

**ABORDAJES TEÓRICOS DESDE LA PSICOLOGÍA Y USOS DEL
PERDÓN EN EL PROCESO TERAPÉUTICO**

MARÍA EMMA LUCIA MARTÍNEZ MENDEZ

MELÍSSA SÁNCHEZ CARDONA

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO

FACUTLAD DE CIENCIAS SOCIALES

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

JUNIO 2013

Abordajes teóricos desde la psicología y usos del perdón en el proceso terapéutico

María Emma Lucia Martínez Méndez

Melissa Sánchez Cardona

Trabajo de grado para optar al título de psicólogas

Asesorado por:

Sofía Fernández Fuente

Magister en Ciencias Sociales

Énfasis en Psicoanálisis, Cultura y Vínculo Social

Institución Universitaria de Envigado

Facultad de Ciencias Sociales

Programa de Psicología

Junio de 2013

DEDICATORIA**María Emma Lucia Martínez**

Este trabajo lo dedico a mis hijos que son mi inspiración, a la energía de mis padres y a Dios.

Melissa Sánchez Cardona

A mi familia, por apoyarme en todos los momentos y confiar en mi decisión de convertirme en psicóloga.

AGRADECIMIENTOS

María Emma Lucia Martínez

Le agradezco a mis hijos, a mi hermano Mauricio y mi cuñada Clara por su apoyo, a mi hermana María Clara por estar siempre a mi lado; a Seminarios Crecer y a Rodrigo Restrepo por ser mi guía y mi amigo incondicional; a la academia por ser mi mayor “entrenador” y a nuestra asesora Sofía Fernández que creyó en este proyecto, sin su apoyo no hubiese sido posible.

Melissa Sánchez Cardona

Es solo expresar un eterno y gran amor a todas las personas que han estado a mi lado, largas o cortas temporadas, porque de ellos he aprendido algo. Agradezco a mi familia por apoyarme incondicionalmente, por creer en mí. A mi padre y mi madre por hacer de mí quien soy, a la vida por darme todo lo que tengo y a mi amiga del alma María Emma por hacerme enamorar del perdón.

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	10
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
Pregunta de investigación	16
JUSTIFICACIÓN	17
OBJETIVOS	19
Objetivo general	19
Objetivos específicos	19
DISEÑO METODOLÓGICO	20
Técnica de recolección	20
Instrumentos de recolección	22
Fuentes de información	22
MARCO REFERENCIAL	23
Antecedentes	23
Marco teórico	26
Enfoque histórico cultural y filosófico	27
Enfoque humanista	30
La logoterapia como lo psicoterapéutico en el proceso del perdón	31
Conceptos de la logoterapia	32
Marco conceptual	35
Self (sí mismo)	35
Vínculo	37
Psicoterapia	38
Marco legal	39
Título I. De la profesión de psicología	39
Título II. Disposiciones generales	40
Título III. De la actividad profesional del psicólogo	43
ASPECTOS TÉCNICOS (desarrollo de la metodología)	44

Marco contextual	44
Fases del desarrollo del trabajo	45
ANÁLISIS DE RESULTADOS SOBRE EL ABORDAJE TEÓRICO DEL PERDÓN	
Categoría 1.El perdón	47
Falsas concepciones del perdón	50
A quien se dirige el perdón	55
Objetivos del perdón	58
Categoría 2: Condiciones del perdón	60
Nivel subjetivo del perdón	
Disposiciones de la personalidad que contribuyen o dificultan el proceso del perdón	61
Nivel sociocultural del perdón	65
Categoría 3: Proceso del perdón	66
Etapas del proceso del perdón	66
Consecuencias del perdón	70
ANÁLISIS DE RESULTADOS SOBRE LOS USOS DEL PERDÓN EN EL PROCESO TERAPÉUTICO	
	72
HALLAZGOS SOBRE LA RELACIÓN ENTRE LOS ABORDAJES TEÓRICOS Y LOS USOS DEL PERDÓN EN EL PROCESO TERAPÉUTICO	
	82
CONCLUSIONES	85
RECOMENDACIONES	86
REFERENCIAS	87
GLOSARIO	91
ANEXOS	
Anexo 1. Cronograma con las fases de construcción del trabajo de grado	
Anexo 2.Presupuesto del trabajo de grado	
Anexo 3. Instrumento de investigación: formato de entrevista	
Anexo 4. Consentimiento informado	

Anexo 5. Formato de fichas bibliográficas

LISTA DE GRÁFICAS

Gráfica 1. Categorías de abordaje teórico	43
Gráfica 2. Momentos del proceso de perdón	43

RESUMEN

En el proceso de este trabajo se buscará hacer un recorrido por autores de la psicología que abordan el tema del perdón dentro de la psicoterapia al igual que entrevistas realizadas a expertos en el tema del perdón desde su trabajo experiencial.

El análisis de dichos autores fue abordado desde una perspectiva cualitativa y una lectura intratextual que permitió encontrar convergencia y divergencia en sus postulados y abrió el camino a encontrar las categorías y subcategorías que le dan horizonte a la investigación.

Se han encontrado muy pocos teóricos que se encargan del tema del perdón en la terapia en particular, pero los autores trabajados permitieron encontrar asuntos relevantes que pueden proponerse para que el tema tome la importancia necesaria dentro de la psicología.

Palabras clave:Perdón, vínculo, self, relaciones interpersonales, transformación de experiencias.

ABSTRACT

In the process of this final assignment, we will cover several different psychology authors that address forgiveness in psychotherapy as well as interviews with experts in the field of experiential forgiveness from their own experience.

The analysis of these authors was approached from a qualitative perspective and intratextual reading, enabling convergence and divergence to find their principles and open the path to find the categories and subcategories that guides this research.

There are very few theorists who deal with this forgiveness issue, but the authors that were found, allowed us to find relevant and vital data concerning forgiveness in order to research and study it, within psychology study cases.

Keywords: Forgive, link, self, interpersonal relationships, transformation of experience.

INTRODUCCIÓN

El perdón ha sido un término considerado y abordado principalmente desde la teología como una forma de exoneración de culpas y de liberación de culpables, motivo por el cual la psicología no lo ha utilizado denotándolo como “perdón”, sino que lo ha renombrado y se puede encontrar, por ejemplo, como transformación; con lo que se reconoce su importancia en las relaciones interpersonales.

Cabe aclarar que el término perdón es visto en este estudio como un fenómeno contemporáneo, actual, relevante para el ser humano, y que reclama de más investigación por parte de la psicología, dado que es un proceso que facilita el vínculo entre las personas y a nivel subjetivo; y aumenta los estados de bienestar, ya que permite la liberación de emociones negativas y un estado más consciente del aquí y el ahora en el ser humano.

A nivel individual, la motivación para realizar esta pesquisa se da por la experiencia y las vivencias que se han tenido a nivel personal, y dado que el perdón es una herramienta que permite el bienestar del ser humano, se ha tomado como uno de los objetivos principales de estudio de la psicología.

El trabajo presentado a continuación tiene un enfoque cualitativo, que ha utilizado el método hermenéutico. Se ha desarrollado a partir de la búsqueda de textos y autores, que desde una perspectiva psicológica, han abordado el perdón en un proceso terapéutico, como también, de entrevistas a personas que trabajan con el perdón desde la práctica terapéutica. El propósito principal de este trabajo fue realizar un acercamiento a los postulados teóricos acerca del perdón; de esta aproximación resultaron unas categorías y subcategorías que proporcionaron la visión del fenómeno del perdón desde la perspectiva psicológica.

Lo anterior le dio fundamentación a la categorización teórica a partir de las convergencias encontradas en los textos analizados y en las entrevistas realizadas. Esta categorización permitió visibilizar aspectos relevantes como: la importancia del perdón dentro de las relaciones interpersonales, la necesidad de investigación y profundización dentro de la psicología, las consecuencias positivas que trae consigo la práctica del perdón, la relevancia de los contextos socioculturales que facilitan o impiden el proceso del perdón en la sociedad y a nivel subjetivo. Por último se puede resaltar que la investigación buscó abrir nuevos campos de exploración relacionados con el perdón, para el enriquecimiento de la academia psicológica.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Como es sabido, a través de la historia, la humanidad ha vivido en guerra, es claro además, que la actual es una sociedad extremadamente conflictiva, y como otras sociedades en conflicto, la nuestra ha venido implementando políticas de reconciliación. En este contexto, algunas ciencias que se encargan de lo humano son las delegadas a darle respuestas a dicho fenómeno, que a partir de construcciones sociales como la reconciliación, el perdón toma relevancia y pertinencia. Sin embargo, hay que anotar que a través de la historia y en los diferentes campos en los que se desenvuelve el ser humano, (religioso, político, etc.), existen diferentes modos de comprender el perdón.

Como hemos anotado, el perdón está anclado en la actualidad a los procesos de reconciliación, en este sentido ha pasado a ser un tema actual y globalizado. Si pone como ejemplo lo que ocurre en el orden nacional con las víctimas del conflicto (ley de reparación de víctimas), los agentes políticos han usado el término de perdón con el fin de mediar entre ellos, entre víctimas y victimarios; y sus acciones se encaminan a la posibilidad de perdonar, pero en ningún momento las partes afectadas son tenidas en cuenta en sus niveles más subjetivos. Así lo dice Casullo (2005) cuando cita a Arendt (1993), sobreviviente del holocausto nazi: la soberanía del perdón está instituida en la presencia del otro; no se puede perdonar en aislamiento, para ella los hombres son inhábiles de perdonar lo que no pueden castigar y de castigar lo imperdonable (p.45). Como puede verse a menudo, es el gobierno quien hace las veces de facilitador y quien, con actos llamados simbólicos, cree asegurar la reconciliación. Allí cabría preguntar si dichos actos logran tener un efecto sobre la dimensión subjetiva de las víctimas, o si se convierten en actos cuya función es únicamente la de generar la idea de la reconciliación con acciones totalmente ajenas a los procesos psíquicos de las víctimas. El perdón, en este sentido, no es un asunto menor, si pensamos en los efectos del

conflicto colombiano, así como las estrategias implementadas en los procesos de reconciliación.

Puede evidenciarse que la política y la religión han utilizado el perdón como un elemento mediador en los conflictos humanos, es así como Arendt (1993) afirma que “el perdón es la única reacción (...) que actúa de forma nueva e inesperada (...) y, por consiguiente, libera de las consecuencias del acto al que perdona y al que es perdonado”. En el acto de perdonar quien lo hace está por encima de la moral; el perdón aquí es utilizado como un instrumento de negociación entre seres en conflicto.

Un estudio sobre el concepto del perdón, desde el punto de vista psicológico, aporta elementos para analizar los efectos de una ley como la de reparación de víctimas, así como las acciones implementadas en los procesos de reconciliación, permitiendo contribuir al enriquecimiento de los procesos terapéuticos donde el perdón sea tenido en cuenta; además de pensar las intervenciones mismas, pues algunas instituciones, entre estas, Seminarios Crecer (Colombia) y el Instituto del Perdón (España), han evidenciado que éste es un elemento importante a tener en cuenta para la elaboración de procesos reparadores en el ser humano.

El perdón es un proceso subjetivo que pertenece al campo de lo individual y, además, es un asunto ético y no moral, entendiendo lo moral como las leyes que rigen una sociedad y lo ético como lo que le compete únicamente al sujeto articulado a principios que le permiten la regulación en el vínculo con el otro en los contextos familiares y socioculturales.

Dado lo anterior, el perdón ha tenido un camino difícil en el intento de situarse en un campo de estudio, ya que en la historia de la humanidad el perdón ha sido un asunto reconocido desde lo moral, razón por la que se propone, a través de la presente investigación, indagar sobre las elaboraciones de los diferentes autores y de expertos de la psicología que se han ocupado del perdón en sus aspectos subjetivos y que le competen al campo psicológico.

Para ello se llevó a cabo un recorrido por los diferentes postulados, escritos y/o publicaciones construidas a partir del concepto de perdón en la psicología, y se realizaron entrevistas a expertos que trabajan el perdón en sus procesos terapéuticos, lo que ha permitido comprender el uso de este componente, no solo en la reparación de víctimas sino en cualquier campo que compete a la subjetividad y al vínculo social.

Entendemos que la psicología contemporánea atraviesa por un momento de transformación, dándole respuesta a los cambios que han surgido en el pensamiento y en los comportamientos de los seres humanos; es innegable que las teorías actuales están ávidas de su revisión, no porque les falte validez sino porque la psicología necesita ser acorde con la época y darle una respuesta a los fenómenos sociales de la actualidad. Si el ser humano concibe desde sus inicios el concepto del perdón, y la psicología se encarga del estudio del ser, es el perdón entonces un tema que le compete a la academia psicológica y por tanto se hace necesario que sea tenido en cuenta en sus escritos y teorías como un concepto reconocido. El perdón es un tema que se encuentra divagando de una manera etérea y aunque se habla de perdonar desde el discurso terapéutico, en la psicología el concepto de perdón requiere de un estudio que permita ser considerado al interior de un proceso terapéutico. Al realizar un rastreo bibliográfico sobre dicho concepto se encontró que en los diccionarios psicológicos esta palabra no es tomada en cuenta, aunque diferentes filósofos y teóricos de la psicología hacen referencia del mismo en sus escritos y publicaciones.

La noción de perdón para Derrida (1998), ha sido utilizada por el discurso político con una connotación diferente a lo que este autor define como perdón puro, que ha sido usado en una perspectiva desubjetivante, es decir, como un producto que se consigue con unas acciones políticamente programadas. Esto hace preciso considerar una separación de esta connotación que ha tomado fuerza en los últimos tiempos; y además, el perdón, visto desde la psicología, debe ser pensado desde un plano subjetivo, íntimo e individual. Por otro lado, tenemos el

discurso religioso de este concepto, que ha retomado aspectos filosóficos, pero que a su vez tiene un sesgo de contenido místico y totalitario.

Si se tiene en cuenta que la psicología es la ciencia que se encarga básicamente de proporcionarle bienestar a todo ser humano, es importante saber para efectos de esta investigación lo que la psicóloga dice del perdón con el fin de vislumbrar la posibilidad de que sea tenido en cuenta como un concepto que contribuya al diseño de estrategias terapéuticas que busquen el bienestar del ser humano.

El perdón es un asunto presente utilizado en el mundo en diferentes campos y tiene que ver con lo moral, lo ético y lo político, esto nos lleva a descubrir una relación directa con el ser humano, que es en este momento nuestro objeto de estudio, ya que encontramos que es una herramienta que permite la liberación de emociones negativas en el ser humano y es un asunto que está presente en las relaciones interpersonales. En el hombre actual se vislumbra un cierto malestar frente a los fenómenos sociales contemporáneos y, por ende, busca elementos que le permitan movilizarse hacia el bienestar. Dado lo anterior, se hace pertinente entonces hacer un análisis de lo planteado por los diferentes autores, psicólogos y terapeutas que cuentan con una importante experiencia en el tema del perdón desde la psicología, lo que servirá como referentes teóricos para contribuir a la construcción de lineamientos que permitan un acercamiento a lo que sería una terapia basada en el perdón.

Lo anterior nos invita a pensar que en algunas instituciones, así mismo como algunos psicoterapeutas han diseñado programas basados en postulados de la psicología, donde el perdón cobra importancia en algunos procesos terapéuticos, con efectos para el ser humano, es el interés de esta investigación indagar por los desarrollos teóricos y los usos del perdón en los procesos terapéuticos, así como sus efectos a favor del bienestar del ser humano.

Pregunta de investigación

¿Cuáles han sido los abordajes teóricos del perdón en la psicología, así como sus usos en los procesos terapéuticos?

JUSTIFICACIÓN

El perdón como un elemento a tener en cuenta en el proceso terapéutico ha sido utilizado por entidades como *Seminarios Crecer*, institución que se dedica a dictar seminarios de crecimiento personal en el país, desde hace 17 años, que tiene por filosofía el perdón como un proceso a través del cual se logra la liberación de las emociones negativas en el ser humano, buscando rescatar valores en éste. De estos eventos se han hecho 450, aproximadamente, en el país, que reportan la asistencia de más de 9.400 personas pertenecientes a diferentes contextos socio culturales que viven diferentes problemáticas, como: violencia conyugal, intrafamiliar; dificultades en las relaciones interpersonales en los contextos familiares, escolares y sociales; y problemáticas internas que le dificultan su ser y estar en el mundo. Este seminario basado en el perdón trabaja temas como liderazgo, autoestima, negociación de conflictos, desapegos, autocontrol y fracaso; en éste, según sus terapeutas, el 80% de las personas asistentes logran interiorizar las herramientas allí entregadas para la liberación de las cargas emocionales que obstaculizan su bienestar; esto se hace posible dado que se realiza un proceso de catarsis a través del cual se pretende llevar al ser humano a la identificación de situaciones conflictivas, a que identifique y asuma la responsabilidad de sus actos y encuentre el lugar que ocupa en el mundo a través de los cuatro procesos ontológicos de los cuales habla la psicología humanista: libertad, responsabilidad, muerte y soledad.

El interés para la realización de esta investigación nace porque durante trece años se ha trabajado el tema del perdón en los eventos realizados con *Seminarios Crecer*, por lo que se reconoce la importancia y relevancia que tiene como proceso que repara y dignifica tanto al ser humano como a sus relaciones interpersonales. Al momento de entrar en la academia hace 5 años, se descubre que no es un término reconocido, aunque

se utiliza en la psicoterapia no es muy tenido en cuenta; de ahí surge la necesidad de su estudio desde este saber, buscando darle el soporte teórico y la sustentación necesaria.

Este proceso investigativo sobre los abordajes teóricos y los usos del perdón es de importancia no solo para quienes realizan esta monografía, sino para quienes desde la psicología se interesan por los procesos psicoterapéuticos en los que conceptos como el perdón han tomado relevancia para la tramitación de problemáticas vinculares tanto en el entorno familiar como social y, sin duda, en procesos de re significación a nivel individual.

Se considera además que los resultados de esta investigación son importantes para la Facultad de Ciencias Sociales de la Institución Universitaria de Envigado, en tanto, en su programa de psicología, la implementación de temáticas como ésta abren vías para abordajes de problemáticas en el entorno sociocultural y fomentan procesos investigativos desde lo psicoterapéutico; así mismo, permite vislumbrar algunos lineamientos en la construcción de programas donde el tema del perdón sea tenido en cuenta.

OBJETIVOS

Objetivo general

Describir los abordajes teóricos que desde la psicología se han realizado sobre el perdón y sus usos en los procesos terapéuticos

Objetivos específicos

- Identificar los abordajes teóricos que desde la psicología se han realizado sobre el perdón.
- Explorar los usos del perdón en procesos implementados por algunos terapeutas
- Establecer la relación entre los abordajes teóricos sobre el perdón desde la psicología y los usos implementados por algunos terapeutas.

DISEÑO METODOLÓGICO

Tipo de investigación. Es de corte cualitativo, en tanto, según Sabino (1992), permite recuperar para el análisis datos que no se pueden cuantificar por abordar una problemática que involucre sujetos. El nivel de la presente investigación es exploratorio, pues ofrece una visión aproximada al uso del perdón en los procesos terapéuticos y permite plantear algunas afirmaciones sobre esta temática. Este tipo de estudio según HernandezSanpieri, Fernández Collado & Baptista Lucio (1991) posibilita mayor acercamiento a temas poco estudiados. Igualmente en esta investigación se realizaron lecturas que están en relación con el estudio propuesto del tema del perdón para luego ser analizadas. El método para el análisis de los estudios fue el hermenéutico, el cual contó con dos fases:

Fase heurística. Se procedió a la búsqueda y recopilación de las fuentes de información que son de muchas características y diferente naturaleza: bibliografías, anuarios; monografías; artículos; trabajos especiales; e investigaciones aplicadas.

Para el desarrollo de esta fase heurística fue necesario delimitar el tema y el tipo de fuentes, puesto que si no se realizaba el rastreo podía resultar muy agotador. En este caso son varias las palabras que se utilizaron para este rastreo, entre ellas: perdón, reconciliación, psicoterapia del perdón, las cuales se relacionaron con otras como: psicología humanista, psicoterapia etcétera. Para el planteamiento de este proyecto, por ejemplo, se realizó búsqueda en catálogos electrónicos, acciones que resultaron de gran ayuda. Así se recopilaron varios textos bibliográficos como diccionarios especializados en psicología y filosofía, artículos y libros; además de las entrevistas concedidas por expertos que dan cuenta de la validez del perdón dentro de la psicoterapia.

Es necesario resaltar que las palabras clave se eligieron teniendo en cuenta la delimitación temática de la investigación y el análisis preliminar de algunos hallazgos, para

que la búsqueda fuese efectiva. A través de algunas búsquedas iniciales se encontraron trabajos de grado, artículos científicos, e incluso, conferencias relacionadas con el tema, donde se halló otros autores que en un principio no se habían establecido en la investigación, así se enriqueció la misma.

Fase Hermenéutica. Durante esta fase, cada una de las fuentes investigadas se leyeron, se analizaron, se interpretaron y se clasificaron de acuerdo con su importancia dentro del trabajo de investigación. A partir de allí, se seleccionaron los puntos fundamentales y las categorías que permitieron la ruta de escritura.

Después de leer, analizar y clasificar algunos textos, y para tener una mejor organización del rastreo, se realizaron unas fichas bibliográficas que permitían un mayor control sobre las fuentes y documentos encontrados, así como algunas fichas de análisis de lectura que nos permitieron categorizar la información, ordenar los grandes ejes temáticos y poder realizar un trabajo de síntesis ordenado.

En el enfoque cualitativo, la entrevista semiestructural es un instrumento técnico que posee fuerza epistemológica, por ello se utilizó como herramienta de recolección de información. León y Montero (2007) definen la entrevista como la forma a través de la cual se llega a la base del fenómeno motivo de investigación. El enfoque cualitativo le da relevancia a los hallazgos particulares, dado que al ser semiestructurada da cabida a otras preguntas que van surgiendo en el transcurso de la entrevista y que son fundamentales para la comprensión profunda de la situación.

Técnica de recolección

Análisis de publicaciones que se encuentran en las principales bibliotecas de la ciudad de Medellín entre ellas: Biblioteca Universidad de Antioquia, Biblioteca Luis Amigó, Biblioteca

de la Universidad san Buenaventura; otra técnica utilizada fue la entrevista semiestructurada a expertos que incluyen en sus procesos terapéuticos el perdón

Instrumentos de recolección

Como formato, las fichas de lectura intratextual que permitieron ordenar categorías de análisis, confrontar, validar y cruzar datos para identificar los usos y las principales teorías sobre el perdón dentro de la terapia. Se utilizó además el consentimiento informado y el formato de entrevistas.

Fuentes de información

Se realizó una combinación entre las fuentes primarias y secundarias para luego extraer la información que se usa en el análisis de los resultados.

Fuentes primaria. Textos que dan cuenta de la presencia del perdón en los procesos terapéuticos.

Fuente secundaria. Expertos en procesos terapéuticos basados en el perdón.

Población. Textos que dan cuenta del perdón en los procesos terapéuticos, así como terapeutas entrevistados que llevan a cabo terapias o programas basados en el perdón

MARCO REFERENCIAL

Para darle el piso teórico y epistemológico a la presente investigación, el contenido de este marco referencial da cuenta de las referencias teóricas e investigativas, en las cuales se basó el análisis mostrado en el transcurso del trabajo.

Antecedentes

Al revisar los antecedentes de investigación a nivel local respecto al perdón se encontró que son muy pocos los trabajos realizados que tienen en cuenta esta temática. Así mismo se puede decir que no se han encontrado trabajos desde la psicología que se hayan detenido a pensar el perdón, por lo menos como trabajos de grado. Las investigaciones hasta ahora realizadas tienen relación con el tema a trabajar del lado de la sociología aplicada, la teología, la filosofía y el derecho. En efecto, desde una perspectiva sociológica se ha encontrado el trabajo titulado *Alcance formativo, ocupacional y social de la fundación APOYE en la ciudad de Medellín como institución gestora para el perdón y la reconciliación 2004 – 2008*. Este trabajo realizado por Joan Manuel Madrid Hincapié en 2009, para optar al título de sociólogo, brinda un acercamiento a la labor realizada por APOYE en lo referente a su contribución en la generación de soluciones en materia de empleo y por consiguiente, en la reducción de los índices de violencia.

La tesis antes presentada está muy ligada a los efectos producidos por las actividades de la institución APOYE, y aunque el perdón aparece en el título del trabajo, no aparece como un tema central en la investigación, sino como un aspecto que forma parte de los objetivos de dicha institución. Cabe resaltar que este es un trabajo que, como se ha señalado, no corresponde al área de psicología, sin embargo es pertinente traerlo a colación puesto que es uno de los pocos que se encuentran en bases de datos universitarias con respecto al tema del perdón. En este sentido, este es un trabajo que serviría a los intereses de esta

investigación. Desde la perspectiva del derecho se ha encontrado el trabajo de grado titulado *La responsabilidad del estado y el derecho de reparación integral de las víctimas en los procesos de ley de justicia y paz*, escrito por Lucy Audrey Beltran Zambrano en 2010.

Este trabajo parte de la idea de que la realidad colombiana cada vez lleva a considerar que la salida al conflicto, que por años ha venido afectando al país, debe ser definitivamente pacífica a través de la negociación, el diálogo, la reconciliación y/o el perdón. Mecanismos concebidos en términos prácticos para lograr la unidad nacional y el restablecimiento de derechos en favor de las víctimas del conflicto y el bienestar de la sociedad en general. En este sentido el trabajo examina normas como la Ley 782 de 2002, y la Ley de Justicia y Paz. Al analizar la Ley de Justicia y Paz el autor considera que factores como los términos establecidos para la investigación, la intervención residual o inactiva de la víctima en el proceso, los escasos recursos del aparato de investigación colombiano y la insuficiencia de los recursos económicos para la satisfacción del gran número de víctimas que ha dejado la crisis del conflicto, deja sospechar su ineficacia, a lo que, como consecuencia, sobreviene un estado de impunidad frente a las reivindicaciones de las víctimas, la sociedad y el orden constitucional.

Así mismo, pone de presente que ante la falta de garantías reales de las víctimas para obtener justicia, el Estado será, quizá, el llamado a responder directamente ante aquéllas. Para esto el autor considera que se hace necesario analizar si la aspiración de las víctimas de obtener el resarcimiento por los daños sufridos se agota en el proceso dispuesto por la Ley de Justicia y Paz, aunque a través de éste no lo hayan logrado; o por el contrario, subsisten otros escenarios o mecanismos jurídicos mediante los cuales puedan alcanzar tales reivindicaciones, bien a través de la acción de reparación directa existente en el orden interno, o en el ejercicio de instrumentos del derecho internacional ante instancias como la Corte Penal Internacional,

la Comisión Interamericana de Derechos Humanos, la Corte Interamericana de Derechos Humanos, entre otros.

Esta es una tesis donde se evidencia el proceso del perdón en el contexto político, lo que demuestra que éste está en todos los espacios humanos. Observando la manera cómo el tema del perdón, en el contexto conflictivo en el que se vive, ha sido ordenado por el discurso político, por lo tanto se hace necesario el estudio de éste en la psicología. Con base en esta investigación se podrían interrogar ciertas formas de comprender el perdón, muchas veces relacionado con amnistía, olvido e impunidad, para que este tipo de leyes puedan tener en consideración los aspectos psicológicos que están en juego en el perdón, y en ese sentido, puedan pensarse leyes en las que sean tenidas en cuenta prácticas que faciliten estos procesos desde un plano subjetivo. En este tipo de procesos reparadores, más que la ley, observamos que existe en el trasfondo una serie de significados del perdón que no han sido puestos en discusión.

En la pesquisa de antecedentes se halló un trabajo de grado realizado por Cesar de Jesús Yepes Villada de la Universidad San Buenaventura (Medellín) titulado *Vivencia del perdón en personas de la tercera edad del hogar revivir del municipio de Envigado* en 1997. Este trabajo hace un acercamiento al tema del perdón, pero en una población específica, ello nos invita a pensar que éste es un tema que se abre a cualquier población y en cualquier etapa del ser humano se hace pertinente presentarlo, no solo porque toca el tema que nos compete, sino también porque lo enriquece; además de ser un trabajo de psicología que puede proporcionar referentes teóricos a dicha investigación; por otro lado, este trabajo investigativo brinda elementos a la intervención psicosocial que realiza el Hogar Revivir del Municipio de Envigado a la población. Sin embargo, cuando se ha intentado profundizar en este concepto, desde el punto de vista psicológico, se encuentra una situación frente al hecho de que el

perdón es un término poco tenido en cuenta dentro de los desarrollos académicos de la psicología.

En efecto, se considera que el “perdón” no constituye un concepto psicológico; al revisar algunos diccionarios de psicología: Amar et al. (1967); Canda (2000); Saz (2006); Consuegra (2004); Dorsch (1994); Doron & Françoise (1998); Warren (1948), se puede evidenciar que el término *perdón* no aparece en ellos, como tampoco aparecen términos semejantes, tales como reconciliación. No obstante, en estos diccionarios aparece el concepto de duelo definido por Canda (2000), a partir de la teoría freudiana en la que se entiende como “un trabajo para mitigar el sufrimiento acarreado por la pérdida de un objeto” (p.95). Sin embargo, se reitera que el concepto de perdón no aparece. Lo mismo ha ocurrido al revisar diccionarios filosóficos: Ferrater (2001); Martínez & Martínez (1997); Florián (2002); Runes (1968); Brugger (1972); Morfaux (1985); Ortiz & Lanceros (2006), en estos diccionarios no es analizado el concepto de perdón.

Ahora bien, al hacer el rastreo en diccionarios generales Espasa (1999); Zamora (2000), se encontraron una serie de definiciones dirigidas al ámbito político y jurídico; por ejemplo perdón es definido desde el punto de vista moral como “remisión de la pena merecida, de la ofensa recibida o de alguna deuda u obligación pendiente” (p.1071) y se relaciona directamente con palabras como indulgencia, absolución y gracia.

Marco teórico

Enfoque histórico-cultural y filosófico

El tema del perdón, como ya se ha mencionado, ha recibido poca atención desde la psicología, aunque hay autores que se han encargado de él; por eso se hizo necesario indagar sobre el devenir histórico-cultural del perdón, donde se encontró a Casullo (2005) que cita a

McCullough, Pargament y Thoresen, y abre un horizonte frente a éste hablando de dos períodos, “el primero de ellos entre los años 30 y 80 del siglo XX, y el segundo desde los años 80 hasta la fecha” (p.41).

Por la misma vía Casullo (2005) cita a Piaget (1932) y Behn (1932) quienes analizaron el perdón en relación con el desarrollo del juicio moral; también nos menciona trabajos de Angyal (1952) y Beaven (1951) relacionados con la vinculación entre perdonar y el logro de la salud mental, y a Rokeach (1973) en su estudio sobre valores humanos en el cual menciona el perdón como uno de ellos. Enright, Santos y Al-Mabuk (1989) vincularon la capacidad de perdonar con la propuesta de Kohlberg (1976) sobre desarrollo moral y sentido de justicia, y posteriormente algunos autores se ocuparon de los efectos del perdón (Fitzgibbons, 1986; hope, 1987; Jampolsky, 1980) y en los años 90 comienzan a preguntarse por los principios o reglas psicosociales subyacentes (Boon&Sulsky, 1997:42).

Antecedentes filosóficos

Lemm (2010) en su texto *Donar y perdonar en Nietzsche y Derrida*, cita a Nietzsche quien ofrece una noción positiva del perdón entendida como “práctica de donación”; éste analiza el perdón como donación, partiendo de la crítica a la práctica cristiana del perdón. Nietzsche refuta esta práctica por dos razones: la primera, porque esta concepción cristiana no puede quebrantar el deseo de la venganza. La Iglesia cristiana practica el perdón no redimiendo el pasado, lo que provoca sentimientos de resentimiento, odio y venganza. Lo segundo, porque para su concepción la práctica de la Iglesia cristiana no puede donar (p.964). Es importante resaltar esta posición de Nietzsche frente a la concepción teológica del perdón, puesto que aclara varios aspectos que estaban en duda y ayuda a centrar la investigación en un tiempo y un espacio pertinentes.

Lemm (2010) citando a Nietzsche afirma que el vencimiento del sentimiento de venganza es primordial para la noción positiva del perdón, por eso este autor le da importancia a la donación, en tanto es “una relación entre iguales que libera simultáneamente al que da y al que recibe” (p.964). El concepto de donar hace referencia a dar sin esperar nada a cambio y se mueve en el campo de simplemente ser y fluir con las situaciones. Ubicándose en un contexto teológico Lemm (2010) plantea:

La práctica cristiana del perdón busca romper el ciclo de venganza a través de la redención individual y comunitaria de un pasado asociado a la culpa y la discordia. Dicha práctica promete que una ofensa puede ser reparada si tienen lugar primero el arrepentimiento y luego el perdón. Cuando un pedido de perdón es correspondido, aquellos que transgredieron en el pasado se reconcilian consigo mismos y con los demás. En este sentido, la posibilidad de perdón, reconciliación y redención depende de instituciones como la Iglesia Cristiana (p. 966).

Así, observando la crítica de Nietzsche, citado por Lemm (2010) hacia la Iglesia cristiana, donde expresa que esta concepción no salva al individuo y a la sociedad del pasado, lo que hace es promocionar su dependencia de instituciones y que el hecho de perdonar crea una desigualdad entre el que perdona y el que es perdonado. Este perdonar ratifica una superioridad moral que le da el poder a quien perdona de juzgar y evaluar a quien pide perdón para así determinar si este último puede ser perdonado (p. 966).

Otro aspecto criticado por Nietzsche con respecto al perdón, es la concepción irracional que tiene la doctrina cristiana de éste, al sostener que las personas son responsables por sus acciones, inclusive si estas no son conscientes de sus consecuencias; dice el autor que si esto es así, el perdón quedará siempre como cuestionable, como si el sujeto no supiera lo que está haciendo, por lo tanto entonces nadie necesita ser perdonado e incluso, si una persona sabe

que otro ha cometido algún tipo de transgresión, “nadie tiene el derecho para perdonar porque nadie tiene el derecho de juzgar o castigar al otro” (p.967). Juzgar desde esta perspectiva sería injusto con el otro y consigo mismo. Arendt (1993) de acuerdo con Nietzsche, va a decir que el perdón está en relación a que los hombres son responsables por las consciencia de sus acciones.

Desde Lemm (2010) el perdón, instaurado por la Iglesia cristiana, hace todo lo contrario a lo que promete: en vez de remediar el pasado y encaminarlo a la probabilidad de un nuevo inicio, el perdón incita sentimientos de resentimiento, odio y venganza contra lo pasado. Pudiendo liberarlo en el fluir del devenir y potencializarlo llevándolo hacia el futuro, “el perdón reafirma *élfue* en contra de su posible transformación en vida futura”(p.970). En este mismo texto, Lemm(2010) habla de la posición de Nietzsche en la cual plantea:

Una transformación de este tipo requiere no sólo memoria sino también olvido. Desde esta perspectiva, el perdón redime el pasado, supera la venganza y genera verdaderamente un nuevo comienzo sólo cuando es constituido por una forma de la memoria que está involucrada activamente con el olvido más que con una memoria que le es antitética (p.970).

Lemm (2010) comenta a Derrida en su concepción del perdón y expresa que éste en algún sentido es discordante con el olvido, porque lo que es disipado, cohibido y olvidado nunca puede llevar al perdón; y una ofensa pasada sólo puede ser perdonada si permanece presente en la memoria sin ser olvidada. Aunque el perdón también es incompatible con la memoria en el aspecto de que sin olvido no hay una donación, “olvidar está en la condición del donar y el donar en la condición de olvidar” (p.971).

Autoras como Jerade (2002) hacen referencia a la concepción de perdón que tiene Jankélévitch, quien le da importancia a la memoria: “porque el pasado es una voz que nos

llama y nos hace responsables de un nunca jamás” (p.104); este concepto de memoria se hace pertinente al hablar del perdón, puesto que a ésta la enriquece lo experiencial y favorece la acción; cuando hay olvido no se puede perdonar, porque el sujeto no puede perdonar lo que no recuerda. En este mismo sentido, Jerade(2002) cita a Jankélévitch mencionando el devenir, que consiste en la transformación de la experiencia, por esto, según Jerade (2002): “el devenir decolora la intensidad del sentimiento, esto lo sabemos todos, la intensidad del dolor disminuye de minuto a minuto”(p.110). Al analizar esta concepción se podría postular que, el devenir está íntimamente ligado con la memoria en el proceso del perdón, puesto que perdonar, no olvido, sino que recuerdo con menos dolor, gracias al devenir (transformación), y para perdonar es necesario recordar.

Jerade (2002) expone tres condiciones distintivas del verdadero perdón, según Jankélévitch; en la primera, el perdón está compuesto de acontecimientos que advienen en un instante del devenir porque está suscitado en uno u otro instante que está en el tiempo, el hombre está contenido en un devenir y éste lo impulsa hacia el futuro creando recuerdos, “el devenir es un continuum, la memoria no es un archivo clasificador, es lo que hace que nuestras experiencias sean presentes a nosotros mismos” (p.108). En la segunda condición se tiene que el verdadero perdón, fuera de que es un acontecimiento, es el de ser un don gracioso, una entrega integral en la cual se exonera al otro de su culpa sin esperar nada a cambio. Y en la tercera condición, donde se expresa que es una relación con alguien, lo cual quiere decir que no se puede construir el perdón como monólogo o jerarquizado, sino como un proceso nivelado y donde es necesario el reconocimiento del otro.

Enfoque humanista

Después de la revisión de textos que contenían teorías sobre el perdón en la psicoterapia, se ha encontrado la relación de ésta temática con la teoría del análisis existencial, donde

Víctor Frankl es un gran exponente que proporciona, a través de su teoría de la logoterapia, una claridad al concepto del perdón desde la mirada terapéutica, en tanto, éste se constituye en un puente que le permite al ser humano salir del vacío existencial y darle sentido al sufrimiento; en otras palabras, el proceso del perdón le facilita al sujeto la resignificación y su bienestar, permitiéndole una relación más sana consigo mismo y con su entorno.

La logoterapia como lo psicoterapéutico en el proceso del perdón

Víctor Emil Frankl(1905- 1997) fue médico, neuropsicólogo y psiquiatra, creador de la logoterapia después de salir de los campos de concentración nazi en 1942, esta teoría fue su mayor aporte a la psicología y busca básicamente darle sentido a la existencia humana como lo explica Luna (1996), en su texto *Logoterapia*, en el cual realiza un esbozo de la vida de Víctor Frankl y afirma que “Allí, en la prisión, su objetivo diario era buscar un sentido y un significado a la muerte de tantas personas en las cámaras de gas (vio a su madre entrar a una de ellas). Su lucha era ayudar a los demás presos a “morir con la frente en alto”, con dignidad” (p.15).

La logoterapia es una técnica de psicoterapia que tiene una estrecha relación con el análisis existencial; la palabra logoterapia cobra sentido cuando la dividimos ya que como lo explica Luna (1996), “Logos, hace referencia al “sentido”, al “significado”: algo que el ser humano busca siempre frente a las circunstancias del destino, la vida, la muerte, el amor, el dolor. Tiene que ver con la parte poética, espiritual, que se distingue de lo “psíquico”. De esta forma, logoterapia quiere indicar terapia por medio del “sentido” o del “significado” (p.16).

La Logoterapia detecta los síntomas de vacío existencial y despierta en el ser humano la responsabilidad ante sí mismo, ante los demás y ante la vida. La logoterapia invita a hacernos conscientes de nuestra libertad de elegir y asumirla responsablemente, por ello es un camino hacía el crecimiento personal. El Dr. Frankl concluyó "(...) llegué a comprender que lo

primordial es estar siempre dirigido o apuntado hacia algo o alguien distinto de uno mismo: hacia un sentido que cumplir u otro ser humano que encontrar, una causa a la cual servir o una persona a la cual amar" (s/p). Esta se basa en tres principios básicos: el primero nos habla del sentido que tiene la vida en cualquier circunstancia; el segundo reflexiona sobre la voluntad de sentido del hombre y cómo éste se siente frustrado o vacío cuando deja de practicarla; y el tercero trabaja la libertad dentro de la limitación" (p.17). Para esta teoría la libertad del ser humano se basa en mantener una armonía entre "el ser y el deber ser", de lo contrario se cae en una frustración existencial (p.20).

Conceptos de la logoterapia

La responsabilidad. Luna (2006) citando a Frankl define la responsabilidad como "la capacidad que tengo como ser humano para responder a cualquier pregunta que me haga el destino, la vida, el karma, las circunstancias. De esta forma yo como ser humano soy libre, puedo responder siempre al asumir un comportamiento, actitud o significado" (p.21).

El sentido de la vida. Para Frankl los seres humanos estamos en búsqueda del sentido de vida constantemente, y el no encontrarlo conlleva a crisis existenciales; para la logoterapia existen tres clases de valores en el ser humano que son los que van a proporcionarle sentido o significado a las experiencias o situaciones que vive la persona; estos tres tipos de valores son: valores de creación, tienen que ver con las acciones u oficios que realiza la persona en su día a día; los de experiencia se relacionan con el amor, la espiritualidad; y por último, los valores de actitud que se potencian cuando la persona está enfrentada a situaciones límites y son los que le permiten darle significado a la vida.

El sentido del sufrimiento. La logoterapia le ha dado el sentido al sufrimiento del ser humano, "Frankl sostiene que sufrir significa obrar y crecer, pero también madurar. En efecto el ser humano se supera, madura hacia su mismidad" (p.26); esto quiere decir que el

sufrimiento tiene como objetivo llevar al ser humano a la madurez y a la liberación interna a través de las situaciones límite; es así como el sufrimiento deja de verse desde la enfermedad y se convierte en una posibilidad para la salud mental como lo plantea Luna (2006):“el sufrimiento no lleva necesariamente a la enfermedad psicológica, sino que puede representar una de las posibilidades para aumentar la tolerancia a la frustración, adquiriendo más defensas que doten al ser humano para confrontarse ante futuras adversidades inevitables” (p.26). El perdón o transformación sería, entonces, el proceso a través del cual se le puede dar sentido al sufrimiento.

El vacío existencial. Es un fenómeno utilizado y comprendido desde el siglo XX por la doble pérdida a la que fue sometida el ser humano; por un lado pierde sus instintos animales que le proporcionan seguridad y por otro lado, las tradiciones que le indican el camino correcto y lo que debe hacer; ante lo cual se conforma con hacer lo que los demás desean que haga o con lo que los otros hacen. El vacío existencial es ese estado sin sentido, en el cual la vida no tiene un propósito o fin por el cual existir, es un estado o sensación de pérdida constante de la persona.

Libertad de elección. Capacidad innata del ser humano de auto-determinarse, de elegir la actitud personal ante una situación determinada.

Para efectos de este trabajo investigativo se explica cómo la teoría de la logoterapia le da el soporte teórico al perdón como proceso de transformación de experiencias límite que le proporcionan sentido a la existencia del ser humano. Podemos relacionar en la logoterapia, la palabra “perdón” con transformación, éste es un proceso a través del cual se le da sentido a lo que no tiene sentido; aquello que no tiene sentido es lo que aparece en el vacío existencial que se define, según Luna (2006), como “un sentimiento de no encontrarle sentido o significado a la vida” (p.82).

Cuando un ser humano cae en el vacío existencial busca llenarlo con situaciones impropias que generan culpa y dolor, como por ejemplo, el odio y el resentimiento. Lo anterior sucede porque la persona que se encuentra en estado de vacío busca ser aceptado por el otro, ya que la existencia es definida en el reflejo del otro; en la búsqueda de esta aceptación la persona copia comportamientos del otro o se deja manipular haciendo lo que el otro le dice que haga; es así como pierde su autenticidad. Es la voluntad de sentido, de la que hablamos anteriormente, la que permite al ser humano la transformación de las experiencias que le permiten salir del vacío existencial y transformar el dolor y la culpa e identificar que le pertenece y que no, para lograr la autenticidad.

Ahora bien, ese concepto de autenticidad lo define más claramente Heidegger en 1927, en su texto *Ser y tiempo* en el que nos explica como existe un ser inauténtico que niega la muerte a través del odio, el rencor y aniquilando el otro; pero también, un ser auténtico que se separa del mundo del “SE DICE” porque ante todo ha aceptado su finitud; lo más importante es que enfrenta la angustia que le produce saber que va a morir, y que nadie, absolutamente nadie, puede morir por él. Heidegger en este mismo texto, afirma que cuando el hombre acepta su finitud (DASEIN) asume su caída en el mundo para vivir como un ser para la muerte, superando su inautenticidad. La esencia de la existencia inauténtica es la negación de la muerte, la esencia de la existencia auténtica es la aceptación de la muerte. Para Heidegger, el ser está obligado a elegir, aún en la no elección existe una elección, esa es la característica fundamental del ser en el mundo; la posibilidad de morir es la que está intrínseca en todas las posibilidades y la que va a definir el modo de ser en el mundo, su DASEIN. Cuando el hombre inauténtico se expone a una experiencia límite (muerte) tiene la capacidad de elegir transformar a través del perdón dicha experiencia, resignificándola hacia su autenticidad.

Marco conceptual

Self (sí mismo)

En la Gestalt el self no es una estructura rígida ni fija, tampoco es una instancia psíquica, es un proceso dinámico, continuo y único de cada ser humano que determina la forma en que reacciona ante cada situación en la relación organismo – ambiente y que caracteriza su modo particular de ser. El self permite el contacto y da cuenta de la persona en su totalidad. Un self sano es el que se centra en él, en los otros y en las relaciones y que integra los eventos de toda la existencia.

La persona total es el sistema de interacciones, el concepto de sí mismo es la idea que tiene la persona acerca de quién es, el sí mismo ideal sería la imagen de quien la persona quiere ser, el falso sí mismo se refiere a conductas no auténticas y a un sentido distorsionado del sí mismo, construido para lograr su aceptación, el sí mismo grandioso sería el sentido inflado de sí mismo de una persona que excluye o minimiza defectos pasados o presentes.

Los valores, la plasticidad, la seguridad etc. No son cualidades del self sino de la persona. Ya que el self es un proceso continuo el auto concepto se va construyendo, originalmente en la relación que se establece con la familia y con las vivencias en el transcurso de la vida donde nace el amor; el auto concepto da cuenta de cómo nos comportamos y nos expresamos hacia nosotros mismos; es en el vínculo con el contexto familiar donde instauramos inicialmente el sistema de valores, ideas e ideales, cultura y el actuar etc.

Para Perls, Hefferline y Goodman (1994), existen unas estructuras que el self crea para propósitos específicos entendiéndolos como términos existenciales y fenomenológicos, estos términos son el ello, el yo y la personalidad que funcionan de manera integral con el self, en Gestalt está inscrito el concepto “que el todo es mayor que la suma de las partes” y esta concepción da pie a una visión holista del entorno y del organismo; así mismo la emoción, la

energía, el cuerpo, la espiritualidad y la cognición están íntimamente relacionados y no se comprende el uno sin el otro.

Las funciones del self mencionadas anteriormente: el ello, el yo y la personalidad con capacidades de la persona para relacionarse con el mundo; el ello es lo más profundo de la experiencia, la personalidad nos habla de la asimilación de aquellas experiencias profundas y el yo es la fuerza que moviliza las otras dos funciones y elige que es suyo y que no. Ginger&Ginger (1993) dan cuenta de éstas tres estructuras: el Ello, es la capacidad del organismo para entrar en contacto con su entorno por medio del mundo interno, sus necesidades y corporalidad interna, lo anterior se pronuncia a través de las acciones automáticas, cuando el ser humano acciona desde esta modalidad del Ello, no posee conciencia de sus actos. La función del Yo es activa ya que esta entidad es la que permite la toma de conciencia de las necesidades y deseos de la persona, es la capacidad para conectarse con la unicidad, es la fuerza que se constituye con autonomía, no representa impulsos biológicos ni sociales y es la expresión de la creatividad del ser humano en forma más completa, funciona de manera sistémica en tanto es mantenido por las emociones internas y externas, y cuando no funciona de forma armónica se manifiesta en mecanismos de evitación con el contacto; el yo es un funcionario de responsabilidad, un símbolo de identificación. “El yo no es una cosa estética sino más bien un símbolo de identificación. El "yo" lo utilizamos como antídoto del "id" y desarrollamos nuestro sentido de responsabilidad sobre los propios sentimientos, pensamientos y síntomas” (Instituto Ananda de la Gestalt). Por otro lado la personalidad, es la representación que cada uno hace de sí mismo a partir de la integración de las experiencias del pasado y su asimilación; es la que no da identidad y permite la capacidad para relacionarnos con el entorno a partir de lo que se es.

Vínculo

Para acercarnos a éste término vamos a tomar como referencia a PichonRiviere quien ha desarrollado toda una teoría profunda sobre el mismo, el autor, va más allá de la relaciones de objeto, en las que se habla de una unidireccionalidad ya que allí se estudia como el sujeto interfiere en el objeto, y contextualiza el vínculo en una bidireccionalidad en la cual su objeto de estudio es la relación del sujeto con otro sujeto y su interrelación y dinámica.

El vínculo es una condición del ser humano desde su nacimiento, en tanto, se hace necesario para la supervivencia, aunque éste vínculo del que nos habla Riviere, va más allá de la simple suplencia de dichas necesidades básicas porque en todo vínculo se generan aprendizajes a través de la comunicación y ello lo hace patológico o no; por lo anterior inferimos que el vínculo es un proceso complejo en tanto se puede vislumbrar una triada en la que intervienen dos sujetos y una cultura que los atraviesa, es por ello que la estructura vincular es conflictiva.

PichonRiviere (2000) referencia que en medio de todo vínculo existe una relación con un objeto, “podemos definir el vínculo como una relación particular con un objeto; de esta relación particular resulta una conducta más o menos fija con ese objeto, la cual forma un pattern, una pauta de conducta que tiende a repetirse automáticamente, tanto en la relación interna como en la relación externa con el objeto”

El autor Riviere afirma la importancia de la relación del vínculo interno con el vínculo externo en tanto a través de la introyección se logra que los objetos que están en el interior del sujeto y que condicionan su vínculo, fueron objetos externos en un inicio; al mismo tiempo, el vínculo con un objeto que está en el interior, puede ser proyectado a un objeto externo, esta dinámica se basa en la relación proyección e introyección de la que nos propone las relaciones objetales de Melanie Klein.

Psicoterapia

Es innegable la cantidad de enfoque desde los cuales podemos definir la psicoterapia en psicología y ello nos hace entrar en un terreno un tanto peligroso, por lo anterior se buscó delimitar el concepto y acercarnos a aquello que nos interrelacione aunque hayan psicoterapias o sea, diferentes formas de enfrentar el ser humano, para efectos de este trabajo de investigación, nos enfocaremos para definir psicoterapia en la filosofía de la psicología humanista.

Feo (2004) referencia a Abraham Maslow (1985), quien infiere que cada persona nace con una naturaleza interna que se caracteriza por dos variables interrelacionadas que son las que le dan identidad a ésta: una individual, personalizada y única, otra común, compartida con la especie humana (p.7). La persona es única y posee una particularidad que le permite desarrollarse hacia una vida de bienestar, lo anterior se da porque cada persona tiene unas necesidades básicas y otras desarrolladas que le da cabida su autorrealización.

Jean Paul Sartre lanzó esta lapidaria frase: “Estoy condenado a ser libre” (Sartre,1993: 545). Lo cual significa que hasta el callejón de la neurosis es una elección existencial hecha por el individuo. Opción sin duda perturbada e insana, mas no por ello exonerable de la cuota de responsabilidad que conlleva dicha escogencia (p.8).

La palabra terapia viene del griego *therapeia*, que significa cuidado o curación y de *therapeutik* que quiere decir servir o cuidar, además de *therapeutés* que significa servidor; dado lo anterior, la terapia es la forma a través de la cual se cuida, se sirve o se cura a otra persona y se relaciona con tratamiento, siendo este la forma en la que se comunica y se relaciona con otro ser humano para ayudarlo de alguna manera.

Cuidar, asistir y comunicar, son, mucho más allá que conductas orientadas hacia la curación de enfermedades, actitudes fundamental es que describen la cálida y particular

capacidad para interrelacionarse, características diferenciales del ser humano. Sin duda que el terapeuta es un “servidor” que “cuida” desde todos los puntos de vista unidos en una gran totalidad: psicológico/ físico/ existencial/ comunicacional/ético- a quien ha solicitado su atención (p. 8).

Dado que para el humanismo, la persona tiene la capacidad para elegir su camino acorde a sus potencialidades, el rol del terapeuta queda definido y claramente establecido, no busca cambiar conductas sino acompañar en el descubrimiento del self hasta que el paciente tenga la capacidad de reconocer sus capacidades y utilizarlas para un mejor ser y estar en el mundo, un contacto autentico con el mundo.

Marco legal

El ejercicio de la profesión de Psicología, se reglamenta por la ley 1090 del 6 de septiembre de 2006, y se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. En la mencionada ley el Congreso de la República de Colombia decreta:

Título I. De la profesión de psicología

Artículo 1. Definición. La Psicología es una ciencia sustentada en la investigación y una profesión que estudia los procesos de desarrollo cognoscitivo, emocional y social del ser humano, desde la perspectiva del paradigma de la complejidad, con la finalidad de propiciar el desarrollo del talento y las competencias humanas en los diferentes dominios y contextos sociales tales como: la educación, la salud, el trabajo, la justicia, la protección ambiental, el bienestar y la calidad de la vida. Con base en la investigación científica fundamenta sus conocimientos y los aplica en forma válida, ética y responsable en favor de los individuos, los grupos y las organizaciones, en los distintos ámbitos de la vida individual y social, al aporte de conocimientos, técnicas y procedimientos para crear condiciones que contribuyan al

bienestar de los individuos y al desarrollo de la comunidad, de los grupos y las organizaciones para una mejor calidad de vida.

Parágrafo. Por lo anterior y teniendo en cuenta: La definición de salud por parte de OMS; En la que se subraya la naturaleza biopsicosocial del individuo, que el bienestar y la prevención son parte esencial del sistema de valores que con duce a la sanidad física y mental, que la Psicología estudia el comportamiento en general de la persona sana o enferma. Se concluye que, independientemente del área en que se desempeña en el ejercicio tanto público como privado, pertenece privilegiadamente al ámbito de la salud, motivo por el cual se considera al psicólogo también como un profesional de la salud.

Título II. Disposiciones generales

Artículo 2. De los principios generales. Los psicólogos que ejerzan su profesión en Colombia se registrarán por los siguientes principios universales:

1. Responsabilidad. Al ofrecer sus servicios los psicólogos mantendrán los más alto estándares de su profesión. Aceptarán la responsabilidad de las consecuencias de sus actos y pondrán todo el empeño para asegurar que sus servicios sean usados de manera correcta.
2. Competencia. El mantenimiento de altos estándares de competencia será una responsabilidad compartida por todos los psicólogos interesados en el bienestar social y en la profesión como un todo. Los psicólogos reconocerán los límites de su competencia y las limitaciones de sus técnicas. Solamente prestarán sus servicios y utilizarán técnicas para los cuales se encuentran cualificados. En aquellas áreas en las que todavía no existan estándares reconocidos, los psicólogos tomarán las precauciones que sean necesarias para proteger el bienestar de sus usuarios. Se mantendrán actualizados en los avances científicos y profesionales relacionados con los servicios que prestan.

3. Estándares morales y legales. Los estándares de conducta moral y ética de los psicólogos son similares a los de los demás ciudadanos, a excepción de aquello que puede comprometer el desempeño de sus responsabilidades profesionales o reducir la confianza pública en la Psicología y en los psicólogos. Con relación a su propia conducta, los psicólogos estarán atentos para regirse por los estándares de la comunidad y en el posible impacto que la conformidad o desviación de esos estándares puede tener sobre la calidad de su desempeño como psicólogos.

4. Anuncios públicos. Los anuncios públicos, los avisos de servicios, las propagandas y las actividades de promoción de los psicólogos servirán para facilitar un juicio y una elección bien informados. Los psicólogos publicarán cuidadosa y objetivamente sus competencias profesionales, sus afiliaciones y funciones, lo mismo que las instituciones u organizaciones con las cuales ellos o los anuncios pueden estar asociados.

5. Confidencialidad. Los psicólogos tienen una obligación básica respecto a la confidencialidad de la información obtenida de las personas en el desarrollo de su trabajo como psicólogos. Revelarán tal información a los demás solo con el consentimiento de la persona o del representante legal de la persona, excepto en aquellas circunstancias particulares en que no hacerlo llevaría a un evidente daño a la persona u a otros. Los psicólogos informarán a sus usuarios de las limitaciones legales de la confidencialidad.

6. Bienestar del usuario. Los psicólogos respetarán la integridad y protegerán el bienestar de las personas y de los grupos con los cuales trabajan. Cuando se generan conflictos de intereses entre los usuarios y las instituciones que emplean psicólogos, los mismos psicólogos deben aclarar la naturaleza y la direccionalidad de su lealtad y responsabilidad y deben mantener a todas las partes informadas de sus compromisos. Los psicólogos mantendrán suficientemente informados a los usuarios tanto del propósito como de la naturaleza de las valoraciones, de las

intervenciones educativas o de los procedimientos de entrenamiento y reconocerán la libertad de participación que tienen los usuarios, estudiantes o participantes de una investigación.

7. Relaciones profesionales. Los psicólogos actuarán con la debida consideración respecto de las necesidades, competencias especiales y obligaciones de sus colegas en la Psicología y en otras profesiones. Respetarán las prerrogativas y las obligaciones de las instituciones u organizaciones con las cuales otros colegas están asociados.

8. Evaluación de técnicas. En el desarrollo, publicación y utilización de los instrumentos de evaluación, los psicólogos se esforzarán por promover el bienestar y los mejores intereses del cliente. Evitarán el uso indebido de los resultados de la evaluación. Respetarán el derecho de los usuarios de conocer los resultados, las interpretaciones hechas y las bases de sus conclusiones y recomendaciones. Se esforzarán por mantener la seguridad de las pruebas y de otras técnicas de evaluación dentro de los límites de los mandatos legales. Harán lo posible para garantizar por parte de otros el uso debido de las técnicas de evaluación.

9. Investigación con participantes humanos. La decisión de acometer una investigación descansa sobre el juicio que hace cada psicólogo sobre cómo contribuir mejor al desarrollo de la Psicología y al bienestar humano. Tomada la decisión, para desarrollar la investigación el psicólogo considera las diferentes alternativas hacia las cuales puede dirigir los esfuerzos y los recursos.

Sobre la base de esta consideración, el psicólogo aborda la investigación respetando la dignidad y el bienestar de las personas que participan y con pleno conocimiento de las normas legales y de los estándares profesionales que regulan la conducta de la investigación con participantes humanos.

Título III. De la actividad profesional del psicólogo

Artículo 3. Del ejercicio profesional del psicólogo. A los efectos de esta ley, se considera ejercicio de la profesión de psicólogo toda actividad de enseñanza, aplicación e indicación del conocimiento psicológico y de sus técnicas específicas en:

c) Evaluación, pronóstico y tratamiento de las disfunciones personales en los diferentes contextos de la vida. Bajo criterios científicos y éticos se valdrán de las interconsultas requeridas o hará las remisiones necesarias, a otros profesionales

Artículo 4. Campo de acción del psicólogo. El psicólogo podrá ejercer su actividad en forma individual o integrando equipos interdisciplinarios, en instituciones o privadamente. En ambos casos podrá hacer los requerimientos de especialistas de otras disciplinas o de personas o instituciones que por propia voluntad soliciten asistencia o asesoramiento profesional. Este ejercicio profesional, se desarrollará en los ámbitos individual, grupal, institucional o comunitario.

Artículo 5. Dentro de los límites de su competencia, el psicólogo ejercerá sus funciones de forma autónoma, pero respetando siempre los principios y las normas de la ética profesional y con sólido fundamento en criterios de validez científica y utilidad social.

En torno al tratamiento de la información, la ley 1090 de 2006, en el título séptimo, sobre el código deontológico y bioético, para el ejercicio de la profesión del psicólogo, no lo que respeta en la investigación científica en los artículos 49-56, dispone que:

Artículo 49. Los profesionales de la psicología dedicados a la investigación son responsables de los temas de estudio, la metodología usada en la investigación y los materiales empleados en la misma, del análisis de sus conclusiones y resultados, así como de su divulgación y pautas para su correcta utilización.

Artículo 50. Los profesionales de la psicología al planear o llevar a cabo investigaciones científicas, deberán basarse en principios éticos de respeto y dignidad, lo mismo que salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes.

Artículo 51. Es preciso evitar en lo posible el recurso de la información incompleta o encubierta. Este sólo se usará cuando se cumplan estas tres condiciones:

- a) Que el problema por investigar sea importante;
- b) Que solo pueda investigarse utilizando dicho tipo de información;
- c) Que se garantice que al terminar la investigación se les va a brindar a los participantes la información correcta sobre las variables utilizadas y los objetivos de la investigación.

Artículo 55. Los profesionales que adelanten investigaciones de carácter científico deberán abstenerse de aceptar presiones o condiciones que limiten la objetividad de su criterio u obedezcan a intereses que ocasionen distorsiones o que pretendan darle uso indebido a los hallazgos.

Artículo 56. Todo profesional de la Psicología tiene derecho a la propiedad intelectual sobre los trabajos que elabore en forma individual o colectiva, de acuerdo con los derechos de autor establecidos en Colombia. Estos trabajos podrán ser divulgados o publicados con la debida autorización de los autores.

ASPECTOS TÉCNICOS (DESARROLLO DE LA METODOLOGÍA)

Marco contextual

Se realizó un recorrido por algunas bibliotecas de la ciudad de Medellín, de las cuales se extrajeron trece textos que dan cuenta del perdón dentro de la psicoterapia, y además, se evidenció que esta temática poco ha sido abarcada desde la psicología. Conjuntamente se

realizaron tres entrevistas semiestructuradas a expertos en terapia del perdón en la ciudad de Medellín, cuya implementación ha sido a nivel grupal e individual, de los cuales, uno de ellos utiliza el perdón dentro de un programa de terapia.

Fases del desarrollo del trabajo

En esta investigación se buscó describir los usos y referentes teóricos que incluyen el perdón en los procesos terapéuticos, por esto se realizó inicialmente una búsqueda de los textos publicados que abordan esta temática para luego reconocer los usos que algunos terapeutas le dan al tema del perdón. Para esta investigación se realizó una lectura intratextual que permitió poner a dialogar las publicaciones realizadas sobre el perdón, hacer comparativos desde lo teórico e identificar momentos de convergencia y divergencia en los postulados de los autores, y así construir categorías y sub categorías, dándole un orden lógico a la investigación.

Nos apoyaremos en tres tiempos lógicos propuestos por Lacan, citado por Pérez (1997); estos tiempos constan de un instante para ver, allí se identificaron las publicaciones; un tiempo para comprender, donde se hicieron las lecturas intra e intertextual y, finalmente, un momento para concluir, donde se llegó a construir las categorías desde las producciones académicas que en la psicología hacen referencia al perdón en el proceso psicoterapéutico, así como un capítulo que contiene los usos que en el proceso terapéutico se le han dado al perdón para así poder establecer una relación entre los abordajes teóricos y lo experiencial que han permitido entender el concepto del perdón en los procesos terapéuticos. Las categorías de los abordajes teóricos sobre el perdón son las siguientes:

Gráfica 1. Categorías de abordaje teórico.



Gráfica 2. Momentos del proceso de perdón



ANÁLISIS DE RESULTADOS SOBRE EL ABORDAJE TEÓRICO DEL PERDÓN

Al realizar la búsqueda exhaustiva sobre el tema del perdón y leer intratextualmente los textos que nos interesan y que se alinean a nuestra pregunta de investigación y objetivos, hemos podido vislumbrar tres categorías que orientarán al lector.

La primera categoría “el perdón” nos abre el camino hacia los diferentes conceptos y concepciones del perdón dentro del ámbito psicoterapéutico; la segunda categoría permite identificar los elementos para que se dé el proceso del perdón en psicoterapia, por último la tercera categoría nos guiará por la ruta de los pasos a seguir en el proceso terapéutico basado en el perdón.

Dentro de la pesquisa de autores, se destacarán: Casullo María Martina (2005), Monbourquette Jean(1992), Guzmán Mónica(2010), López Pell Andrés Fernando, Kasanzew Alexis& Fernandez María Soledad(2008), Franchi Silvia (2005), Rego Julio Lorenzo (S/F), García Higuera José Antonio(2010) y Horno Goicoechea Pepa (2009).

Categoría1. el perdón

Se realizó un acercamiento a los conceptos que se identificaron en los diferentes autores, dado que los estudios en psicología sobre el tema del perdón son escasos, encontrar una definición de perdón consensuada ha sido igual de complejo, al respecto Casullo (2005) plantea que, así como los estudios sobre el perdón han ido en aumento, los conceptos teóricos sobre el tema son diversos y no hay consenso (p.42).

En el texto del Doctor José Antonio García (2010) *El perdón: perdonar y pedir perdón*, se rescata el consenso que hicieron autores como: McCullough, Worthington, Rachal que en (1997) escribieron sobre el perdón, los cuales infieren que el hecho perdonar consiste en cambiar los actos destructivos hacia el victimario, por otras

constructivas (s/p), en esta misma línea tenemos a Case (2005) que nos plantea dos niveles en el perdón, para este autor, “el primer paso consiste en dejar de hacer conductas destructivas abiertas y explícitas o encubiertas e implícitas. El segundo nivel es hacer conductas positivas hacia el agresor” (s/p).

Bajo la misma línea, Casullo (2005) plantea la diferencia entre perdón y reconciliación (restablecimiento del vínculo) al afirmar que el perdón va dirigido a la voluntad de dejar de lado el resentimiento, los juicios negativos y la indiferencia ante quienes nos han lastimado y tener sentimientos de compasión y generosidad. (p.42)

Por otro lado Casullo(2005) citando a Roberts 1995 en su texto, *la capacidad para perdonar desde una perspectiva psicológica*, define el perdón en términos de rasgos de personalidad considerándolo como una virtud o disposición y propone el concepto de inteligencia espiritual, para relacionar la capacidad de perdonar con la humildad y la gratitud.(p.51) En esta misma vía Franchi (2005) en su texto, *las dimensiones del perdón* retoma autores como Baumeister, Exline, y Sommer, en prensa; Downie (1965); Enrigh, Eastin, Golden, Sarinopoulos, y Freedman (1992), McCullough, Worthington y Rachel (1997) quienes coinciden en definir el perdón como:

Una transformación cognitiva-afectiva una vez que la transgresión tuvo lugar en la cual la víctima hace una evaluación realista acerca del daño ocasionado y reconoce la responsabilidad del perpetrador, pero elige libremente “cancelar la deuda”, renunciando a la necesidad de revancha o de castigar al otro, o de realizar cualquier otra forma de venganza. Esta “cancelación de deuda” también apareja una “cancelación de emociones negativas” directamente relacionadas con la transgresión. En particular, al perdonar, la víctima supera sus sentimientos de

resentimiento o de rabia. En breve, por el hecho de perdonar, el individuo lastimado se aleja esencialmente del rol de víctima. (p.77)

En las definiciones psicológicas sobre el perdón existe un común denominador y se refiere a que a través de éste se logra que los sentimientos, acciones, pensamientos y comportamientos de un sujeto se viertan a lo positivo, como lo afirma Casullo (2005) al decir que perdonar involucra un cambio interno, así como también una mirada positiva hacia la persona o situación negativa, en el aspecto del vínculo interpersonal (p.43). En esta misma vía Makinen & Johnson (2006) citados por Guzman “plantean que perdonar involucra reparar heridas emocionales, restaurar la confianza y reconstruir el vínculo” (p.21). Por otro lado se plantea que no necesariamente el vínculo se debe reconstruir, puesto que, no siempre la relación entre víctima y victimario es vincular, pueden existir procesos de perdón y como se plantea en este texto a quien se dirige éste, donde no se sitúen solo personas, también se puede perdonar o pedir perdón a una situación o a un organismo de poder como lo es el Estado, en este tipo de relaciones no necesariamente se reestablece el vínculo o se establece, porque en muchas ocasiones éste no existe.

Hablando sobre el don del perdón, Monbourquette(1992) lo define a nivel etimológico y al respecto afirma: “el término “perdonar”, como indica su etimología, significa dar en plenitud” (p.47). El perdón en sus últimas etapas es un acto que se desprende del ego del hombre y se sitúa en el plano espiritual del mismo, por esto éste en su última fase, se vuelve discreto, humilde, incluso silencioso. No es dependiente de la sensibilidad ni de emotividad, lo que ocurre es que surge desde el fondo del ser y del “corazón”(p. 48). es así que para este autor, el perdón plantea un desafío entre lo psicológico y lo espiritual.

Sobre el perdón Guzman (2010) se apoya en algunos autores para definir este concepto entre estos autores tenemos a Gordon y Baucon (1998- 2003) quienes sostienen que el perdón

implica disminución de sentimientos negativos; así mismo para Makinen y Johnson (2006) perdonar involucra reparar heridas emocionales, restaurar la confianza y reconstruir el vínculo y desde otra perspectiva hace referencia a Strelan & Covic (2006) quienes conceptualizan el perdón como un elemento fundamental para afrontar situaciones de estrés, definiéndolo como “un proceso de neutralización de un estresor que es producto de la percepción de una herida interpersonal” (p. 21).

Podemos inferir entonces, desde lo planteado por los autores, que el perdón es un acto voluntario que requiere renunciar a conductas destructivas hacia el ofensor y comenzar a realizar acciones positivas hacia el mismo; es un dar silencioso que permite a quien perdona desprenderse de emociones negativas como la venganza, el rencor y la victimización; es una evolución que se realiza de la situación vivida en la que intervienen aspectos emocionales y cognitivos del ser humano y la cual potencializa y transforma en una experiencia y el sujeto puede aprender para su beneficio y crecimiento psicológico y espiritual.

Falsas concepciones del perdón

Monbourquette (1992) en su libro *Cómo perdonar*, hace un recorrido sobre las falsas concepciones sobre el perdón, y a partir de este autor se realiza un contraste con otros investigadores que postulan lo mismo o lo contradicen:

Perdonar no es olvidar. Para Monbourquette(1992), si un sujeto olvida no podría realizar un proceso de perdon ya que entonces también desaparecería la ofensa; “El perdón ayuda a la memoria a sanar; con él, el recuerdo de la herida pierde virulencia” (p. 29); en esta misma vía, García (2010), sustenta que “el perdón no incluye olvidar lo que ha pasado. El olvido es un proceso involuntario que se irá dando, o no, en el tiempo” (s/p). En este sentido se puede decir que el perdón necesariamente debe estar en el ámbito de la memoria, puesto

que si existe olvido la ofensa o hecho doloroso puede repetirse, podría inferirse que perdonar es recordar minimizando el dolor.

Perdonar no significa negar: Como mecanismo de defensa, el ser humano, después de una situación difícil, reacciona negando la herida, tanto así que muchas veces ni siquiera siente la necesidad de realizar un proceso para liberar emociones negativas generadas por dicha vivencia; sustentando lo anterior, Monbourquette (1992) afirma que “esta reacción defensiva a menudo adquiere la forma de una negación de la ofensa. Si persiste el reflejo de defensa, la reacción puede llegar a ser patológica”. (p.30) En la misma línea, Guzman (2010) afirma que “el perdón debe ser diferenciado de la negación, que implica la falta de disposición para ver que ha ocurrido un daño, el olvido, que supone eliminar de la conciencia la ofensa, y la justificación, que involucra aceptar los motivos por los cuales el ofensor cometió su error”.(p.21) Se hace indispensable traer a colisión el hecho, éste no puede ser reprimido o negado, puesto instauran heridas en el ser humano difíciles de sanar, el primer paso para comenzar un proceso de perdón es la aceptación del hecho doloroso, el reconocimiento de este, para así poder comenzar un abordaje terapéutico que resulte efectivo.

Perdonar requiere más que un acto de voluntad. La cultura a través de la historia y sobre todo en nuestros primeros años de edad, nos vende un perdón muy superficial que se reduce a un acto de voluntad y resuelve cualquier conflicto instantáneamente; por el contrario el perdón en la adultez es el resultado de un aprendizaje y es un proceso; sustentando lo anterior, Monbourquette (1992) afirma, “el proceso es más o menos largo en función de la herida, las reacciones del ofensor y los recursos del ofendido” (p. 32). Partiendo de este postulado se enfatiza en que el perdón no es solo voluntad, podría decirse que está en el ámbito de la entrega total y desinteresada, como lo postulan algunos autores en el presente texto, es un dar sin esperar nada a cambio, aunque cabe resaltar que la voluntad tiene mucha importancia, porque debe haber un querer hacer respaldado de un dar incondicional.

Perdonar no puede ser una obligación. El proceso del perdón se inicia por elección de la víctima y en total libertad de realizarlo en el tiempo y el ritmo adecuado para ella; es por ello que Monbourquette (1992) asegura que, “El perdón o es libre o no existe” (p.32). El perdón no puede ser una obligación moral ya que al hacerlo obligatorio pierde su esencia; Planteado lo anterior, para Monbourquette (1992) “Reducir el perdón, como cualquier otra práctica espiritual, a una obligación moral es contraproducente, porque, al hacerlo, el perdón pierde su carácter gratuito y espontáneo” (p.33). Haciendo un análisis de las citas anteriores se plantea que el perdón no puede ser inducido, puesto que los seres humanos tienen formas de actuar, pensar y sentir diferentes y cada uno procesa los acontecimientos de una manera distinta, como se plantea anteriormente el perdón también hace parte de la voluntad, del querer hacerlo. Es un asunto que se hace por convicción y no por obligación.

Perdonar no significa sentirse como antes de la ofensa: El proceso del perdón no requiere restablecer vínculos o relaciones iguales a las existentes antes del hecho que generó la emoción negativa; es más, nunca una relación será igual, los seres humanos somos dinámicos y nuestras relaciones son igual de dinámicas; Monbourquette (1992) acerca de lo planteado anteriormente dice: “con frecuencia confundimos perdón y reconciliación, como si el acto de perdonar consistiese en restablecer unas relaciones idénticas a las que teníamos antes de la ofensa” (p.34). Se analiza de este apartado el aspecto del que muchos hablan, perdón = reconciliación, y vale la pena resaltar que aunque son palabras con significados parecidos, no son lo mismo, si bien la reconciliación puede estar dentro del proceso de perdón, no necesariamente la reconciliación implica perdón. Cuando la vida del ser humano es atravesada por un hecho contundente, nada volverá a ser igual, porque las variables se transforman, están en constante cambio y el sujeto debe adaptarse a esto.

El perdón no exige renunciar a nuestros derechos. García (2010) está de acuerdo con Monbourquette, al afirmar que para que se dé el proceso del perdón no es necesario renunciar

a la justicia. “El proceso del perdón no implica el abandono de la búsqueda de la justicia ni de dejar de defender tus derechos” (s/p); así mismo, para Monbourquette (1992:35)

“mientras la justicia se ocupa de establecer sobre una base objetiva los derechos de la persona perjudicada, el perdón responde en primer lugar a un acto de benevolencia gratuita, lo que no significa que al perdonar se renuncie a la aplicación de la justicia”.

En esta misma vía, Casullo (2005) plantea que, la decisión de perdonar no excluye la opción de reclamar justicia, en la medida en que la motivación de tal reclamo no sea meramente vengativa (p.43). Observando estos autores y lo que exponen, puede traerse al frente la situación de la justicia Colombiana, la que tergiversa el sentido de perdón con impunidad, tomándolo como regalo para el victimario y quizás revictimizando a la víctima, por el hecho de no existir justicia dentro del proceso.

Perdonar al otro no significa disculparle: Cuando perdonamos no estamos exonerando al otro de su falta, el perdonar no implica quitarle a un ofensor su responsabilidad; dado lo anterior, Monbourquette (1992) plantea: “perdonar no equivale a disculpar al otro, es decir descargarle de cualquier responsabilidad moral” (p.36), en este aspecto el autor está de acuerdo con Casullo (2005) al afirmar: “perdón no es sinónimo de reconciliación” (p.49). Se puede perdonar de manera independiente, sin que se concrete reconciliación alguna, tanto el arrepentimiento como el perdón pueden favorecer la reconciliación y ésta supone el restablecimiento de la confianza y el deseo de reinstaurar un vínculo. En esta misma línea García (2010) propone, “el perdón no incluye obligatoriamente la reconciliación. Perdonar y pedir perdón son opciones personales que no necesitan de la colaboración de otra persona” (s/p). El perdón no salva al otro de la responsabilidad moral, no le resta importancia al hecho.

Perdonar no es una demostración de superioridad moral. El perdón no puede ser un acto que se sustente en el ego, por el contrario es un acto de amor y un proceso que nos permite

tener empatía y asertividad en nuestras relaciones interpersonales, es una muestra de fuerza interior; es así como para Monbourquette (1992) “el verdadero perdón de corazón tiene lugar en la humildad y abre el camino a una verdadera reconciliación. El falso perdón, por el contrario, sirve para mantener una relación dominante-dominado” (p.37). En contraposición a lo anterior, Casullo (2005) cita a Arendt (1998), quien asegura que el perdón está instaurado en la presencia del otro, Arendt considera que “los hombres son incapaces de perdonar lo que no pueden castigar e incapaces de castigar lo que les resulta imperdonable”(p.45).

Perdonar no consiste en traspasarle la responsabilidad a Dios: El ser humano no puede descargar la responsabilidad de sus procesos a otras personas o entidades, el proceso del perdón es humano y debe ser asumido como tal. Éste no puede ser asumido por terceros, en este caso Dios, porque está en el ámbito de lo terrenal, aunque al darse se convierta en don divino. Lo pertinente aquí es resaltar el gran contenido cultural y religioso que habita el perdón y como al hombre se le hace más fácil pasar la responsabilidad de lo que no puede manejar o entender a Dios, por esto los hombres deben hacerse responsables de sus pensamientos, sentimientos y conductas.(p.39). Desde esta perspectiva el perdón depende tanto de la acción humana, como de la acción divina.

A quien se dirige el perdón

Según Mounborquete (1992), el perdón puede dirigirse a cualquier situación y/o persona con la que tengamos un vínculo o no, entre estos:

- A los miembros de la familia: papá, mamá, hermanos, esposa (o suegro, hijos etc)
- A los amigos y allegados
- A extraños
- A instituciones: empresa, iglesia, estado, guerrilla, AUC, etc
- Enemigos tradicionales: antepasados
- A Dios

El perdonar a las personas más allegadas debe ser el primer proceso al elegir iniciar el camino del perdón y por la misma vía Guzmán (2010) plantea que el perdón tiene varios objetos, uno mismo, una situación u otra persona(p.20).

Objetivos del perdón

Guzmán (2010) en su texto *El perdón en las relaciones cercanas: conceptualización desde una perspectiva psicológica e implicancias para la práctica clínica*, referencia que uno de los objetivos del perdón en el proceso psicoterapéutico es la comprensión de como las personas son capaces de mantener relaciones interpersonales satisfactorias (p.20), bajo este mismo concepto Lopez, Kasanzew & Fernandez (2008) sugieren que uno de los objetivos del perdón es brindar un camino para soportar las heridas interpersonales y se asocia con efectos positivos a corto y a largo plazo(p. 212). En esta misma vía, Franchi (2005), cita a Enright (1992) para quien los objetivos de la psicoterapia que tiene encuentra el proceso del perdón apuntan:

a lograr una mayor flexibilidad cognitiva, particularmente en aquellas personas que sufren y afrontan dificultades, incluyendo una mayor capacidad para tomar una perspectiva con respecto a otras personas, a fin de transformar las motivaciones negativas en positivas, y así recuperarse de las heridas. (p.84)

Jean Monbourquette (1992) en su libro *Cómo perdonar*, sustenta la importancia que tiene el proceso del perdón en los seres humanos desde las consecuencias que existen de vivir sin perdón, para lo anterior desarrolla cuatro opciones que nos abrirían el panorama de cómo sería la vida del ser humano sin tener la posibilidad de perdonar, estas son las siguientes:

Perpetuar en sí y en los demás el daño sufrido. Sabemos desde los estudios psicológicos que muchas personas como mecanismo de defensa se identifican con su victimario y repiten sus acciones con otros; es como si a través de las vivencias de dolor se despertara o saliera del inconsciente el verdugo que hay dentro, es el perdón según el autor el proceso que nos permitirá eliminar estos estados de agresión, por eso, “ no debemos conformarnos con no vengarnos, sino que tenemos que atrevernos a llegar hasta la raíz de las tendencias agresivas desviadas para extirparlas de nosotros mismos y detener sus efectos devastadores antes de que sea demasiado tarde” (p.19). En este sentido puede verse el perdón como un catalizador de energía y sentimientos negativos, éste socializado con el término de resignificación tomara como forma la de potencializador de experiencias.

Vivir con un resentimiento constante. Existe en la actualidad un gran número de personas que viven con resentimientos y sus reacciones agresivas corresponden a recordar situaciones dolorosas del pasado, “en mi experiencia clínica he podido a menudo comprobar que algunas reacciones emotivas desmesuradas no son más que la reactivación de una herida del pasado mal curada” (p.19)

Por otro lado, cuando el ser humano mantiene emociones negativas reprimidas, las somatiza en su cuerpo a través de enfermedades; los niveles estresores establecidos por el resentimiento pueden llegar a afectar el sistema inmunológico, el cual, permanece en estado de alerta, no logra descubrir al enemigo, no registra los agentes patógenos, llegando a desestabilizar órganos sanos, a pesar de que su tarea sea protegerlos (p.20). Por esta razón es de vital importancia este ítem, el perdón podría ser utilizado como preventivo ante tantas enfermedades de la era moderna, que según este autor se generan por la cantidad de elementos estresores que conlleva el resentimiento.

Permanecer aferrado al pasado. Generalmente las personas que tienen un resentimiento hacia otros, dejan de vivir en el ahora, en el presente y constantemente viven en el pasado, el pasado ya pasó y el futuro no ha llegado, vivir en el pasado nos priva de disfrutar cada instante y nos desenfocamos de sembrar para el futuro, por esto para Mounborquette:

El momento presente se malogra con cavilaciones inútiles; el tiempo pasa sin felicidad; la posible alegría de las relaciones personales se desvanece. El futuro está cerrado y es amenazador: ya no hay nuevos vínculos afectivos ni nuevos proyectos ni riesgos estimulantes. La vida se ha quedado anclada en el pasado. (p.21)

Es el perdón el proceso que permite cerrar heridas del pasado para liberar los resentimientos generados por situaciones que causaron dolor; pasando por un momento de duelo, el perdón permite comprobar si el desapego del ser querido ha alcanzado su término. (Mounborquette, 1991, p.21). Retomando el aspecto del pasado, podría afirmarse que el perdón está en el aquí y el ahora, sin dejar de un lado la memoria, puesto que es necesario recordar para no repetir, pero el perdón genera un estado de paz interior que permite que la persona suelte el pasado, deje atrás el resentimiento y comience a vivir el presente.

Vengarse. Para Monbourquette (1992) habitualmente después de una situación que genera dolor, las personas piensan en la venganza al encontrar el culpable de ésta, es una forma de justicia que viene desde nuestros instintos y básicamente se crea bajo el imaginario que al llevarla a cabo habrá una sensación de tranquilidad; para este autor la satisfacción que genera la venganza es momentánea y no compensa los daños que se ocasionan en el entorno de relaciones humanas (p.23). Por el contrario, cuando buscamos venganza, entramos en un juego con el victimario; se le paga al ofensor con la misma moneda, la víctima entra en un juego de doble moral (P.23).

Así mismo para McCullough, Worthington Jr. & Rachal (1997) citados por Guzman (2010) conciben el perdón “como una transformación motivacional en dos componentes: la motivación a evitar a la persona que ha ofendido y la motivación a buscar venganza, señalando que el perdón implicaría una disminución de ambas motivaciones” (p.21)

De acuerdo a lo anterior con respecto a la definición de perdón se puede afirmar que es un proceso individual que el sujeto decide iniciar entendiendo que le permitirá transformar las emociones negativas en positivas, vivir en el aquí y el ahora, renunciar a la venganza y conectarse de una manera más positiva consigo mismo y con su entorno, lo que favorecerá el vínculo y las relaciones interpersonales en sus diferentes entornos; para que el perdón sea efectivo se requieren unas condiciones que se describirán en la categoría a continuación enunciada.

Categoría 2. Condiciones del perdón

El proceso del perdón tiene una fuerte incidencia en las relaciones interpersonales de una manera positiva en tanto sirve como catalizador de emociones negativas y fortalecedor de emociones positivas. Para Franchi (2005), estar dispuesto a perdonar tiene alcances significativos, tanto para el bienestar como individuos, como para el bienestar de las

relaciones (p.76); esta autora citando a McCullough, Pargament & Thoresen, (2000), introduce un concepto de perdón el cual permite vislumbrar su importancia en las relaciones interpersonales, el perdón favorece las relaciones sociales donde se involucra lo afectivo, lo cognitivo, lo motivacional o lo comportamental con respecto al otro (p.76). Por otro lado para Horno (2009), perdonar y pedir perdón tiene una significación emocional y educativa; hay que tener en cuenta algunas consideraciones:

- “El perdón es parte de vínculos afectivos
- El perdón es una forma de asertividad
- Legítima la autoridad y autenticidad de los afectos
- Pedir perdón es la mejor forma de enseñar a pedir perdón”. (p. 66-67)

Por otro lado observando las condiciones del perdón, así como el ser humano tiene la capacidad de perdonar, el no hacerlo también es una elección válida ya que el perdón no debe exigirse. En esta misma vía Horno (2009), afirma que, “el perdón es terapéutico, pero para tener ese valor curativo ha de ser elegido por la víctima”. (p.67). Es importante resaltar que el perdón es muchas veces la única forma para restablecer relaciones ya que cierra heridas, como lo afirma Horno (2009), éste es evolutivo, puesto que sana las lesiones. Las heridas se curan, pero dejan rastro, no se desvanecen, “por eso se perdona pero no se olvida” (p.67). Como se ha establecido anteriormente, el perdón no es olvido, cuando no hay memoria se olvida que es lo que se tiene que perdonar.

El perdón es un proceso que lleva un periodo de tiempo indeterminado y en el cual intervienen varios elementos que deben ser tenidos en cuenta para su feliz término; como lo plantea Monbourquette (1992), el proceso requiere de todas las facultades de la persona; éste está distante de ser instantáneo, el perdón está en el tiempo y se va desarrollando en un

período más o menos largo; involucra un antes, un durante y un después. Este acto, implica varias condiciones, todas necesarias: “tiempo, paciencia consigo mismo, moderación del deseo de eficacia y perseverancia en la decisión de llegar hasta el final”(p.42).

Para Monbourquette (1992), existen elementos importantes a tener en cuenta, en el proceso del perdón:

- El perdón comienza por la decisión de no vengarse
- El perdón requiere introspección: es necesario perdonarse a uno mismo primero antes de perdonar a otros. La persona no puede dar de lo que no tiene, antes de hacer un proceso de perdón hacia otro, es necesario hacerlo con uno mismo.
- El perdón como la búsqueda de una nueva visión de las relaciones humanas: es un proceso que permite un cambio en la posición del observador, y que abre el camino a ver la realidad desde otra perspectiva más sana, a eso se le llama reenfoque en la terapia “el perdón no es el olvido del pasado, sino la posibilidad de un futuro distinto, del impuesto por el pasado o por la memoria”. (p.44)
- El perdón apuesta por el valor del ofensor: el perdón no solo permite soltar el dolor sino también eliminar juicios (p.46).
- El perdón, reflejo de la misericordia divina: el perdón no es un acto de Dios o del hombre únicamente, el perdón une al ser humano con el ser espiritual que todos tenemos.

Nivel Subjetivo del perdón

Como se anotó inicialmente, en la propensión a perdonar existen diferencias individuales que son importantes en el proceso del perdón, Franchi cita a Enright(1996) quien propone “la triada del perdón”:

- La propensión a perdonar a otros

- La propensión a pedirle perdón a otros
- La propensión a perdonarse a sí mismo. (p.78)

Dado lo anterior, podemos inferir que existen diferencias personales y características que favorecen o impiden el proceso del perdón como por ejemplo la vergüenza, la culpa y la empatía; en los sentimientos de vergüenza hay una focalización dolorosa en el Self y por ende a una disminución en su autoestima junto a un sentimiento de quedar expuesto negativamente ante los demás, es por ello que la persona busca evadir la situación como mecanismo de defensa negando la responsabilidad y tendiendo a repetir las faltas y no reparando el daño ocasionado, responsabilizando a otros y hasta mostrar ira o agresividad. La culpa contiene arrepentimiento, tensión, remordimiento y esto conlleva a realizar tareas restauradoras. Franchi (2005) cita a Tangney, Fee, Reinsmith, Boone, & Lee, (1999) quienes postulan que se hace más fácil cambiar una conducta inadecuada que cambiar una mala concepción de sí mismo. (p.80)

En el mismo sentido Franchi (2005) citando a Tangney et al, (1999) referencia que emociones morales como la vergüenza y la culpa tienen una implicancia diferente dentro del perdón como proceso (p.80), para esta autora se podría pensar que una persona expuesta a sentir culpa acerca de una conducta específica, puede tener mejores condiciones para perdonar a otros y perdonarse a sí misma. Por el contrario, quienes tienden a sentir vergüenza tendrían dificultades para perdonar a otros, es decir que disponen de menor empatía.

Disposiciones de la personalidad que contribuyen o dificultan el proceso del perdón

Existe una relación importante entre el proceso del perdón y el estilo moral emocional de los individuos al igual que un enlace entre empatía, vergüenza y culpa; En este sentido, Franchi (2005) afirma que las personas con capacidad empática son más propensas a perdonar

y pedir perdón; esta capacidad permite tener una visión cognitiva diferente y se le otorga cierta importancia afectiva al otro, no permite al victimario culpar a terceros por sus acciones.

Personas con una inclinación narcisista no tendrían propensión a perdonar (p.81); en esta misma línea de pensamiento para Casullo (2005) el perfil narcisista es la oposición de una persona capaz de perdonar y sobre esto hace referencia a estudios en los que se hacen cuestionamientos interesantes para la sociedad actual, en los cuales se reta a la psicología a pensar sobre el tema del perdón y al respecto dice:

Algunos estudiosos del tema (Vitz, 1994) se refieren a las últimas décadas del siglo XX como las de mayor florecimiento del narcisismo desmedido; una cultura que alimenta el individualismo, la competitividad y los logros personales no recibe con simpatía el concepto perdonar ¿podemos reemplazar en el siglo XXI el auge del narcisismo por una sociedad integrada por sujetos más dispuestos a la humildad, los lazos sociales y el perdón?. (p.52);

Esto invita a repensar las características de un estado capitalista, con sus ideas de individualización y perpetuación del narcisismo en el hombre. Donde los valores más importantes son el obtener pasando por encima del otro y de la idea de superioridad individuo- sociedad, estos fenómenos contemporáneos le crean al proceso del perdón grandes retos de adaptabilidad y transformación.

Para Franchi (2005) existen tres dimensiones importantes relacionadas con el Self que tienen implicaciones en el proceso del perdón a nivel subjetivo y éstas son: apego, autoestima, y narcisismo, la autora sustenta lo anterior afirmando que combinando un Self sólido, con una autoestima firme y la confianza en las relaciones vinculares proporcionan seguridad emocional y flexibilidad en las relaciones interpersonales. Un de los elementos importantes de esta plasticidad es la capacidad para perdonar (p.82). Por otro lado esta misma autora

propone una dificultad con respecto al narcisismo, que no se puede relacionar con el proceso para perdonar a otro, puesto que es afín al egocentrismo y un Self inestable disminuyendo la capacidad empática. Se observan características puntuales de la personalidad que posibilitan e imposibilitan el proceso del perdón, puesto que son fenómenos relevantes a la hora de aplicarlo.

Ahora bien, Franchi (2005) menciona la capacidad de perdonarse a uno mismo y ello tiene que ver con una buena autoestima, un apego seguro, una buena empatía y responsabilidad; en esta misma línea del apego Guzman (2010) relaciona el perdón con la teoría de apegos de Bowlby (1980) al decir que una persona con apego seguro es más propensa a perdonar, que una que tiene un tipo de apego inseguro o ambivalente (p.24). Ante estas características se podría analizar la importancia de los aspectos de la personalidad ante un proceso de perdón, observando el bienestar que generan unas buenas bases, capacidad de empatía, autoestima alta, un tipo de apego seguro, ante la posibilidad de comenzar dicho proceso.

Para Franchi (2005), otros dos factores importantes y ligados al proceso de perdón son el neuroticismo y la afabilidad; el primero se describe como un factor que no influye positivamente al proceso del perdón dado que las personas neuróticas le dan más importancia a los estímulos negativos que a los positivos presentando conflicto a la hora de superar resentimientos; estas personas tienden a evitar y a vengarse. Por el contrario la afabilidad estimula comportamientos altruistas, empáticos, amables y confiables experimentando emociones positivas y armoniosas; ello permite que el proceso del perdón en todas sus dimensiones sea más efectivo. El perdón abre la puerta hacia relaciones interpersonales que generan bienestar en el ser humano; por el contrario el resentimiento conlleva a síntomas patológicos como ansiedad y depresión entre otros. Franchi (2005) asegura que, “La noción que se propone es que al reemplazar sentimientos crónicos de rabia y resentimiento con

sentimientos empáticos, amorosos, las personas podrán sentir mayor bienestar emocional” (p.83). En este sentido se puede decir que el perdón implica transformar, reencuadrar, resignificar esas emociones, actuaciones y pensamientos negativos que componen la personalidad y potencializarlos viendolos desde una perspectiva mas positiva, para llegar al bienestar; el perdón alienta a este sentir benéfico y a aumentar las características positivas.

De acuerdo a los estudios psicológicos realizados en cuanto a la personalidad y sus implicancias en el proceso del perdón tambien nos encontramos con Casullo (2005), ella menciona que existen 3 niveles de análisis como bien lo propone McAdams (1995) y al respecto afirma que: “en primer lugar esta el estudio comparativo de los rasgos, en segundo lugar, las relaciones del sujeto con el contexto, y por último, la integración de historias de vida” (p.50). Estos tres niveles de análisis pueden ser tenidos en cuenta al momento de analizar la capacidad para perdonar de un sujeto.

En la misma línea de los factores que intervienen en el perdón, Guzmán (2010) infiere que inicialmente, es fundamental que exista un motivo para perdonar, por otro lado que existe una relación entre quien perdona, la ofensa, el ofensor y la relación; además que se ha encontrado una mayor disposición a perdonar cuando se atribuyen aspectos positivos a las conductas del otro y cuando se desarrolla empatía hacia el ofensor; por otro lado se ha encontrado tambien que el perdón está unido a la destreza para manipular las emociones y por último que las características de la ofensa y del ofensor son relevantes en el proceso (p.24).

Concluyendo este aspecto se puede decir que la personalidad del sujeto puede ser la línea conductora o el obstaculo mayor para llegar a un proceso de perdón, puesto que ésta regula su comportamiento, la manera en como ve y siente el mundo, influencia su conducta. En esta misma idea se hace necesario fortalecer esos procesos empáticos, liberarse del resentimiento,

aumentar la autoestima, cambiar la posición del observador y romper esquemas, para así ser mas propensos a perdonar y ser perdonados.

Nivel Sociocultural del perdón

Existen obstáculos socioculturales que impiden el proceso del perdón y tienen que ver con lo político, social, económico, religioso, creencias ente otros. Para Casullo (2005), existen 3 ámbitos importantes a analizar ya que pueden considerarse como impedimentos para el proceso del perdón *el nivel político-social*, puesto que ciertos aspectos pueden impedir un proceso del perdón, como las discriminaciones por raza, religión, cultura, posición política, e.t.c; *las relaciones romántico familiares*, puesto que muchas veces cuando hay divorcios o separaciones vinculares por violencia intrafamiliar o violación, casi nunca hay propensión a perdonar y por último, *algunas prácticas médicas*, en caso de enfermedades terminales como: cancer, internos psiquiátricos con diagnostico dual de adicción y mala praxis por parte del cuerpo medico, son situaciones que generan emociones negativas que dificultan el proceso del perdón (p.52).

Para Casullo (2005), es necesario tener en cuenta algunas consideraciones para que se pueda dar el proceso del perdón en un ser humano, estas son:

- Para el 88% de los varones es importante perdonar
- Para el 95% de las mujeres es importante perdonar
- Las mujeres tienden a admitir más influencia de un poder superior y sienten más rencor hacia el victimario que los hombres
- Los sujetos de ambos sexos reconocen que se aprende de los errores y que el paso del tiempo ayuda a perdonar (p.60).

De este estudio se puede concluir que es importante tener en cuenta algunos niveles a la hora de evaluar la capacidad de perdonar: la víctima, el victimario, la relación

victima/victimario, el tipo de ofensa o daño causado y las interrelaciones posibles entre los cuatro niveles mencionados. (p.61)

En el texto de Guzmán (2010), *El perdón en relaciones cercanas: conceptualización desde una perspectiva psicológica e implicancias para la práctica clínica*, otro aspecto relevante en esta misma vía sería, “si bien el perdón sería un cambio que se produce en las propias emociones, pensamientos y conductas, razón por la cual tendrían un carácter individual, es también, en otro sentido, interpersonal, dado que se produce dentro de un contexto interaccional específico, en el que los roles ofensor- ofendido suelen ser intercambiables”(p.21)

Categoría 3. Proceso del perdón

Etapas del proceso del perdón

En el texto *El afecto y el perdón*, de Horno (2009), la autora plantea como el perdón entra a jugar un papel significativo en el manejo afectivo de los conflictos, nos habla de que cuando un ser humano supera las etapas de un duelo, el perdón se convierte en una herramienta que puede ayudar sanar el proceso, también, propone para éste dos niveles: el primero, es la integración, en él se esfuman los sentimientos negativos, así la víctima tiene la capacidad de integrar el dolor, la comprensión de lo que sucedió y el por qué el victimario actuó de esa manera sin la justificación del mismo. También es importante resaltar que en esta etapa la persona hace una elección de permanecer en la rabia o no, pero para ello es necesario que la persona haya realizado un proceso de verbalización de emociones. En esta etapa desaparece el dolor con la comprensión. El segundo nivel es la reconstrucción, aunque no siempre esta etapa se da ya que hay casos en los que se decide cerrar la relación; hay otros en los que se reconstruye la relación y ello se genera por diferentes razones, entre estas tenemos la fuerza del vínculo, cuando existen elementos que unen más allá de la relación

como por ejemplo los hijos o cuando existen proyectos comunes entre las dos partes y cuando hay reconocimiento del daño y su responsabilidad.

Según la autora, el proceso de reconstrucción del perdón debe constar con los siguientes pasos:

- Tiempos compartidos.
- Expresión de emociones.
- Petición de perdón por parte del victimario.
- Voluntad de reconstruir la relación.
- Permitir los retrocesos o sea que la víctima puede en un momento dado volver al inicio del proceso.
- Establecimiento de actos que avalen que lo que sucedió no se repetirá. (p.65-66)

Ante esta conceptualización de etapas en el proceso del perdón, es importante resaltar que no necesariamente se reconstruye la relación con el otro, puesto que no siempre existe un vínculo a reconstruir y hay situaciones en las que se hace necesario generar un proceso con quien sesó la vida de un ser querido; entonces se podría inferir que reconstruir la relación depende de la situación y del contexto.

Por el contrario a lo planteado por esta autora, Monbourquette (1992), propone que se requieran doce etapas para llegar a un perdón autentico:

- Decidir no vengarse y hacer que cesen los gestos ofensivos
- Reconocer la herida y la propia naturaleza interior
- Compartir la herida con alguien
- Identificar la perdida para hacerle el duelo
- Aceptar la propia cólera y el deseo de venganza
- Perdonarse a sí mismo

- Empezar a comprender al ofensor
- Encontrar el sentido de esa ofensa en la propia vida
- Saberse digno de perdón y ya perdonado
- Dejar de obstinarse en perdonar
- Abrirse a la gracia de perdonar
- Decidir acabar con la relación o renovarla. (p.71)

Haciendo un análisis se puede inferir que la finalidad de estas doce etapas es el bienestar del sujeto, sin dejar de lado la otredad; transformando el sentido de la herida al potencializarla y extraer de ella los aspectos positivos. Teniendo en cuenta estas etapas se puede resaltar la importancia del proceso del perdón dentro de la psicoterapia, dado que cada una de ellas aporta elementos relevantes para el ser y estar en el mundo de una manera positiva; no vengarse es el primer paso que propone el autor y nos invita a salirnos de los aspectos instintivos y conectarnos con la energía que permite mitigar el sentimiento de culpabilidad, en la venganza se enfoca la atención hacia el pasado, se revive la herida y se fomenta el resentimiento; reconocer la herida invita a identificar e incorporar el hecho doloroso en nuestro campo experiencial y permite apropiarse de los aspectos subjetivos, ya que a la psiquis se le dificulta permitir a la consciencia las experiencias dolorosas buscando protegerse; compartir la herida con alguien, ello permite comprender que el sujeto no es el único que vive situaciones adversas y para éste sentir que es escuchado genera una liberación de cargas, además se sabe desde la psicología que es a través de la verbalización como logramos expresar todo aquello que nos incomoda internamente; en la cuarta etapa se puede ver que desde el estudio del comportamiento humano es innegable la importancia del proceso del duelo en situaciones, dado que para el sujeto es fundamental elaborar las pérdidas; aceptar la colera y el deseo de venganza son los primeros pasos para la transformación y potencialización de las emociones negativas; el ser humano necesita primero darse a sí mismo

para poder darle a los demás, es por esto que el perdón hacia sí mismo es primordial dentro del proceso a perdonar a otros; en la etapa de comprender al ofensor se invita, no a justificar las acciones, sino, a suspender los juicios que se pueden elaborar del mismo, ya que cada acción del ser humano corresponde a un proceso interno de su subjetividad; es necesario darle un sentido a la ofensa, ello es igual a la resignificación; dentro del proceso del perdón uno de las etapas fundamentales sería la recuperación de la autoestima, es por esto que saberse digno de perdón cobra un papel importante dentro de éste; para el ser humano se hace necesario estar dispuesto a recibir los beneficios del perdón y ello tiene que ver también con la capacidad de merecimiento, para finalmente decidir si renovar o no la relación.

De otro lado, Guzman (2010), analiza las posiciones de diferentes autores y llega a categorizar tres posturas, en la primera viendo al perdón como un proceso donde se da la resolución de heridas, el bienestar personal y el mejoramiento de la salud mental y física, por ejemplo en las relaciones de pareja permite resolver conflictos y llegar a la satisfacción marital. En la segunda posición se ve el perdón como un estado positivo, pero también puede llegar a revictimizar al ofendido. Y en una tercera postura vemos que el perdón podría aliviar el sufrimiento, en otros casos puede aumentarlo mucho más, esto podría darse cuando el proceso del perdón se hace en medio de un contexto opresivo, este fenómeno se llamó variables contextuales.

Así mismo esta autora, propone un cuestionamiento que puede ser relevante al afirmar que, “si bien el perdón hace más probable la reconciliación, no desemboca necesariamente en ella: se puede permanecer en una relación sin que haya habido perdón, o bien perdonar a alguien con quien no se tiene vínculo”. (p.27); Analizando esta cita desde la perspectiva del texto donde se habla del perdón dentro de las relaciones cercanas, se hace más factible la reconciliación para que el vínculo no se rompa, en vez del perdón.

Siguiendo por este camino de la reconciliación Guzman (2010) expone, que si el perdón tiene un carácter unidimensional donde se da el proceso de disminución de pensamientos, emociones y conductas negativas hacia el ofensor o si agregándole el carácter bidimensional donde además de esto se haría necesario vincularse con éste, esta es una discusión que exponen los autores citados en el texto por Guzman.

Hablando de los modelos de perdón en las relaciones cercanas, se pueden destacar el de Hargrave y Sells (1997) citados por Guzmán (2010):

construido por dos componentes: la exoneración y el perdón propiamente como tal. La exoneración sería un proceso interno en el que la persona alcanza mayor comprensión de la situación evocadora de dolor. El perdón, en cambio, tendría un carácter más interpersonal, en el cual el ofensor y el ofendido se involucran en interacciones que apuntan hacia el restablecimiento del amor y la confianza. (p.23)

Consecuencias del perdón

Dado que el perdón dentro de la psicología se ha reducido a una experiencia religiosa, es difícil encontrar teóricos que hablen de sus efectos dentro de la terapia; Monbourquette (1992) afirma:

es sorprendente constatar lo infrecuentes que son los libros de psicología sobre el poder terapéutico del perdón. Que yo sepa, ninguna de las grandes escuelas de psicoterapia ha intentado nunca dar una explicación de la eficacia curativa del mismo. Además, tampoco han pensado en conceder un lugar al perdón en su concepción de la personalidad (p.29).

De otro lado, Casullo (2005) expone que existen efectos positivos y negativos dentro del proceso de perdón, las consecuencias positivas tienen que ver con la disminución en

emociones negativas y síntomas físicos; por el contrario dentro de las consecuencias negativas explica que los victimarios pueden justificar sus actos en acciones provocadoras de la víctima, también los sentimientos de vergüenza y culpa que se puedan generar y que conllevan emociones como: enojo, agresión, necesidad de acusar a otros, venganza, sentimientos de humillación; por otro lado existe una barrera para el proceso del perdón y es el miedo a que el hecho vuelva a repetirse y además la víctima puede sentir que pierde los beneficios como víctima y ello va en contravía del proceso. “Perdonar y arrepentirse, aunque con frecuencia son beneficiosos, suelen ser percibidos como muy riesgosos en determinados contextos” (p.50).

ANÁLISIS DE RESULTADOS SOBRE LOS USOS DEL PERDÓN DENTRO DEL PROCESO TERAPÉUTICO

Después de analizar las entrevistas realizadas a: Pilar Jaramillo (E.1), Terapeuta Transpersonal, Julian Velásquez Moreno (E.2), Director de Parinama y Rodrigo Restrepo (E.3), Director de Seminario Crecer, se presenta un paralelo de los acuerdos y desacuerdos entre los tres expertos en procesos terapéuticos basados en el perdón; éstos cuentan con una experiencia de 14, 15 y 17 años, respectivamente, trabajando el tema del perdón en la terapia en diferentes contextos y con diferentes problemáticas o situaciones del ser humano, los tres coinciden en afirmar que el perdón puede ser utilizado en cualquier campo y para cualquier situación que genere resentimiento o emociones negativas en el sujeto. En la entrevista, los expertos reconocen que no existen muchos terapeutas ni programas basados en el proceso del perdón; entre ellos, se reconoce a “Seminarios Crecer”, programa particular que se dicta a nivel nacional en Colombia; “No matarás”, programa de la Arquidiócesis de Medellín y “Aprendiendo a ser”, programa creado por los médicos terapeutas venezolanos, Carlos Medina y Margoth Medina.

A continuación se presentará lo que cada uno de éstos expertos dicen con respecto a los usos del perdón en el proceso terapéutico y en cada uno de los apartados se dará una conclusión que nos permitirá en el apartado siguiente enlazar con los abordajes teóricos.

El perdón

Entrevistado 1. Es un puente, es un medio de comunicación, el perdón nunca es pérdida, por el contrario libera a la mente del juicio, la condena y la culpa. Es tanto un proceso como un suceso. Inicialmente es un proceso mientras se comprende y se practica. Igualmente es un suceso cuando se tiene la experiencia y el cambio de percepción en la mente. El verdadero perdón definitivamente nos contacta con la verdadera comunicación, con nosotros mismos y

la totalidad con el nivel de conciencia más allá de la víctima, victimario. Se cura la sensación de carencia y soledad.

El perdón es como un puente entre la culpabilidad y la verdadera comunicación que libera a los pacientes de las emociones de rencor, resentimiento, rabia, tristeza etc., que se han ido acumulando en el inconsciente y les permite encontrar el perdón en ese nivel de comunicación que libera y sana. Es importante contactar cuando el paciente está atrapado en un proceso de culpa, donde generalmente su emocionabilidad se encuentra inestable. La culpa como común denominador hay que examinarla, analizarla, ver su proyección, como se traslada y como se esconde. La persona queda atrapada en la mente del conflicto, del odio; en la identidad de víctima, victimario, en ese nivel de comunicación donde el ataque, la defensa son el común denominador de las relaciones humanas. - Así la culpa se disfraza.

Entrevistado 2. *Para mí y por lo que he venido trabajando teóricamente, el perdón es el reconocimiento de las responsabilidades y la aceptación del equívoco para llegar a la transformación, en otras palabras liberar las culpas. Porque el hombre está tan dividido entre la culpa, la vergüenza y el dolor, la herida que no logra conciliar sus “demonios”. Para mí perdón es un acto, una acción, un profundo don y al decir que es un don es un asunto que se entrega y tiene que ver con la trascendencia necesariamente.*

Entrevistado 3. *Es amor por sí mismo sin la inclusión del otro, Es un antídoto contra el resentimiento, generador de múltiples enfermedades somatizadas... (EL PERDÓN ES MEDICINA PREVENTIVA).*

A modo de conclusión. El perdón es un proceso a través del cual se liberan emociones negativas y conecta el ser humano consigo mismo, con su subjetividad, es un puente de transformación para llegar a la verdadera comunicación con el entorno; es un reconocimiento de las responsabilidades y la aceptación del equívoco para lograr la transformación de la

culpa, la vergüenza, el dolor y las heridas; es un proceso de amor incondicional en tanto es un dar sin esperar recibir y es la medicina contra la somatización de las enfermedades que puede ocasionar la no tramitación de las desaveniencias con el otro a través de la palabra.

Las definiciones dadas por los expertos remiten a pensar en la importancia que tiene el perdón para su implementación en los procesos psicoterapéuticos, en tanto este se constituye en un elemento transformador de experiencias negativas que han incidido en su comportamiento y que el sujeto no logra tramitar de una manera positiva para su bienestar.

Condiciones para llegar al perdón

Entrevistado 1. En sí no se trata de éxito ni de fracaso sino de una experiencia liberadora, el verdadero perdón no es dual por eso libera, a veces el sufrimiento hace que la persona diga basta ya, y comience a escuchar la voz del perdón para soltar el sufrimiento o el dolor, Escuchar es una condición inicial.

Entrevistado 2. Que exista, ojo no todos existen, muchos son entes, vienen y van pero no son conscientes de lo que están viviendo. Existir con conciencia, que se ame y ame, que simbolice la experiencia, la capacidad de poner cada cosa en su lugar, asumir la responsabilidad que le corresponde y que tenga una gran capacidad de desapegarse, es decir, poco ego, humildad. En psicoterapia la persona tiene la capacidad de desarrollar estas condiciones. El perdón favorece sanar la herida, que a la larga es elaborar lo que es inconcluso, es elaborar el sufrimiento, el dolor, asumir la responsabilidad que me corresponde. El perdonar no quiere decir que el otro te perdone porque es un dar.

El perdón es lo que Martin Buber llama el “entre nos”, yo solo no perdono, yo necesito de un afuera y ese afuera es el otro, es decir, yo necesito del mundo. El perdón tiene que ver con una acción hecha o no hecha por lo tanto implica siempre otro, por eso el perdón está en el sentido de la otredad.

Entrevistado 3. *Tener un resentimiento, tomar la decisión, tener plena conciencia del daño que se hace así mismo y finalmente entender que el perdón no beneficia al agresor.*

A modo de conclusión. Se puede inferir que una de las condiciones fundamentales para perdonar es el escuchar, no solo al otro sino a sí mismo en tanto al escucharse se toma conciencia del daño que causa el resentimiento en lo físico y lo emocional; que la persona sea consciente de su existencia ya que hay sujetos que viven en el mundo pero no son conscientes de su existencia de una manera responsable, que el sujeto se ame y ame dado que el amor es un catalizador de emociones negativas, perdono en tanto amo, que tenga la capacidad para asumir responsabilidades y desapegarse de la posición de víctima y del resentimiento, que tenga poco ego, humildad, es necesario tener un resentimiento, decidir soltar ese resentimiento, tener la conciencia de daño y entender que el perdón es un regalo para sí mismo y no para el agresor.

Etapas del proceso del perdón

Entrevistado 1. *No hay etapas claras, cada persona tiene su propio proceso, yo diría que inicialmente es una conciencia de que algo me está molestando y luego tomo la decisión de liberarlo a través del perdón.*

Entrevistado 2. *El perdón tendría que ver primero con reconocer el acto que dañó, la ofensa, identificar que sucede, o sea, que tan grande es la herida y al reconocer esa herida es que ha implicado esa herida, que sensaciones hay, que sentimientos, que emociones, qué distorsiones hay y en este asunto de reconocer es tomar la decisión de que se va a hacer con ello, hacer eso es responsabilizarse de la herida y esa responsabilidad asumirla, que significa eso, aceptar de quien es, además de reconocer aceptarlo y desprenderse, que esto tiene que ver con donar un acto de amor. Una persona que no tenga la capacidad de darse*

cuenta nunca perdona.No hay un perdón del ego o no, hay un perdón o no. El perdón tiene que hablarse, debe haber acción y palabra.

Entrevistado 3. *La corresponsabilidad: Cuál es mi porcentaje de responsabilidad, en algunas ocasiones el supuesto agresor se está defendiendo.*

La víctima total: El momento equivocado en el lugar equivocado, donde el agresor si está agrediendo

La aceptación: es un hecho del pasado que no se puede cambiar, pero produce un dolor que se puede atenuar en el futuro

A modo de conclusión. Se puede igualar los conceptos explorados por los expertos en sus experiencias terapéuticas y que han buscado ponerle un orden lógico a los pasos de la terapia basada en el perdón, para ello podemos inferir que los pasos a seguir pueden ser:

- Identificación del acto o de la ofensa: es la toma de conciencia de la persona de un hecho que le ha generado un sentimiento negativo
- Reconocimiento del impacto de la herida: este punto referencia la forma en la que el sujeto víctima puede medir el nivel de su dolor, es un proceso muy subjetivo y emocional.
- Reconocimiento de las emociones: en esta etapa se hace necesario que la persona identifique que emociones negativas generó a partir del hecho doloroso y que consecuencias tienen esas emociones en sí mismas
- Toma de decisión frente a si iniciar un proceso de perdón o no: el sujeto tiene la posibilidad de elegir sí iniciar un proceso de perdón o no dado que como hemos mencionado anteriormente, el perdón es un asunto íntimo y subjetivo.
- Responsabilizarse: este paso implica asumir la responsabilidad y elaborar los sentimientos de culpa que pudo generar frente al hecho doloroso; incorporar lo propio y entregarle al otro lo suyo.

- Acción: finalmente la acción tiene que ver con el proceso a través del cual la persona decide o no restaurar el vínculo y que compromisos puede hacer consigo mismo.

Limitantes para el proceso del perdón

***Entrevistado 1.** Si, Inicialmente cuando se está bajo la percepción de la culpa (este es un estado limitante, no deja ver), el desconocimiento que la culpa se proyecta. (La veo en el otro, pero no la veo en mí mismo), el desconocimiento de que el verdadero perdón no es dual. Al utilizarlo o practicarlo el que perdona también queda libre, el desconocimiento de que la culpa en sí es una “creencia” limitante. Al liberar esa creencia o identificación a través del perdón la mente queda libre y por ende el individuo se cura.*

***Entrevistado 2.** Un retardo mental, una persona que se niegue a sí misma, en una psicosis, en una profunda neurosis. ¿También hay limitantes culturales?*

Si claro, por ejemplo los colombianos, apenas estamos haciendo pinitos, pero por ejemplo en nuestra cultura que procesos de perdón estamos haciendo, porque hay varias creencias proliferan la violencia, un pueblo que no habla que puede perdonar, los medio de comunicación ayuda a alimentar esta cultura del no perdón. El perdón tiene que ver con contextos culturales y desarrollos de consciencia, una sociedad con altos niveles de sinergia va a posibilitar el perdón y la reconciliación.

***Entrevistado 3.** El perdón no se produce por un suceso (terapia) es un proceso y la terapia es la puerta, depende de muchas circunstancias que sea rápido o lento pero no hay limitantes. Es allí donde la presencia del psicólogo cobra importancia, atizando su conocimiento para que el sujeto genere conciencia de su beneficio*

***A modo de conclusión.** Se identifica que existen unos limitantes que tienen que ver con emociones negativas como la culpa que es generada por una experiencia difícil pero también*

hay otros limitantes que tienen que ver con trastornos mentales como un retardo mental, una persona que se niega a sí misma, una psicosis o neurosis profunda; además también se pueden identificar limitantes culturales ya que en la actualidad no hay conciencia cultural de perdón, por el contrario hay conciencia de violencia y esto es atenuado por los hechos violentos en el mundo y que son publicados y que son recordados constantemente por los medios de comunicación.

Alcances y efectos del perdón

Entrevistado 1. La persona suelta el pasado, suelta apegos, suelta comportamientos y patrones destructivos y autodestructivos, suelta pensamientos repetitivos negativos, emociones negativas, cambia la percepción de uno mismo, cambia la percepción del entorno, se aprende a actuar inteligentemente, se suelta la reactividad emocional de defensa, se accede a descubrir la creatividad inherente en todo ser humano.

Entrevistado 2. Alcances y efectos la transformación básicamente, la transformación personal, colectiva. Yo podría plantear que el perdón “es la puerta a la transformación”.

La culpa es una emoción conceptual, tiene unos aspectos de ansiedad que son propios de no haber logrado hacer todo lo que se había hecho, pero se sostiene desde la racionalidad,.. No debí haber hecho esto, bueno pero si lo hiciste asúmelo,.. “si, lo hice y que”.

Frase de Fernando Gonzalez: “el hombre es del tamaño de su amor” yo le agregaría si el hombre es del tamaño de su amor, el perdón va hasta donde la persona ame, una persona que ame profundamente perdona.

Entrevistado 3. Hemos observado algunos cambios físicos en la expresión y la mirada. Igualmente han desaparecido algunos males o enfermedades producidas por la

somatización que los resentimientos generan. De otro lado se observa más paz, armonía y tranquilidad en, los participantes.

A modo de conclusión. En un proceso terapéutico basado en el perdón, se puede identificar para estos expertos que entre los efectos están, la posibilidad de transformar los comportamientos, pensamientos y las emociones negativas que están generando malestar en el sujeto; así como la reactividad emocional de defensa y como alcance la transformación de dichas emociones en positivas producto de la resignificación de las experiencias negativas consigo mismo y con los demás.

Disciplinas en las ciencias sociales y humanas en el proceso del perdón

Entrevistado 1. El perdón es uno de los fundamentos de la universidad de Estandford donde se han hecho estudios, análisis y mediciones al respecto. También la psicología transpersonal y los aportes de Jung. Además de otras ciencias o instituciones como las religiones, la espiritualidad, la literatura, la filosofía, la investigación y la publicidad.

Entrevistado 2. Depende de donde se mueva y es que si yo me muevo desde la teología todo está ahí, y lo mismo con la psicología. En la postura psicológica lo que hacemos es que la persona se haga consciente de eso, en la psicología transpersonal hablaríamos de trascender y para esto necesariamente tiene que perdonarse. Cuando empecé a explorar más sobre asuntos de la no violencia y la reconciliación lo hice desde aspectos Rogerianos, gestalticos, filosóficos y existenciales, eso me ha permitido dar una fundamentación a una mirada sobre el perdón. Toda mi propuesta terapéutica está basada en el perdón, pero yo nunca lo explicito, porque a veces eso suena a religión. El concepto que utilizo es transformación y como el perdón y la voluntad hacen parte de este proceso y como el asunto de soltarse, de amar, del reconocimiento, de encontrarse; eso es lo que tendría que hablar sobre el perdón. Podría decir que todas las ciencias en el sentido humano pueden

aportar, como lo son, la antropología, la sociología, el trabajo social, la medicina alternativa, la teología, la filosofía.

Entrevistado 3. *Con el aporte de la psicología podemos cerrar las brechas de dolor causadas en el proceso de recordación. En muchas ocasiones hay olvido total de sí mismo y es el psicólogo quien logra subir los auto esquemas.*

Podemos identificar a la terapia gestalt y a los aportes de Victor Frankl con la Logoterapia en tanto se basa en la filosofía existencial y le da sentido a el dolor y las experiencias difíciles del ser humano, además de la psicología transpersonal. Por otro lado pienso que si la psicología no asume el perdón como terapia contra el resentimiento y se lo sigue dejando a las filosofías religiosas; quedamos enfrentados a una pandemia que no tiene medicación.

A modo de conclusión. Los expertos reconocen la importancia y los aportes de la psicología y sus teorías para fundamentar las terapias basadas en el perdón, entre estas se rescatan, la psicología transpersonal, la fundamentación del perdón en la psicología humanista existencial y sus diferentes variantes, la fenomenología, la filosofía existencial, a Carl Rogers con el concepto de la empatía, la terapia Gestalt con un contacto auténtico y la psicología analítica con Jung. Por otra parte es importante resaltar que existen muchas otras ciencias o disciplinas que intervienen en los procesos de perdón y que hacen un aporte importante a este tema como lo son: la religión como postura que se ha encargado de asuntos humanos, la espiritualidad que ha proporcionado al ser un camino para llenar sus vacíos emocionales, la filosofía que se ha encargado de la gran pregunta por la existencia, la publicidad y los medios de comunicación que tienen el poder de crear cultura de perdón, la antropología con el estudio de las condiciones y la evolución del hombre, la sociología con sus aportes en las dinámicas de las

sociedades en conflicto y la medicina alternativa y sus aportes importantes en la somatización de las enfermedades.

HALLAZGOS SOBRE LA RELACIÓN ENTRE LOS ABORDAJES TEÓRICOS Y LOS USOS DEL PERDÓN EN EL PROCESO TERAPÉUTICO

Después del análisis de los abordajes teóricos y del acercamiento a los expertos en la terapia basada en el perdón, podemos inferir que el perdón es un proceso a través del cual el ser humano toma la decisión de liberarse de cargas o emociones negativas como la culpa, la vergüenza, el dolor y el resentimiento, a través del reconocimiento de la responsabilidad; es una transformación cognitivo-afectiva de dichas emociones negativas en positivas restaurando la confianza y el vínculo consigo mismo y con su entorno, minimizando los sentimientos de venganza y victimización. El perdón no exige renunciar a la justicia y se puede dirigir a cualquier situación y/o persona con la que se genere una emoción negativa, tampoco es un acto del ego que propone la supremacía de quien lo practica sobre otro.

Entre los objetivos del perdón se pueden identificar las relaciones interpersonales satisfactorias, la elasticidad en nuestros pensamientos, la posibilidad de romper las cadenas de las generaciones para no repetir los errores del pasado, eliminar la somatización de las emociones negativas y vivir de una manera más consciente en el aquí y el ahora.

Por ser un proceso, el perdón, requiere de tiempo, deseo, perseverancia, decisión, introspección, cambio en la posición del observador, o sea, mirar la situación que ha causado dolor desde otra perspectiva más positiva, estar dispuesto a eliminar juicios y a superar la vergüenza y la culpa.

Entre las condiciones que favorecen el proceso del perdón están: la empatía, un self seguro, una autoestima estable, plasticidad en las relaciones, un apego seguro, ser buen escucha, tener responsabilidad y afabilidad ya que estimula los comportamientos altruistas. También se encuentran condiciones del ser humano que no favorecen el proceso del perdón como: el narcisismo, el ego, el individualismo, un self inestable, el neocriticismo, la culpa, el

retardo mental y la psicosis. Otro de los factores importantes que impide el proceso del perdón son los obstáculos socioculturales como las leyes, en tanto como se menciona anteriormente, utiliza el perdón como un instrumento para liberar los victimarios de sus actos bajo la consigna de resarcirle a la víctima su dolor a través del dinero; además otro aspecto relevante sería la manipulación que tienen los medios de comunicación de la información, ya que utilizan su poder para victimizar y señalar a quienes les sea conveniente. Según la investigación realizada y teniendo en cuenta el aporte de autores y expertos, podemos hablar de unos pasos necesarios para que se dé el proceso del perdón:

- Reconocimiento del hecho que generó el resentimiento
- Comprensión cognitiva de que el perdón no es un darle al otro sino a sí mismo
- Elección de iniciar el proceso del perdón
- Verbalización del hecho doloroso
- Liberación de la emoción negativa
- Transformación de la emoción negativa en positiva
- Reconstrucción del vínculo o no.

Consecuencias del perdón:

- Positivas: disminución emociones negativas y somatización en el cuerpo
- Negativas: justificación de victimarios, sentimientos de vergüenza, culpa y humillación.

Uno de los puntos de divergencia entre teóricos y especialistas está en la afirmación de unos de que el proceso de perdón necesariamente restablece el vínculo, mientras que otros aseguran que no es necesario este restablecimiento, en tanto el perdón es un asunto íntimo, subjetivo e individual, y un sujeto puede perdonar sin necesidad de continuar su vínculo con el otro; un ejemplo de ello, sería el caso de una violación donde la mujer agredida puede

elaborar un proceso de perdón que le permita liberarse de los efectos negativos de la acción a nivel subjetivo sin necesidad de establecer un vínculo con su agresor.

Otro punto en el que hay discordancia es en el relacionado con el olvido, ya que para unos autores se hace necesario éste para que se dé el proceso del perdón, en tanto otros aseguran que al olvidar el hecho se olvida también lo que se está perdonando, igualmente perdonar es recordar minimizando el dolor; en este sentido, los expertos aseguran que lo que se busca en terapia es básicamente la resignificación del hecho tal como lo plantea la teoría de la logoterapia, en tanto propone darle sentido al sin sentido; es la posibilidad potenciar el dolor hacia el aprendizaje y el amor.

CONCLUSIONES

Podemos concluir que las investigaciones en el tema del perdón son escasas, por lo que se hace necesario un estudio más profundo del perdón en el proceso psicoterapéutico que le permita hacerse más visible para la psicología, ya que es una herramienta importante para la práctica clínica que tenga un enfoque del ser humano como aquel que se hace responsable de su decir y de su hacer.

En la práctica clínica encontramos más terapeutas con conocimientos y experiencia que psicólogos que trabajan el tema del perdón, ello obedece tal vez a la dificultad que ha tenido la academia psicológica para incluir este concepto en su saber y aceptarlo como proceso válido, necesario y útil a la terapia. Esta temática ha sido más reconocida y utilizada por el discurso teológico y poco tenido en cuenta en los procesos terapéuticos en la amplitud de su significado e importancia para el bienestar del ser humano.

Es innegable la importancia que ha tomado el perdón en la actualidad como un recurso más en los procesos psicoterapéuticos con la particularidad de que se implementa sin tener unos fundamentos históricos de éste, ni de las teorías que lo fundamentan, para que sea pertinente en los procesos que se realizan desde la psicología.

El trabajo experiencial es fundamental a la hora de hacer un abordaje del tema del perdón en la psicología; por las pocas referencias bibliográficas que se encuentran sobre este tema, se hace necesario que quienes han vivido esta experiencia en los procesos psicoterapéuticos, desde una fundamentación teórica, den a conocer a la comunidad académica los beneficios y alcances que este tiene en pro del bienestar del ser humano.

RECOMENDACIONES

Este trabajo de investigación abre la puerta hacia nuevas investigaciones dentro del marco de la psicología: ¿Cuál es la postura terapéutica enfocada a facilitar un proceso de transformación a través del perdón?

REFERENCIAS

- Angyal, A. (1952). The convergence of psychotherapy and religion. *Journal of Pastoral Care*, 5(4), 4- 14.
- Arendt, H. (1993). *La condición humana*. Barcelona: Paidós.
- Beaven, R.H. (1951). Christian faith and psychological study of man. *Journal of Pastoral Care*, 5, 53-60.
- Behn, S. (1932). Concerning forgiveness an excuse. *Archiv fuer die Gesamte Psychologie*, 86, 55-60.
- Beltran Zambrano, Lucy Audrey. (2010). *La responsabilidad del estado y el derecho de reparación integral de las víctimas en los procesos de ley de justicia y paz*. (Tesis de grado no publicada). Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
- Boon, S. D. & Sulsky, L. M. (1997). Attributions of blame and forgiveness in romantic relationships. A policy – capturing study. *Journal of Social Behavior and Personality*, 12, 19-44.
- Brugger, W. (1972). *Diccionario de filosofía*. Barcelona: Editorial Herder, 684 p.
- Canda, F. (2000). *Diccionario de pedagogía y psicología*, Madrid: Editorial cultural, 376 p.
- Casullo, María M. (2005). *La capacidad para perdonar*. Revista de psicología de la PUCP. XXIII (1).
- Congreso de la República. Diario Oficial No. 46.383 de 6 de septiembre de 2006.
- Consuegra, N. (2004). *Diccionario de psicología*, Bogotá: Ecoe Ediciones, 378 p.
- Derrida, J. (2003). *El siglo y el perdón*. Buenos Aires: Ediciones de la Flor, 144 p.
- Derrida, J. Justicia y perdón. Tomado de: Entrevista a Jackes Derrida de Antoine Spire en Staccato. Programa televisivo de France Culturel del 17 de Septiembre de 1998, traducción de Cristina de Pretti y Fransisco Vidarte. Recuperado en noviembre de 2012 de http://jackesderrida.com.ar/textos/justicia_perdon.htm.
- Diccionario ESPASA (1999)

Diccionario ZAMORA (2000)

Doron, R & Francoise, P. (1998). *Diccionario Akal de psicología*, Madrid: Ediciones Akal, 615 p.

Enright, R. D., Santos M. J. D. & Al- Mabuk, R. (1989). The adolescent as forgiver. *Journal of Adolescence*, 12, 99-110.

Ferrater Mora, J. (2001). *Diccionario de filosofía*, 4. Barcelona: Editorial Ariel.

Florián, V. (2002). *Diccionario de filosofía*. Bogotá: Editorial Panamericana.

Franchi, Silvia (2005). Las dimensiones del perdón. *Revista de psicología UCA*, 1 (II), (s.p). Pontificia Universidad Católica Argentina y Universidad de la Plata.

Ginger, S. y Ginger, A. (1993) *La Gestalt: Una terapia de Contacto*. México: El Manual Moderno

Guzmán, M. (2010). El perdón en las relaciones cercanas: conceptualización desde una perspectiva psicológica e implicancias para la práctica clínica. *Revista PSYKHE de Chile*, 19 (1), 19-30.

Hernández, S., Fernández C., C & Baptista L. (1991). *Metodología de la investigación*. México: Mcgrado Gil.

Horno Goicochea, P. (2009). *Amor y violencia: La dimensión afectiva del maltrato*, (p.62-68) España: ISBN – ISSN 978-84-330-2300-1

Jankélévitch V., Miriem, J. D. (2002). El perdón. *Revista anamnesis*, 2(01), 103-124. .

Lemm, Vanessa. (2010). Donar y perdonar en Nietzsche y Derrida. *Pensamiento. Revista de investigación e información filosófica*. (250), 963-979. ISSN 00314749.

López Pell, A., Kasanzew, A. & Fernández, M. (2008). Los efectos terapéuticos de estimular la connotación positiva en el incremento del perdón. *Revista Avances en psicología latinoamericana*, (26), 211-226. ISBN- ISSN 1794-4724.

Luna, J. A. (1996). *Logoterapia*. Bogotá: San Pablo. 209 págs.

Madrid Hincapié, Joan Manuel (2009). *Alcance formativo, ocupacional y social de la fundación APOYE en la ciudad de Medellín como institución gestora para el perdón y la*

- reconciliación 2004 – 2008*.(Tesis no publicada).Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
- Martínez L. & Martínez H. (1997). *Diccionario de filosofía ilustrado*. Bogotá: Editorial Panamericana (2ª edición), 666 p.
- Monbourquette, J. (1992). *Cómo perdonar* (Perdonar para sanar. Sanar para perdonar).España. ISBN 84-293-1168-8,184 páginas.
- Morfaux, L. (1985). *Diccionario de las ciencias humanas*. Barcelona: Ediciones Grijalbo.
- Ortiz, A. & Lanceros, P. (2006). *Diccionario de la existencia* (asuntos relevantes de la vida humana). Barcelona: Anthropos editorial, 653 p.
- Perls, F.S., Hefferline R.F., Goodman P., (1994) *Terapia Gestalt: Excitación y Crecimiento de la Personalidad humana*. Madrid: Sociedad de Cultura Valle Inclán.
- Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. New York: Free Press.
- Runes, D. (1969).*Diccionario de filosofía*. Barcelona: Ediciones Grijalbo, 395 p.
- Sabino C. (1992) *El proceso de investigación*.Caracas: Panapo, pág. 89.
- Warren, H. (1948). *Diccionario de psicología*. México: Fondo de cultura económica,383 p.
- Yepes Villada, Cesar de Jesús. (1997). *Vivencia del perdón en personas de la tercera edad del hogar revivir del municipio de Envigado*. (Tesis de grado no publicada). Universidad San Buenaventura, Medellín, Colombia.

Cibergrafía

- Extraído el 25 Abril de 2013, Instituto Aranda, *El sí mismo en gestalt*, gestalt@institutoananda.es, <http://gestalt.ac/fritz06/>
- Extraído el 5 Abril de 2013 <http://es.catholic.net/psicologoscaticos/875/2794/articulo.php?id=29956>
- Extraído el 20 Marzo de 2013, *Perdonar y pedir perdón* <http://www.psicoterapeutas.com/Tratamientos/perdon.html>
- Extraído el 5 Abril 2013, <http://psicopsi.com/Diccionario-de-psicologia-social-letra-V-Vinculo-terminos-de-psicologia-social>
- Extraído el 18 Abril 2013, *Ley 1090 de 2006*, http://www.upb.edu.co/pls/portal/docs/PAGE/GPV2_UPB_MEDELLIN/PGV2_M030_PREGRADOS/PGV2_M030040020_PSICOLOGIA/CODIGO_ETICO/CODIGO%20DEONTOLOGICO%20Y%20BIOETICO.PDF

GLOSARIO

Psicología. Ciencia que estudia la actividad psíquica y el comportamiento de los organismos.

Olvido. Incapacidad del individuo para recordar un fragmento de información que está seguro que existe en su memoria.

Odio. Emoción reactiva frente a una persona o una vivencia que hiere o amenaza.

Voluntad. La facultad psíquica que tiene el individuo para elegir entre realizar o no un determinado acto. Depende directamente del deseo y la intención de realizar un acto en concreto.

Emoción. Estado afectivo, una reacción subjetiva al ambiente, acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) de origen innato, influida por la experiencia y que tiene la función adaptativa. Se refieren a estados internos como el deseo o la necesidad que dirige al organismo. Las categorías básicas de las emociones son: miedo, sorpresa, aversión, ira, tristeza y alegría.

Empatía. Estado mental en el que un sujeto se identifica con otro grupo o persona, compartiendo el mismo estado de ánimo.

Narcisismo. Mecanismo de defensa que se caracteriza por una preocupación excesiva hacia la propia persona.