento postraumático y el perdón en adultos que vivieron abuso sexual en....pdf

Tamaño de archivo

2.1 MB

181 Páginas

54,414 Palabras

295,813 Caracteres

19% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 13%  Publicaciones
- 0%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Formato de Declaración de Originalidad y Uso de Inteligencia Artificial

Coordinación General de Estudios de Posgrado
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo



A quien corresponda,

Por este medio, quien abajo firma, bajo protesta de decir verdad, declara lo siguiente:

- Que presenta para revisión de originalidad el manuscrito cuyos detalles se especifican abajo.
- Que todas las fuentes consultadas para la elaboración del manuscrito están debidamente identificadas dentro del cuerpo del texto, e incluidas en la lista de referencias.
- Que, en caso de haber usado un sistema de inteligencia artificial, en cualquier etapa del desarrollo de su trabajo, lo ha especificado en la tabla que se encuentra en este documento.
- Que conoce la normativa de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, en particular los Incisos IX y XII del artículo 85, y los artículos 88 y 101 del Estatuto Universitario de la UMSNH, además del transitorio tercero del Reglamento General para los Estudios de Posgrado de la UMSNH.

Datos del manuscrito que se presenta a revisión		
Programa educativo	Maestría en psicología	
Título del trabajo	Construcción del crecimiento postraumático y el perdón en adultos que vivieron abuso sexual en la infancia	
	Nombre	Correo electrónico
Autor/es	Anderson Camilo Cornejo Ortega	2225345a@umich.mx
Director	Dra. María Elena Rivera Hereda	maria.elena.rivera@umich.mx
Codirector		
Coordinador del programa	Dra. Blanca Edith Pintor Sánchez	blanca.pintor@umich.mx

Uso de Inteligencia Artificial		
Rubro	Uso (sí/no)	Descripción
Asistencia en la redacción	No	

Formato de Declaración de Originalidad y Uso de Inteligencia Artificial

Coordinación General de Estudios de Posgrado
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo



Uso de Inteligencia Artificial		
Rubro	Uso (sí/no)	Descripción
Traducción al español	No	
Traducción a otra lengua	No	
Revisión y corrección de estilo	Sí	Para clarificación de ideas previamente redactadas en apartado de resultados y discusión.
Análisis de datos	No	
Búsqueda y organización de información	No	
Formateo de las referencias bibliográficas	No	
Generación de contenido multimedia	No	
Otro	No	

Datos del solicitante	
Nombre y firma	 Anderson Camilo Cornejo Ortega
Lugar y fecha	15-11-2024 / Cúcuta, Norte de Santander, Colombia