

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Proyecto de Investigación previo a la obtención del título de Psicólogo Clínico

TRABAJO DE TITULACIÓN

Título del Proyecto

**RESILIENCIA EN LA INFIDELIDAD DE PAREJA. EMPRESA "ECUA MATRIZ",
AMBATO, 2018**

Autor:

Juan Rodrigo Salinas Martínez

Tutor:

Mgs. Juan Pablo Mazón Naranjo

**Riobamba – Ecuador
2018 - 2020**

APROBACIÓN POR PARTE DEL TUTOR

Mgs. Juan Pablo Mazón Naranjo, Docente de la Carrera de Psicología Clínica de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Nacional de Chimborazo.

CERTIFICO:

Haber asesorado y revisado el informe final del proyecto de investigación titulado **RESILIENCIA EN LA INFIDELIDAD DE PAREJA. EMPRESA “ECUA MATRIZ”, AMBATO, 2018;** Realizado por el señor Juan Rodrigo Salinas Martínez CI. 1803814183, el mismo que cumple con los parámetros establecidos por la institución. En tal virtud autorizo que sea presentado en la respectiva defensa pública ante el tribunal.



Mgs. Juan Pablo Mazón Naranjo

TUTOR

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

Los miembros del tribunal de graduación del proyecto de investigación de título: **RESILIENCIA EN LA INFIDELIDAD DE PAREJA. EMPRESA “ECUA MATRIZ”, AMBATO, 2018;** presentado por el señor Juan Rodrigo Salinas Martínez con CI. 1803814183, dirigido por el Mgs. Juan Pablo Mazón Naranjo.

Una vez realizado el informe final del proyecto de investigación escrito con fines de graduación, en el cual se ha constatado el cumplimiento de las observaciones realizadas, remite la presente para uso y custodia de la biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Chimborazo.

Para constancia de lo expuesto firman:

Mgs. Juan Pablo Mazón

Tutor



Dra. Isabel Cando

Miembro del Tribunal



Mgs. Soledad Fierro

Miembro del Tribunal



AUTORÍA DEL PROYECTO

Yo, Juan Rodrigo Salinas Martínez portador de la cedula de identidad 1803814183, declaro ser responsable de las ideas, resultados de cada uno de los datos obtenidos en este proyecto de investigación sobre **RESILIENCIA EN LA INFIDELIDAD DE PAREJA. EMPRESA “ECUA MATRIZ”, AMBATO, 2018;** y que el patrimonio intelectual del mismo pertenece a la Universidad Nacional de Chimborazo.



Juan Rodrigo Salinas Martínez

1803814183

ÍNDICE GENERAL

Contenido	Páginas
APROBACIÓN POR PARTE DEL TUTOR.....	II
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL	III
AUTORÍA DEL PROYECTO.....	IV
ABSTRACT.....	IX
INTRODUCCIÓN.....	1
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	2
JUSTIFICACIÓN	6
OBJETIVOS	7
Objetivo General.....	7
Objetivos específicos.	7
CAPITULO I	8
MARCO TEÓRICO	8
RESILIENCIA.....	9
Concepto de Resiliencia.....	9
MODELOS DE RESILIENCIA	12
INFIDELIDAD	14
Infidelidad y género	15
Causas de la infidelidad	15

Crisis: una oportunidad de cambio	18
El Impacto Psicológico de la infidelidad	19
GLOSARIO DE TÉRMINOS	21
METODOLOGÍA	24
TIPO DE INVESTIGACIÓN	24
TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.....	26
TÉCNICAS	26
TÉCNICAS PARA PROCESAMIENTO E INTERPRETACIÓN DE DATOS	28
CAPITULO III.....	29
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	29
GUÍA PSICOEDUCATIVA PARA LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA “ECUA MATRIZ”	32
INTRODUCCIÓN	32
Beneficios del coaching motivacional	37
RECOMENDACIONES.....	41
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	42
ANEXOS	46
ENCUESTA.....	47

ÍNDICE DE TABLAS

Contenido	Páginas
Tabla 1. Cuestionario de infidelidad.....	29
Tabla 2. Cuestionario de respuestas de la escala de resiliencia ER.....	29
Tabla 3. Cuestionario de respuestas de la escala de resiliencia ER Hombres	30
Tabla 4. Cuestionario de respuestas de la escala de resiliencia ER Mujeres.....	30

ÍNDICE DE LA GUÍA PSICOEDUCATIVA

Contenido	Páginas
Introducción.....	27
Objetivos de la guía Psicoeducativa	27
Taller # 1. Asumir la realidad	33
Taller # 2. Gestionar el dolor	34
Taller # 3. Perdonar	35
Taller # 4. “Acentuar lo positivo”.....	36
Taller # 5. Recuperar la confianza en sí mismo.....	37

RESUMEN

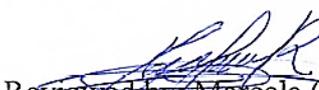
La presente investigación tiene como objetivo, analizar los niveles de resiliencia que tiene el personal de la empresa “Ecuamatrix” posterior a una infidelidad. El proyecto corresponde a un diseño transversal no experimental, de tipo bibliográfico y de campo, con un nivel exploratorio y descriptivo. Se trabajó con 63 empleados de la empresa quienes experimentaron infidelidad, 15 son mujeres y 48 hombres. Las técnicas aplicadas fueron la encuesta y reactivo psicológico. Los instrumentos fueron: un cuestionario elaborado por el investigador acerca de la infidelidad, y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER) para determinar los niveles de resiliencia de cada persona. Entre los resultados se obtuvo el 57% de baja resiliencia por la infidelidad. Estos resultados permitieron realizar una Guía Psico-educativa para el personal de la empresa “Ecuamatrix”, quienes han experimentado una infidelidad de manera que les permita enfrentar la situación por la que están atravesando.

Palabras claves: Resiliencia, Infidelidad, Reactivo psicológico.

ABSTRACT

The objective of this research is to analyze the levels of resilience that the personnel of the company "Ecuamatrix" have after an infidelity. The project corresponds to a non-experimental transversal design, of bibliographic and field type, with an exploratory and descriptive level. We worked with 63 employees of the company who experienced infidelity, 15 are women and 48 men. The techniques applied were the survey and psychological reagent. The instruments were: a questionnaire prepared by the researcher about infidelity, and the Wagnild and Young Resilience Scale (ER) to determine the resilience levels of each person. Among the results, 57% of low resilience due to infidelity was obtained. These results allowed to carry out a Psycho-educational Guide for the personnel of the company "Ecuamatrix", who have experienced an infidelity in a way that allows them to face the situation they are going through.

Keywords: Resilience, Infidelity, Psychological reagent.


Reviewed by: Marcela González R.
English Professor



INTRODUCCIÓN

Madariaga (2014) menciona que la Real Academia Española ha acoplado el significado de resiliencia, como la inteligencia humana de hacerse cargo con flexibilidad a situaciones extremas y sobreponerse a ellas; aun con esta especificación, el constructo al que se refiere el término resiliencia es mucho más complicado y continúa evolucionando a gran rapidez, con las interesantes evidencias ya aportadas por la práctica y la indagación. Es por esto que el conocimiento de resiliencia se ha convertido en sí mismo en motivo de atención, en el prototipo para el estudio y la intervención social, y nos permite direccionar la ojeada no nada más en dirección a la teoría relacionada, sino con destino a las aplicaciones concretas que éste va aportando a la experiencia (Madariaga, 2014).

Dupree, White, Olsen, y Lafleur (2007) han elaborado una revisión de métodos de contemporaneidad existentes que afirman una receta basada en el consenso entre expertos, se consideran como constituyente esencial el ofrecimiento de que se dé juicio de perdón que lleve a la reconciliación y progreso de la pareja, sin tomar en cuenta a los hijos o bienes materiales que estén de por medio, y simplemente llegando a ser seres resilientes los mismos que realmente quieran dar el siguiente paso para continuar sin la desilusión.

Se puede fijar que la conciliación que se desea en el cónyuge después de la traición tiene que pasar por una fase de solicitar perdón y perdonar; es por eso que se desea ahondar el cómo se puede reconstruir la pareja en el ambiente de la traición ya que es decisión del cónyuge el perdonar y tolerar el sentimiento de frustración ante la inseguridad que se puede presentar después del engaño vivido (Dupree et al., 2007).

En base a estos datos se desarrolló el estudio que está dirigido a la Resiliencia en el personal que ha experimentado una infidelidad de pareja en la empresa “Ecuamatrix” Ambato, periodo 2018.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Hoy en día los compromisos interpersonales son muy importantes ya que estamos inmersos en un globo social adonde el sentirnos aceptados por el sexo opuesto revela la necesidad de disfrutar con otro individuo con el deseo de nacer lazos estables y cercanos, posteriormente iniciando un noviazgo prolongado o pequeño teniendo como resultado una unión libre o casamiento donde dos personas acuerdan respeto mutuo al beneficiarse de un compromiso monogámico en la que las dos personas pactan exclusividad sexual del uno a otro (Aceituno, 2014, p.28).

El adulterio dentro de la relación conyugal es el resultado de muchas circunstancias que influyen para que la relación se quebrante; entre éstos se encuentran los sociales, laborales, y sexuales, y cada uno de ellos interactúa de forma desigual en cada azar (Varela, 2014, p.36).

Para el Grupo de Diarios América (GDA, 2010) seis de cada 10 latinoamericanos (63%) admiten que alguna vez fueron infieles, pero lo más extraordinario es que mexicanos y ecuatorianos encabezan la lista de infieles de 11 países; esta averiguación sobre sexualidad lo realizó la rúbrica Tendencias Digitales, con lugar en Caracas. En el Grupo de Diarios América (GDA, 2010) se incluyó a 11 países del condado, en este sondeo a 13,349 hombres y mujeres, entre 18 y 55 años, el 10,5% de ecuatorianos reconoce traicionar o engañar a su pareja, los mexicanos encabezan el primer lugar con un 12,6%, esta estadística se elaboró entre junio y agosto del 2010; al independizar las respuestas de los hombres y mujeres se encontró que la totalidad de infieles “confesos” de Latinoamérica son hombres, el 70% reconoce que traicionaron una o dos veces, mientras tanto que los brasileños son los primeros en sumir que han sido infieles más de tres veces, los hombres que actualmente son infieles lo cometen constantemente a partir de los 36 años, entretanto que las mujeres que lo hacen se encuentran entre 25 y 45 primaveras (GDA, 2010).

Por lo tanto, los países que más porcentaje de traición de pareja presentan son Ecuador para los hombres y Colombia para las mujeres, con un 75% y 58%, respectivamente, entre quienes admiten haber tenido intimidad con otra persona, los

ecuatorianos asimismo están en primer puesto, respecto al país; la falta de fidelidad y respeto entre dos personas, para Diego Tapia, terapeuta familiar, puede ocasionarse por carencia de relaciones sexuales y protagonismo original en la intimidad; es manifestar, en la que ambos expresen libre y abiertamente lo que piensan y sienten, “es la pista de una insatisfacción más profunda, así como de la falta de compromiso con un proyecto vital en equipo” (GDA, 2010).

Martínez (2013) comenta que a nivel de Latinoamérica las estadísticas de felonía aseguran que el 60% de los hombres son infieles, con respecto al 40% de damas que siguen sus pasos; por otra parte, en base con las primeras estadísticas sobre conductas y preferencias sexuales de usuarios de Internet en España, las mujeres son más infieles que los hombres 50% versus al 44% y asimismo más ardientes: un 65% exterioriza más las emociones en el instante del orgasmo, contra un 27%; un estudio del *Journal of Couple and Relationship Therapy* responde que entre un 45% y un 55% de las mujeres casadas son infieles; con la psicóloga norteamericana Joy Davidson, la mayoría de las indagaciones concluye que los niveles de engaños han aumentado ampliamente en los últimos periodos, aunque la batalla de que el 90% de las personas dice juzgar que siempre está mal, las razones incluyen el acercamiento de las mujeres y los hombres en sus trabajos y el uso de la tecnología, incluyendo sitios web de citas que se dirigen específicamente a las personas casadas que buscan aventuras y que han creado la casualidad como la mejor excusa; también, las relaciones que inician como tramas emocionales durante las labores diarias, o por Internet suelen evolucionar en momentos sexuales más serios con el pasar de los días (Martínez, 2013).

Para el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2018) hubo 25,670 divorcios; de ellos 1,140 fueron por traición; aunque por mucho tiempo se creyó que la traición se atribuye exclusivamente a los hombres, se ha demostrado que el sexo femenino asimismo puede ser desleal, los motivos por los que las féminas pueden volverse infieles son: por el anhelo de sentirse mejor consigo misma, amada, e idolatrada.

Vásconez (2019) menciona “la mujer quiere ser amada de forma incondicional en la intimidad, de manera emocional, romántica de la nueva pareja, atribuyendo a mejorar

su autoestima haciéndole experimentar que es única para los hombres, lo que no sucede con su actual pareja”.

La dama infiel se permite cargar los sentimientos de apatía o desolación provocados por el proceder de su pareja; la psicóloga añade que las parejas que acuden a terapia por traición terminan el 60% en divorcio, cuando la dama es quien ha traicionado; pero si el engaño es del hombre esta lo perdona continuando con la relación, aunque con una marcada desilusión y temor de que vuelva a suceder, la cual es difícil de vencer (Vásconez, 2019).

Román (2019) menciona que el sociólogo Galo Cervantes dice que la traición femenina afecta más al género masculino, pues toca en su “dignidad como hombre”, que ahora está en la misma dimensión que el orgullo femenino, para el hombre es muy difícil aceptar que su compañera le fue infiel posteriormente a la traición que el cometió y afectándolo emocionalmente, creando un sentimiento, al cual es difícil de sobreponerse.

Román (2019) menciona al psicólogo Manuel Merlano quien postula que al varón le aflige que lo engañen por su hombría, porque cree que él es el propietario de la compañera, y casi todos ellos sienten a su compañera “asegurada”; por otra parte, hay hombres que se sienten inseguros y no imaginan si podrán o no entablar una relación duradera y segura con su pareja, mostrando así la otra cara de la moneda donde el engaño en realidad será característico con respecto al autoestima del individuo.

Estas excepciones a la regla surgen por las adversidades que se viven y obviamente intervienen en la relación; donde uno de ellos es la familia y su atmósfera, a los adolescentes ya no se les enseñan la importancia que tiene el respeto hacia la pareja siendo esto un causante de la pérdida de valores, que como resultado nos da, la deslealtad, la traición, el engaño, la infidelidad; “Gracias a esta sociedad machista, se le dice al hombre que puede tener varias parejas, pero se sentencia a la mujer si lo hace”, mostrando una vez más que el pensamiento dogmático de las personas a pesar que estamos en pleno siglo 21 aún tiene raíces muy fuertes con relación a la vida en pareja y a los resultados o consecuencias que esta acarrea en las personas en su vida profesional y social (Román, 2019).

En el personal de la empresa ECUA MATRIZ se presume que el bajo rendimiento laboral que se ha venido presentando es por problemas de pareja según afirma la Psicóloga Industrial Carolina Grijalba encargada del departamento de talento humano, comentó que posterior a las entrevistas realizadas al personal se confirmó que tenían problemas con sus parejas; la infidelidad se ha convertido en un problema social y ha presentado un incremento en los últimos años, siendo una de las principales causas de conflictos y afectaciones emocionales para las personas afectadas. Una razón sobresaliente por la cual el determinar la resiliencia en personas que han sufrido de infidelidad en la empresa ECUA MATRIZ de la ciudad de Ambato; es el hecho de que puede bajar su desempeño laboral, y afectar su autoestima, convirtiéndose en un factor de riesgo para sus compañeros de trabajo por el uso y manejo de maquinarias que a diario lo realizan siendo esto una causa que puede desencadenar en accidentes laborales.

Luego de conocer que la pareja es infiel es fundamental que la persona afectada concientice que el mejor proyecto en el cual debe empezar a trabajar es en sí misma, buscando su satisfacción y logro autónomo, es por eso que podemos puntualizar a la resiliencia como la capacidad para adaptarse a nuevos eventos o circunstancias, para sobrevivir al conflicto o recesión que generan los cambios y recuperarse a eventos emocionales y psicológicos (Aceituno, 2014, p.28).

El shock de un engaño en una relación sentimental es muy grande ya que la confianza se rompe o se pierde el amor; frecuentemente, la autoestima queda frágil ante la situación dejándonos interrogantes como: “¿Conocíamos al ser amado? ¿Por qué lo hizo si he dado todo de mí?” (Sabater, 2020, párr. 1).

Sabater (2020) nos dice que los motivos por los cuales un individuo engaña a su pareja frecuentemente son injustificables, ya que las heridas que marca la infidelidad es un tema por el que la psicología se interesa desde hace tiempo; no podemos obviar la huella emocional que este tipo de situaciones provoca, igual que el modo en que dichas experiencias pueden alterar la calidad de vida de quien lo sufre, el individuo se convierte en alguien más desconfiado y algo distraído; pues el peso de la traición que no se maneja de forma adecuada, puede dañar también a quienes más se quiere como los hijos, familiares, y amigos (párr. 2). Hay que considerar que este tipo de realidades constituyen

para muchos un tipo de trauma, una agresión emocional donde se vulneran pilares indispensables para el ser humano, como es el compromiso y la confianza (Sabater, 2020, párr. 4).

Es por ello que la presente investigación plantea la siguiente pregunta: ¿Qué nivel de resiliencia posee el personal de la empresa Ecu Matriz posterior a una infidelidad?

JUSTIFICACIÓN

La presente investigación es innovadora y original ya que no existen estudios previos en esta empresa sobre el tema planteado “Resiliencia en la Infidelidad de Pareja. Empresa “Ecu Matriz” Ambato, 2018”, los mismos que son de gran importancia con el fin de obtener resultados favorables en la estabilidad emocional del personal que ha sufrido de infidelidad, y así ayudar a mejorar la producción y el desempeño laboral. Los resultados que se obtengan de la investigación servirán como guía para posteriores investigaciones, que permitan contrarrestar esta problemática y fomentar el fortalecimiento familiar.

Los principales beneficiados con esta investigación son: el dueño de la empresa, el departamento de psicología, y en especial el personal que trabaja en la empresa Ecu Matriz. Gracias a los resultados obtenidos se ha podido elaborar una guía psicoeducativa para mejorar su calidad de vida y por ende su ambiente familiar y laboral permitiéndoles avanzar notablemente en el desarrollo de sus actividades, dejando como primer impacto personas emocionalmente estables, y bajando en gran cantidad la probabilidad de un accidente laboral a consecuencia de esto.

La investigación fue factible de realizar porque se contó con el patrocinio y permiso del Gerente/Propietario el Ing. Fernando Valencia de la empresa “ECUA MATRIZ” permitiendo el acceso a las instalaciones, brindándonos el soporte del departamento de psicología y el acercamiento al personal donde obtuvimos su consentimiento y apoyo para continuar con el proyecto propuesto. Además de que se

cuenta con los recursos necesarios como: económicos (impresiones, copias, transporte, entre otros), fuentes de consulta bibliográfica (libros, artículos, tesis de otros autores).

OBJETIVOS

Objetivo General

- ✚ Analizar los niveles de resiliencia que tiene el personal de la empresa Ecuamatrix posterior a una infidelidad.

Objetivos específicos.

- ✚ Identificar al personal que ha experimentado infidelidad de pareja en la empresa Ecuamatrix.
- ✚ Reconocer los niveles de resiliencia en el personal de la empresa Ecuamatrix en una relación donde se ha sufrido de infidelidad.
- ✚ Elaborar una guía psicoeducativa para el personal que ha experimentado infidelidad en la empresa Ecuamatrix.

CAPITULO I

MARCO TEÓRICO

Antecedentes

A través del estudio bibliográfico se distingue estudios realizados en otros contextos, relacionados al título de investigación con las variables: resiliencia e infidelidad, el estudio concerniente al contenido “Rasgos de personalidad y su influencia en la infidelidad de las personas de 18 a 50 años de edad que acuden al centro de terapia psicológica integral de la ciudad de Ambato” realizado por Mayorga (2015) de la Universidad Técnica de Ambato.

Su objetivo fue: “Estudiar el dominio que tienen los rasgos de personalidad en la infidelidad” los participantes respondieron a dos test para medir, rasgos de personalidad e infidelidad, utilizando un cuestionario de evaluación (IPDE) Módulo DSM-IV e Inventario de Infidelidad de David y Mayorga, como conclusión se mostró como evidencia de que 8 de 10 hombres han sido infieles por lo menos una vez en su vida, mientras que las féminas logran un número de 7 de 10 por lo que no se difiere de una manera trascendente; los rasgos de personalidad tipo narcisista y paranoide son una predisposición elevada para el llegar a cometer una traición y de inclinación baja el rasgo evitativo en el sexo masculino, por cuanto en el sexo femenino los rasgos de personalidad para un suceso de infidelidad en nivel alto son rasgos narcisista y evitativo, así como de tendencia baja el rasgo obsesivo compulsivo (Mayorga, 2015).

Aceituno (2014) elaboro una tesis con relación al título “Nivel de resiliencia en damas de 20 años de edad o 30 años que han dado por fallido su matrimonio” de la Universidad Rafael Landívar, este estudio descriptivo tuvo como objetivo instaurar el nivel de resiliencia que poseen las damas es de 20 años de edad a 30 que han dado por fallido su matrimonio" la aplicación se realizó en una unidad educativa privada con universitarias y profesoras, con quienes se empleó una muestra por conveniencia de 20 personas (13 estudiantes y 7 maestras). Para medir las variables se aplicó a las personas el instrumento de Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), este cuestionario valora cuatro factores: satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien sólo, confianza en sí mismo y perseverancia (Aceituno, 2014).

Se observó que el 80% de las estudiantes y maestras evaluadas mostraron un nivel de resiliencia entre moderada y baja, mientras que el 20% mostró un alto nivel de resiliencia; esto indica que las féminas entre 20 y 30 años de edad tienen que reforzar su autoestima y aptitud para afrontar el proceso de separación, ya que en ocasiones puede ser difícil (Aceituno, 2014).

RESILIENCIA

Concepto de Resiliencia

Vanistendael (1994) define la resiliencia como la aptitud para resistir a la destrucción, es decir, preservar la integridad en circunstancias difíciles; la actitud de reaccionar positivamente a pesar de las dificultades. Para Grotberg (1996) es la capacidad universal que permite a una persona, grupo o comunidad impedir, disminuir o superar los efectos nocivos de la adversidad; mientras que Gordon (1996) señala que la resiliencia es la habilidad de crecer, madurar e incrementar la competencia de cara a circunstancias adversas y obstáculos, recurriendo a todos los recursos, tanto personales como ambientales.

La resiliencia es una relatividad sobre las posibilidades de reconstrucción humana que dispone solucionar por medio de mimos o elogios proveniente del contexto social a la persona herida, con el afán de permitirle idear aquellas capacidades y habilidades que la puedan catapultar hacia su renovación (Forés y Grané, 2008).

La resiliencia es y ha de promover una variabilidad de «precisión», de ojeada en dirección al otro, de un ejemplo con falencias a uno alcanzable, de desplazarse de un lugar global a un lugar normal de potencialidades, la resiliencia es una puerta a la inmunidad por así decirlo, supone pasar del materialismo al anhelo; ser conscientes de nuestros límites, de nuestro estado, entender que hay heridas que duran por mucho tiempo por no decir toda la vida, y aprender a convivir con ellas (Forés y Grané, 2012).

Para Rodríguez y Morell (2017) “La resiliencia es la misión que tiene una persona entre las demandas situacionales y las contingencias del entorno utilizando su experiencia para solucionar problemas según se vayan presentando” la fragilidad o vulnerabilidad implica: poca tolerancia, limitada aptitud de aclimatación e inexperiencia para afrontar las dificultades de la situación, no ser frágil o indefenso no significa lo mismo que tener resiliencia.

Niveles de Resiliencia

Salgado (2005) examina algunos de los métodos que existen para medir los niveles de resiliencia. Para la autora, resulta prioritario identificar las posibles formas de niveles de este constructo con la finalidad de medir el impacto y la eficacia, señala que en la actualidad existen tres formas de hacerlo las mismas que a continuación se detallarán:

Medición alta

Medición media

Medición baja

Pilares personales de la Resiliencia

Según Duque (2012) con base en Wolin (1999) “la resiliencia puede presentarse en diversos modelos, no obstante, los mismos recopilan las características resilientes en siete pilares”:

- 1. Perspicacia:** Capacidad para observar y observarse a sí mismo simultáneamente, para elaborarse preguntas difíciles y responderse honestamente (Duque, 2012).
- 2. Autonomía:** Capacidad para afirmar los propios límites en relación con un medio problemático, para mantener separación física y emocional respecto a los problemas y a las personas, sin llegar a caer en la soledad (Duque, 2012).
- 3. Interrelación/Relación:** Crear vínculos íntimos, fuertes con otras personas, con quienes se sabe que se puede confiar cuando se necesita aliento (Duque, 2012).

4. **Creatividad:** Capacidad de crear orden, belleza y objetivos a partir del caos y la confusión (Duque, 2012).
5. **Iniciativa:** Tendencia a exigirse a sí mismo y a ponerse a prueba en situaciones cada vez más exigentes (Duque, 2012).
6. **Humor:** Es la capacidad de encontrar el lado positivo para ver lo absurdo en los problemas y dolores propios, para reírse de sí mismo (Duque, 2012).
7. **Ética:** Capacidad de desearle a otros el mismo bien que se desea para sí mismo y comprometerse con valores específicos (Duque, 2012).

Factores de resiliencia

Groterberg, E.H. (2006, p.20) menciona que un lugar común de resiliencia se puede caracterizar a través de la adquisición de cuatro áreas (fuentes interactivas de resiliencia) que, al interactuar entre sí, generan conductas o características resilientes.

Groterberg, E.H. (2006, p.20) nos habla de cuatro características para los factores de resiliencia estas son: YO TENGO (apoyo externo) YO SOY (fuerza interior) YO ESTOY (proyección) YO PUEDO (capacidades interpersonales y de resolución de conflictos).

Etapas de la resiliencia

Arrabal (2018) menciona que un tratamiento de resiliencia es provechoso siempre y cuando pase por varias etapas, las cuales se mencionan a continuación:

La crisis

Cuando hablamos de la crisis, nos referimos a un instante exacto en el que la persona vive la situación traumática que le va a conducir a ese "renacimiento" interno, dicha crisis puede ser la pérdida de un ser querido, un divorcio, una experiencia cercana a la muerte,

una guerra, entre otras, estas circunstancias llevan a la persona a pasar por una etapa de depresión o catarsis (Arrabal, 2018).

Proceso de duelo post crisis

Proceso entre esa "muerte" simbólica y la renovación lo llamaremos como proceso de duelo, debemos tomar en cuenta que ese proceso de duelo es imprescindible para el crecimiento o desarrollo, no debemos negarnos o intentar acelerar esa parte del camino, ya que estaríamos vetando un sentimiento por el que debemos pasar para llegar al otro lado, al lado de la renovación (Arrabal, 2018).

La trascendencia

Superado ese tiempo de postcrisis, nos dirigimos en dirección que podamos denominar como "proyección", este paso comienza con el despertar y la exigencia de ser mejor de lo que eras antes de la crisis o la experiencia traumática vivida; es un desarrollo interno de superación personal que permite alcanzar otro grado de sabiduría, inicia cuando te percatas de que ya no eres la misma persona que solías ser y continúa con un trabajo de introspección, búsqueda de respuestas y crecimiento personal (Arrabal, 2018).

MODELOS DE RESILIENCIA

A continuación, se presentan los modelos más importantes de la resiliencia:

Modelo homeostático de la resiliencia

Este modelo de la resiliencia señala de forma global cómo puede ser empleada a diferentes tipos de adversidades y eventos vitales que puede sobrellevar una persona, en esta pauta, la resiliencia parte de un estado de homeóstasis o «zona de confort» en la que el individuo se siente bien (física, mental y espiritualmente); el bloqueo del estado homeostático puede producirse cuando un individuo no tiene recursos suficientes para afrontar dichos cambios, y se activan todos los recursos para buscar el equilibrio y volver al origen (Muñoz, 2017).

Resiliencia y factores de personalidad

Los modelos centrados en las variables de personalidad examinan conjuntos diversos de personas para ver cómo resuelven la desdicha que puede aparecer en sus vidas, estos modelos intentan indagar cuáles son las características de las personas con resiliencia, en comparación con personas que no presentan conductas de resiliencia, en este sentido, Agaibi y Wilson (2005) destacan “la interrelación de los factores de personalidad, junto a otras variables tales como la modulación de las emociones, la capacidad de afrontamiento y los factores protectores como elementos que determinan la aparición de una respuesta de resiliencia”.

Modelos sobre resiliencia y factores de riesgo

La resiliencia viene inapetente por la relación entre factores de riesgo, vulnerabilidad y factores de seguridad, el Modelo Compensatorio, es presentado cuando un factor de defensa contrarresta a un factor de inseguridad, y el Modelo de Inoculación, que defiende que la aparición periódica de factores de riesgo moderados ayuda a elaborar conductas de afrontamiento realistas y eficaces (Muñoz, 2017).

Modelo de resiliencia basado en el afrontamiento y en la percepción de autoeficacia

Este modelo es desarrollado por Gilliespie, Chaboyer, Wallis y Grimberk (2007) está basado en el ámbito laboral de las enfermeras, las autoras propusieron factores que parecían mostrar e intervenir en la resiliencia, como el vigor, la ilusión, el afrontamiento, la cultura laboral (competencia, colaboración y manejo del estrés y variables personales tales como la edad, el sexo y el nivel educativo).

Modelo Teórico de Wagnild y Young

Para Wagnild y Young (1993), la resiliencia sería una singularidad de la personalidad que modera la forma negativa del estrés y fomenta la aclimatación, la fibra emocional se ha empleado para especificar a individuos que muestran fortaleza y adaptabilidad ante los infortunios de la vida; la resiliencia es la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en contra.

INFIDELIDAD

Según (Cañamares, 2009, p.11) suele entenderse por infidelidad, en todos los grupos humanos, la relación afectiva y/o sexual de una persona con otra que no es la que socialmente se conoce como su pareja, es decir con alguien que no está considerado como novio o esposo oficial o público de una persona.

La infidelidad se manifiesta como una forma de compensar el desencanto, sin tener conciencia plena de que su costo puede ser más alto que el que implican las situaciones difíciles que habría que abordar, ya sea para superar el desencanto o para tener el valor de asumir que la relación probablemente es un "enfermo que requiere cuidados intensivos" y hacer lo máximo para que sobreviva con buena calidad de vida, la infidelidad es uno de los eventos más perturbadores en la vida de la pareja y sus consecuencias son variables (Salgado, 2003).

El psiquiatra Frank Pittman (2009) define la infidelidad como un "quebrantamiento de la confianza, una traición a la relación, una ruptura de la exclusividad emocional"; sin embargo, lo que se considera infidelidad depende de los valores de cada uno de los integrantes de la pareja y del tipo respecto al espacio de exclusividad, para algunos es algo "normal" que puede darse y va con la idea de que la monogamia es antinatural, esto como una racionalización de la infidelidad; otros piensan que mientras uno no se comprometa emocionalmente se puede tener una aventura sexual sin ser infiel, lo que no es cierto puesto que de todas formas viola el acuerdo monogámico

de la pareja y porque muchas personas, especialmente las mujeres, terminan involucrándose emocionalmente en la relación extramarital, con consecuencias muy difíciles de manejar que pueden llevar a destruir una situación de pareja a todas luces rescatable.

Infidelidad y género

El engaño masculino, si puede incomodar mucho a la pareja, en habitual es mejor tolerada que la femenina, esta última choca con una índice de ideologías culturales según los cuales la infidelidad masculina es tan innato como la fidelidad femenina, he escuchado a hombres, que han sido infieles no una sino muchísimas veces, decir que no pueden avanzar al ser expuestos a la traición o al engaño femenino, pues en absoluto nunca pensaron que esto pueda pasar; de alguna forma tenían totalmente idealizada a su esposa, y en la actualidad no podrían estar junto a una mujer a la que se le considera una cualquiera (Salgado, 2003).

La infidelidad femenina generalmente va asociada a la desilución en la relación, a la falta de satisfacción sexual, y algunas veces puede ser una forma de desquite; otras veces ocurre que las damas, para justificar la infidelidad, crea todo un romance de película que la lleva a convencerse que esta locamente enamorada de su amante, lo que es falso en la mayoría de los casos, el amor que cree sentir por su amante puede ser producto de las distorsiones que acompañan el estado de enamoramiento, en el cual, se magnifica lo "positivo", se minimiza lo "negativo" y se percibe lo correspondiente al creencia romántica que domina en ese momento (Salgado, 2003).

Causas de la infidelidad

Para (Caudillo y Cerna, 2007) las causas están más en los aspectos emocionales, tales como:

- ✚ Las equivocaciones en la comunicación en la pareja (Caudillo y Cerna, 2007).
- ✚ Falta de conexión sexual que repercute en la insatisfacción sexual (Caudillo y Cerna, 2007).
- ✚ Descuido de la pareja (Caudillo y Cerna, 2007).
- ✚ Pánico a tener una relación duradera (Caudillo y Cerna, 2007).
- ✚ Miedo a la intimidad monogámica (Caudillo y Cerna, 2007).
- ✚ Venganza (Caudillo y Cerna, 2007).
- ✚ Aislamiento emocional (Caudillo y Cerna, 2007).
- ✚ Nuevas aventuras (Caudillo y Cerna, 2007).
- ✚ Falta del vínculo emocional por situaciones de desequilibrio personal (Caudillo y Cerna, 2007).
- ✚ Dificultades en el manejo de las relaciones interpersonales (Caudillo y Cerna, 2007).

Prendes (2019, párr. 7) indica que la traición nace en las tentaciones o impulsos pero son diversos, aunque cada caso tiene elementos peculiares, en las consultas se recalca una y otra vez los mismos motivos; Robert Weiss, uno de los más acreditados psicoterapeutas estadounidense especialista en relaciones de pareja, ha establecido, para la publicación *Psych Central*, una serie de las causas psicológicas subyacentes en los casos de adulterio o engaño que ha examinado durante 20 largos años de experiencia clínica que se podrían dar de manera sincrónica. La monogamia jamás ha sido aprobada, por ende, la persona nunca ha tenido la intención de ser monógamo, a pesar de haberse casado o haber aceptado un compromiso (Prendes, 2019, párr. 8).

- La pareja no brinda lo suficiente: es algo muy habitual para ser infiel, la persona descubre que su cónyuge no le atribuye lo idóneo en el amor, las circunstancias y el momento en el que se encuentre la pareja será el mejor juez para notar que esa atención requerida solo recibe la familia del cónyuge, los niños y los compañeros de trabajo (Prendes, 2019, párr. 9).
- El amor se ha desvanecido: La persona infiel divisa equivocadamente que el afecto se ha terminado en la relación, porque ya no hay la pasión sexual y sentimental que las parejas viven al inicio de su relación donde el enamoramiento está a pedir de boca (Prendes, 2019, párr. 10).
- Existe un vacío emocional: Si la relación es insaciable pues lo más común sería que uno de los individuos termine siendo infiel, en especial si uno de los dos uno de ellos provoca distanciamiento de familiares y amigos cercanos, dando como resultado las relaciones sexuales y el coqueteo con el afán de llenar ese vacío emocional (Prendes, 2019, párr. 11).
- De ante mano se sabe que ya no se quiere a la pareja cuando se desea a otra persona en la intimidad: normalmente cuando ya no se desea a la pareja se busca a un sustituto quien releve al cónyuge una vez que la decisión ha sido tomada, esto se hace con anterioridad para después comunicarle a la pareja que la relación se da por finalizada; la mayor parte de veces se lo hace de manera instintiva pero se lo hace (Prendes, 2019, párr. 12).
- Sentiré inestable: quien ha sido infiel es por el simple hecho de que no se siente en las mismas condiciones en lo que se refiere a su pareja, pues se siente menos agraciado, envejecido, con baja remuneración de dinero; convirtiendo a la infidelidad en la salida fácil para reivindicar su atractivo en el mundo amoroso, e incrementar su orgullo al calificarse deseable; pero lo que no se toma en cuenta es que el remordimiento no tarda en llegar (Prendes, 2019, párr. 13).

- **Aburrimiento:** a pesar de que la relación puede verse estable sin motivo una de las personas se fastidia y desea intentar algo exclusivo descubriendo lujuria y placer en una relación anónima o confidencial (Prendes, 2019, párr. 14).
- **Tomar venganza:** hay parejas que traicionan como desquite por el proceder inaceptable del cónyuge, mismo que puede venir de una presunción de infidelidad que cómo conclusión nos da un engaño como revancha a lo sospechado, obviamente antes de entablar un diálogo (Prendes, 2019, párr. 16).
- **Trauma no resuelto:** muchas investigaciones apuntan a que personas con traumas en la niñez como: maltrato físico, sexual, desatención emocional, tienden a ser infieles a sus parejas (Prendes, 2019, párr. 17).
- **Expectativas irracionales que el cónyuge ofrece:** son el tipo de pareja que anhelan ser consentidas todo el tiempo por su cónyuge en todo lo que desean exigiendo que se satisfagan todas sus necesidades (Prendes, 2019, párr. 18).

Crisis: una oportunidad de cambio

Para Jaramillo (2014) quien experimenta una traición o engaño hace un “alto “en su camino, un alto violento, la mayoría de las veces imprevisto; la confianza se rompe en mil pedazos, se remueve la seguridad, y comienza la angustia, el temor y, a veces, el temor a la incertidumbre, al futuro, a la vergüenza, al "qué será de mí”, lo primero que se destaca es la culpa, sin darse cuenta de que esta había estado "viviendo" dentro de la relación por muchos años.

En diferentes relaciones, como son las de amor y odio, la falla siempre está presente, y la experiencia de la infidelidad es un campo abonado para que ella tome todo el terreno; cuando las relaciones están en un punto muerto, o en un círculo que se manifiesta, es como un abismo sin fin, no se toca fondo, ni se llena con nada, sin ser

conscientes, se pone una sobrecarga al otro para que colme ese vacío, es decir, se le proyecta a la otra persona (Jaramillo, 2014).

Aquel que al principio del romance encajaba con la media naranja, se vuelve ahora una manzana y no se acopla con la otra o el otro, parece encontrarse el espejismo de saciar ese vacío; si la relación con la amante se termina, el dichoso vacío continúa, y comenzará otra búsqueda para, nuevamente, tratar de llenarlo; pero si la experiencia de infidelidad es acompañada por un terapeuta o alguien idóneo, puede orientar a la pareja hacia la posibilidad de reevaluar las necesidades que cada uno tiene y, al mismo tiempo, aprender a asumirlas y dejar de echarle la culpa al otro del vacío que se siente (Jaramillo, 2014).

El Impacto Psicológico de la infidelidad

Todas son modificaciones de la infidelidad va más allá de la pérdida de tu pareja siendo esta la pérdida de uno mismo, la cual es muy complicada de reconocer en cualquiera de sus formas, porque ninguna de ellas es perceptible; sin embargo, aunque por fuera se aparente ser la misma persona ante los demás, por dentro es posible que el dolor a la pérdida te esté consumiendo (Spring, 2015).

Spring (2015) nos manifiesta que existen 9 modelos distintos de pérdidas que la persona afectada puede percibir dando la sensación de que ha perdido su:

1. Identidad (Spring, 2015).
2. Sensación de ser especial (Spring, 2015).
3. Amor propio al degradarte y renunciar a tus valores básicos para conseguir que tu pareja regrese (Spring, 2015).
4. Amor propio por fracasar en reconocer que has sido agraviado (Spring, 2015).
5. Control sobre tus pensamientos y acciones (Spring, 2015).

6. Sensación fundamental de orden y justicia en el mundo (Spring, 2015).
7. Fe religiosa (Spring, 2015).
8. Conexión con los demás (Spring, 2015).
9. Sensación de propósito, incluso la voluntad de vivir (Spring, 2015).

Dancygier (como se citó en Gordon y Baucom, 1999) presentan estas conductas como oposición a la manifestación de la infidelidad:

Dancygier (2019) **Cognitivas:** las primordiales reacciones de la persona traicionada son comentarios mal sanos sobre lo acontecido, lo que se convierte en una ansiedad incontrolable que obviamente imposibilita la capacidad de concentrarse y de llevar a cabo las tareas diarias; otra reacción ante la infidelidad vivida es en la manera de ver al infiel y a la relación donde se destruyó la confianza tanto en la pareja actual como las futuras ya que la mayoría de veces se proyectara lo vivido evitando sentir confianza en la relación.

Dancygier (2019) **Conductuales:** como es de esperar se puede manifestar conductas agresivas hacia la pareja o a la tercera persona, el comportamiento más normal es el evitar a toda costa al infiel tomando la decisión de ruptura y separación, como escape al dolor generado por el engaño; sumando a esto una vigilancia constante para poder evidenciar que la traición se ha terminado, y dejando así al sobre control de la pareja de manera obsesiva con indagaciones continuas de lo ocurrido desencadenando cierta agresividad.

Dancygier (2019) **Emocionales:** el sufrimiento emocional es inconmensurable, aparecen sentimientos de ira, de rabia, de vergüenza, de ridículo, de depresión, de ansiedad, de sentimiento de ser víctima de alguien muy querido, entre otros; la exposición a veces puede desembocar en una depresión asociada a la pérdida del amante, de la pareja, o a la variación de un statu quo que le era muy beneficioso, es conveniente que el infiel sepa que estas reacciones son consecuencia de sus actos y que no son extrañas ni incomprensibles y que pueden durar por un largo periodo de tiempo, ya que poner una etiqueta como trauma o trastorno por estrés postraumático puede servir para este fin.

Dancygier (2019, párr. 5) nos comenta que la persona engañada ha perdido la estabilidad emocional sobre la que podía realizar la examinación de nuevas conductas y obtener seguridad y apoyo en las dificultades que se presenten en su vida; esa pérdida es la que produce las reacciones que se han comentado, que son tan fuertes como las que se dan en el trastorno por estrés postraumático, porque de forma similar a lo que ocurre en el trastorno antes mencionado, el traicionado siente que sus relaciones en el mundo ya no son seguras y que cualquier persona puede hacerle daño, proyectando en futuras relaciones su trauma, puesto que se lo ha hecho la persona que más amaba, en quien más confiaba y que se había comprometido a ayudarla en todas las circunstancias.

Considerarlo de esta forma se ofrece la ventaja de que se puede hacer ver al infiel las consecuencias de la infidelidad, indicándole que ha producido a la pareja un trauma y, además, se le puede indicar que las reacciones que tiene son consecuencia del trauma producido por su acto y, en este sentido, son normales y no patológicas (Dancygier, 2019, párr. 5).

GLOSARIO DE TÉRMINOS

Autonomía: Se define como la actitud de una persona en su forma habitual de pensar, amar, sentir, y comportarse consigo mismo (Alcántara J., 2001, p.17).

Crisis: Nos referimos al punto o momento exacto en el que la persona vive la situación traumática que le va a llevar a ese "renacimiento" interno; dicha crisis puede ser la muerte de un ser querido, un divorcio, una experiencia cercana a la muerte, una guerra, entre otras, estas circunstancias llevan a la persona a pasar por una etapa de depresión o catarsis (Arrabal, 2018).

Desencanto: Proceso por el que atraviesa la pareja cuando la idealización del otro se termina por completo y se empieza a notar su imperfección, sus defectos, o simplemente

cuando se nota que esa persona es incapaz de brindar todo lo que se pretende, no es más que la desilusión hacia la pareja ya que todo lo perfecto que se creía dejó de serlo (Navicelli, 2017, párr. 12).

Emociones: Son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, persona, lugar, suceso o recuerdo importante; psicológicamente, las emociones alteran la atención, hacen subir de rango ciertas conductas guía de respuestas del individuo y activan redes asociativas relevantes en la memoria (Alcalá, 2015).

Infidelidad: Es la relación afectiva y/o sexual de una persona con otra que no es la que socialmente se considera como su pareja, es decir con alguien que no está considerado como pareja oficial o público de una pareja (Cañamares, 2009, pág. 11).

Personalidad: La personalidad engloba todas aquellas características, atributos y procesos psicosociobiológicos cuya interrelación e integración posibilita identificar a cada persona como individuo único y diferente de los demás (Bermúdez, 2014).

Recuperación: Es una forma de recuperación de uno mismo que consta en reconstruir el autoestima, aprender a poner límites, desarrollar más flexibilidad, recuperar la alegría y encontrar un propósito (Eguiluz, 2014).

Relación: Crear vínculos sentimentales de tipo romántico que une a dos personas, en los cuales se asume que se puede confiar cuando se necesita apoyo incondicional (Pérez y Gardey, 2014).

Resiliencia: La resiliencia en el ámbito de la psicología se entiende como la capacidad que posee la persona para hacer frente a sus propios problemas, superar los obstáculos y no desistir a la presión, independientemente de la situación (Linares, 2015).

Perdonar: Es el compromiso que parte de los pensamientos, sentimientos, sensaciones y emociones que no condicionan forzosa a la conducta y que lo importante es la modificación de la misma, que finalmente llevará a un cambio en los pensamientos,

sentimientos, sensaciones y emociones; por eso, perdonar no es contingente con la reducción o cese total de los pensamientos o sentimientos “negativos”; no es un estado afectivo o una condición emocional ni una colección de pensamientos y sentimientos; perdonar es una conducta libremente elegida de compromiso y determinación (Zettle y Gird, 2008).

CAPITULO II

METODOLOGÍA

TIPO DE INVESTIGACIÓN

Campo: Podría decirse que “Las técnicas específicas de la investigación de campo, tienen como finalidad recoger y registrar ordenadamente los datos relativos al tema escogido como objeto de estudio” (Baena, 2014, p.12).

La investigación se realizó en la empresa “Ecu Matriz”, lugar donde ocurren los hechos, donde el investigador tuvo contacto directo con el personal recopilando información veraz y precisa en base a la realidad de cada persona.

Bibliográfica: Para Guillermina Baena (1985) licenciada en Ciencias de la Información nos dice que “La investigación bibliográfica o documental es una técnica que consiste en la selección y recopilación de información por medio de la lectura, crítica de documentos y materiales bibliográficos, de bibliotecas, hemerotecas y centros de documentación e información”.

Es por esta razón que la información requerida fue seleccionada en su mayoría de diferentes libros, sitios web, revistas, artículos científicos, entre otros. El propósito es el de ampliar el conocimiento del tema de estudio.

DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Transversal no experimental: se especializa en recolectar datos en un momento determinado, sus objetivos son describir variables, analizar su incidencia, y las posibles interrelaciones que existan entre variables de interés (Díaz, 2009, p.122).

Los datos de la resiliencia estudiados fueron en el periodo comprendido entre marzo 2018 a marzo 2019 analizando las principales características de la variable de estudio.

NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN

Exploratoria: Ruiz (como se citó en Grande y Abascal, 2009) la investigación exploratoria persigue una aproximación a una situación o problema, se desarrollan, en general, cuando los investigadores no tienen conocimientos profundos de los problemas que están estudiando (párr. 5).

En la empresa Ecu Matriz no existen estudios minuciosos respecto a la resiliencia e infidelidad de pareja, siendo el principal problema que afecta al personal de la empresa en la actualidad.

Descriptiva: comprende la descripción, registro, análisis, e interpretación de la naturaleza actual, composición o procesos de los fenómenos, el enfoque que se hace sobre conclusiones dominantes, o sobre cómo una persona, grupo o cosa, se conduce o funciona en el presente; la investigación descriptiva trabaja sobre realidades y su característica fundamental es la de presentarnos una interpretación correcta (Rodríguez, E., 2005, p.25).

Este nivel de investigación ayuda a describir las características de la resiliencia, mediante la aplicación de métodos y técnicas para la recolección de información primaria y secundaria que será procesada.

POBLACIÓN Y MUESTRA

POBLACIÓN

La población de esta investigación fueron 200 trabajadores de la empresa “Ecu Matriz”.

MUESTRA

La muestra fue de 63 personas, quienes fueron seleccionadas mediante criterios de inclusión y exclusión, donde 15 son mujeres y 48 son hombres, los mismos que experimentaron infidelidad de pareja.

Los criterios de inclusión

- Personal de la EMPRESA “ECUA MATRIZ”.
- Personal que confirmaron en el cuestionario haber sufrido de infidelidad.

Los criterios de exclusión

- Personal de la EMPRESA “ECUA MATRIZ”.
- Personal que no confirmo en el cuestionario haber sufrido de infidelidad.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

TÉCNICAS

Encuesta: Según (Alvira, 2011, p.14) revela que la encuesta es un instrumento de detención de datos organizados lo que respalda en la información recolectada y que no debería de utilizarse más que en específicas ocasiones en las que la información deseada este estructurada en la población como objeto de estudio, y sea útil.

Pruebas psicométricas: Las técnicas psicométricas quedan englobadas dentro del proceso de evaluación psicológica; el proceso evaluativo utiliza las pruebas psicométricas como instrumentos de medida con el objetivo de alcanzar una información más amplia del sujeto, que le permita al investigador, crear hipótesis de trabajo, que orienten su proceder evaluativo y diagnóstico (Bautista, Bravo, Cappuccio y Montaner, 2017).

Esta técnica permitió obtener datos confiables y válidos del personal que goza de una relación de pareja y que haya experimentado infidelidad de pareja.

INSTRUMENTOS

Cuestionario de infidelidad: este fue creado por el investigador de la tesis, Juan Salinas, en 2018 con el propósito de recopilar datos de las personas que han sufrido de infidelidad, mismo que puede ser aplicado de manera colectiva ya que es de fácil uso y comprensión.

Escala de Resiliencia de Wagnild y Young: uno de los principales instrumentos para la elaboración de esta tesis fue establecida en 1988 por Wagnild, G. y Young, H y reexaminada en 1993 en Estados Unidos, además fue habituada o cambiada en 2002 para Perú por Novella, adecuación de la cual se obtuvo la información para obtener datos confiables de la escala utilizada en la presente tesis (Molina, H. 2017, p.50).

- Ficha técnica

Nombre: Escala de Resiliencia (Molina, H. 2017, p.50).

Autores: Wagnild, G. Young, H. (1993); (Molina, H. 2017, p.50).

Procedencia: Estado Unidos (Molina, H. 2017, p.50).

Adaptación peruana: Novella (2002); (Molina, H. 2017, p.50).

Administración: Individual o colectiva (Molina, H. 2017, p.50).

Duración: Aproximadamente de 25 a 30 minutos (Molina, H. 2017, p.50).

Aplicación: Para adolescentes y adultos (Molina, H. 2017, p.50).

Significación: La Escala evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción (Molina, H. 2017, p.50).

Molina (2017, p.50) menciona que la escala se constituye de 25 ítems, mismos que puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo, y 7 es completamente de acuerdo. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el

ítem, ya que todos los ítems son calificados positivamente; los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia (Molina, H. 2017, p.50).

Salazar, M. (como se citó en Baradacco, 2013) comenta que el rango general de puntajes varía entre 25 y 175 puntos, los mismos que a través de una adaptación validada en Perú (población paralela a la muestra) establecen niveles de resiliencia:

- Baja resiliencia de 25 a 90 puntos (Badaracco, 2013).
- Mediana resiliencia de 91 a 103 puntos (Badaracco, 2013).
- Alta resiliencia de 104 a 175 puntos (Badaracco, 2013).

La escala engloba dos factores que son:

- La competencia personal (Wagnild y Young, 1993).
- La aceptación de uno mismo y de la vida (Wagnild y Young, 1993).

TÉCNICAS PARA PROCESAMIENTO E INTERPRETACIÓN DE DATOS

Los datos que se obtuvo de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young se procesaron con el paquete estadístico SPSS versión 24.0.

CAPITULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación, se presenta los resultados obtenidos de la investigación realizada en la empresa “Ecuá Matriz” de la ciudad de Ambato, utilizando el cuestionario de infidelidad y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), que permitió evaluar el nivel de resiliencia.

Tabla 1. Cuestionario de infidelidad

Mujeres	15	24%
Hombres	48	76%
TOTAL	63	100%

Fuente: Empresa “Ecuá Matriz”

Elaborado por: Juan Salinas

Análisis: En la empresa “Ecuá Matriz” existen 15 mujeres que representan el 24% de las personas que han experimentado infidelidad y 48 hombres que equivalen al 76%, es decir que el mayor número son los hombres quienes han sido víctimas de infidelidad.

Interpretación: Gracias al análisis realizado se pudo identificar el número exacto de hombres y mujeres que han sufrido de infidelidad, donde según los resultados obtenidos claramente se puede ver que la mayoría de personas que han sufrido de infidelidad son hombres, y dejando a las mujeres como un grupo pequeño con respecto a ser víctimas de la infidelidad de pareja.

Tabla 2. Cuestionario de respuestas de la escala de resiliencia ER

Niveles	Alto		Medio		Bajo		Total, personal
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	
Resiliencia	8	13	19	30	36	57	63

Fuente: Empresa “Ecuá Matriz”

Elaborado por: Juan Salinas

Análisis: Se comprobó que en la muestra evaluada de 63 personas que han experimentado infidelidad quienes presentan un nivel alto de resiliencia corresponden al 13%, teniendo un 30% de quienes alcanzan un nivel medio y 57% de ellos un nivel de resiliencia bajo.

Interpretación: En base al análisis realizado se pudo detectar que del personal que ha sufrido infidelidad de pareja la mayoría tiene un nivel bajo de resiliencia ante la situación presentada.

Tabla 3. Cuestionario de respuestas de la escala de resiliencia ER Hombres

Niveles	Alto		Medio		Bajo		Total, hombres
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	
Resiliencia	5	10%	15	31%	28	58%	48

Fuente: Empresa “Ecuá Matriz”

Elaborado por: Juan Salinas

Análisis: Se comprobó que en la muestra evaluada de 48 hombres que han experimentado infidelidad quienes presentan un nivel alto de resiliencia corresponden al 10%, teniendo un 31% de quienes alcanzan un nivel medio y 58% de ellos un nivel de resiliencia bajo.

Interpretación: Los resultados obtenidos claramente nos permite visualizar que el nivel de resiliencia en hombres que han sufrido de infidelidad del personal de la empresa “Ecuá Matriz” tienen un nivel bajo de resiliencia para afrontar la situación.

Tabla 4. Cuestionario de respuestas de la escala de resiliencia ER Mujeres

Niveles	Alto		Medio		Bajo		Total, mujeres
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	
Resiliencia	3	20%	4	27%	8	53%	15

Fuente: Empresa “Ecuá Matriz”

Elaborado por: Juan Salinas

Análisis: Se comprobó que en la muestra evaluada de 15 mujeres que han experimentado infidelidad quienes presentan un nivel alto de resiliencia corresponden al 20%, teniendo un 27% de quienes alcanzan un nivel medio y 53% de ellos un nivel de resiliencia bajo.

Interpretación: Los resultados obtenidos claramente nos permite visualizar que el nivel de resiliencia en mujeres que han sufrido de infidelidad del personal de la empresa “Ecu Matriz” tienen un nivel bajo de resiliencia ante este tipo de situaciones.

GUÍA PSICOEDUCATIVA PARA LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA “ECUA MATRIZ”

INTRODUCCIÓN

Guía Psicoeducativa dirigida al personal de la empresa “Ecuamatrix” con baja resiliencia que han sufrido de infidelidad. La guía fue diseñada para mejorar su calidad de vida y por ende su ambiente familiar y laboral permitiéndoles avanzar notablemente en el desarrollo de sus actividades. Dejando como primer impacto personas emocionalmente estables, y bajando en gran cantidad la probabilidad de un accidente laboral a consecuencia de esto.

Se plantea en base a los resultados obtenidos del 57% de baja resiliencia en el personal que ha sufrido de infidelidad, para ofrecer información sobre la situación que están atravesando como: posibles afectaciones biopsicosociales, y alternativas encaminadas al problema. Tiene un fundamento científico basado en técnicas psicoeducativas de las corrientes psicológicas del humanismo, cognitivo – conductual, y Gestalt.

OBJETIVOS

PARA LA GUÍA PSICOEDUCATIVA

-  Promover información para mejorar los aspectos psicológicos y sociales, con el fin de cumplir la recomendación terapéutica prescrita.

-  Reconocer los síntomas de alerta en caso de recaídas y desarrollar actitudes necesarias para procurar una mejor calidad de vida.

-  Priorizar el autocuidado y formación de autoestima del personal para así lograr superar la infidelidad.

Taller # 1. ASUMIR LA REALIDAD

OBJETIVO: Aceptar las cosas como son para lograr un equilibrio emocional.

TÉCNICA: Meditación de consciencia plena (André, 2013).

AUTOR: Christophe André (2013)

LUGAR: Un salón amplio con buena iluminación y confortable que permita a los participantes estar a gusto.

Para André (2013, párr. 2,3) la meditación de consciencia plena se basa en enfocarse en el momento actual, en las propias sensaciones y percepciones internas, también es una práctica capaz de influir de manera positiva en la salud, en especial en la reducción de la ansiedad emocional. A demás menciona que ser plenamente consciente de las propias sensaciones, emociones y pensamientos en el instante actual lo que favorece un estado mental que previene el estrés y la depresión (André, 2013, párr. 1).

Kabat-Zinn, J. (2009, párr. 5) no dice que meditar a través de la atención plena nos permite aprender a salir de esta corriente; significa sentarnos a su orilla, escucharla, aprender de ella y, a continuación, utilizar su energía para que, en lugar de dominarnos, nos sirva de guía.

DESARROLLO: Lo primero que hay que tener claro cuál es la situación ante la cual cada uno de los participantes están enfrentando, en este taller van a lograr entender que de nada vale sumirse en el dolor y en la injusticia de lo sucedido porque todas las cosas pasan por alguna razón y todo se puede superar siempre y cuando se tenga la confianza y el amor propio, no es cuestión de obsesionarse y buscar enemigos donde no los hay (Romero, s.f.).

Taller # 2. GESTIONAR EL DOLOR

OBJETIVO: Comprender que te sucede y generar el tiempo y el espacio necesario para gestionarlo.

TÉCNICA: Técnica Centrada en Soluciones (TCS) (Pérez, 2018).

AUTOR: Psicólogo Francisco Pérez

LUGAR: Un salón amplio con buena iluminación y confortable que permita a los participantes estar a gusto.

Pérez (2018) habla de que la terapia centrada en soluciones (TCS) es aquella intervención cuyo foco de atención son las soluciones, más allá de los propios problemas. Así, se basa en el estudio de las soluciones que se han utilizado hasta el momento frente a una determinada problemática, para acabar en probar nuevas soluciones y, por tanto, obtener resultados novedosos (párr. 1).

El propósito de esta terapia es buscar una nueva solución para un problema que se tiene o se repite, la idea es utilizar el pensamiento racional, lógico y analítico en la resolución de problemas (Pérez, 2018, párr. 5). Nos preguntaremos como hacerlo pues se tiene que plantear metas terapéuticas explícitas, estudiando intentos de solución anteriores, buscando información sobre excepciones aquellos momentos en los que el problema debería aparecer, pero no lo hace buscando soluciones alternativas y aplicando soluciones nuevas (Pérez, 2018, párr. 6). Es importante entender y aceptar que todos los problemas tienen una solución, esa es la primera premisa de este enfoque, aunque muchas veces nos centramos en aplicar la misma solución a un problema, siguiendo el refrán: «el hombre es el único animal que tropieza dos veces con la misma piedra» (Pérez, 2018, párr. 7).

DESARROLLO: Durante el taller habrá un espacio para desahogarse y dejar salir la furia o la ira que se lleva en el corazón guardado desde hace mucho tiempo, el guía del taller ayudará a reflexionar a cada uno sobre la situación con palabras que permitan alentar y gestionar este dolor, argumentando que quedarse demasiado tiempo lamentándose por lo que paso no le va a solucionar nada, si desea entender cómo superar una infidelidad, pues el tiempo gastado a “sentirse mal” debe ser limitado (Pérez, 2018).

Taller # 3. PERDONAR

OBJETIVO: Dejar atrás el rencor y el resentimiento para mejorar la salud y la paz mental.

TÉCNICA: REGULACIÓN EMOCIONAL (Bisquerra, 2020).

AUTOR: Rafael Bisquerra (2020)

LUGAR: Un salón amplio con buena iluminación y confortable que permita a los participantes estar a gusto.

La regulación emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas (Bisquerra, 2020, párr. 1).

El principal objetivo de la regulación de emociones y sentimientos, es la regulación emocional propiamente dicha, esto significa aceptar que los sentimientos y emociones a menudo deben ser regulados, lo cual incluye: regulación de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo); tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, estrés, ansiedad, depresión); perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades; capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo pero de orden superior, entre otras (Bisquerra, 2020, párr. 3).

DESARROLLO: En este taller se comprenderá que para superar una infidelidad es necesario perdonar, se logrará fomentar en el personal la habilidad para desafíos con las emociones que crea, esto implica estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales (Bisquerra, 2020, párr. 4).

Al perdonar se sana la persona afectada ya que quien engañó pues dañó su imagen, pero el poder del amor la reconstruye y no interesa en absoluto si la otra persona merece su perdón, se trata de que usted se despoje de todo lo malo que experimentó (Bisquerra, 2020).

Taller # 4. “ACENTUAR LO POSITIVO”

OBJETIVO: Lograr que el personal elimine las barreras impuestas por ellos mismos, valoren el concepto que tienen de sí mismos mediante el intercambio de comentarios y tratando de definirse con cualidades positivas.

TÉCNICA: Autocontrol (Gracia, 2017)

AUTOR: Rocío Gracia Tribaldo (2017)

LUGAR: Un salón amplio con buena iluminación y confortable que permita a los participantes sentirse bien y comentar.

Autocontrol es la habilidad que permite controlar las emociones, los impulsos y las conductas, permitiendo así alcanzar los sueños y objetivos, el autocontrol es necesario para desempeñar con éxito la mayoría de las facetas en la vida, como por ejemplo estudiar, trabajar, educar, conservar las relaciones (Gracia, 2017, párr. 2).

Según Gracia (2017) el autocontrol es como una especie de regulador que tiene como objetivo mantener un equilibrio y estabilidad, tanto a nivel interno como externo; cuando este funciona correctamente, permite controlar los impulsos y deseos que marcan las metas planteadas. Por ejemplo, si quieres aprobar un examen, es necesario que te quedes en casa estudiando, para ello debes controlar el impulso de salir de fiesta, aunque insistan tus amigos; por otra parte, gracias al autocontrol podemos conservar el trabajo ya que no es permitido que la depresión y el dolor ganen realizando las tareas encomendadas correctamente y con los cinco sentidos (Gracia, 2017, párr. 3).

DESARROLLO: En la actual sociedad en la que vivimos siempre nos han educado con la idea de que no es "correcto" el autoelogio o, para el caso, elogiar a otros, con este taller se intenta lograr un cambio de actitud al formar grupos de dos o tres personas que compartan cualidades y atributos físicos que les agrada de sí mismos (Gracia, 2017).

En este ejercicio, cada persona le da a su compañero la respuesta, no se permiten comentarios negativos; si las personas no han encontrado cualidades positivas se necesitará de la intervención de la persona que emita el taller para que puedan iniciar el ejercicio (Gracia, 2017).

Taller # 5. RECUPERAR LA CONFIANZA EN SÍ MISMO

OBJETIVO: Lograr que las personas confíen en sí mismas y logren llevar el control sobre sus vidas siendo capaces de hacer lo que planean y esperan.

TÉCNICA: Coaching Motivacional (Mesa, 2015)

AUTOR: Julian Mesa (2015)

LUGAR: Un salón amplio con buena iluminación y confortable.

Mesa (2015) habla sobre el coaching motivacional, y nos dice que este de suma importancia en la actualidad para empresas y de uso personal; ¿Sabemos qué es eso del coaching y que tanto se oye últimamente?. Pues se trata de un proceso durante el cual un coach realiza un acompañamiento enfocado a cambiar y a desarrollar a las organizaciones, equipos y personas, de tal manera que se logre conseguir un determinado objetivo prefijado, para esto se aplican las técnicas necesarias bajo un plan elaborado con el coachee (persona o grupo que recibe el coaching), el coach puede ser un miembro de la propia organización o puede ser alguien externo a ella, depende de la decisión que tome la dirección (Mesa, 2015, párr. 1).

Beneficios del coaching motivacional

1. Desarrolla la consciencia de dónde se encuentra y a dónde podría llegar con planes motivacionales que incentiven a los trabajadores a cumplir los objetivos (Mesa, 2015).
2. Eleva la autoestima de las personas (Mesa, 2015).
3. Se fomenta la creación de un mejor clima laboral (Mesa, 2015).
4. Se consigue que sea cual sea el estado de ánimo de los trabajadores, todos tengan un motivo por el que realizar su tarea (Mesa, 2015).
5. Refuerzo y crecimiento de la productividad total de la organización (Mesa, 2015).

DESARROLLO: En el siguiente taller se logrará recuperar la confianza del personal, lo que tiene que hacer la persona que ha sufrido una infidelidad, nadie ha dicho que los fracasos sean malos, pero eso te mostro otro panorama que disfrutaste más de lo que imaginabas, piensa en un error que hayas cometido, pero que después resulto en algo positivo (Mesa, 2015).

DISCUSIÓN

En relación a los datos sociodemográficos de este estudio se señala que el 24% son mujeres y el 76% son hombres los que han experimentado una infidelidad datos que son corroborados en el estudio de Mayorga en el año 2015 “Rasgos de personalidad y su influencia en la infidelidad de las personas de 18 a 50 años de edad que acuden al centro de terapia psicológica integral de la ciudad de Ambato (Mayorga, 2015), los resultados mostraron la evidencia de que la mayoría de hombres han sufrido infidelidad por lo menos una vez en su vida. La investigación también se centró en datos de la empresa “Ecu Matriz” basados en la escala de Wagnild y Young y sus niveles de resiliencia, datos que se describen a continuación:

Según la escala de Wagnild y Young (1993) se estableció que en la muestra evaluada de 63 personas que han experimentado infidelidad la mayoría presentó un bajo nivel de resiliencia, siendo solo el 13% de ellos que alcanzó un nivel alto, teniendo al 30% de estas personas con un nivel medio y dejando un alto resultado del 57% de ellos con un nivel bajo de resiliencia ante la infidelidad. Esta información es mencionada en el estudio de esta información está basada en el estudio de Aceituno (2014) en el cual los resultados obtenidos, indican que en promedio las personas entre veinte y treinta años poseen un nivel bajo de resiliencia correspondiendo al 80%, siendo el 20% quienes mostraron un nivel de resiliencia alto.

Aceituno (2014) mostro que los bajos niveles de resiliencia ocasionan una lenta recuperación luego de la infidelidad, datos que son verificados en el año 2014 en su estudio “Nivel de resiliencia en un grupo de mujeres de veinte y treinta años luego de la ruptura en el noviazgo” en donde las personas que han sufrido una infidelidad poseen una baja resiliencia y atraviesan por un proceso difícil de recuperación emocional, por lo cual acuden en busca de ayuda profesional.

En un estudio realizado por Alice Walker en el año 2019, “La verdadera razón por las que las mujeres engañan a su pareja” ella es una profesora asociada de Sociología en la State University de Missouri, tiene la teoría de que las mujeres engañan mucho más a

sus parejas que los hombres, asegura que muchas más mujeres de las que se cree están en este momento engañando a sus parejas ya sea en su trabajo o en sus diversas actividades cotidianas, ya que se sienten más libres de engañar; además, según afirma la autora, cree que muchas de ellas lo ven como un ejercicio de empoderamiento, el hecho de seguir bajo el paradigma de una relación matrimonial machista en la que es él quien la recibe en el altar o quién paga la cena, sigue pesando muchísimo a la hora de acabar engañando a su marido (Walker, 2019, párr. 3).

De acuerdo con Walker (2019) y con toda esta información se corrobora al estudio que se ha realizado en el que las mujeres en la actualidad son más infieles que los hombres, los resultados observados en la presente investigación revelan que el 76% de hombres han sufrido infidelidad siendo el mayor porcentaje las mujeres quienes han sido infieles, por diferentes motivos que han tenido dentro de su relación de pareja.

CONCLUSIONES

- De acuerdo al personal que ha experimentado infidelidad de pareja, se identificó que existen 63 trabajadores que han sufrido infidelidad de una población de 200 personas, siendo 15 mujeres que representan el 24% del personal y 48 hombres que representan el 76%, evidenciando a los hombres como la mayoría que han experimentado una infidelidad.
- Respecto a los niveles de resiliencia en el personal de la empresa “Ecuamatrix”, quienes han sufrido de infidelidad representan el 13% en el nivel alto, dejándonos un 30% en el nivel medio y el 57% en el nivel bajo, siendo este último resultado el mayor, por lo que se aduce que los trabajadores no pueden continuar hacia adelante ya que se rinden con facilidad ante las dificultades y los obstáculos.
- Se creó una Guía Psicoeducativa para el personal que ha experimentado infidelidad, con la cual se propone brindar ayuda para sobrellevar el dolor por el que están atravesando y mejorar su desempeño laboral.

RECOMENDACIONES

- La empresa “Ecuamatrix” debe brindar atención profesional enfocada a este tema para los trabajadores que han sufrido infidelidad, ya que esto afecta de manera directa en el desempeño de sus actividades y por ende en su vida social y laboral.
- Es recomendable concientizar a los Directivos de la empresa “Ecuamatrix” sobre el bienestar de los empleados, no solo en el ámbito laboral sino en sus intereses, sentimientos, necesidades, preocupaciones y dificultades por las que atraviesan, mediante el fomento de relaciones interpersonales.
- Se recomienda implementar la Guía Psicoeducativa para el personal que ha experimentado infidelidad, y así mejorar su desempeño llegando a una alianza por su bienestar en general logrando obtener un tratamiento eficaz, y empleados productivos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aceituno, A. (2014). "Nivel De Resiliencia En Un Grupo De Mujeres De 20-30 Años Luego De Laruptura En El Noviazgo." Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/publilppm/TESIS/2014/05/Aceituno-Ana.pdf>
- Aguilar, G.G. & Oblitas, L.A. (2014). *Psicología del Bienestar y la Felicidad Volumen 2. Estrategias de Psicología Positiva para aprender a sentirse bien*. Bogotá: Biblomedica Editores.
- Alcalá, A. (2015). *Genética de la emoción: El origen de la enfermedad*. Barcelona, España. Editorial: B, S.A.
- Alcántara, J. (2001). *Educación la autoestima*. España. Editorial: Ceac
- Alvira, F. (2011). *La encuesta: Una perspectiva general metodológica*. España. Editorial: Cuadernos Metodológicos
- American Psychological Association (2010). *Manual de Publicaciones de la American Psychological Association (6 ed.)*. México, D.F.: Editorial El Manual Moderno
- André, C. (2013). *Investigación y Ciencia*. Barcelona.: Prensa Científica S.A.
Recuperado de <https://www.investigacionyciencia.es/revistas/mente-y-cerebro/las-huellas-del-estr-571/la-meditacin-de-consciencia-plena-10937>
- Arrabal, E. (2018). *Resiliencia*. España. Editorial: Elearning S.L.
- Baena, G. (2014). *Metodología de la investigación*. México. Editorial: Grupo Editorial Patria
- Barrón, M. (2013). *Retos y desafíos de la educación superior*. Madrid, España. Editorial: Díaz de Santos
- Barudy, J. & Dantagnan, M. (2011). *La fiesta mágica y realista de la resiliencia infantil*. Barcelona. Editorial: Gedisa.
- Bermúdez, J. (2014). *Psicología de la personalidad : teoría e investigación*. Madrid, España. Editorial: UNED

- Bisquerra, R. (2020). Regulación Emocional [Mensaje en un blog]. Recuperado de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/competencias-emocionales/regulacion-emocional.html>
- Cañamares, E. (2005). ¿Por qué le es infiel?. Barcelona, España. Editorial: Amat
- Caudillo, C. y Cerna, M. (2007). Sexualidad y vida Humana. Mexico, D.F. Editorial: Ibero
- Centro de Escritura Javeriano. (2019). *Normas APA, sexta edición*. Cali, Colombia: Pontificia Universidad Javeriana, seccional Cali.
- Criminólogos, Criminalistas y Expertos en Ciencias Forenses. (2018). Instrumentos Psicométricos. Ecuador. Recuperado de <https://www.facebook.com/invesfo/posts/1647836765308902/>
- Dancygier, G. (20 de octubre de 2019). Efectos de la infidelidad [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://www.facebook.com/psicologodancygier/posts/2516780368546058/>
- Diaz, V. (2009). Metodología de la Investigación Científica y Bioestadísticas. Santiago de Chile. Editorial: RiL editores
- Duque, L. (2012, 16 de octubre). Caminos para la resiliencia. Previva (Prevención de conductas de riesgo para la vida). Volumen (1). Recuperado de http://www.udea.edu.co/wps/wcm/connect/udea/8053e5b2-7d04-4997-9dc0-4dcada70658f/BoletA%CC%83%C2%ADn+2_Concepto+de+Resiliencia.pdf?MOD=AJPERES
- García, R. (13 de enero de 2017). Autocontrol: Aprende a manejarlo para alcanzar el éxito. Recuperado de <https://blog.cognifit.com/es/autocontrol-tecnicas-definicion/>

- Grotberg, E. (1995, 2006). *A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit. The International Resilience Project*. La Haya, Holanda: Bernard Van Leer Foundation
- Jaramillo, P. (2014). *Infidelidad: La búsqueda del placer y el encuentro con el dolor*. Colombia. Editorial: Grijalbo
- Kabat-Zinn, J. (2009). *Leader Summaries*. Barcelona, España.: Biblioteca de libros empresariales resumidos. Recuperado de <https://www.leadersummaries.com/resumen/mindfulness>
- Mayorga, D. (2015). “Rasgos De Personalidad Y Su Influencia En La Infidelidad De Las Personas De 18 A 50 Años De Edad Que Acuden Al Centro De Terapia Psicológica Integral De La Ciudad De Ambato” (tesis de pregrado). Recuperado de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/10338/1/Mayorga%20Zapata%2C%20David%20Santiago.pdf>
- Matos, A. (s.f). *Investigación Bibliográfica: Definición, Tipos, y Técnicas* [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://www.lifeder.com/investigacion-bibliografica/>
- Mesa, J. (9 de diciembre de 2015). ¿Qué puede hacer el caching profesional por tu empresa? [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://blog.grupo-pya.com/que-puede-hacer-el-coaching-motivacional-por-tu-empresa/>
- Molina, H. (2017). “Niveles De Resiliencia En Adolescentes Recuperadas Que abandonaron El Núcleo Familiar Y Que Asisten Al Departamento De Psicología De La DINAPEN”. Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/11849/1/T-UCE-0007PPS002.pdf>
- Navicelli, V. (2017). ¿Qué es el desencanto emocional?. *Los Andes*, 10(1), Recuperado de <https://www.losandes.com.ar/article/-que-es-el-desencanto-emocional>

- Pérez, F. (3 de abril de 2018). La mente es maravillosa: ¿Cómo puede ayudarte la terapia centrada en soluciones? [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/como-puede-ayudarte-la-terapia-centrada-en-soluciones/>
- Prendes, P. (8 de junio de 2019). Los once motivos que nos conducen a la infidelidad [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://www.patriciaprendes.es/los-once-motivos-que-nos-conducen-a-la-infidelidad/>
- Rodriguez, E. (2012). Metodología de la Investigación. Juárez, México. Editorial: Univesidad de Juárez Autónoma de Tabasco
- Romero, J. (s.f.). Como superar una infidelidad [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://www.webpsicologos.com/blog/como-superar-una-infidelidad/>
- Ruiz, M. (2012). Políticas públicas en salud y su impacto en el seguro popular en Culiacan, sinaloa, México. Eumed.net. Recuperado de http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/investigacion_cientifica.html
- Salazar, M. (2017). Nivel De Resiliencia Y Riesgo Suicida En Las Pacientes De La Unidad Infanto-Juvenil Del Instituto Psiquiátrico “Sagrado Corazón” (tesis de pregrado). Recuperado de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/4530/1/UNACH-EC-FCS-PSC-CLIN-2018-0001.pdf>
- Spring, A. (2012). Después de la infidelidad: Sanando el dolor y restableciendo la confianza cuando la pareja ha sido infiel. Nashville, Tennessee, Estados Unidos de América. Editorial: HarperCollins Español
- Walker, A. (2019). La verdadera razón por las que las mujeres engañan a sus parejas [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2019-07-19/sexo-pareja-matrimonio-infiel-infidelidad_2128699/

ANEXOS



ENCUESTA



DATOS INFORMATIVOS:

Edad - _____

Sexo - _____

Estado civil - _____

INSTRUCCIONES

Esta encuesta es únicamente como objetivo académico, responda con total sinceridad.

Sus respuestas serán confidenciales.

Marque con un X las respuestas

1. ¿Su pareja le a sido infiel?

SI

NO

Si su respuesta es afirmativa continúe con el resto del cuestionario.

2. ¿Cuántas veces afirmarías que le fueron infiel?

UNO

DOS

MAS DE DOS

3. En sus relaciones anteriores a sufrido de infidelidad

SI

NO

4. Cree usted que la infidelidad afecta el desempeño laboral de las personas

SI

NO

Agradecemos por su colaboración.



CONSENTIMIENTO INFORMADO

– Respetto del empleado –



Nombre del empleado _____.

Cédula de ciudadanía (C.C.): _____.

El estudio a realizar tiene que ver con el RESILIENCIA EN LA INFIDELIDAD DE PAREJA. EMPRESA “ECUA MATRIZ” AMBATO, 2018. y será desarrollado por el egresado Juan Salinas, de la Carrera de Psicología Clínica de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Chimborazo, previa autorización del departamento de Talento Humano de la empresa “Ecuamatrix”. El objetivo del estudio es determinar la resiliencia en la infidelidad de pareja de los empleados de la empresa.

Nos gustaría que usted nos ayudara en este estudio, la participación consistirá en proporcionar datos reales a través de evaluaciones psicológicas sobre el nivel de resiliencia y encuestas de infidelidad de los empleados.

Si usted participa, la información que nos brinde será confidencial. Todos los datos proporcionados por su parte serán analizados de forma anónima con códigos numéricos dentro de la investigación. Si usted acepta participar, será libre para renunciar a la participación en el estudio en cualquier momento.

Por la rigurosidad y la ética que exige la investigación científica, la confidencialidad de las personas será manejada con la debida responsabilidad en el desarrollo del proceso, omitiendo los nombres de los empleados.

Si usted está de acuerdo en colaborar en el estudio a realizar mismo contribuirá con la ciencia en pro de la salud mental de los trabajadores, se le solicita muy comedidamente firme aceptando su gentil colaboración. Las condiciones para participar en el estudio han sido explicadas y se ha dado la oportunidad de hacer preguntas.

Yo, _____, portador de la cédula de ciudadanía _____ con mi firma abajo, doy el debido consentimiento para formar parte del proyecto de investigación con las condiciones explicadas.

Firma _____ . Fecha: _____.

– Respecto del investigador –

Yo, Juan Rodrigo Salinas Martínez, portador de la cédula de ciudadanía 180381418-3, he explicado el objetivo del estudio a los participantes y le he solicitado hacer las preguntas que crea necesario, con el fin de despejar dudas y aclarar plenamente sobre la investigación.

Firma del investigador: _____.

Fecha: _____.

Cuestionario de la escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER)



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Objetivo

Definir el nivel de resiliencia que tiene el personal de la empresa Ecu Matriz posterior a una infidelidad.

Instrucciones: Encierre con un círculo el número que usted considere oportuno, conociendo que del 1 al 3 corresponde a estar en **desacuerdo a lo planteado**, del 5 al 7 **está de acuerdo** y si selecciona el número 4 está **indeciso** sobre su respuesta.

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG (ER)

ITEMS	En desacuerdo			De acuerdo			
1.- Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7
2.- Generalmente me las arreglo de una u otra manera.	1	2	3	4	5	6	7
3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas	1	2	3	4	5	6	7
4.-Para mi es importante mantenerme interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5.- Si debo hacerlo, puedo estar solo(a)	1	2	3	4	5	6	7
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
7. Generalmente me tomo las cosas con calma	1	2	3	4	5	6	7
8.Me siento bien conmigo mismo(a)	1	2	3	4	5	6	7
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	1	2	3	4	5	6	7
10. Soy decidido (a)	1	2	3	4	5	6	7
11. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
12. Me tomo las cosas una por una	1	2	3	4	5	6	7

13. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.	1	2	3	4	5	6	7
14. Soy auto disciplinado (a)	1	2	3	4	5	6	7
15. Mantengo interés por las cosas	1	2	3	4	5	6	7
16. Por lo general encuentro de que reírme	1	2	3	4	5	6	7
17. La confianza en sí mismo (a) me permite atravesar momentos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18. En una emergencia soy alguien en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista	1	2	3	4	5	6	7
20. A veces me obligo a ser cosas me gusten o no.	1	2	3	4	5	6	7
21. Mi vida tiene sentido	1	2	3	4	5	6	7
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.	1	2	3	4	5	6	7
23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	1	2	3	4	5	6	7
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer	1	2	3	4	5	6	7
25. Acepto si hay personas a las que no le agrado.	1	2	3	4	5	6	7

Fuente: https://issuu.com/samperlina/docs/adaptaci__n_de_la_escalade_resilie