



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
Psicología

RELACIÓN ENTRE ABUSO PSICOLÓGICO APLICADO EN LA PAREJA Y
BIENESTAR PSICOLÓGICO EN USUARIAS DE UN CENTRO DE
ORIENTACIÓN FAMILIAR EN LA COMUNIDAD DE MANCHAY

TESIS PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTOR: GÜIDO EDUARDO LUCAS LOPEZ

ASESORA: MAG. MONICA ELVIRA VELASCO TAIPE

LIMA – PERÚ

2026

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD

Los egresados:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES
1.	Lucas Lopez, Güido Eduardo

(Agregar filas adicionales si hay más autores)

Pertenciente a la Facultad de Psicología, autora del trabajo titulado: **Relación entre Abuso Psicológico Aplicado en la Pareja y Bienestar Psicológico en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay**, el cual ha sido elaborado, sustentado y aprobado, según corresponda, para optar por el **título de Licenciado en Psicología** bajo la modalidad de **sustentación de tesis**.

En calidad de docentes asesores de la Universidad Peruana Cayetano Heredia:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES DEL DOCENTE	FACULTAD	NIVEL DE ASESORÍA
1.	Velasco Taipe, Monica Elvira	Psicología	Asesora

Declaramos que el contenido del presente documento es original y que las citas y referencias a otros autores cumplen con las normas académicas establecidas. En ese sentido, hacemos constar que:

- El documento presenta un porcentaje de similitud de **14%**, según el reporte emitido por el software **Turnitin®** (identificador de entrega: **trn:oid:::1:3468169272**; fecha de entrega: **29 ene 2026**).
- Tras una revisión detallada del reporte y del contenido del trabajo en cuestión, no se han identificado indicios de plagio.
- Se certifica que el documento respeta los principios de integridad académica y cumple con los requisitos institucionales de originalidad.

Lugar y fecha: **Lima, 29 de enero de 2026**



FIRMA DEL ASESOR(A)

N° DNI: 40458648

ORCID: 0000-0002-0146-4259

MIEMBROS DEL JURADO

Mg. JORGE MANUEL MENDOZA CASTILLO
Presidente

Mg. MEY LING ROSA CHANG MARCOVICH
Vocal

Mg. RITA SELENE ORIHUELA ANAYA
Secretaria

DEDICATORIA

A mi familia, por su apoyo y cariño constante.

A mis amistades, por su ayuda y amparo
incondicional.

A Flaca, mi compañera felina, que con su breve pero
significativa existencia me enseñó que el afecto
verdadero se construye desde la imperfección, el
error y la ternura sencilla. Su ausencia física nunca
borrará su huella en mi vida.

Y a mí, por sostenerme con determinación, aun en
los momentos en que dudé de mis propias fuerzas.

AGRADECIMIENTOS

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a todas las personas e instituciones que, de una u otra forma, hicieron posible la culminación de este trabajo de investigación.

En primer lugar, agradezco profundamente a la Mag. Mónica Velasco, mi asesora de tesis, por su orientación constante, su paciencia y compromiso durante todo este proceso. Siempre encontré en ella una guía atenta, profesional y motivadora que me permitió retomar el rumbo y continuar con confianza.

A mi universidad, por brindarme la formación académica que hizo posible la realización de este estudio, así como el respaldo institucional necesario para desarrollarlo con rigor.

A mi familia, por su amor incondicional y por ser mi mayor fuente de fortaleza emocional. Su apoyo ha sido fundamental para sostenerme en los momentos de duda y cansancio.

Y a mis amistades más cercanas, por estar ahí sin condiciones, por animarme con sus palabras, por escucharme, y por celebrar conmigo cada pequeño logro en el camino.

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN	1
1. CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	3
1.1. Identificación del Problema	3
1.2. Justificación e Importancia del Problema	8
1.3. Limitaciones de la Investigación.....	10
1.4. Objetivos de la Investigación.....	10
1.4.1. Objetivo General	10
1.4.2. Objetivos Específicos.....	11
2. CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	13
2.1. Aspectos Conceptuales Pertinentes.....	13
2.1.1. Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja	13
2.1.2. Bienestar Psicológico	22
2.2. Investigaciones en torno al problema investigado	32
2.2.1. Internacionales	32
2.2.2. Nacionales	34
2.3. Hipótesis.....	36
2.3.1. Hipótesis General.....	36
2.3.2. Hipótesis Específicas	36

3. CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....	37
3.1. Tipo y Diseño de Investigación	37
3.2. Población y Muestra.....	38
3.2.1. Población.....	38
3.2.2. Muestra, Muestreo y Criterios de Selección	39
3.2.3. Variables: Definiciones Conceptuales y Operacionales de Variables	40
3.2.3.1. Definición Conceptual de Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja	40
3.2.3.2. Definición Conceptual de Bienestar Psicológico	40
3.2.3.3. Operacionalización de las Variables	41
3.3. Instrumentos	42
3.3.1. Ficha sociodemográfica	42
3.3.2. Escala de Abuso Psicológico Aplicado en la pareja – EAPA-P	43
3.3.3. Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)	45
3.4. Procedimiento	47
3.5. Plan de Análisis de Datos.....	50
3.6. Consideraciones Éticas.....	50
RESULTADOS.....	54
1. Nivel Descriptivo	54

1.1. Análisis Descriptivo de la Variable Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja	54
1.2. Análisis Descriptivo de la Variable Bienestar Psicológico	59
2. Nivel Inferencial	69
2.1. Prueba de Normalidad	69
2.2. Análisis Correlacional de las Variables Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja y Bienestar Psicológico	70
DISCUSIÓN	72
CONCLUSIONES	77
RECOMENDACIONES	79
1. Para la intervención psicológica	79
2. Para instituciones y centros de orientación familiar	79
3. Para futuras investigaciones	80
REFERENCIAS	81
ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLA

Tabla 1	41
Tabla 2	55
Tabla 3	56
Tabla 4	58
Tabla 5	60
Tabla 6	62
Tabla 7	63
Tabla 8	64
Tabla 9	66
Tabla 10	67
Tabla 11	67
Tabla 12	69
Tabla 13	71

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre el abuso psicológico y el bienestar psicológico en mujeres atendidas en un centro de orientación familiar de la comunidad de Manchay. Se utilizó un diseño correlacional de tipo cuantitativo, con una muestra de 104 participantes. Las variables evaluadas fueron el abuso psicológico, considerando estrategias directas e indirectas, y el bienestar psicológico, compuesto por cuatro dimensiones: aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos personales. Los análisis estadísticos incluyeron la prueba de normalidad (Kolmogorov-Smirnov), la cual indicó que las variables no seguían una distribución normal. En consecuencia, se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman para explorar las relaciones entre las variables. Los resultados mostraron una correlación negativa y significativa entre el abuso psicológico y el bienestar psicológico total ($\rho = -0.420$, $p < .01$), así como entre las dimensiones del abuso y del bienestar. Las estrategias directas de abuso presentaron una asociación ligeramente más fuerte que las indirectas, y las dimensiones más afectadas del bienestar fueron los vínculos personales y la autonomía. Se concluye que el abuso psicológico impacta de manera significativa en el bienestar integral de las mujeres, afectando tanto su salud emocional como sus relaciones y sentido de vida. Los hallazgos refuerzan la necesidad de intervenciones psicológicas integrales y programas de prevención sensibles al contexto comunitario.

Palabras Clave: Abuso psicológico, bienestar psicológico, estrategias de maltrato, mujeres, centro de orientación familiar.

ABSTRACT

The present study aimed to analyze the relationship between psychological abuse and psychological well-being in women attending a family counseling center in the community of Manchay, Peru. A quantitative, correlational research design was used, with a sample of 104 participants. The study variables included psychological abuse, measured through direct and indirect strategies, and psychological well-being, assessed through four dimensions: acceptance/control, autonomy, positive relationships, and life projects. Normality test (Kolmogorov-Smirnov) indicated that the data did not follow a normal distribution. Therefore, Spearman's rank correlation coefficient was applied to examine the relationships between variables. Results revealed a significant negative correlation between psychological abuse and overall psychological well-being ($\rho = -0.420$, $p < .01$). Both direct and indirect strategies of abuse were negatively associated with well-being, with direct strategies showing slightly stronger correlations. Among the dimensions of well-being, autonomy and interpersonal relationships were the most affected. The findings suggest that psychological abuse has a detrimental impact on the well-being of women, compromising their emotional health, sense of agency, and personal goals. These results underscore the importance of developing comprehensive psychological interventions and prevention strategies that are sensitive to the local context.

Keywords: Psychological abuse, psychological well-being, abuse strategies, women, family counseling center.

INTRODUCCIÓN

La violencia en la pareja no siempre se manifiesta en gritos, golpes o escándalos visibles. En muchos casos, se oculta detrás de palabras calculadas, gestos sutiles o silencios que hieren. El abuso psicológico, una forma de maltrato aún insuficientemente visibilizada, tiene la capacidad de minar el bienestar emocional de quien lo sufre, afectando su autonomía, su autoestima y su proyección de vida.

En contextos de vulnerabilidad social como el de la comunidad de Manchay, donde los recursos emocionales, sociales y económicos son limitados, las consecuencias del abuso psicológico pueden adquirir una intensidad aún mayor. Muchas mujeres llegan a centros de orientación familiar sin marcas físicas, pero con heridas profundas que comprometen su salud mental.

El bienestar psicológico, entendido como la disposición que tiene una persona para asumir su propia realidad tal como es, ejercer su autonomía, establecer vínculos positivos y mantener proyectos personales, se ve profundamente comprometido cuando está expuesto a un entorno abusivo. Sin embargo, en la práctica clínica y comunitaria, todavía persiste una brecha entre el reconocimiento del daño psicológico y la atención efectiva a este tipo de abuso.

Al respecto, Arslan y Genç (2022) consideran que el abuso psicológico predice negativamente el bienestar psicológico en adultos, especialmente en los jóvenes, afectando tanto el funcionamiento emocional como social. Estos efectos no solo se manifiestan a nivel sintomático (ansiedad, depresión), sino también en dimensiones más amplias del bienestar como el sentido de propósito, la percepción de control y la conexión interpersonal. La presente investigación, al identificar correlaciones negativas

entre el abuso psicológico y dimensiones como la autonomía o los vínculos, respalda esta perspectiva multidimensional del impacto del maltrato emocional.

Por ello, el presente estudio posee como objetivo principal analizar la relación entre el abuso psicológico y el bienestar psicológico en mujeres atendidas en un centro de orientación familiar de Manchay, utilizando un enfoque correlacional. A través de este análisis se busca no solo aportar datos relevantes a la literatura científica, sino también generar insumos para la intervención psicológica sensible y contextualizada.

Porque el abuso psicológico deja huellas que no se ven, pero que pueden marcar profundamente la vida de una persona. No se necesita un golpe para apagar un proyecto de vida. A veces, basta una constante desvalorización, una manipulación disfrazada de afecto o un control sostenido a través del miedo. Esta investigación nace del compromiso ético de reconocer esas realidades, de validarlas, y de contribuir, desde la psicología, a que el bienestar vuelva a ser una posibilidad real para quienes han vivido demasiado tiempo en el margen del silencio.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Identificación del Problema

La violencia en la pareja hace referencia al abuso que ocurre dentro de una relación de pareja, que puede variar en frecuencia y gravedad, presentándose desde un episodio de violencia hasta episodios crónicos y graves durante varios años (National Center for Injury Prevention and Control [NCIPC], 2022). Es importante distinguir que la violencia en la pareja constituye una categoría específica dentro de la violencia de género, pero no son conceptos equivalentes: la violencia de género se refiere a la violencia estructural basada en desigualdades de género, mientras que la violencia de pareja ocurre en el marco de una relación afectiva, independientemente de si existe convivencia o matrimonio incluye tipos como física, sexual, acoso y abuso psicológico, entendiéndose como abuso psicológico al empleo de la comunicación, tanto verbal como no verbal, que tiene como fin generar un deterioro a la salud mental de la pareja y/o controlarla, lo cual provoca serios problemas de salud (CDC, 2022).

De acuerdo con los datos recolectados en la National Intimate Partner and Sexual Violence Survey, específicamente en el Report on Intimate Partner Violence 2016/2017, en Estados Unidos aproximadamente el 47.3% de las mujeres y el 44.2% de los varones informaron haber padecido de abuso de pareja a lo largo de su vida, incluyendo contacto sexual violento, acoso y/o violencia física; mientras que, alrededor del 49.4% de las mujeres y el 45.1% de los varones reportaron haber vivido agresión psicológica ejercida por su pareja (Leemis et al., 2022), reportándose este último tipo de agresión con mayor frecuencia en ambos sexos, siendo más alta en mujeres. Bajo este panorama, la violencia de pareja es un serio

problema de salud pública; ya que, aproximadamente el 75% de las mujeres y el 48% de los varones que sobreviven a la violencia (violencia ejercida por la pareja u otro agresor) sufren algún tipo de lesión asociada a esta, y en ocasiones puede causar la muerte, teniendo datos que sugieren que aproximadamente 1 de cada 5 víctimas de homicidio en Estados Unidos muere a manos de su pareja, indicando que, más del 50% de las féminas que fallecen por homicidio son víctimas de su pareja actual o anterior (NCIPC, 2022).

En relación al abuso psicológico, se debe resaltar que el maltrato emocional y verbal puede comenzar repentinamente, puede empezar una vez establecida la relación, en donde en muchas ocasiones el maltratador intenta que la otra persona se sienta fuertemente unida a él, para luego empezar a denigrar o coaccionar a sus víctimas y a controlar diferentes esferas de sus vidas, lo cual ocasiona que las víctimas se sientan conmocionadas, confundidas, avergonzadas o tontas por haberse metido en esa relación (Office on Women's Health, 2021). De este modo, los datos muestran que más de 61 millones de mujeres y alrededor de 53 millones de varones han sido víctimas de agresión psicológica ejercida por su pareja (NCIPC, 2022).

Si bien cualquier persona puede ser víctima de abuso, existen colectivos más vulnerables debido a factores estructurales y sociales relacionados con sus entornos de vida y trabajo. Un ejemplo claro lo constituyen las minorías sexuales y de género, quienes enfrentan una probabilidad más elevada de ser objeto de violencia física o sexual en sus relaciones afectivas (NCIPC, 2022).

Ahora bien, a nivel regional, la Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL] (2020) manifestó que, analizando las altas tasas de feminicidio que se observaron, aún existe una fuerte prevalencia de violencia de

género contra niñas y mujeres, agravándose durante la pandemia de COVID-19, puesto que se restringió el acceso a servicios de atención y también a las redes de apoyo; debido a la saturación de estos, siendo necesario reforzar las líneas remotas de ayuda para este grupo que han sido víctimas de violencia.

CEPAL (2023) también menciona que las encuestas nacionales de un total de diez países ubicados en la región de América Latina revelaron que la tasa de mujeres que han sufrido de violencia de género oscila entre un 42% y un 79%. Además, más específicamente una de cada tres ha sufrido o viene sufriendo abuso psicológico, físico y/o sexual, que ha sido o viene siendo ejercida por su ex pareja o pareja actual, lo que incrementa el riesgo de ser víctima de femicidio.

El análisis sistemático realizado por Bott et al. (2019), que buscó conocer el prevaecimiento del abuso hacia las mujeres ejercido por la pareja en la región, halló una mayor incidencia de casos en Bolivia con un 58,5%, seguido de Ecuador (40,4%), luego se encuentra Costa Rica (35,9%), le sigue Colombia (33,3%) y finalmente está Perú con un porcentaje de 31,2%.

En cuanto a las estadísticas en Perú, si bien como se expuso anteriormente se encontró una alta incidencia de casos en el país; también se debe añadir los resultados obtenidos en la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES en adelante) acontecida en 2019, donde se obtuvo que el porcentaje de mujeres que manifestaron haber padecido abuso físico, psicológico y/o sexual, al menos una vez a manos de su pareja, es de un 57,7% (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2019). En esta encuesta se pudo constatar que el tipo de violencia más ejercido era el psicológico con una tasa del 52,8%, seguido del físico con un 29,5% y finalmente el sexual con un 7,1%.

La encuesta más reciente realizada por el INEI fue la ENDES del 2021, en donde se pudo observar que, según los resultados obtenidos, la tasa de mujeres que declararon haber sido víctimas de abuso a manos de su pareja al menos una vez es del 54,9%, habiendo una mayor incidencia en el área urbana (55,2%) respecto al área rural (53,8%) (INEI, 2021). Asimismo, cabe destacar que, de acuerdo a esta encuesta, el abuso psicológico se destacó como el más frecuente con un 50,8%, especificándose que se manifiesta mediante gritos, insultos, amenazas, humillaciones; entre otras acciones que afectan el autoestima; mientras que, el abuso de tipo físico obtuvo una tasa del 26,7% y el sexual, un 5,9%.

Habiendo ya conocido la prevalencia de las diversas modalidades de abuso ejercidos en contra de la mujer, se debe considerar también los efectos que puedan tener en la persona afectada. Es así que, de acuerdo con la revisión sistemática realizada por Marco (2020), la cual tuvo como objetivo observar cuáles eran los efectos del abuso psicológico en mujeres, se identificaron repercusiones que abarcan diferentes esferas de la vida de las afectadas, específicamente los efectos hallados abordan aspectos psicológicos, físicos, emocionales, de percepción de las relaciones, entre otros. Es así que se puede observar que los efectos encontrados provenientes del abuso psicológico conforman una extensa gama de factores nocivos para el bienestar de las afectadas, destacándose la afectación a nivel psicológico. Aquí es importante resaltar que la variable bienestar psicológico resulta particularmente adecuada para estudiar este impacto, ya que permite evaluar dimensiones como autonomía, relaciones positivas, autoaceptación y sentido de propósito, aspectos que se ven directamente comprometidos por el abuso psicológico. A diferencia de variables como depresión, autoestima o ansiedad, que se centran únicamente en síntomas, el bienestar psicológico proporciona una

mirada integral del funcionamiento y adaptación personal, lo cual resulta más coherente con los efectos multidimensionales reportados por la literatura.

En el contexto de un centro de orientación familiar ubicado en la comunidad de Manchay, se ha constatado considerable cantidad de casos de abuso psicológico dentro de las relaciones de pareja, evidenciando un problema que afecta de manera alarmante el bienestar de las mujeres que acuden a este espacio en busca de apoyo y orientación. El abuso psicológico tiene serias consecuencias en el bienestar emocional y psicológico, contribuyendo al desarrollo de síntomas como depresión, ansiedad y baja autoestima, los cuales restringen su capacidad de establecer relaciones saludables y de llevar una vida plena. La recurrencia de estos casos pone de relieve una realidad social preocupante en Manchay, donde las mujeres que sufren abuso psicológico enfrentan barreras para acceder a redes de apoyo efectivas y servicios de atención adecuados. En este sentido, la investigación de Medrano y Pizarro (2021) adquiere relevancia, al plantearse como objetivo principal la determinación de los niveles de violencia en las mujeres del sector El Pedregal, en Manchay, para lo cual buscó identificar también en específico el nivel de violencia psicológica, encontrándose que el 69% de mujeres se encontraban en un nivel promedio de violencia psicológica, el 20% en niveles altos y el 11% en niveles muy altos; es decir, ninguna mujer reportó niveles bajos o muy bajos de violencia psicológica, lo que sugiere una alta prevalencia y una posible agudización de este tipo de violencia en el área estudiada.

Esta situación, además de evidenciar la incidencia de violencia en mujeres a manos de sus parejas, subraya la necesidad urgente de implementar políticas y programas más robustos que incentiven la prevención del abuso y ofrezcan una atención integral que aborde las múltiples dimensiones afectadas en la vida de las

mujeres de Manchay. Por ello, estudiar la relación entre el abuso psicológico y el bienestar psicológico permite comprender no solo la presencia del maltrato, sino también su impacto en dimensiones centrales del desarrollo humano, lo cual aporta evidencia útil para orientar intervenciones y estrategias clínicas en este tipo de poblaciones.

Es por esto que, al conocer que la modalidad más frecuente de abuso que se perpetúa en contra de la mujer es el psicológico, enfatizando en que el principal agente que lo ejerce es la ex pareja o pareja actual, y que este afectaría el bienestar psicológico de las víctimas, se buscó conocer la relación de estas variables en esta población. Por tal motivo, se propone la pregunta de investigación: ¿Existe algún tipo de relación entre el abuso psicológico aplicado en la pareja y el bienestar psicológico en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay?

1.2. Justificación e Importancia del Problema

Aunque existe una cantidad considerable de investigaciones que exploran los efectos del maltrato en el bienestar de las mujeres, específicamente en el marco peruano se observa una carencia de estudios que vinculen de manera específica el abuso psicológico con el bienestar psicológico. Muchas investigaciones se enfocan en el abuso físico o sexual, dejando en segundo plano el impacto particular del abuso psicológico. Es por ello, que desde el punto de vista teórico, este estudio busca contribuir a llenar ese vacío, proporcionando evidencia empírica sobre la relación entre el abuso psicológico y el bienestar psicológico en mujeres en el contexto peruano, y, con ello, enriquecer el conocimiento científico en esta área de estudio.

Adicionalmente, se expone la importancia social de esta investigación; ya que, puede ser una herramienta clave para visibilizar este tipo de violencia y sus repercusiones en la salud mental de sus víctimas. Esto, debido a que el abuso psicológico es un tipo de maltrato que, con frecuencia, no es fácilmente identificado por las propias víctimas. Muchas mujeres pueden experimentar abuso psicológico sin reconocerlo como tal, llegando incluso a normalizar o tolerar estas conductas dentro de sus relaciones de pareja. Este proceso de normalización ha sido abordado por Luévano (2021), quien identificó tres etapas: la repetición de patrones violentos en la familia de origen, su transmisión durante la crianza y, finalmente, la integración inconsciente de estos comportamientos como parte del vínculo afectivo. Frente a ello, esta investigación tiene una función social clave: visibilizar esta forma de violencia y sus efectos negativos en la salud mental de las mujeres, aportando información que permita sensibilizar a la comunidad, fortalecer la identificación temprana y promover el acceso a servicios de apoyo emocional.

Desde la óptica metodológica, este estudio aporta al utilizar un enfoque cuantitativo correlacional aplicado a una muestra específica de mujeres usuarias de un centro de orientación familiar, lo cual permite analizar una relación poco explorada a nivel local entre dos variables relevantes para la salud mental. Este aporte metodológico se centra en ofrecer evidencia empírica obtenida en un contexto comunitario particular como Manchay, contribuyendo a ampliar la base de datos locales y apoyar futuras investigaciones con poblaciones similares. Asimismo, los resultados pueden servir como insumo general para orientar futuras líneas de intervención psicoterapéutica o comunitaria, sin implicar el diseño directo de programas, sino ofreciendo información útil sobre la asociación entre abuso psicológico y bienestar psicológico.

1.3. Limitaciones de la Investigación

Una de las principales limitaciones de este estudio radica en el número reducido de participantes; puesto que, se trata exclusivamente de usuarias de un centro de orientación familiar. La muestra, compuesta por 104 mujeres, no es representativa de la comunidad de Manchay en su conjunto; por lo que, se limita la capacidad de generalizar los resultados a una población más amplia, dado que las características particulares de las mujeres que acuden a este centro pueden no reflejar las de la población general.

Por otro lado, el estudio emplearía un muestreo por conveniencia, seleccionando participantes que estaban disponibles en el centro de orientación familiar. Este tipo de muestreo, si bien es práctico para estudios exploratorios, introduce sesgos que afectan la posibilidad de generalizar los hallazgos a otras poblaciones. Como consecuencia, los resultados obtenidos no pueden extrapolarse con seguridad a otros contextos ni garantizar que reflejen las experiencias de todas las mujeres de la comunidad de Manchay.

1.4. Objetivos de la Investigación

1.4.1. Objetivo General

Determinar la relación que existe entre el abuso psicológico aplicado a la pareja y el bienestar psicológico en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

1.4.2. Objetivos Específicos

Describir el nivel de Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

Describir el nivel de Bienestar Psicológico en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

Identificar la relación entre la dimensión de estrategias directas del Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja y el Bienestar Psicológico en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

Identificar la relación entre la dimensión de estrategias indirectas de Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja y el Bienestar Psicológico en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

Identificar la relación entre la dimensión Autonomía del Bienestar Psicológico y el Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

Identificar la relación entre la dimensión Aceptación de sí mismo/ Control de situaciones del Bienestar Psicológico y el Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

Identificar la relación entre la dimensión Vínculos sociales del Bienestar Psicológico y el Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

Identificar la relación entre la dimensión Proyectos del Bienestar Psicológico y el Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

2. CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Aspectos Conceptuales Pertinentes

2.1.1. Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja

2.1.1.1. Concepto de Abuso Psicológico

Para poder definir al abuso psicológico se deben tomar en cuenta elementos diferenciadores que ayudarían a definirlo de forma más precisa en el contexto en el que se perpetúa. Antelo (2021) menciona que los componentes diferenciadores que distinguen el abuso psicológico son su propósito, ya sea someter o excluir a la víctima, la existencia o no de un vínculo personal entre el agresor y su víctima, si el abuso es cometido por una persona o un grupo, así como la frecuencia y las estrategias empleadas. Los textos científicos definen y comprenden el abuso psicológico según el contexto en el que se aplique, siendo objeto de extenso estudio en diversos escenarios como en una relación de pareja, en el contexto laboral y educativo, maltrato hacia menores; y además, en ciertos entornos grupales se practica el abuso psicológico, donde el propósito consiste en someter a la víctima al grupo, donde los actos abusivos son llevados a cabo por los propios miembros del grupo (Antelo, 2021).

De forma general, se podría considerar la definición proporcionada por Murphy y Cascardi (1999, citados en Almendros et al., 2009) quienes señalan que el abuso psicológico se caracteriza por acciones coercitivas o aversivas cuya intención es causar perjuicio emocional o la amenaza de dicho perjuicio. Asimismo, viéndolo a través de una óptica más psicosocial, Rodríguez et al. (2005) presentan una división más actual de las tácticas de abuso psicológico

aplicadas en una relación, divididas en seis categorías, en donde las primeras tres (Aislamiento, Control de la vida personal y Control y manipulación de la información) están vinculadas al contexto; mientras que, las siguientes tres (Abuso emocional, Imposición del propio pensamiento e Imposición de un rol servil) se centran en aspectos de tipo emocional, cognitivo y conductual respectivamente.

Algunas dificultades que señala Follingstad (2007, citado en Fernández, 2020) que se presentan al momento de definir y entender la violencia psicológica incluyen la incertidumbre sobre qué comportamientos deben ser incluidos, la identificación de subcategorías de violencia psicológica que puedan ser consideradas como factores independientes, la relevancia de especificar subtipos para predecir su impacto en las víctimas y la evaluación de las implicaciones de la gravedad y frecuencia de las agresiones psicológicas.

Después de haber realizado una revisión de lo que implica el abuso psicológico, se puede constatar que es un fenómeno que involucra muchos elementos que al tomarlos todos en cuenta se puede evidenciar un bagaje enorme de posibilidades en donde se puede presentar este fenómeno. También, para poder definir el abuso psicológico de forma más precisa se debe tener delimitado el contexto para poder distinguir los patrones específicos de comportamiento.

2.1.1.2. Concepto de Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja

Habiendo ya podido reconocer a grandes rasgos qué es el abuso psicológico y en qué se basa, en este apartado se precisará más específicamente cómo se presenta en una relación sentimental, qué aspectos

específicos se evidencian en este tipo de contexto en particular, y qué elementos se ven involucrados.

Rodríguez et al. (2014) mencionan que el abuso psicológico aplicado en una relación puede ser conceptualizado mediante un enfoque psicosocial, en el cual las estrategias que lo definen pueden ser ya sea indirectas, influyendo en el contexto cercano de la víctima, o directas, con el propósito de afectar sus emociones, cogniciones y comportamientos. Así, los autores clasifican las estrategias empleadas en el abuso psicológico, que ayuda a entender de una forma más precisa este complejo concepto.

Así también, Porrúa et al. (2016), tomando como referencia la taxonomía de Rodríguez, define al abuso psicológico aplicado a la pareja como la utilización continua de estrategias de control, manipulación, presión y coerción con el propósito de subyugar y dominar a la pareja. Esta definición es la que se tomará en cuenta en la presente investigación; ya que, este concepto es en el que se sustenta el instrumento psicométrico que evaluaría la variable de Abuso psicológico en la pareja.

A su vez, tomando en cuenta conceptos más recientes, tenemos que para Toldos Romero (2013, citado en Páramo et al., 2021) el abuso psicológico abarca cualquier comportamiento, acción o situación que cause o posea el potencial de causar daño de tipo emocional o interrumpir el bienestar emocional y el desenvolvimiento saludable de la persona afectada. Adicionalmente, Guzmán et al. (2014, citados en Páramo et al., 2021) plantean como concepto de abuso psicológico a cualquier forma de desvalorización, intimidación, menosprecio o humillación dirigida hacia una pareja, ya sea en público o en privado.

Por su parte, Urbiola et al. (2019) proponen una clasificación del abuso psicológico en las parejas en tres formas esenciales: social, de humillación y de control. La categoría de control se refiere a manifestaciones como los celos, la vigilancia sobre las redes sociales, las amistades y la forma de vestir de la pareja, entre otros comportamientos similares; mientras que, la de humillación incluye conductas como ridiculización, insultos y humillaciones mediante intimidación de tipo verbal. Según los autores, el abuso psicológico relacionado al control es la más habitual, con una prevalencia estimada entre el 90% y el 93%, seguida por la modalidad de humillación, que oscila entre el 70,1% y el 72,9%.

Se debe resaltar que, el abuso psicológico se distingue por su complejidad en cuanto a su detección, ya que puede ser reconocido o comprendida en retrospectiva; es decir, después de haber acontecido los eventos, manifestándose a través de comportamientos de supremacía por parte de los individuos masculinos, implicando relaciones de dominación, desigualdad y discriminación (Valdés et al., 2023).

2.1.1.3. Modelos explicativos del Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja

En el siguiente apartado se presentarán los modelos más pertinentes en relación al abuso psicológico; incluyendo aquellos que lo abordan de forma específica como también de forma general incluyendo otras formas de abuso.

2.1.1.3.1. Modelo del Ciclo de la Violencia de Walker

El Ciclo de la Violencia de Walker es ampliamente reconocido y aceptado en los estudios de violencia de género (Ilerna, 2019). Este

modelo fue propuesto por Lenore Walker y describe un ciclo compuesto por tres etapas sucesivas: incremento de la tensión, acontecimiento del abuso y etapa reconciliatoria o luna de miel (Ilerna, 2019).

Según Walker (1979, citada en Asensi, 2008), el ciclo comienza con una etapa de creciente tensión que genera inacción y culpa en la víctima, lo que refuerza la conducta del violentador. Esto es seguido por una etapa de violenta explosión, donde la tensión que se acumuló se libera, resultando en un estado de indefensión aprendida por parte de la víctima, impidiéndole reaccionar. La tercera etapa conocida como luna de miel, consiste en un mecanismo de manipulación emocional. Asensi (2008) señala que cuando el violentador obtiene el perdón, siente una sensación de seguridad y reinicia las agresiones, aumentando la falta de control y dependencia de la mujer, lo que conduce a una escalada de la violencia y mantiene al agresor en control de estos ciclos.

2.1.1.3.2. Modelos Teóricos sobre el Maltrato Psicológico en la Violencia Conyugal

Blázquez et al. (2010) sostienen que, entre las diferentes teorías que han explorado y siguen estudiando el abuso que se da durante una relación de pareja, se destacan los modelos psiquiátrico, sociológico o sociocultural, psicosocial y psicológico. Cada uno de estos modelos será explicado en mayor detalle en los subapartados siguientes.

2.1.1.3.2.1. Modelo psiquiátrico

De acuerdo con los autores Blázquez et al. (2010), el modelo psiquiátrico pone el foco en el agresor, más específicamente las características psicopatológicas

subyacentes a este, con el fin de entender y explicar la interacción violenta en la relación. Este enfoque subraya la importancia de factores como el excesivo consumo de sustancias psicoactivas, así como la existencia de alguna enfermedad o estrés en el contexto familiar, considerándolos como los elementos más indicativos del comportamiento violento del violentador.

2.1.1.3.2.2. Modelo sociocultural

Según lo expresado por Blázquez et al. (2010), el modelo sociocultural pone énfasis en las atribuciones extrínsecas para explicar la violencia conyugal, apoyándose en la influencia de la estructura social patriarcal dominante. Este enfoque argumenta que las desigualdades de poder entre hombres y mujeres son las que dan cabida a la violencia de género, y además menciona que estas desigualdades son mantenidas y perpetuadas por las normas y valores socioculturales.

2.1.1.3.2.3. Modelo psicosocial

De acuerdo con lo indicado con Blázquez et al. (2010), el modelo psicosocial resalta la importancia del aprendizaje adquirido en la familia de origen y otras influencias sociales en el desarrollo de comportamientos violentos. Este enfoque sugiere que el exponer a los menores a un entorno de violencia y maltratos durante la infancia puede predisponer a los

individuos a reproducir esos patrones de comportamiento en sus propias relaciones adultas.

2.1.1.3.2.4. Modelo psicológico

Conforme a lo planteado por Blázquez et al. (2010), el modelo psicológico, aunque menciona factores como el desgaste psicológico, sentimiento de indefensión y dependencia emocional; no subraya específicamente la importancia del maltrato psicológico en las dinámicas de violencia conyugal; sin embargo, reconoce que estos factores pueden disuadir a las víctimas de abandonar una relación abusiva, perpetuando así el ciclo de violencia.

2.1.1.3.3. Modelo Psicosocial Bifactorial

Rodríguez et al. (2016) sustentan que este modelo, como su nombre lo menciona, se compone de dos factores latentes: Estrategias directas e indirectas. Más específicamente, la taxonomía propuesta por los autores comprende seis categorías, cada una con diversas subcategorías y organizada según cuatro áreas de comportamiento abusivo: emoción, cognición, comportamiento y contexto. Desde un enfoque psicosocial, este modelo explica que el abuso psicológico opera mediante mecanismos que afectan tanto los procesos internos de la víctima (emociones, pensamientos y conductas) como su contexto interpersonal y social. Así, no solo describe conductas específicas, sino que permite comprender cómo dichas estrategias generan control, sumisión y deterioro del bienestar emocional. Este marco teórico resulta coherente con la evaluación del abuso mediante la EAPA-P, ya que

dicho instrumento fue construido a partir de este modelo y mide exactamente estos dos grandes factores teóricos.

Las primeras tres categorías que los autores explican abordan estrategias de abuso que influyen en el contexto de la víctima, siendo así descritas también como estrategias indirectas de abuso. Estas categorías son:

1. Aislamiento: Se refiere a la acción de apartar o alejar a la pareja de sus relaciones y entornos importantes, con el objetivo de mantenerla lo más confinada posible en el hogar.
2. Control y manipulación de la información: Abarca el filtrado y manipulación del mensaje que la víctima recibe, obligándola a mantenerse callada y limitando todo intento nuevo de buscar información sobre el asunto.
3. Control de la vida personal: Consiste en supervisar de manera constante a su víctima y controlar sus quehaceres diarios, los niños y los bienes compartidos.

Por otro lado, las tres categorías restantes que los autores plantean se centran de manera más directa en el afectado y, por lo tanto, se clasifican como estrategias directas de abuso que se componen de acciones que afectan los procesos emocionales, cognitivos y conductuales de la víctima, y son:

4. Abuso emocional: Hace referencia a toda acción destinada a manipular el mundo emocional de su víctima, con el propósito de lograr su sumisión.

5. Imposición del propio pensamiento: Referido a descalificar las opiniones de la otra persona e imponerle una.
6. Imposición de un rol de servir: Se caracteriza por ejercer autoridad sobre la otra persona, obligándola a adoptar un rol sumiso para satisfacer los caprichos y demandas del abusador.

La elección del modelo de Rodríguez et al. (2016) se fundamenta en que constituye una propuesta teórica integral que conceptualiza el abuso psicológico desde una perspectiva psicosocial. Además, este modelo sirvió como base para el desarrollo de la EAPA-P, instrumento utilizado en la presente investigación, lo que garantiza coherencia teórica entre la definición del constructo y su medición. A diferencia de modelos más amplios, como el ciclo de la violencia o los enfoques socioculturales y psiquiátricos, que explican el fenómeno desde variables contextuales o individuales generales, el modelo bifactorial especifica las formas concretas del abuso psicológico y la lógica de control subyacente, permitiendo evaluar la dinámica abusiva como un proceso estructurado y no como un conjunto aislado de conductas.

En cuanto al modelo del ciclo de la violencia, este abarca de manera amplia el abuso en la pareja, incorporando de forma general diversas formas de maltrato; además que, como sostiene Hoffmann (2021), está basado en una muestra no representativa de mujeres blancas heterosexuales en Colorado que se ofrecieron como voluntarias para ser entrevistadas. Por otro lado, los modelos psiquiátrico, sociocultural y psicosocial coinciden en concebir la violencia como resultado directo de

variables personales, ideológicas o familiares, sin considerar el maltrato psicológico como una consecuencia de estas múltiples variables que, en última instancia, desencadenan la violencia física, omitiendo el papel del abuso psicológico como antecedente del abuso físico (O'Leary, 1999, citado en Blázquez et al., 2010). En relación al modelo psicológico, este tampoco otorga relevancia al abuso o maltrato psicológico en contextos de violencia de pareja, y aunque subraya el desgaste mental, sentimiento de indefensión y la dependencia emocional como factores relevantes a tomar en cuenta, no los reconoce como expresiones del abuso psicológico en la pareja (Blázquez et al., 2010).

2.1.2. Bienestar Psicológico

2.1.2.1. Concepto de Bienestar

De manera general, se estima que un individuo posee un elevado nivel de bienestar cuando siente satisfacción con su vida, lo que implica un predominio de emociones positivas y una escasa presencia de afectos negativos (Castro, 2009). La satisfacción, en este contexto, se concibe como un constructo de tres componentes, al integrar tanto los afectos positivos y negativos como un aspecto cognitivo, el cual se relaciona con la percepción de bienestar; por lo tanto, el bienestar puede interpretarse como el resultado de una evaluación cognitiva que el individuo realiza respecto a su experiencia vital, ya sea pasada o presente (Castro, 2009).

Aunque, para poder comprender más a profundidad el bienestar es necesario entender cómo fue evolucionando el concepto de bienestar como tal. En tal caso, se hace necesario citar a Ryan y Deci (2001) quienes sostienen la

existencia de dos vertientes al estudiar el bienestar, la visión hedonista y la visión eudaimónica. Los psicólogos que apoyan la perspectiva hedonista argumentan que el bienestar se basa en la felicidad subjetiva, entendida como la experiencia de placer en contraste con la de displacer (Ryan y Deci, 2001). Es por esto que, quienes han adoptado este punto de vista han tenido que adoptar una concepción amplia del hedonismo, que alberga tanto las predilecciones y deleites de la mente como del cuerpo (Kubovy, 1999, citado en Ryan y Deci, 2001). Para poder medir el placer o dolor que generan las experiencias humanas, las investigaciones actuales sobre la reciente psicología hedónica proponen evaluar el bienestar subjetivo, el cual posee tres elementos: la presencia de un estado de ánimo positivo, la satisfacción vital y la ausencia de un estado de ánimo negativo; aunque al final estos elementos terminan resumiéndose en felicidad (Ryan y Deci, 2001); es decir, a grandes rasgos el componente del bienestar subjetivo terminaría siendo la felicidad.

Por otro lado, existen muchos estudiosos que no consideran que el criterio principal del bienestar sea la felicidad, y aquí hace su aparición la visión eudaimónica del bienestar. Un ejemplo de esta postura es Aristóteles, quien criticaba la visión hedónica de la felicidad, considerándola un ideal superficial que inducía a las personas a seguir ciegamente sus deseos; en contraste, Aristóteles sostenía que la auténtica felicidad residía en la práctica de la virtud, es decir, en realizar acciones que realmente valen la pena (Ryan y Deci, 2001). Esta visión considera al bienestar como un concepto diferente al de felicidad per se, sostiene que no todos los deseos al ser cumplidos producen bienestar; ya que, pese a que producen placer resultan siendo no beneficiosos para la persona y por ende no estarían generando bienestar. Es así que Ryff y Singer (1998)

terminan cuestionando los modelos de bienestar basados en el bienestar subjetivo; ya que, resultan siendo limitados. Es así que Ryff y Keyes (1995) argumentan que el bienestar va más allá de simplemente obtener placer; también abarca la búsqueda de la perfección, entendida como la realización del verdadero potencial de cada individuo; por tal motivo, proponen el término de bienestar psicológico, el cual se basó en un modelo multidimensional que involucra distintos aspectos que terminan definiendo el bienestar psicológico tanto de manera teórica como de manera operativa.

2.1.2.2. Concepto de Bienestar Psicológico

Después de haber explorado la literatura relacionada con la definición de bienestar, es pertinente proceder con el análisis del concepto de bienestar psicológico, examinando sus características distintivas y sus principales postulados.

Según lo planteado por Ryff (1989), el bienestar psicológico se centra en el fortalecimiento de las capacidades individuales y en el proceso de desarrollo personal, los cuales son considerados elementos fundamentales para un funcionamiento óptimo. Este autor menciona que existen diversos ámbitos que se deben de tomar en cuenta dentro de la literatura existente para definir el bienestar psicológico; teniendo conceptos como la percepción del individuo en pleno funcionamiento, la autorrealización, la concepción de la madurez, la individuación e incluso las perspectivas del desarrollo vital, lo cual incluye la modalidad de la etapa psicosocial, las tendencias vitales básicas que actúan para la realización de la vida, la descripción de la variación de personalidad en la adultez y vejez, y los aspectos saludables de la salud mental. Entonces, de acuerdo con Ryff (1989), tomando en cuenta la vasta literatura de conceptos y

teorías, y también tres grandes dificultades que se encuentra dentro de ella (como el hecho de que solo algunos de ellos cuentan con procedimientos de evaluación creíbles, también que el criterio a tener en cuenta para la conceptualización es muy amplia y diversa, y finalmente el hecho de que esta literatura está irremediablemente cargada de valores en sus pronunciamientos sobre cómo debe funcionar la gente), plantea una alternativa conceptual para esta variable, tomando en cuenta los elementos convergentes dentro de la literatura, y es así como se lo conceptualiza en seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con los demás, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.

En esa línea, Castro, Brenlla y Casullo (2002) señalan que el bienestar psicológico puede entenderse esencialmente como una variable evaluativa, relacionada con la apreciación que las personas hacen de los resultados obtenidos a partir del estilo de vida que llevan.

A su vez, tomando en cuenta conceptos más recientes, tenemos a Román y Jorge (2021) quienes sostienen que explorar el bienestar psicológico conlleva comprender los elementos saludables y propios de las actividades diarias de las personas, que impactan en sus niveles de bienestar y afectan directamente su estabilidad emocional, mental y física. Adicionalmente, complementando lo anterior, Femenía y Lozano (2019) sostienen que las emociones asociadas a circunstancias que carecen de elementos placenteros generarán estrés en las personas; por lo que, la búsqueda de satisfacción y experiencias placenteras no solo reduciría los estados emocionales negativos, sino que maximizaría la felicidad, facilitando el aprovechamiento adecuado de las oportunidades, lo que resultaría en una mayor duración del bienestar psicológico. Es por esto que se

debe tener una concepción más amplia del bienestar psicológico, y no solo tomarlo como la ausencia de enfermedad o afección, lo cual incluye tener en cuenta las circunstancias cotidianas, las emociones generadas por las mismas y el efecto a nivel físico, mental y emocional en las personas.

Por lo mismo, Ryff (2017), en estudios más actuales, hace un análisis del trabajo realizado en la literatura relacionada al bienestar psicológico, y sostiene que el modelo planteado en sus anteriores trabajos está basado en un modelo de bienestar eudaimónico el cual cuenta con una sólida base conceptual y fue sometido a una amplia evaluación psicométrica, lo cual podría explicar por qué el modelo ha resistido un escrutinio exhaustivo a lo largo del tiempo y ha sido ampliamente utilizado en diversos campos de investigación. Es por esto que Meier y Oros (2019) sostienen que las dimensiones expuestas por Ryff son fundamentales al momento de fomentar el bienestar psicológico de las personas, concluyendo así que el bienestar psicológico es un indicador clave que anticipa tanto la salud como el funcionamiento óptimo de los individuos.

2.1.2.3. Modelos explicativos del Bienestar Psicológico

El concepto de bienestar psicológico ha sido ampliamente estudiado y ha experimentado avances significativos a lo largo de los años. En este contexto, se presentarán a continuación los modelos teóricos más representativos que han explorado este término, tanto de manera general, en relación con el concepto de bienestar, como de manera específica, enfocados en el bienestar psicológico en particular. Para ello, se ha considerado como referencia la investigación de Canchari (2019), cuyo objetivo fue analizar de manera teórica las ópticas actuales en la literatura sobre el bienestar psicológico. En su estudio, se encontró que los modelos teóricos con mayor respaldo empírico y científico son el

modelo multidimensional de Ryff y el modelo PERMA de Seligman. Por tal motivo, se expondrán los modelos teóricos planteados por estos autores.

2.1.2.3.1. Modelo PERMA de Seligman

De acuerdo con Domínguez e Ibarra (2017), al estudiar acerca del bienestar subjetivo y de la felicidad, se plantean preguntas fundamentales como qué constituye una vida plena y cuáles son las vías para alcanzarla; por lo que, resulta relevante para estos autores mencionar lo planteado por Martin Seligman, quien sostiene que existen tres componentes que pueden aproximar a los individuos a una vida plena: primero, están las emociones positivas, que implican experimentar momentos de felicidad y disfrutar del presente; segundo, el compromiso, que implica el disfrute de lo que se hace y reconocer las propias fortalezas, lo cual puede llevar al estado de flujo; y tercero, el sentido o significado, que consiste en ayudar a los demás empleando estas fortalezas. Adicionalmente, los autores mencionan que recientemente Seligman añadió un cuarto elemento, los vínculos positivos, resaltando el rol primordial de la interacción y vida social.

Es con lo anterior que Seligman propone un modelo para obtener bienestar llamado PERMA, que incluye cinco elementos: P (emociones positivas), E (compromiso), R (relaciones), M (propósito) y A (logro); en donde, ninguno de estos elementos constituye el bienestar por sí solo, sino que todos contribuyen a alcanzarlo (Domínguez e Ibarra, 2017).

En primer lugar se encuentran las emociones positivas (P - positive emotions), las cuales, según Madeson (2017), van más allá del concepto tradicional de felicidad. Según su investigación, estas comprenden sentimientos como alegría, interés, esperanza, amor, orgullo, gratitud, compasión y

diversión; además, el fortalecimiento de estas emociones favorece el desarrollo de recursos a nivel físico, cognitivo, psicológico y social, lo que a su vez promueve tanto la resiliencia como un mayor bienestar general. Tugade y Fredrickson (2004, citados en Madeson, 2017) explican que incorporar emociones positivas en el día a día y en las proyecciones del futuro mejora el pensamiento y las acciones habituales, y puede contrarrestar los efectos negativos de las emociones dañinas, promoviendo la resiliencia.

En segundo lugar, se tiene al Compromiso (E - engagement) descrito como 'ser uno con la música' y relacionado con el concepto de flujo de Csikszentmihalyi (1989, citado en Madeson, 2017), que se refiere a la pérdida de la autoconciencia y a una inmersión total en una actividad. Este estado de acuerdo con la autora ocurre cuando hay una perfecta combinación de habilidad y desafío, y existen más posibilidades de experimentarlo cuando se utilizan las principales fortalezas de carácter.

En tercer lugar, están las relaciones (R - relationships) que abarcan el total de interacciones que los individuos mantienen con parejas, familiares, colegas, superiores, amistades y, en general, los miembros de su comunidad (Madeson, 2017). Dentro del modelo PERMA, las relaciones implican sentirse respaldado, amado y apreciado por los demás, fundamentándose en el supuesto de que los seres humanos son intrínsecamente sociales (Seligman, 2012, citado en Madeson, 2017).

En cuarto lugar se tiene el Propósito (M - Meaning) que se define como la experiencia de pertenecer a algo más grande que uno mismo y/o servir a una causa superior; donde se sostiene que tener un objetivo en la vida permite a las personas enfocarse en lo esencial cuando enfrentan retos o adversidades

importantes (Madeson, 2017). De acuerdo a esta autora, el significado o propósito es único para cada individuo y se puede obtener en una causa política o social, una profesión, una actividad creativa o una creencia espiritual religiosa.

Por último, en quinto lugar está el Logro (A - Accomplishment) que se refiere a trabajar hacia el alcance de metas, dominar una tarea y tener la automotivación para completar lo que se propone (Madeson, 2017). Además, lograr aspiraciones intrínsecas, como el desarrollo personal, genera más beneficios para el bienestar que perseguir objetivos externos, tales como la riqueza o la fama (Seligman, 2013, citado en Madeson, 2017).

Considerando lo expuesto anteriormente, Castro (2024) sostiene que cuando se cubren todos los ámbitos del modelo PERMA, se puede alcanzar un bienestar sostenible y pleno; sin embargo, se debe aclarar que no es necesario promover todos los factores del modelo de manera equitativa ni obligatoria, sino fomentar aquellos con los que cada individuo se identifique y sienta más cómodo; ya que, el modelo está diseñado para potenciar el confort personal sin forzar. En conclusión, el modelo PERMA representa una forma de describir las acciones que las personas realizan para lograr una felicidad y un bienestar genuinos, sin pretender ser una fórmula única o aplicable de manera universal a todos los individuos (Castro, 2024).

2.1.2.3.2. Modelo Multidimensional de Ryff

Ryff (1989) integra diversas perspectivas teóricas, como el funcionamiento psicológico positivo, el desarrollo humano ideal y los enfoques del ciclo vital, con el fin de explicar el concepto de bienestar psicológico. Este modelo parte de la idea de que el bienestar no se reduce a la ausencia de malestar, sino que implica un funcionamiento psicológico óptimo. De esta

forma, Ryff plantea que el bienestar psicológico es un constructo multidimensional que refleja cómo las personas se adaptan, se desarrollan y encuentran sentido a su vida. El modelo propone seis dimensiones fundamentales que explican distintos aspectos del funcionamiento positivo:

- a. Autoaceptación: Se considera un rasgo principal del bienestar mental y un punto clave en el adecuado funcionamiento, la autorrealización y la madurez; por lo que, mantener una actitud positiva hacia uno mismo se reconoce como un aspecto central para un buen rendimiento psicológico.
- b. Relaciones positivas con los demás: Se describe como la facultad de sentir empatía y afecto genuino por todas las personas, lo que permite experimentar un amor más profundo, una amistad más significativa y una mayor conexión con los demás, destacando la importancia de establecer vínculos cercanos e íntimos (intimidad) y de brindar orientación y apoyo a otros (generatividad).
- c. Autonomía: Hace referencia a aquella persona que posee un locus de evaluación interno, es decir, que no depende de la aprobación externa y se valora a sí misma en función de sus propios estándares.
- d. Dominio del entorno: Se refiere a la facultad de una persona para seleccionar o generar contextos que se adapten a sus necesidades psicológicas, siendo esta capacidad considerada también como un rasgo de salud mental.
- e. Propósito en la vida: Son las convicciones que brindan a una persona la percepción de que su vida tiene un significado y una finalidad.
- f. Crecimiento personal: Hace referencia a que un adecuado funcionamiento a nivel psicológico no solo implica mantener las

características ya alcanzadas, sino también continuar desarrollando el propio potencial y expandirse como persona.

Castro, Brenlla y Casullo (2002), tomando como referencia el modelo desarrollado por Ryff (1989), plantearon inicialmente las siguientes dimensiones para evaluar el bienestar psicológico en adultos:

1. Autonomía: Entendida como la habilidad de actuar de forma autónoma.
2. Control de situaciones: Definida como la sensación de dominio y autocompetencia.
3. Vínculos psicosociales: Se refiere a la calidad de las relaciones que se posee.
4. Proyectos: Comprende los propósitos y metas de vida.
5. Aceptación de sí mismo: Se entiende como el sentimiento de bienestar con uno mismo.

Luego de aplicar un análisis factorial de componentes principales con rotación varimax, se identificó que la solución factorial definitiva reveló que cuatro factores explicaban el 53% de la varianza en las puntuaciones obtenidas (Castro et al., 2002). Las autoras constataron que los factores Proyectos, Autonomía y Vínculos se mantuvieron intactos; mientras que, el factor Control de Situaciones mostró una superposición con el de Aceptación de Sí Mismo; por lo que, finalmente se optó por configurarlos como un solo factor.

En el presente estudio se adopta el modelo multidimensional de Ryff porque ofrece un marco teórico sólido para entender el bienestar psicológico como un proceso dinámico y multifacético. Además, este modelo sirvió como base conceptual para el desarrollo del BIEPS, instrumento utilizado en esta

investigación. Esto garantiza coherencia entre la teoría y la medición, ya que las dimensiones evaluadas por el BIEPS corresponden directamente a las propuestas del modelo de Ryff (adaptadas y validadas para población latinoamericana). Así, el uso de este modelo permite analizar cómo diferentes áreas del funcionamiento psicológico pueden verse asociadas al abuso psicológico, ofreciendo una perspectiva integral que no se limita a indicadores de malestar, sino que contempla el potencial de crecimiento, autonomía, relaciones y sentido de vida de las participantes.

2.2. Investigaciones en torno al problema investigado

2.2.1. Internacionales

El estudio de Adams y Beeble (2019), llevado a cabo en Estados Unidos, buscó ampliar la literatura sobre la relación entre la violencia en la pareja (IPV) y el bienestar psicológico, centrándose en los efectos del abuso económico en la percepción de las supervivientes sobre su calidad de vida a lo largo del tiempo. Las participantes, reclutadas de programas de defensa legal y refugios de una agencia de servicios de violencia doméstica, debían haber sufrido abuso físico en los cuatro meses previos al estudio. La muestra final fue de 94 mujeres, quienes fueron entrevistadas en tres momentos: la segunda entrevista 10 semanas después de la primera, y la tercera ocho semanas después de la segunda. Se emplearon instrumentos como la Escala de Abuso Económico y el Inventario de Maltrato Psicológico a la Mujer. Los resultados mostraron una disminución significativa en las puntuaciones de abuso en los tiempos posteriores, y un incremento en la calidad de vida percibida. El estudio concluye

subrayando la importancia de abordar las diversas modalidades de abuso para mejorar el bienestar psicológico de las supervivientes de IPV.

Por su parte, Sauber y O'Brien (2020), en su estudio realizado en Estados Unidos, señalan que la violencia en la pareja (VP) está vinculada a problemáticas de salud mental y dificultades económicas. El estudio planteó tres objetivos: (a) describir la incidencia del abuso económico entre mujeres abusadas y su contribución a la sintomatología depresiva y al Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT); (b) analizar cómo el abuso físico, psicológico y económico, junto con la pérdida de recursos, predicen el bienestar psicológico y económico; y (c) examinar si la pérdida de recursos media en la relación entre la VP y el bienestar. Basado en la Teoría de la Conservación de Recursos (COR), el estudio buscó determinar cómo la violencia y la pérdida de recursos influyen en la autosuficiencia económica y el bienestar psicológico. Con 147 mujeres como muestra final, se midieron los distintos tipos de abuso y sus efectos en el TEPT, la depresión y la autosuficiencia económica. Los datos obtenidos mostraron que el maltrato en la pareja predice tanto el malestar psicológico como la falta de autosuficiencia económica, subrayando que la pérdida de recursos interpersonales posee un rol clave en el deterioro del bienestar psicológico.

Así también, se hace relevante resaltar la investigación de Tomaz et al. (2022), realizada en Brasil, analizó la conexión entre el abuso psicológico y la dependencia emocional, con un enfoque en el papel de la autoestima. Se planteó cuatro hipótesis, destacando que el abuso psicológico predice la dependencia emocional y que esta relación está mediada por la autoestima, según la Teoría del Vínculo Traumático. Además, se propuso un modelo alternativo en el que

la dependencia emocional predice el abuso psicológico, también mediado por la autoestima. Participaron mujeres de entre 18 y 66 años, evaluando variables como abuso psicológico, dependencia emocional y autoestima. Los resultados confirmaron que las variables estudiadas se encuentran directamente relacionadas, influenciado por una baja autoestima. Además, se observó que las mujeres jóvenes (18-33 años) presentaron mayor dependencia emocional que las de más edad, y que las que mantuvieron convivencia con la pareja durante el confinamiento por la pandemia reportaron niveles más altos de dependencia emocional y abuso psicológico. El estudio subraya la importancia de la autoestima y la dependencia en la perpetuación del abuso psicológico y sugiere la necesidad de políticas educativas para abordar estos factores.

2.2.2. Nacionales

En el contexto peruano, el estudio desarrollado por Apari y Astoquilca (2021) tuvo como propósito examinar la relación entre la dependencia emocional y el bienestar psicológico en féminas que sufrieron violencia de pareja en la provincia de Ica. Para ello, los autores trabajaron con una muestra de 138 mujeres, de entre 18 y 25 años, todas con antecedentes de experiencias violentas en sus relaciones de pareja, y se emplearon el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) y la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS – A. Al analizar los resultados, los autores obtuvieron una correlación significativa entre ambas variables ($Rho = - ,401^{**}$); es decir, la presencia de dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja influye negativamente en su nivel de bienestar psicológico.

Asimismo, la investigación llevada a cabo por Valdiviezo y Fernández (2022) buscó establecer si existe correlación entre la violencia doméstica y el

bienestar psicológico en una muestra conformada por mujeres residentes en Santa Anita y Ate, distritos que presentan altas tasas de violencia en la capital peruana. Un total de 300 mujeres, de entre 18 y 59 años, conformaron la muestra. Se emplearon la Escala de Violencia Intrafamiliar (VIF J4) y el BIEPS-A. Estos tests fueron aplicados en línea vía Facebook, haciendo uso de Google Forms, y los hallazgos revelaron una correlación negativa moderada entre las variables analizadas ($r = -.237^{***}$), lo cual sugiere que a menores niveles de violencia doméstica corresponde un mayor nivel de bienestar psicológico. Además, se identificó que el 28.7% de las participantes presentaban niveles bajos de violencia y un bienestar psicológico moderado, respaldando así la hipótesis planteada.

Finalmente, Arias y Peña (2022) llevaron a cabo una investigación que buscó explorar la relación existente entre la violencia intrafamiliar y el bienestar psicológico en mujeres del distrito de Ate. El estudio empleó un total de 136 mujeres de Ate de entre 18 a 59 años conformaron la muestra. Se utilizaron la Escala de Medición de la Violencia Intrafamiliar (VIFJ4) y el BIEPS-A. Los datos evidenciaron una correlación negativa de magnitud moderada entre ambas variables; es decir, conforme incrementa la violencia intrafamiliar, el bienestar psicológico disminuye. En consecuencia, se concluye que el maltrato dentro del entorno familiar impacta de manera perjudicial en el bienestar psicológico de las mujeres, sin importar la forma específica en la que dicha violencia se manifieste.

2.3. Hipótesis

2.3.1. Hipótesis General

Existe relación significativa inversa entre las dimensiones de abuso psicológico aplicado a la pareja y el bienestar psicológico en una muestra de usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

2.3.2. Hipótesis Específicas

1. Existe relación significativa inversa entre la dimensión de estrategias directas del abuso psicológico en la pareja y el Bienestar psicológico en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.
2. Existe relación significativa inversa entre la dimensión de estrategias indirectas del abuso psicológico en la pareja y el Bienestar psicológico en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

3. CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Tipo y Diseño de Investigación

El presente estudio se enmarca dentro de un estudio empírico con diseño no experimental, específicamente de tipo asociativo-predictivo y con un enfoque temporal transversal (Ato et al., 2013). Esta elección metodológica responde al interés por analizar la relación entre variables en un único momento temporal, evaluando a un grupo específico de participantes. El nivel del estudio es básico, ya que su propósito principal es generar conocimiento teórico y profundizar en la comprensión del fenómeno, sin buscar una aplicación inmediata. Además, es una investigación de tipo cuantitativo porque emplea pruebas psicométricas, las cuales producen puntuaciones cuantificables que serán sometidas a un análisis estadístico con el fin de identificar asociación entre las variables investigadas.

Este estudio se enmarca dentro del enfoque no experimental, con un diseño transversal y correlacional simple, ya que su objetivo es examinar la relación funcional entre dos variables sin establecer vínculos causales ni realizar manipulación alguna (Ato et al., 2013). En específico se observa y analiza la asociación entre la variable Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja y la variable de Bienestar Psicológico tal como se presentan en su entorno natural, sin intervención.

3.2. Población y Muestra

3.2.1. Población

La población objetivo de este estudio está compuesta por todas las mujeres que, en el momento de la realización de la investigación, sean usuarias activas de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay y que, además, se encuentren involucradas en una relación de pareja. Esta delimitación resulta relevante para los objetivos del estudio, dado que se pretende explorar dinámicas específicas dentro de este tipo de relaciones.

Cabe destacar que el centro de orientación familiar de Manchay cuenta con un área de soporte psicológico integrada por profesionales en psicología, quienes ofrecen atención individual y grupal a las usuarias. Este servicio es fundamental para abordar las problemáticas asociadas al abuso psicológico y promover la mejora del bienestar emocional. Es por esta razón que el centro está equipado con salas de atención psicológica, áreas para reuniones grupales y personal multidisciplinario, incluyendo el equipo de psicología y abogados. Estos recursos permiten brindar una atención integral a las usuarias, abordando tanto sus necesidades legales como emocionales.

Resulta importante recalcar entonces que el centro de orientación familiar de Manchay ofrece servicios de orientación legal y psicológica. Su principal finalidad es brindar apoyo a mujeres que enfrentan situaciones de violencia, ofreciéndoles recursos para enfrentar y superar estas experiencias. Las usuarias acuden al centro buscando orientación en temas legales, soporte emocional y acceso a redes de apoyo.

3.2.2. Muestra, Muestreo y Criterios de Selección

Debido a que el número de usuarias no es una cantidad fija; puesto que varía cada año por diversos factores, no es posible conocer el número exacto de usuarias que asistirán al centro. Es por esto que se procedió a realizar una proyección de la muestra tomando en cuenta el número de usuarias que asistieron el anterior año. Así, con una población $N=143$, un nivel y un margen de error permitido (e) del 5% se obtuvo como resultado, a través del software de la calculadora Datum, que se debe contar con un mínimo de 104 participantes.

La muestra estará conformada mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, seleccionando a las participantes que se encuentren accesibles en el centro de orientación familiar al momento de la recolección de información y que cumplan con los criterios de inclusión previamente definidos. Este tipo de muestreo permite mayor accesibilidad a las participantes y si bien este método permite obtener información valiosa de un grupo específico, es importante señalar que puede introducir sesgos en la selección, lo cual restringe la capacidad de generalizar los hallazgos a poblaciones más amplias.

En cuanto a los criterios de inclusión para el presente estudio, estos vendrían a ser:

1. Ser usuaria activa del centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay al momento de la aplicación de la investigación.
2. Estar en una relación sentimental en el momento de la investigación.
3. Residir en la comunidad de Manchay

En tanto que el criterio de exclusión para el presente estudio es:

1. Ser menor de edad.
2. Condición psicológica de importancia
3. Condición de discapacidad cognitiva de gravedad

Para corroborar que se cumplan los criterios de inclusión, se aplicará una breve entrevista inicial antes del consentimiento informado, donde se confirmará si la participante: (a) Es usuaria activa del centro, (b) Se encuentra actualmente en una relación sentimental, y (c) Reside en la comunidad de Manchay. En caso de que la participante presente indicios de alguna condición psicológica o discapacidad cognitiva de gravedad, será descartada conforme al criterio de exclusión, previa consulta con el equipo profesional del centro.

3.2.3. Variables: Definiciones Conceptuales y Operacionales de Variables

3.2.3.1. Definición Conceptual de Abuso Psicológico Aplicado en la Pareja

Porrúa et al. (2016) definen al abuso psicológico aplicado a la pareja como “la aplicación continua de estrategias de presión, control, manipulación y coerción con el propósito de dominar y subyugar a la pareja” (p. 215).

3.2.3.2. Definición Conceptual de Bienestar Psicológico

Acorde a Casullo (2002), la variable de bienestar psicológico se define como “la percepción que una persona tiene sobre los logros alcanzados en su vida, del grado de satisfacción personal con lo que

hizo, hace o puede hacer, desde una mirada estrictamente personal o subjetiva” (p. 11).

3.2.3.3. Operacionalización de las Variables

Tabla 1

Operacionalización de las variables

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición	Instrumento
Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja	<i>Estrategias Directas</i>	Estrategias que tienen un impacto en la víctima de manera directa (afectando la emoción, cognición y comportamiento)	Ordinal tipo Likert: 0 = Nunca 1 = Algunas veces 2 = Bastantes veces 3 = Muchas veces	Escala de Abuso Psicológico Aplicado en la pareja – EAPA-P
	<i>Estrategias Indirectas</i>	Estrategias que tienen un impacto en la víctima de manera indirecta (a través del contexto inmediato).	4 = Continuamente	

Bienestar Psicológico	<i>Autonomía</i>	Capacidad de actuar de forma independiente.	Ordinal tipo Likert: 1= En desacuerdo	Escala de Bienestar Psicológico para Adultos - BIEPS-A
	<i>Aceptación de sí mismo/ Control de situaciones</i>	Sentimiento de bienestar con uno mismo y sensación de control y autocompetencia.	2= Ni de acuerdo ni en desacuerdo 3= De acuerdo	
	<i>Vínculos sociales</i>	Calidad de las relaciones personales.		
	<i>Proyectos</i>	Metas y propósitos en la vida.		

3.3. Instrumentos

Los instrumentos por emplear en el presente estudio son:

3.3.1. Ficha sociodemográfica

Los datos que se les pedirán a las personas participantes serán sexo, edad, estado sentimental y lugar de residencia.

3.3.2. Escala de Abuso Psicológico Aplicado en la pareja – EAPA-P

La Escala de Abuso Psicológico Aplicado en la pareja – EAPA-P de Porrúa et al. (2016) se encuentra conformada por 19 reactivos, y estos se van a puntuar empleando una escala tipo Likert de 5 puntos, en donde 0 es “nunca”, 1 es “algunas veces”, 2 es “bastantes veces”, 3 es “muchas veces” y 4 es “continuamente”; en donde, se concluye que una mayor puntuación indicaría un mayor grado de presencia de abuso psicológico, oscilando los puntajes entre 0 a 76 puntos. Los autores sostiene que esta escala posee dos dimensiones: las estrategias directas y las indirectas de abuso psicológico; las cuales, se encuentran conformadas por subdimensiones; encontrándose en las directas el abuso emocional, imposición de propio pensamiento e imposición de un rol servil; mientras que en las indirectas se tiene al aislamiento, control y manipulación de la información y control de la vida personal. La puntuación global se logra al sumar los puntajes de los reactivos, y la puntuación final resultante determina la evaluación directa. Además, es posible obtener puntuaciones específicas para subdimensiones, lo que facilita la identificación de los diferentes tipos de abuso psicológico reportados por las personas.

En relación a la validez, Porrúa et al. (2016) inicialmente diseñó 47 reactivos, los cuales fueron revisados por cuatro expertos, descartando términos redundantes. Posteriormente, los reactivos fueron sometidos a un grupo focal de féminas víctimas de violencia para evaluar la comprensión. Se encontró que la mayoría de los ítems presentaban correlaciones superiores a .40, a excepción de dos reactivos

(18 y 19). Un análisis factorial exploratorio (AFE) identificó dos factores, y en el análisis factorial confirmatorio (AFC), el modelo bidimensional (abuso directo e indirecto) resultó ser el más adecuado en comparación con los modelos unidimensional y tridimensional, con indicadores de ajuste aceptables (RMSEA = .08, NFI = .95, CFI = .96). Luego, en cuanto a la consistencia interna del modelo, se demostró una alta confiabilidad, con un valor de alfa de .93.

El estudio de Rodríguez (2022) validó el instrumento en Perú mediante una prueba piloto, específicamente en una muestra de 385 mujeres de Lima Metropolitana, cuyas edades oscilaron entre 20 y 40 años, obteniendo resultados que respaldan una adecuada validez de constructo. Los indicadores de ajuste del modelo presentaron valores aceptables, todos ubicados dentro de los parámetros recomendados, con CFI y TLI por encima de .90, y RMSEA y SRMR por debajo de .08. En relación a la confiabilidad, se reportó una alta consistencia interna, con un coeficiente alfa de .96. Además, se evaluó la calidad métrica de los reactivos, mostrando una distribución adecuada en las respuestas, sin que ninguna opción superara el 80% de elección, lo que favoreció la variabilidad de los datos. En cuanto a la comunalidad (h^2), se observaron valores superiores a .50, y el índice de discriminación (id) fue inferior a 0.05 en todos los reactivos, lo que asegura su correcta discriminación.

El uso del EAPA-P en el presente estudio se sustenta en que su validación en Perú, por Rodríguez (2022) con una muestra amplia de mujeres adultas, confirma su pertinencia cultural y conceptual para el contexto local, garantizando que evalúe adecuadamente conductas de

abuso habituales en dinámicas de pareja en Lima. Si bien la validación consideró mujeres entre 20 y 40 años, su fundamento teórico y su naturaleza psicométrica permiten la aplicación a mujeres adultas a partir de los 18 años, dado que el fenómeno del abuso psicológico se manifiesta en cualquier etapa de la adultez y el instrumento no contiene reactivos exclusivos de una franja etaria particular. Por ello, el EAPA-P resulta un instrumento válido, coherente con el marco teórico adoptado y adecuado para los objetivos de la presente investigación.

3.3.3. Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)

La Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) de Casullo (2002), basándose en el modelo planteado por Ryff (1989), plantea 4 dimensiones: aceptación/control de situaciones, autonomía, vínculos sociales y proyectos. Cuenta con trece reactivos que se puntúan mediante una escala tipo Likert en donde 1 es “en desacuerdo”, 2 es “ni de acuerdo ni en desacuerdo” y 3 es “de acuerdo” (Casullo, 2002).

En relación a la validez, se conoce que inicialmente el BIEPS-A de Casullo (2002) poseía 20 ítems; sin embargo, luego de aplicar reiteradamente el Test de Esfericidad de Bartlett y el índice de adecuación muestral Kaiser Meyer Olkin se eliminaron los reactivos que saturaron muy alto un factor, eliminando un total de 7. Es así que se constató que existían 3 dimensiones bien diferenciadas que explicaban un 43% de la varianza; pero además, existía un cuarto factor que explicaba un 10% de la varianza el cual se componía de dos dimensiones (control de situaciones y aceptación de sí mismo) siendo este factor poco claro y con solo 3 ítems (Casullo, 2002); por lo que, se observa que estas

dos dimensiones se estarían solapando, conformando así un nuevo factor (Páramo et al., 2012).

Por su parte, Domínguez (2014), realizó la validación del BIEPS-A en la población universitaria de Perú, específicamente en 222 estudiantes universitarios de Psicología de una universidad privada, con edades entre 16 y 44 años. En relación a la validez obtuvo como resultado que el análisis factorial confirmatorio también constató que existían 4 dimensiones. En relación a la confiabilidad total, se constata que esta fue aceptable, con un valor de 0.70. Por su parte, Domínguez (2014), en el contexto peruano, al evaluar la confiabilidad obtuvo un alfa de Cronbach para la escala total de .966 ($> .80$); y más específicamente un valor de .884, .836, .871 y .908 para los factores de Aceptación/Control, Autonomía, Vínculos y Proyectos respectivamente; lo cual indicaría una buena consistencia interna.

La aplicación del BIEPS-A se fundamenta en que este instrumento fue desarrollado específicamente para población latinoamericana (Castro et al., 2002), incorporando adaptaciones conceptuales y lingüísticas que lo hacen más adecuado que otras escalas diseñadas en contextos anglosajones. Su validación en Perú por Domínguez (2014), con participantes de 16 a 44 años, confirma su idoneidad para población adulta joven y adulta intermedia. Aunque la validación se realizó con universitarios, las dimensiones del modelo de Ryff representan procesos psicológicos universales en adultos y no dependen del nivel educativo, lo que respalda su uso en mujeres adultas mayores de 18 años que acuden a servicios comunitarios. De este modo,

el BIEPS-A se considera un instrumento culturalmente pertinente, teóricamente sustentado y adecuado para evaluar el bienestar psicológico en la población estudiada.

3.4. Procedimiento

El primer procedimiento realizado fue presentar el presente proyecto de tesis al Comité Institucional de Ética de la Universidad Peruana Cayetano Heredia para poder obtener la aprobación de realizar el estudio en la población objetivo.

Obtenida la aprobación del comité se gestionó los permisos requeridos con la persona encargada del centro de orientación familiar ubicado en Manchay, agendando una reunión en la cual se expuso a profundidad el propósito de la investigación y todo el proceso a llevar a cabo.

Dada la autorización de la autoridad pertinente, teniendo en cuenta que la aplicación del estudio fue de forma presencial, se procedió a convocar a las participantes que asistan al centro, durante sus visitas regulares. Para esto, el investigador permaneció en el centro de orientación familiar durante toda la jornada con el propósito de establecer contacto con las usuarias e invitarlas a ser parte del estudio. Es relevante resaltar que el proceso de participación se realizó de manera individual para cada participante en un ambiente preparado previamente para llevar a cabo este proceso.

Adicionalmente, se convocó vía WhatsApp, empleando la cuenta del centro de orientación familiar, a usuarias que se encuentren registradas en el registro de atención invitándolas a participar del estudio de forma voluntaria, y en caso accedan se procedió a agendar una cita con el fin de recolectar los datos,

siempre respetando su privacidad y consentimiento. Para seleccionar a las participantes se verificaron los criterios de inclusión y exclusión establecidos.

En síntesis, el enrolamiento de las participantes se realizó de dos formas: presencialmente cuando acudieron al centro para sus consultas habituales, y mediante contacto previo a través del registro interno del centro. En ambos casos, se verificó si cumplen los criterios de inclusión antes de invitarlas formalmente a participar. La secuencia fue la siguiente: (a) Verificación de criterios de inclusión, (b) Invitación a participar en el estudio, (c) Explicación y firma del consentimiento informado, (d) Aplicación de los instrumentos, (e) Entrega del folleto psicoeducativo, y (f) Derivación si fuese necesario según protocolo.

La explicación del consentimiento informado y la administración de las pruebas se realizó en los espacios privados que el centro dispone, con el fin de garantizar que las participantes se sientan cómodas y seguras. En dicho espacio se resolvieron todas las dudas e inquietudes relacionadas con el estudio. El contenido del consentimiento informado fue presentado de manera clara y precisa, asegurando la comprensión de cada participante. Asimismo, se les brindó el tiempo necesario para que puedan leer el documento detenidamente antes de otorgar su consentimiento.

Se le entregó a cada participante del estudio los siguientes documentos: el consentimiento informado (Anexo D), ficha sociodemográfica (Anexo C), Escala de Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja EAPA-P (Anexo C) y la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) (Anexo C).

Una vez finalizado el proceso de recolección de datos, se entregó a cada una de las participantes de manera individual un folleto psicoeducativo (Anexo

E) validado por una profesional de la psicología con experticia en el área. En dicho material, se ofrecerá una explicación clara y concisa sobre el abuso psicológico en las relaciones de pareja y su impacto en el bienestar psicológico, con el fin de brindarles información útil y relevante sobre el tema; al mismo tiempo que, se buscará concientizar sobre los graves efectos que tiene el abuso psicológico en el bienestar de las mujeres.

En caso de que alguna de las participantes hubiese experimentado malestar emocional o psicológico durante el proceso de recolección de datos, dicho proceso sería suspendido inmediatamente y se activaría un protocolo de contingencia. Este protocolo incluye la provisión de primeros auxilios psicológicos, los cuales serán administrados por el investigador, quien está debidamente capacitado para ofrecer contención emocional. Además, el centro cuenta con una psicóloga licenciada y colegiada, quien intervendrá de acuerdo a su criterio profesional si es necesario. Asimismo, se dispone de un directorio con los números de contacto de los servicios de salud locales, para que la participante pueda recibir asistencia oportuna en caso de requerir atención especializada.

De igual manera, cabe resaltar que se consideraron en el análisis de datos únicamente los instrumentos que se hayan completado correctamente, garantizando así la calidad y validez de los datos.

Finalmente, se procedió a codificar los datos en son de resguardar la confidencialidad de las participantes. Esto se realizó mediante un programa de dominio público, transcribiendo tanto los datos sociodemográficos como los puntajes obtenidos en las escalas administradas.

3.5. Plan de Análisis de Datos

En el presente apartado se especifica la estadística empleada para poder analizar los datos obtenidos. Antes de comenzar propiamente a analizar la correlación de las variables, se procedió a codificar los datos y calcular los puntajes en un programa de dominio público.

Para poder responder al objetivo general y a los específicos, se procedió a realizar la prueba de normalidad; y como la muestra constaría de un mínimo de 104 personas (mayor a 50) se empleó el estadístico de Kolmogorov Smirnov.

Debido a que se obtuvo un $p < 0.5$ se emplearán estadísticos no paramétricos; debido a que la muestra presentaría una distribución no normal. Por ello, se empleó un estadístico no paramétrico, específicamente el Rho de Spearman.

En relación a los objetivos específicos, se analizó la relación entre el puntaje general del EAPA-P y las dimensiones del BIEPS-A; como también para analizar el puntaje general del BIEPS-A con las dimensiones del EAPA-P.

Cabe destacar que, para llevar a cabo todo este proceso de análisis de datos, se hizo uso del software libre R. Adicionalmente, para interpretar la fuerza de las correlaciones, se utilizaron los criterios de Cohen (1988, citado en Ledesma et al., 2008): 0.10 – 0.19 = correlación muy baja, 0.20 – 0.39 = baja, 0.40 – 0.59 = moderada, 0.60 – 0.79 = alta y ≥ 0.80 = muy alta.

3.6. Consideraciones Éticas

Como ya se mencionó anteriormente, la presente investigación fue presentada ante el Comité Institucional de Ética de la Universidad Peruana

Cayetano Heredia para su evaluación. Después de ser aprobado, se procedió con la recolección y análisis de datos detallados anteriormente.

Durante todo el tiempo en que se llevó a cabo dichos procesos se veló estrictamente por cumplir con los principios bioéticos de autonomía, beneficencia y no maleficencia en el estudio.

Se cumplió con el principio de autonomía; debido a que, se les hizo presente un consentimiento informado en donde se especificó el fin del estudio y la confidencialidad de los datos durante el proceso de recolección, análisis y publicación de resultados. Del mismo modo, se resaltó la voluntariedad al momento de participar y que en todo momento la participante era libre de poder retirarse si así lo consideraba conveniente.

Se cumplió con el principio de beneficencia; puesto que, se veló por la comodidad y bienestar de las personas participantes, reduciendo los posibles riesgos y maximizando los beneficios. Los posibles riesgos incluyen malestar emocional al recordar situaciones de abuso, por lo que, para mitigar estos riesgos, se ofreció atención psicológica inmediata por parte de los profesionales del centro. Como beneficio, las participantes recibieron un folleto psicoeducativo (Anexo E) validado por una profesional de la psicología con experticia en el área, con el fin de que las participantes puedan comprender mejor el abuso psicológico en las dinámicas de pareja y cómo afecta al bienestar psicológico.

Finalmente, también se cumplió con el principio de no maleficencia; ya que, no se generaron daños a las personas que decidan participar; y si excepcionalmente hubiese ocurrido un hecho o situación imprevista que atente contra el bienestar de las personas participantes, se contó con un protocolo de

contingencia. Este protocolo, como ya se mencionó en apartados anteriores, incluye la provisión de primeros auxilios psicológicos, los cuales serán administrados por el investigador, quien está debidamente capacitado para ofrecer contención emocional.

En caso alguna participante hubiese experimentado malestar emocional significativo durante o después de su participación en el estudio, se hubiese brindado Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) siguiendo un protocolo estructurado. Esta intervención tendría como objetivo proporcionar apoyo inmediato, estabilizar emocionalmente a la persona y facilitar su acceso a estrategias de afrontamiento.

El procedimiento incluye: (1) establecer un entorno seguro y de confianza, (2) escuchar activamente sin juicios ni presiones, (3) brindar calma y seguridad a la participante, (4) evaluar sus necesidades emocionales y posibles riesgos, (5) fomentar el uso de recursos personales y estrategias de afrontamiento, y (6) derivarla, si es necesario, a una red de apoyo o a un profesional de la salud mental del centro de orientación familiar.

Se garantizó que la intervención respete la autonomía de la participante, evitando cualquier forma de coacción y priorizando su bienestar. En caso de que alguna participante hubiese presentado malestar emocional significativo durante el proceso, sería derivada de manera inmediata al servicio de atención psicológica del centro, el cual cuenta con una psicóloga licenciada y colegiada, que evaluará la situación y determinará el seguimiento correspondiente de acuerdo a su criterio profesional. Cabe detallar que se tuvo un acuerdo de colaboración con el centro de orientación familiar, que garantizó la disponibilidad de atención psicológica para las participantes que lo requieran,

como parte de sus servicios regulares. Asimismo, se dispuso de un directorio con los números de contacto de los servicios de salud locales, para que la participante pueda recibir asistencia oportuna en caso de requerir atención especializada. Adicionalmente, el investigador cuenta con una formación en Conducta Responsable en Investigación (CRI) en especial en investigaciones con humanos, lo que garantiza su capacitación para llevar a cabo el estudio de manera ética y adecuada, respetando los principios y normativas establecidos para este tipo de investigaciones.

RESULTADOS

1. Nivel Descriptivo

1.1. Análisis Descriptivo de la Variable Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja

Este análisis da respuesta al objetivo específico N.º 1: Describir el nivel de Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay. Se evaluó la variable abuso psicológico a partir de dos dimensiones: estrategias directas y estrategias indirectas. El puntaje total alcanzó una media de 12.50 y dado que la puntuación máxima posible es 60, este valor implica que la mayoría no identifican múltiples conductas abusivas frecuentes en sus relaciones actuales. No obstante, la alta desviación estándar ($DE = 14.63$) sugiere la presencia de casos extremos con puntuaciones significativamente más elevadas, lo que evidencia que algunas mujeres sí se encuentran expuestas a formas graves de abuso emocional.

Las estrategias directas presentaron una media de 8.36 ($DE = 9.64$), mientras que las estrategias indirectas obtuvieron una media de 4.14 ($DE = 5.33$). Estos promedios indican que la mayoría de mujeres reportaron niveles bajos de maltrato psicológico, tanto en formas directas como indirectas. Ahora, una DE alta, como 9.64 para estrategias directas y 5.33 para indirectas, sugiere que hubo bastante dispersión: es decir, algunas mujeres tuvieron puntajes muy bajos (cerca de 0) y otras mucho más altos. Esto refleja que, aunque el promedio general es bajo, hay casos extremos donde el abuso psicológico sí es frecuente o intenso.

En ambos casos se observaron distribuciones con asimetría positiva alta (Directas: 1.65; Indirectas: 1.64) y curtosis elevada (Directas: 2.00; Indirectas: 1.69), lo que indica la presencia de valores atípicos hacia niveles altos, aunque la mayoría de los casos se concentraron en valores bajos de abuso percibido.

También se ha optado por analizar las tablas de frecuencia de esta variable con sus respectivas dimensiones como se detalla a continuación.

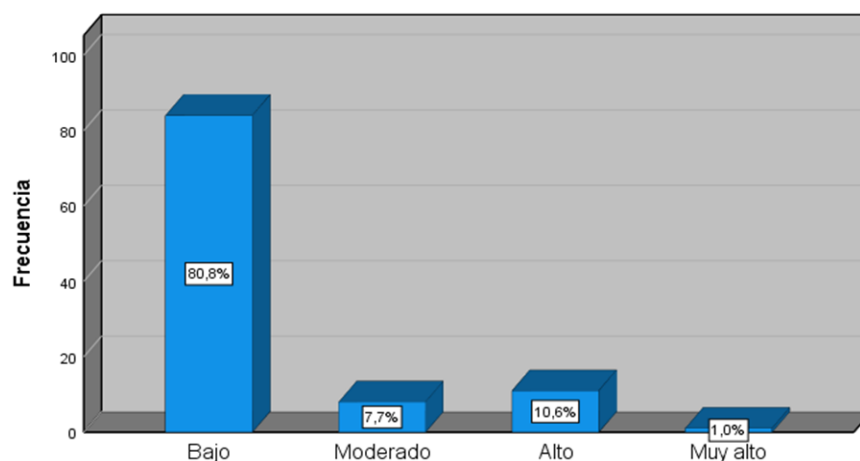
Tabla 2

Tabla de frecuencia del abuso psicológico aplicado a la pareja

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Abuso Psicológico aplicado a la Pareja	Bajo	84	80,8%
	Moderado	8	7,7%
	Alto	11	10,6%
	Muy alto	1	1,0%
	Total	104	100%

Figura 1

Gráfico de barras del abuso psicológico aplicado a la pareja



De acuerdo a la tabla 2 y figura 1, se puede observar, respecto al abuso psicológico en las usuarias activas de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay, que el 80,8% manifiestan un nivel bajo (la persona percibe pocas o ninguna conducta abusiva en su relación, el nivel es mínimo o inexistente), el 7,7% un nivel moderado (se presentan conductas abusivas con intensidad media, aunque no de forma constante y puede haber confusión o normalización del maltrato), 10,6% un nivel alto (existen múltiples formas de abuso psicológico frecuentes, ya sean directas o indirectas) y el 1,0% manifiestan un nivel muy alto (la persona reporta una frecuencia muy elevada de conductas de abuso psicológico en su relación y es probable que esté inmersa en una relación de maltrato crónico).

Este dato es importante, ya que sugiere que aunque el abuso psicológico no es mayoritario, existe una proporción de mujeres con experiencias significativamente perjudiciales.

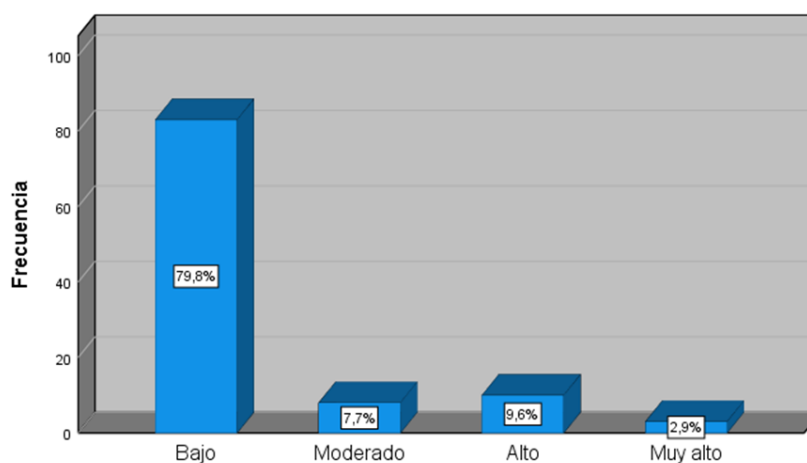
Tabla 3

Tabla de frecuencia de las estrategias directas del abuso psicológico aplicado a la pareja

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Estrategias Directas del Abuso Psicológico aplicado a la Pareja	Bajo	83	79,8%
	Moderado	8	7,7%
	Alto	10	9,6%
	Muy alto	3	2,9%
Total		104	100%

Figura 2

Gráfico de barras de las estrategias directas del abuso psicológico aplicado a la pareja



De acuerdo a la tabla 3 y figura 2, se puede observar, respecto a la dimensión de Estrategias Directas del abuso psicológico aplicado a la pareja en las usuarias activas de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay, que el 79,8% manifiestan un nivel bajo, el 7,7% un nivel moderado, 9,6% un nivel alto y el 2,9% manifiestan un nivel muy alto. Los niveles hacen referencia a la poca o nula existencia (nivel bajo), cierta frecuencia (nivel moderado), frecuente presencia (nivel alto) o presencia a nivel crónico (nivel

muy alto) de las estrategias directas de abuso psicológico en la pareja las cuales involucran el abuso emocional, la imposición del propio pensamiento e imposición de un rol de servir.

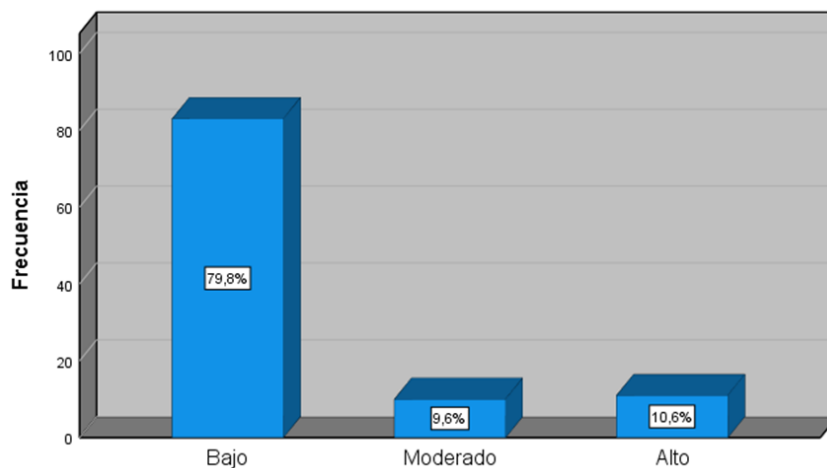
Tabla 4

Tabla de frecuencia de las estrategias indirectas del abuso psicológico aplicado a la pareja

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Estrategias Indirectas del Abuso Psicológico aplicado a la Pareja	Bajo	83	79,8%
	Moderado	10	9,6%
	Alto	11	10,6%
	Muy alto	0	0,0%
	Total	104	100%

Figura 3

Gráfico de barras de las estrategias indirectas del abuso psicológico aplicado a la pareja



De acuerdo a la tabla 4 y figura 3, se puede observar, respecto a la dimensión de Estrategias Indirectas del abuso psicológico aplicado a la pareja en las usuarias activas de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay, que el 79,8% manifiestan un nivel bajo, el 9,6% un nivel moderado, 10,6% un nivel alto y el 0% manifiestan un nivel muy alto. Los niveles hacen referencia a la poca o nula existencia (nivel bajo), cierta frecuencia (nivel moderado), frecuente presencia (nivel alto) o presencia a nivel crónico (nivel muy alto) de las estrategias directas de abuso psicológico en la pareja las cuales involucran el aislamiento, control y manipulación de la información y control de la vida personal.

1.2. Análisis Descriptivo de la Variable Bienestar Psicológico

En este apartado, se responde al objetivo específico N.º 2: Describir el nivel de Bienestar Psicológico en usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay. El puntaje global mostró una media de 35.18 (DE = 4.06), con valores que oscilaron entre 21 y 39 puntos.

Los resultados por dimensión fueron los siguientes:

- Aceptación/Control: $M = 8.36$, $DE = 1.05$, con una asimetría de -2.19 (negativa marcada) y curtosis = 5.38 .
- Autonomía: $M = 7.32$, $DE = 1.75$, asimetría = -0.98 , curtosis = 0.14 .
- Vínculos: $M = 8.28$, $DE = 1.05$, asimetría = -1.88 , curtosis = 5.22 .
- Proyectos: $M = 11.23$, $DE = 1.37$, asimetría = -2.46 , curtosis = 7.66 .

En general, las distribuciones presentan asimetría negativa, indicando que una gran proporción de participantes obtuvieron puntajes altos, particularmente en las dimensiones de vínculos sociales, aceptación/control y proyectos.

También se ha optado por analizar las tablas de frecuencia de esta variable con sus respectivas dimensiones como se detalla a continuación.

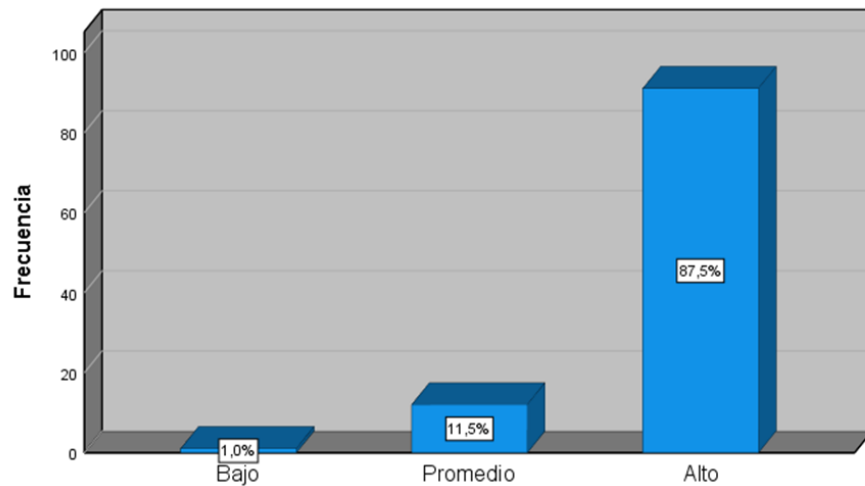
Tabla 5

Tabla de frecuencia del bienestar psicológico

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bienestar Psicológico	Bajo	1	1,0%
	Promedio	12	11,5%
	Alto	91	87,5%
	Total	104	100%

Figura 4

Gráfico de barras del bienestar psicológico



De acuerdo a la tabla 5 y figura 4, se puede observar, respecto al Bienestar Psicológico en las usuarias activas de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay, que el 1,0% manifiestan un nivel bajo, el 11,5% un nivel promedio y el 87,5% un nivel alto.

Un nivel alto refleja que la persona posee una percepción positiva de sí misma, mantiene relaciones interpersonales saludables, ejerce su autonomía de forma adecuada y tiene metas claras y motivadoras en su vida. Un nivel promedio indica que la persona funciona de manera general adecuada, pero podría experimentar algunas dificultades específicas en una o más áreas del bienestar, como la toma de decisiones, la autoaceptación o el establecimiento de metas. Y un nivel bajo sugiere la presencia de malestar psicológico significativo, manifestado en sentimientos de insatisfacción, dificultad para relacionarse con otros, escasa motivación o pérdida del sentido de vida.

Por tanto, los resultados muestran que, si bien existe una pequeña proporción de mujeres que podrían requerir atención psicológica por presentar bajo bienestar, la mayoría manifiesta niveles altos de equilibrio emocional y

funcionalidad psicológica, lo cual puede representar un factor protector frente a experiencias de abuso.

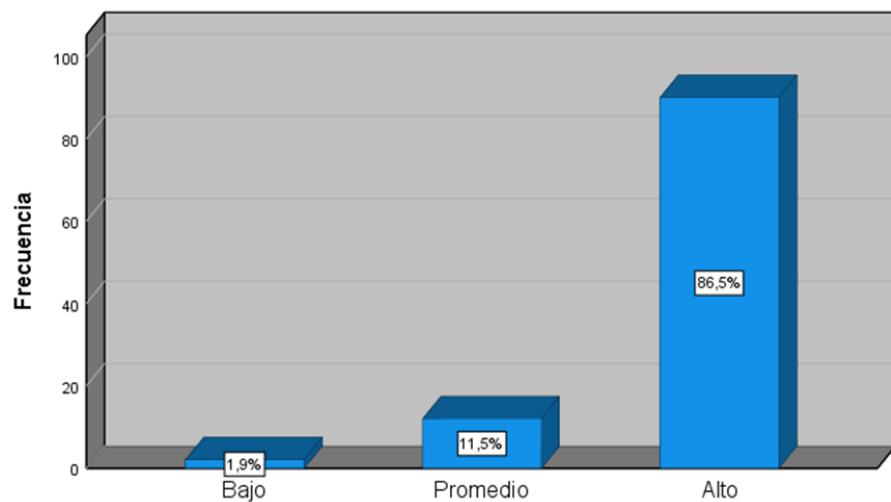
Tabla 6

Tabla de frecuencia de la dimensión de aceptación de sí mismo y control de situaciones

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Aceptación de sí mismo y control de situaciones	Bajo	2	1,9%
	Promedio	12	11,5%
	Alto	90	86,5%
Total		104	100%

Figura 5

Gráfico de barras de la dimensión de aceptación de sí mismo y control de situaciones



De acuerdo a la tabla 6 y figura 5, se puede observar, respecto a la dimensión de Aceptación de sí mismo y control de situaciones, que el 1,9% manifiestan un nivel bajo, el 11,5% un nivel promedio y el 86,5% un nivel alto.

En esta dimensión, que integra tanto el control de situaciones como la aceptación de sí mismo, un nivel alto refleja que la persona percibe un alto grado de autocompetencia y capacidad para influir en su entorno. Estas personas pueden manejar los contextos cotidianos de acuerdo con sus necesidades e intereses, y además muestran una aceptación integral de sí mismas, incluyendo aspectos tanto positivos como negativos de su historia personal. Se sienten reconciliadas con su pasado y experimentan satisfacción consigo mismas. Un nivel promedio sugiere que la persona logra cierto manejo de su realidad y una aceptación parcial de su identidad, aunque pueden existir momentos de duda o descontento. En contraste, un nivel bajo indica dificultades para afrontar la vida diaria, sensación de incapacidad para modificar el ambiente y una visión negativa de sí misma, con insatisfacción y deseos de ser diferente.

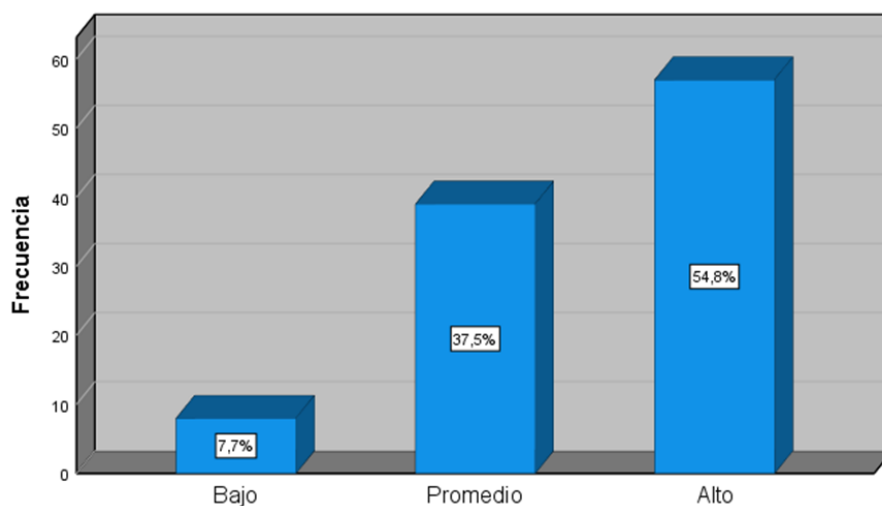
Tabla 7

Tabla de frecuencia de la dimensión de autonomía

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Autonomía	Bajo	8	7,7%
	Promedio	39	37,5%
	Alto	57	54,8%
	Total	104	100%

Figura 6

Gráfico de barras de la dimensión de autonomía



De acuerdo a la tabla 7 y figura 6, se puede observar, respecto a la dimensión de Autonomía, que el 7,7% manifiestan un nivel bajo, el 37,5% un nivel promedio y el 54,8% un nivel alto.

En la dimensión Autonomía, un nivel alto indica que la persona toma decisiones con independencia, actúa de manera asertiva y confía en su propio juicio. El nivel promedio muestra cierta autonomía, aunque con una tendencia a buscar aprobación externa o a depender parcialmente de otras personas. Por el contrario, una puntuación baja refleja inestabilidad emocional, dependencia para la toma de decisiones y una preocupación constante por la opinión ajena.

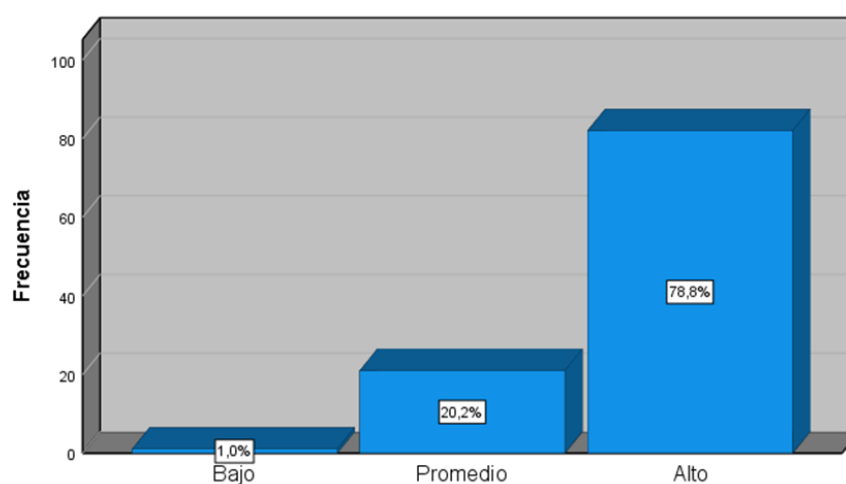
Tabla 8

Tabla de frecuencia de la dimensión de vínculos sociales

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Vínculos Sociales	Bajo	1	1,0%
	Promedio	21	20,2%
	Alto	82	78,8%
Total		104	100%

Figura 7

Gráfico de barras de la dimensión de vínculos sociales



De acuerdo a la tabla 8 y figura 7, se puede observar, respecto a la dimensión de Vínculos, que el 1,0% manifiestan un nivel bajo, el 20,2% un nivel promedio y el 78,8% un nivel alto.

Respecto a esta dimensión, un nivel alto se asocia con la facultad de mantener relaciones afectivas positivas y de confiar en los demás. Estas personas muestran empatía y habilidades interpersonales sólidas. Un nivel promedio refleja relaciones funcionales pero posiblemente más superficiales o inestables. En contraste, una puntuación baja sugiere aislamiento, desconfianza

en las relaciones, y dificultad para establecer o mantener vínculos afectivos significativos.

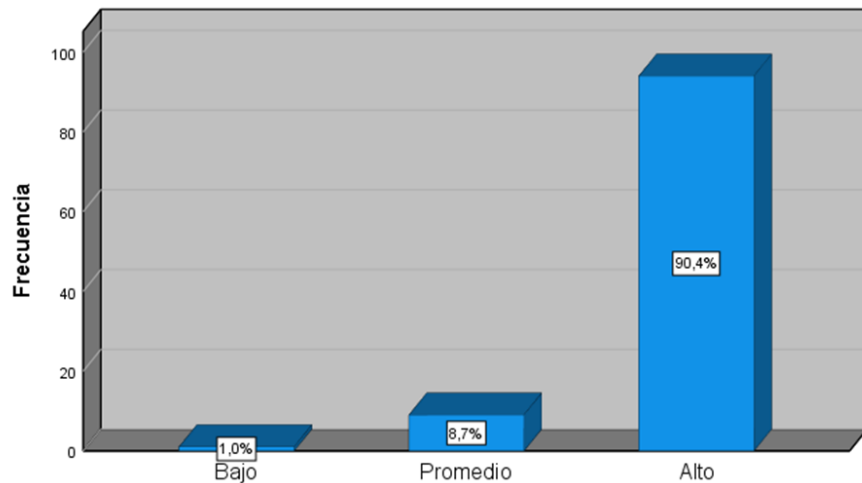
Tabla 9

Tabla de frecuencia de la dimensión de proyectos

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Proyectos	Bajo	1	1,0%
	Promedio	9	8,7%
	Alto	94	90,4%
	Total	104	100%

Figura 8

Gráfico de barras de la dimensión de proyectos



De acuerdo a la tabla 9 y figura 8, se puede observar, respecto a la dimensión de Proyectos, que el 1,0% manifiestan un nivel bajo, el 8,7% un nivel promedio y el 90,4% un nivel alto.

En la dimensión Proyectos de Vida, un nivel alto evidencia la presencia de metas claras, sentido de propósito y una valoración positiva de la vida como significativa. Las personas con un nivel promedio pueden tener ideas o aspiraciones, aunque menos definidas o con menor carga de sentido existencial. En cambio, quienes presentan una puntuación baja suelen experimentar la vida como vacía o sin propósito, mostrando escasas metas personales y dificultades para proyectarse hacia el futuro.

Tabla 10

Tabla de Abuso Psicológico por edades

Grupo etario	Bajo	Moderado	Alto	Muy Alto	Total
18–29 años	26	5	8	1	40
(Adulthood joven)					
30–59 años	48	3	4	0	55
(Adulthood intermedia)					
60+ años	10	0	0	0	10
(Adulthood tardía)					
Total	84	8	11	1	104

Tabla 11

Tabla de Bienestar Psicológico por edades

Grupo etario	Bajo	Promedio	Alto	Total
18–29 años	1	7	32	40
(Adulthood joven)				

30–59 años	0	5	50	55
(Adultez intermedia)				
60+ años	0	0	9	9
(Adultez tardía)				
Total	1	12	91	104

Para analizar la distribución del abuso psicológico y del bienestar psicológico según edad, se utilizó la clasificación etaria propuesta por Papalia y Martorell (2021): adultez joven (18-29 años), adultez intermedia (30-59 años) y adultez tardía (60 años o más). En la tabla correspondiente al abuso psicológico, se observa que el grupo de adultas jóvenes concentra la mayor proporción de casos con niveles “moderado”, “alto” o “muy alto” de abuso; mientras las mujeres de adultez intermedia presentan principalmente “bajo” abuso; y en el grupo de 60 años o más predominan “bajo” abuso. Este patrón sugiere que la vulnerabilidad al abuso psicológico disminuye con la edad en la muestra evaluada. En cuanto al bienestar psicológico, la tabla muestra que las adultas mayores tienen el porcentaje más alto de puntajes “alto” de bienestar; las adultas intermedias también muestran mayor bienestar, mientras que las jóvenes reportan una proporción relativamente mayor de bienestar “promedio” que “alto”, aunque la mayoría sigue en “alto”. En conjunto, estos resultados apuntan a una tendencia inversa entre abuso psicológico y bienestar a lo largo del ciclo de vida: los más jóvenes estarían más expuestos al abuso y muestran menor bienestar relativo, mientras que las mujeres de mayor edad tienden a presentar menor abuso y mayor bienestar psicológico.

2. Nivel Inferencial

Esta sección responde al objetivo general del presente estudio, así como a los objetivos específicos N.º 3 al 8, que buscan identificar la relación entre el abuso psicológico y el bienestar psicológico (con sus respectivas dimensiones). Pero antes de poder responder a estos objetivos, deberemos realizar una prueba de normalidad para poder establecer el estadístico a emplear para analizar las correlaciones.

2.1. Prueba de Normalidad

Para establecer si los datos recolectados mantienen una distribución normal, se aplicó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov (KS), considerando que la muestra está compuesta por 104 participantes.

Según los resultados obtenidos (ver Tabla 17), todas las variables, tanto las dimensiones de Abuso Psicológico como las del Bienestar Psicológico, así como sus puntuaciones totales, presentaron valores de significancia inferiores a .05 en ambas pruebas, lo cual indica una violación del supuesto de normalidad.

Tabla 12

Resultados de las pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov

Variable	Kolmogorov-Smirnov (Sig.)
Estrategias Directas	.000
Estrategias Indirectas	.000
Abuso Psicológico Total	.000
Aceptación / Control	.000

Autonomía	.000
Vínculos	.000
Proyectos	.000
Bienestar Psicológico Total	.000

Por tal motivo, se optó por realizar análisis estadísticos no paramétricos en las pruebas correlacionales posteriores.

2.2. Análisis Correlacional de las Variables Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja y Bienestar Psicológico

Debido a lo hallado anteriormente, se decidió emplear el coeficiente de correlación de Spearman, debido a que no se cumplió con el supuesto de normalidad.

Respondiendo a los objetivos específicos 3° y 4°, tanto las estrategias directas ($\rho = -0.402$, $p < .01$) como las estrategias indirectas ($\rho = -0.353$, $p < .01$) de abuso mostraron correlaciones negativas con el bienestar, siendo las directas ligeramente más asociadas con una disminución del mismo.

Por otro lado, respondiendo a los objetivos específicos 5, 6, 7 y 8, al analizar las cuatro dimensiones del bienestar psicológico, se constató correlaciones negativas y significativas entre todas las dimensiones con el abuso psicológico, destacando la dimensión de vínculos ($\rho = -0.368$, $p < .01$) y autonomía ($\rho = -0.301$, $p < .01$) como las más afectadas.

Finalmente, respondiendo al objetivo general del presente estudio, el análisis de los datos constató una correlación negativa moderada y

estadísticamente significativa entre las dos variables de estudio ($\rho = -0.420$, $p < .01$), lo que sugiere que a mayor nivel de abuso psicológico percibido, menor nivel de bienestar psicológico reportado.

Tabla 13

Correlaciones de Spearman entre Abuso Psicológico y Bienestar

Psicológico (Total y Dimensiones)

Variables Relacionadas	ρ de Spearman	Sig. (bilateral)	Interpretación
Abuso Psicológico – Bienestar Psicológico	-0.420	.000	Moderada, negativa, significativa
Estrategias Directas – Bienestar Psicológico	-0.402	.000	Moderada, negativa, significativa
Estrategias Indirectas – Bienestar Psicológico	-0.353	.000	Baja-moderada, negativa, significativa
Abuso Psicológico – Aceptación/Control	-0.258	.008	Baja, negativa, significativa
Abuso Psicológico – Autonomía	-0.301	.002	Moderada, negativa, significativa
Abuso Psicológico – Vínculos	-0.368	.000	Moderada, negativa, significativa
Abuso Psicológico – Proyectos	-0.262	.007	Baja, negativa, significativa

DISCUSIÓN

La presente discusión se organiza en relación a los objetivos planteados, analizando los resultados que se obtuvieron en cada uno de ellos y contrastándolos con la literatura científica actual y con los modelos teóricos adoptados en este estudio, así como considerando el contexto sociocultural específico de Manchay.

En relación al objetivo general, los resultados reflejan una correlación moderada y negativa entre el abuso psicológico y el bienestar psicológico global ($\rho = -0.420$, $p < .01$). Esto indica que, a mayor presencia de conductas abusivas, menor es la percepción de bienestar psicológico. Este hallazgo resulta coherente con la perspectiva teórica del Modelo Bifactorial del abuso psicológico (Rodríguez et al., 2016), en tanto este plantea que tanto las estrategias directas como indirectas generan un deterioro progresivo en procesos emocionales, cognitivos y conductuales, los mismos que constituyen la base de varias dimensiones del bienestar psicológico propuesto por Ryff (1989). Por ello, la relación encontrada es consistente con los mecanismos de deterioro descritos por ambos modelos.

Conforme a esto, un informe reciente del Royal College of Psychiatrists señala que el abuso, incluyendo formas coercitivas y manipulativas, es uno de los principales motivos de afectación mental entre mujeres y niñas, aumentando significativamente el riesgo de ansiedad, depresión, ideación suicida y otras condiciones psíquicas (Willson et al., 2025). Los resultados se alinean con esta evidencia y muestran que, en una población comunitaria vulnerable, como las usuarias de un centro de orientación familiar en Manchay, el deterioro emocional asociado al abuso psicológico puede adquirir características particularmente severas debido a factores socioculturales como el aislamiento, la precariedad económica y la normalización del maltrato.

Ahora bien, sobre la distribución del abuso psicológico y del bienestar psicológico según edad, se encontró que el grupo de adultas jóvenes concentra la mayor proporción de casos con niveles “moderado”, “alto” o “muy alto” de abuso; mientras las mujeres de adultez

intermedia y mayo presentan principalmente “bajo” abuso. Esto coinciden con un análisis poblacional reciente donde se encontró que la prevalencia de violencia física, sexual y psicológica disminuye significativamente en mujeres adultas comparadas con mujeres jóvenes (Sanz et al., 2019), lo que sugiere que la adultez intermedia y tardía conllevan menor riesgo. Esto nos podría indicar que las mujeres jóvenes podrían estar recién entrando en relaciones de pareja, con menor experiencia emocional, mayor dependencia, y más vulnerabilidad a dinámicas de control, lo que explicaría la mayor prevalencia de abuso psicológico y menor estabilidad en su bienestar.

En relación a los objetivos específicos N.º 3 y 4, observamos que las estrategias directas (insultos, humillaciones) tienen una mayor asociación negativa con el bienestar ($\rho = -0.402$) comparadas con las indirectas ($\rho = -0.353$), pero ambos poseen una correlación negativa significativa. Este hallazgo puede explicarse desde el Modelo Bifactorial: las estrategias directas afectan de manera inmediata los procesos emocionales y cognitivos, generando un daño más visible y de mayor intensidad; mientras que las indirectas deterioran gradualmente el contexto relacional y la autonomía. Esto sugiere que aunque ambas formas son nocivas, el abuso abierto genera un daño más intenso en la salud psicológica.

Estos hallazgos coinciden con los resultados de Molina y Matud (2024), quienes demostraron que el abuso psicológico fue el tipo de maltrato más frecuente y el predictor más significativo del malestar emocional, los síntomas de estrés postraumático y la disminución de la satisfacción con la vida en mujeres colombianas. En su modelo de regresión, incluso al controlar por variables como edad, educación, autoestima y apoyo social, el abuso psicológico mantuvo una fuerte asociación con indicadores negativos de salud mental. Este resultado refuerza la naturaleza progresiva y multidimensional del abuso psicológico, ya que sus efectos son persistentes, generalizados y difíciles de compensar incluso con factores protectores personales o sociales.

En cuanto a los objetivos específicos N.º 5 al 8, referidos a las dimensiones del bienestar psicológico, se encontraron correlaciones negativas en todos los casos. Las dimensiones de vínculos sociales ($\rho = -0.368$) y autonomía ($\rho = -0.301$) fueron las más afectadas, lo que indica que el abuso psicológico deteriora principalmente la capacidad de las mujeres para establecer relaciones saludables y tomar decisiones independientes.

Además, el contexto cultural de Manchay podría intensificar la afectación en estas dos dimensiones, debido a que muchas mujeres presentan redes de apoyo limitadas, dependencia económica o social de la pareja y dificultades para acceder a servicios de salud mental, factores que pueden debilitar aún más su autonomía y vínculos positivos.

En relación a esto, una contribución importante desde la psicología positiva es el hallazgo de que el sentido de vida cumple una función mediadora clave en el vínculo entre el abuso psicológico y el deterioro de la salud mental. Según Arslan et al. (2022), las personas que han experimentado abuso psicológico tienden a experimentar una disminución significativa en su sentido de propósito, lo cual impacta negativamente su equilibrio emocional y bienestar general. Este mecanismo es relevante para interpretar nuestros resultados, ya que dimensiones como “vínculos” y “autonomía” del bienestar psicológico parecen estar especialmente comprometidas en contextos donde el sentido de dirección y valor personal ha sido dañado por una relación abusiva.

El estudio también mostró que el abuso psicológico afecta tanto la existencia de emociones positivas como el incremento de emociones negativas, siendo estas últimas responsables de una mayor sintomatología de malestar psicológico. En este sentido, las mujeres víctimas de abuso no solo reportan niveles más bajos de satisfacción, gratitud o alegría, sino también mayores niveles de culpa, vergüenza y desesperanza (Arslan et al., 2022). Esto se alinea con nuestros hallazgos, donde se observa una afectación transversal del bienestar, especialmente en áreas como la aceptación y los vínculos interpersonales. La evidencia sugiere

que intervenir desde un enfoque que recupere el sentido de vida y promueva emociones positivas puede ser fundamental para contrarrestar los efectos del abuso psicológico.

En relación a la autonomía, esta se ve afectada ya que se reduce la habilidad de auto-gestión, decisión y agencia personal. Y si bien, la relación entre el abuso psicológico y el bienestar suele ser negativa, algunos estudios han evidenciado factores protectores que pueden amortiguar sus efectos. En particular, Arslan et al. (2022) identificaron que una percepción positiva de uno mismo y del mundo puede mediar y moderar los efectos negativos del maltrato psicológico. Es decir, las personas que, a pesar de experiencias abusivas, conservan una visión positiva sobre sus habilidades, el futuro o la humanidad, tienden a experimentar mayores niveles de bienestar. Este hallazgo abre posibilidades relevantes para la intervención psicológica, ya que sugiere que fomentar una narrativa interna positiva puede ser un camino de recuperación para las mujeres que han atravesado relaciones abusivas.

Las correlaciones negativas con aceptación/control y proyectos ($\rho \approx -0.26$) apuntan a que el abuso psicológico deteriora la sensación de control interno y el impulso hacia metas personales y sentido de vida. Estos datos destacan la relevancia de las intervenciones integrales en la reconstrucción del bienestar psicológico, interviniendo en múltiples sus dimensiones.

En relación a esto, los datos presentados por Mellar et al. (2023) en un estudio poblacional en Nueva Zelanda refuerzan la evidencia sobre las consecuencias acumulativas del abuso, especialmente cuando coexisten múltiples formas de violencia. Las mujeres expuestas a abuso psicológico, económico y control coercitivo presentaron significativamente más diagnósticos de condiciones de salud mental, incluso más que aquellas expuestas únicamente a formas físicas de violencia. Esto valida el modelo de daño psicológico acumulativo y refuerza la urgencia de intervenir oportunamente en contextos donde el abuso emocional tiende a invisibilizarse. En el caso del presente estudio, el predominio de estrategias psicológicas de

control (directas e indirectas) como predictores del bajo bienestar emocional destaca la necesidad de mirar más allá del daño físico evidente.

Finalmente, aunque el abuso psicológico mostró ser un correlato sólido del bienestar psicológico, Molina y Matud (2024) también identificaron que la autoestima fue el factor más importante para predecir menor malestar y mayor satisfacción con la vida, seguido del apoyo social. Estos hallazgos resultan especialmente valiosos al pensar en intervenciones con mujeres que han sufrido violencia emocional. En línea con nuestros propios resultados, esto sugiere que fortalecer la autoestima puede ayudar a restaurar dimensiones del bienestar como la autonomía, los vínculos y la orientación hacia proyectos personales. Asimismo, el fomento de redes de apoyo confiables podría desempeñar un rol crucial en la prevención del aislamiento emocional y la recuperación del sentido de valía.

CONCLUSIONES

Los hallazgos de esta investigación respaldan la hipótesis general planteada, al demostrar que existe una relación significativa y negativa entre las dimensiones del abuso psicológico y el bienestar psicológico en mujeres atendidas en un centro de orientación familiar en Manchay. Se identificó una correlación inversa de magnitud moderada ($\rho = -0.420$; $p < .01$), lo que confirma el vínculo entre ambas variables. Este hallazgo confirma que a mayor presencia de maltrato psicológico, menor es el bienestar experimentado, en línea con investigaciones recientes que destacan el profundo impacto emocional del abuso no físico (Walker, 2021; Royal College of Psychiatrists, 2022).

Asimismo, se confirmó la hipótesis específica 1 y el objetivo específico N.º 3, al encontrarse una correlación negativa significativa entre las estrategias directas de abuso psicológico y el bienestar psicológico. Del mismo modo, se confirmó la hipótesis específica 2 y el objetivo específico N.º 4, al hallarse una correlación negativa significativa entre las estrategias indirectas de abuso psicológico y el bienestar psicológico.

Adicionalmente, se evidenció que las estrategias directas de abuso (como insultos, amenazas y humillaciones explícitas) mostraron una mayor correlación negativa con el bienestar que las estrategias indirectas (como manipulación emocional o invalidación sutil). Ambos tipos de estrategias afectan negativamente el bienestar, aunque las directas tienen una asociación ligeramente más fuerte ($\rho = -0.402$ vs. $\rho = -0.353$), lo que sugiere la necesidad de atender todas las formas de abuso psicológico, visibles o encubiertas.

En cuanto a los objetivos específicos del N.º 5 al 8, se evidenció que todas las dimensiones del bienestar psicológico analizadas se ven afectadas negativamente por el abuso, siendo las más impactadas los vínculos con otros ($\rho = -0.368$) y la autonomía personal ($\rho = -0.301$). Este patrón indica que el abuso daña tanto la esfera emocional como las relaciones interpersonales y la capacidad de agencia individual.

Dado que todas las variables evaluadas no cumplieron con el supuesto de normalidad, se utilizaron análisis no paramétricos (Spearman), lo que garantiza la validez metodológica de los hallazgos y refuerza la consistencia de los resultados obtenidos.

En general, los hallazgos confirman el objetivo general de este estudio, al demostrar que existe una relación inversa y significativa entre el abuso psicológico y el bienestar psicológico, reafirmando la importancia de reconocer esta forma de violencia como un elemento determinante en la salud mental femenina.

En conformidad con lo anterior, este estudio respalda la importancia de intervenir de manera integral en casos de abuso psicológico, incluyendo no solo el tratamiento del daño emocional, sino también la recuperación de las dimensiones del bienestar. Además, evidencia la necesidad de estrategias preventivas dentro de entornos comunitarios y familiares, especialmente en contextos vulnerables como el de la comunidad de Manchay.

RECOMENDACIONES

1. Para la intervención psicológica

Diseñar programas terapéuticos integrales que no solo aborden el daño emocional causado por el abuso psicológico, sino que también fortalezcan activamente las dimensiones del bienestar afectadas (autonomía, vínculos, sentido de vida y aceptación personal).

Priorizar enfoques basados en el empoderamiento que trabajen la reconstrucción del autoconcepto, la independencia emocional y las metas personales de las víctimas, especialmente en mujeres que han sido sometidas a dinámicas abusivas prolongadas.

Aplicar intervenciones con enfoque cognitivo-conductual o centrado en el trauma, que han demostrado efectividad para el tratamiento de síntomas derivados del abuso psicológico (Walker, 2021; Gómez et al., 2022).

2. Para instituciones y centros de orientación familiar

Implementar campañas de sensibilización sobre el abuso psicológico, destacando sus formas indirectas y normalizadas, ya que muchas mujeres no identifican ciertas conductas como maltrato hasta que el daño está avanzado.

Fortalecer la detección temprana del abuso psicológico en los procesos de atención primaria y asesoramiento familiar, capacitando al personal para reconocer signos emocionales, cognitivos y sociales en las víctimas.

Establecer redes comunitarias de apoyo psicológico y legal, que permitan intervenir oportunamente y ofrecer acompañamiento sostenible, especialmente en zonas de alta vulnerabilidad como Manchay.

3. Para futuras investigaciones

Extender la muestra y replicar la investigación en otros contextos comunitarios o regiones, para comparar los niveles de abuso psicológico y bienestar, y observar variaciones socioculturales.

Incluir variables mediadoras o moderadoras, como autoestima, resiliencia, apoyo social o nivel educativo, para profundizar en los mecanismos a través de los cuales el abuso psicológico afecta el bienestar.

Llevar a cabo investigaciones longitudinales que permitan examinar cómo se manifiestan los efectos del abuso psicológico con el paso del tiempo y evaluar el impacto de intervenciones específicas.

REFERENCIAS

- Adams, A. E. y Beeble, M. L. (2019). Intimate partner violence and psychological well-being: Examining the effect of economic abuse on women's quality of life. *Psychology of Violence*, 9(5), 517–525. <https://doi.org/10.1037/vio0000174>
- Almendros, C., Gámez, M., Carroble, J., Rodríguez, A., Porrúa, C. (2009). Abuso psicológico en la pareja: aportaciones recientes, concepto y medición. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 17(3), 433-451. <https://www.behavioralpsycho.com/producto/abuso-psicologico-en-la-pareja-aportaciones-recientes-concepto-y-medicion/>
- Apari, E., Astoquilca, M. (2021). *Dependencia emocional y bienestar psicológico en mujeres víctimas de violencia de pareja de la provincia de Ica, 2021*. [Tesis de Pregrado, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/62096>
- Arias, M., Peña, B. (2022). *Violencia intrafamiliar y bienestar psicológico en mujeres del distrito de Ate-Lima, 2022*. [Tesis de Pregrado, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/92317>
- Arslan, G., Genç, E., Yıldırım, M., Tanhan, A., y Allen, K.-A. (2022). Psychological maltreatment, meaning in life, emotions, and psychological health in young adults: A multi-mediation approach. *Children and Youth Services Review*, 132, Article 106296. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2021.106296>
- Arslan, G. y Genç, E. (2022). Psychological maltreatment and college student mental wellbeing: A uni and multi-dimensional effect of positive perception. *Children and Youth Services Review*, 134, Article 106371. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2022.106371>

- Asensi, L. (2008). La prueba pericial psicológica en asuntos de violencia de género. *Revista Internauta de Práctica Jurídica*, 21, 15-29.
https://www.uv.es/ajv/art_jcos/art_jcos/num21/21proper.pdf
- Ato, M., López, J., Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, vol. 29, núm. 3, pp. 1038-1059.
<https://www.redalyc.org/pdf/167/16728244043.pdf>
- Blázquez, M., Moreno, J. y García-Baamonde, M. (2010). Revisión teórica del maltrato psicológico en la violencia conyugal. *Psicología y Salud*, 20(1), 65-75.
<https://doi.org/10.25009/pys.v20i1.618>
- Bott, S., Guedes, A., Ruiz, A., Mendoza, J. (2019). Intimate partner violence in the Americas: a systematic review and reanalysis of national prevalence estimates. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 43, 1. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2019.26>
- Canchari, Y. (2019). *Bienestar psicológico, una revisión teórica del concepto*. [Tesis de Pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Escuela de Psicología.
<https://hdl.handle.net/20.500.12802/6641>
- Castro, S. (21 junio, 2024). *Modelo PERMA*. Instituto Europeo de Psicología Positiva.
<https://www.iepp.es/modelo-perma/>
- Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. *PAIDÓS*.
<https://es.scribd.com/doc/316538641/Casullo-Evaluacion-Del-Bienestar-Psicologico-en-Iberoamerica>
- Casullo, M., Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista De Psicología*, 18(1), 35-68.
<https://doi.org/10.18800/psico.200001.002>

- Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 43-72. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419066004>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2020). *Enfrentar la violencia contra las mujeres y las niñas durante y después de la pandemia de COVID-19 requiere financiamiento, respuesta, prevención y recopilación de datos*. <https://hdl.handle.net/11362/46422>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (23 de noviembre de 2023). *En 2022, al menos 4.050 mujeres fueron víctimas de femicidio o feminicidio en América Latina y el Caribe: CEPAL*. [Comunicado de prensa]. <https://www.cepal.org/es/comunicados/2022-al-menos-4050-mujeres-fueron-victimas-femicidio-o-feminicidio-america-latina-caribe>
- Domínguez, R., Ibarra, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y Palabra*, 21(96), 660-679. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199551160035>
- Domínguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de Lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8(1), 23-31. <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v8n1/v8n1a03.pdf>
- Femenía, S., & Lozano, J. (2019). Wellbeing and health psychology: the difficulty to measure quality of life. *Quaderns de Psicologia*, 21(3), 1-17. doi:10.5565/rev/qpsicologia.1585
- Hoffmann, R. (2021). The “Cycle of Violence” Why It Is No Longer Widely Used to Understand Domestic Violence. *Promising Futures*. <https://promising.futureswithoutviolence.org/wp-content/uploads/2022/10/Cycle-of-Violence-Fact-Sheet10-4.pdf>

- Ilerna. (2019). *El ciclo de la violencia de género, según Lenore Walker*. ILERNA.
<https://www.ilerna.es/blog/el-ciclo-de-la-violencia-de-genero-segun-lenore-walker>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2019). *El 57,7% de las mujeres fue víctima de violencia psicológica, física y/o sexual por parte del esposo o compañero en el año 2019*. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-577-de-las-mujeres-fue-victima-de-violencia-psicologica-fisica-yo-sexual-por-parte-del-esposo-o-companero-en-el-ano-2019-12237/>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2021). *Encuesta Demográfica y de Salud Familiar ENDES 2021. Nacional y Departamental*.
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1838/
- Ledesma, R., Macbeth, G., & Cortada de Kohan, N. U. R. I. A. (2008). Tamaño del efecto: revisión teórica y aplicaciones con el sistema estadístico ViSta. *Revista latinoamericana de psicología*, 40(3), 425-439.
<https://www.redalyc.org/pdf/805/80511493002.pdf>
- Leemis R.W., Friar N., Khatiwada S., Chen M.S., Kresnow M., Smith S.G., Caslin, S., y Basile, K.C. (2022). *The National Intimate Partner and Sexual Violence Survey: 2016/2017 Report on Intimate Partner Violence*. Atlanta, GA: National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention.
https://www.cdc.gov/violenceprevention/pdf/nisvs/NISVSReportonIPV_2022.pdf
- Luévano, M. L. (2021). La naturalización de la violencia en el entorno familiar y su reproducción en el noviazgo. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 13(1), 117-136. <https://doi.org/10.17151/rlf.2021.13.1.7>
- Madeson, M. (junio, 2017). *Seligman's PERMA+ Model Explained: A Theory of Wellbeing*. PositivePsychology.com. <https://positivepsychology.com/perma-model/>

- Medrano, G., Pizarro, G. (2021). *Violencia intrafamiliar en mujeres de la Ampliación del Sector el Pedregal Manchay, Pachacamac - 2020*. [Tesis de Pregrado, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/63020>
- Meier, L. K., y Oros, L. B. (2019). Adaptación y Análisis Psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en Adolescentes Argentinos. *Psyche*, 28(1). <https://doi.org/10.7764/psyche.27.2.1169>
- Molina, J. E. y Matud, M. P. (2024). Intimate Partner Violence and Mental Distress, Post-Traumatic Stress Symptoms and Life Satisfaction in Colombian Women. *Behavioral Sciences*, 14(10), 940. <https://doi.org/10.3390/bs14100940>
- National Center for Injury Prevention and Control. (11 de octubre de 2022). *Fast Facts: Preventing Intimate Partner Violence*. <https://www.cdc.gov/violenceprevention/intimatepartnerviolence/fastfact.html>
- Office on Women's Health. (15 de febrero de 2021). *Emotional and verbal abuse*. <https://www.womenshealth.gov/relationships-and-safety/other-types/emotional-and-verbal-abuse>
- Papalia, D. y Martorell, G. (2021). *Desarrollo humano (14.ª ed.)*. McGraw-Hill.
- Páramo, M. de los Ángeles, Arrigoni, F. S. y Ligorria Diaz, A. R. (2021). Violencia Psicológica en la relación de noviazgo en estudiantes universitarios que inician la carrera de Psicología. Un estudio cualitativo. *Revista De Psicología*, 17(33), 36–60. <https://doi.org/10.46553/RPSI.17.33.2021.p36-60>
- Páramo, M., Straniero, C., García, C., Torrecilla, N., Gómez, E. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10(1), 7-21. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-89612012000100001&lng=en&tlng=es.

- Porrúa García, C., Rodríguez Carballeira A., Escartín, J., Gómez Benito, J., Almendros, C. & Martín Peña, J. (2016). Development and validation of the scale of psychological abuse in intimate partner violence (EAPA-P). *Psicothema*, 28(2), 214-221. <https://doi.org/10.7334/psicothema2015.197>
- Rodríguez, C. (2022). *Dependencia emocional y maltrato psicológico en mujeres de 20 a 40 años de Lima Metropolitana, 2022*. [Tesis de Pregrado, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/95194>
- Rodríguez Carballeira, A., Porrúa García, C., Escartín, J., Martín Peña, J. y Almendros, C. (2014). Taxonomy and hierarchy of psychological abuse strategies in intimate partner relationships. *Annals of Psychology*, 30(3), 916-926. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.3.154001>
- Rodríguez-Carballeira, A., Almendros, C., Escartín, J., Porrúa, C., Martín-Peña, J., Javaloy, F. y Carrobles, J. A. (2005). Un estudio comparativo de las estrategias de abuso psicológico: en pareja, en el lugar de trabajo y en grupos manipulativos. *Anuario de Psicología*, 36, 299-314. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=97017406005>
- Román, M., Jorge, E. (2021). Dimensiones del bienestar psicológico en usuarios que asisten a un taller de musicoterapia de un Hospital Polivalente de la Ciudad de Córdoba. Aproximaciones desde la Psicología Positiva. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 24(2), 543-566. <https://bit.ly/3sMh11Y>
- Ryan, R., Deci, E. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual review of psychology*, 52, 141-66. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

- Ryff, C. D. (2017). Eudaimonic well-being, inequality, and health: Recent findings and future directions. *International Review of Economics*, 64(2), 159–178. doi:10.1007/s12232-017-0277-4
- Ryff, C. D., Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D., Singer, B. (1998). The Contours of Positive Human Health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1–28. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_1
- Sanz-Barbero, B., Barón, N. y Vives-Cases, C. (2019). Prevalence, associated factors and health impact of intimate partner violence against women in different life stages. *PLoS one*, 14(10), e0221049. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0221049>
- Sauber, E. W., & O'Brien, K. M. (2020). Multiple Losses: The Psychological and Economic Well-Being of Survivors of Intimate Partner Violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 35(15–16), 3054–3078. <https://doi.org/10.1177/0886260517706760>
- Tomaz, T., da Silva, K., Gomes, J. (2022). Abuso psicológico, autoestima e dependência emocional de mulheres durante a pandemia de COVID-19. *Ciencias Psicológicas*, 16(2). <https://doi.org/10.22235/cp.v16i2.2257>
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., Momeñe, M., Jáuregui, P., Bilbao, M. y Orbegozo, U. (marzo, 2019). *Dependencia emocional en el noviazgo: papel mediador entre la autoestima y la violencia psicológica en jóvenes*. *Revista Española de Drogodependencias*. 44 (1) 2019. https://www.aesed.com/upload/files/v44n1_art1.pdf
- Valdiviezo, W., Fernandez, E. (2022). Violencia intrafamiliar y bienestar psicológico en mujeres de dos distritos de Lima Este, 2020. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 3(2), 884–898. <https://doi.org/10.56712/latam.v3i2.155>

Valdés, P., Cuadra, D., Vigorena, F., Madrigal, B. y Muñoz, B. (2023). Violencia contra la mujer: estudio cualitativo en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Liberabit*, 29(1), e685. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n1.685>

Willson, E., Buono, S., Kerr, G., Stirling, A. (2025) The relationship between psychological abuse, athlete satisfaction, eating disorder and self-harm indicators in elite athletes. *Frontiers in Sports and Active Living*. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1406775>.

Nota. Elaboración propia

Anexo B. Presupuesto

Detalle	Costo por unidad	Costo total (s/)	Fecha de gasto (semana) marcar con una x										
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Internet	6	60	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Luz	30	90							x	x	x		
Línea telefónica	-	29	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Impresiones	0.50	300	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Pasajes locales	10	50	x	x	x	x	x						
Total		529											

Nota. Elaboración propia

Anexo C. Instrumentos

Ficha Sociodemográfica

Este es un estudio en el que Ud. participa voluntariamente; por lo que, se le pedirá encarecidamente que responda con sinceridad las preguntas. Antes de responder a los cuestionarios, le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

- Sexo:
- Edad:
- Estado sentimental:
- Lugar de Residencia:

Escala de Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja (EAPA-P)

A continuación, encontrará una serie de frases sobre comportamientos que ha podido vivir durante su relación de pareja. Por favor, marque con una X el número de la opción escogida para señalar la frecuencia con la que recibiste cada uno de estos comportamientos durante la relación de pareja, ya sean conductas realizadas en el pasado, o en el presente.

Elija el puntaje del 0 al 4 de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

0	1	2	3	4
Nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Muchas veces	Continuamente

CONDUCTAS	0	1	2	3	4
1. Mi pareja interpretaba a su conveniencia los hechos que nos afectaban.					
2. Mi pareja insistía en que nuestra relación debía de estar por encima del dolor y malestar que cada uno podía sentir en ella.					
3. Mi pareja controlaba todo lo que yo hacía					
4. Mi pareja me trataba como si fuera su sirvienta particular.					
5. Mi pareja controlaba nuestro dinero y me restringía al máximo su uso.					
6. Mi pareja menospreciaba mis iniciativas o propuestas.					
7. Mi pareja me trataba con menosprecio.					
8. Mi pareja me impedía salir de casa con libertad.					
9. Mi pareja me ocultaba información de interés para mí.					
10. Mi pareja mostraba desconsideración hacia mi papel como pareja y madre.					
11. Mi pareja me mostraba afecto sólo cuando era útil a sus intereses.					
12. Mi pareja me impedía establecer relaciones con las personas de mi entorno.					
13. Al hablar del trabajo que yo hacía, mi pareja se refería a mí de forma ofensiva.					
14. Mi pareja me lanzaba distintas advertencias para que me comportara como ella quería.					

15. Mi pareja no toleraba que yo le llevara la contraria.					
16. Mi pareja me impedía realizar actividades que a mí me apetecían.					
17. Mi pareja trataba de mantenerme alejada de mis familiares.					
18. A mi pareja le molestaba que yo expresara mis sentimientos.					
19. Mi pareja me atribuía la culpa de cosas de las que yo no era responsable.					

Escala de Bienestar Psicológico - BIEPS-A (Adultos)

Le pedimos que lea con atención las frases siguientes:

- Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes.
- No hay respuestas buenas o malas: todas sirven.
- No deje frases sin responder.
- Marque su respuesta con una cruz (aspa) en uno de los tres espacios.

N	ENUNCIADO	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo
1	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
2	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
3	Me importa pensar qué haré en el futuro.			
4	Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas.			
5	Generalmente le caigo bien a la gente.			
6	Siento que podré lograr las metas que me proponga.			
7	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
8	Creo que en general me llevo bien con la gente.			
9	En general hago lo que quiero, soy poco influenciado.			
10	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
11	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de			

mejorar.

12 Puedo tomar decisiones sin dudar mucho.

13 Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias.

Anexo D. Consentimiento Informado

Consentimiento Informado para Participar en un Estudio de Investigación

Título del estudio: Relación entre Abuso Psicológico Aplicado en la Pareja y Bienestar Psicológico en usuarios de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay.

Institución: Universidad Peruana Cayetano Heredia

Propósito del estudio:

Lo estamos invitando a participar en un estudio cuyo propósito es determinar la relación que existe entre abuso psicológico aplicado en la pareja y bienestar psicológico en una muestra compuesta por usuarias de un centro de orientación familiar en la comunidad de Manchay. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

La información obtenida resultará valiosa para facilitar la implementación de intervenciones y estrategias de atención que respondan a las necesidades particulares de las mujeres que hayan sido o sean víctimas de abuso psicológico por parte de sus parejas, proporcionará datos que pueden ser utilizados para fortalecer los programas de orientación y apoyo psicológico existentes, además de contribuir a poder esclarecer los mecanismos o estrategias específicas mediante las que se perpetúa este tipo de abuso que merma el bienestar de psicológico de las mismas.

Procedimientos:

Si acepta participar en este estudio se realizará lo siguiente:

1. Se contactará a las participantes en el centro y se les proporcionará información detallada sobre el estudio antes de solicitar su consentimiento.
2. El proceso se llevará a cabo en los espacios privados que el centro de orientación familiar dispone, con el fin de garantizar que las participantes se sientan cómodas y seguras.

3. El contenido del consentimiento informado será presentado de manera clara y precisa, asegurando su comprensión y se le otorgará el tiempo necesario para que pueda leer el documento detenidamente antes de otorgar su consentimiento.
4. Luego, se le realizará unas breves preguntas para recolectar algunos datos personales correspondientes a la Ficha Sociodemográfica.
5. Seguidamente, se le aplicarán las pruebas psicométricas. En primer lugar, la Escala de Abuso Psicológico Aplicado en la Pareja (EAPA-P) y en segundo lugar, la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A). Las participantes tienen derecho a no responder cualquier pregunta que les resulte incómoda, sin que esto afecte su participación en el estudio.
6. La aplicación tomará un tiempo aproximado de 30 minutos; puesto que, el tiempo aproximado del EAPA-P es de 15 minutos; mientras que, el del BIEPS-A es de 10 minutos y adicionalmente se está considerando un rango de 5 minutos para el consentimiento informado y la ficha sociodemográfica. Sin embargo, el tiempo se puede flexibilizar en función a las necesidades de la participante.
7. Culminada la aplicación se le otorgará a cada participante de forma individual un folleto psicoeducativo que contiene información validada y confiable sobre el abuso psicológico y su impacto en el bienestar psicológico. El investigador principal explicará el contenido de este material de manera privada, asegurando que cada participante comprenda la información recibida sin comprometer su privacidad ni confidencialidad.
8. Toda la información recolectada será almacenada de forma segura y será eliminada al finalizar el estudio, garantizando la privacidad de las participantes.

Riesgos:

Participar en este estudio no implica riesgos físicos, pero es posible que algunas preguntas generen malestar emocional o recuerdos incómodos, dada la naturaleza del tema abordado. Usted tiene derecho a pausar o retirarse del estudio en cualquier momento sin que ello afecte su acceso a los servicios del centro.

En caso de que usted experimente malestar emocional durante el estudio, el procedimiento será interrumpido inmediatamente y se activará un protocolo de atención emocional. Este incluye la aplicación de primeros auxilios psicológicos por parte del investigador, quien está debidamente capacitado para ofrecer contención emocional. Posteriormente, si se considera necesario, se realizará una derivación prioritaria al servicio psicológico del centro, donde podrá recibir atención inmediata por parte de un profesional debidamente capacitado, garantizando así una intervención rápida y adecuada a su situación.

Asimismo, se dispone de un directorio actualizado con los números de contacto de los servicios de salud locales, para que la participante pueda recibir asistencia oportuna en caso de requerir atención especializada externa.

Beneficios:

Al finalizar la investigación recibirá unos folletos interactivos sobre el abuso psicológico aplicado en la pareja y el bienestar psicológico, donde se ofrecerá una explicación clara y concisa sobre el abuso psicológico en las relaciones de pareja y su impacto en el bienestar psicológico, con el fin de brindarles información útil y relevante sobre el tema. También, en caso necesite de algún tipo de contención o atención psicológica se le brindará todas las facilidades para brindarle una cita lo más antes posible con una psicóloga del centro de orientación familiar.

Costos y compensación:

No deberá pagar nada por participar en el estudio. Del mismo modo, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

Le podemos garantizar que la información que usted brinde es absolutamente anónima, ya que no existe forma de identificar su participación. Además, es confidencial; puesto que, nadie, salvo el investigador, conocerá sus datos, los cuales serán codificados para su posterior análisis. Usted puede realizar todas las preguntas que desee antes y durante el desarrollo del estudio, las cuales se responderán gustosamente. En caso haya aceptado participar, pero luego se desanima o ya no desea continuar, puede retirarse del estudio sin ninguna preocupación, no se realizarán

comentarios, ni habrá ningún tipo de acción en su contra. Se resalta además que toda la información recolectada será almacenada de forma segura y será eliminada al finalizar el estudio, garantizando la privacidad de las participantes.

Derechos del participante:

Si decide participar en el estudio, puede retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno.

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Dr. Manuel Raúl Pérez Martinot, presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia al teléfono 01-3190000 anexo 201355 o al correo electrónico: orvei.ciei@oficinas-upch.pe

Asimismo, puede ingresar a este enlace para comunicarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación UPCH: <https://investigacion.cayetano.edu.pe/etica/ciei/consultasquejas>

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

Declaración del Investigador:

Yo declaro que el participante ha leído la descripción del proyecto, he aclarado sus dudas sobre el estudio, y ha decidido participar voluntariamente en él. Se le ha informado que los datos que provea se mantendrán anónimos y que los resultados del estudio serán utilizados para fines de investigación.

Firma del participante

Fecha:

Firma del investigador

Fecha:

Anexo E. Folleto Psicoeducativo

Folleto Psicoeducativo sobre el Abuso Psicológico Aplicado a la Pareja y el Bienestar

Psicológico

CICLO DE LA VIOLENCIA



1. El ciclo de violencia comienza en la fase de **calma**, donde la víctima se siente segura.
2. En la fase de **tensión creciente**, que inmoviliza y culpa a la víctima, se refuerza el comportamiento del agresor.
3. Luego, en la fase de **explosión violenta**, la víctima pasa a un estado de indefensión aprendida, limitando su capacidad de respuesta.
4. Finalmente, en la fase de **"luna de miel"**, el agresor utiliza la manipulación emocional para obtener perdón, volviendo a la fase de aparente **calma**, lo que le da seguridad para reiniciar el ciclo de agresiones.

IMPACTO EN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO

El abuso psicológico impacta en el bienestar psicológico al afectar la percepción que tienen sus víctimas de sí mismas y su capacidad para establecer relaciones saludables.

También influye en el pensamiento, provocando dudas, culpa y miedo constante, lo que limita su autonomía y toma de decisiones. A nivel físico, puede causar malestar, insomnio, fatiga, entre otros.

Además, restringe el desarrollo personal y profesional, impidiendo que las víctimas alcancen sus metas y proyectos de vida. Por ello, es fundamental reconocer este tipo de violencia y buscar apoyo especializado.

EL ABUSO PSICOLÓGICO

Y SUS EFECTOS EN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO



Eduardo Lucas Lopez
Br. Psicología

Betty Guerrero Pareja
Lic. Psicología

CONCEPTOS CLAVE

ABUSO PSICOLÓGICO

Es la aplicación continua de estrategias de presión, control, manipulación y coerción con el propósito de dominar y subyugar a la pareja

BIENESTAR PSICOLÓGICO

Es la percepción que una persona tiene sobre los logros alcanzados en su vida, del grado de satisfacción personal con lo que hizo, hace o puede hacer, desde una mirada estrictamente personal o subjetiva.



MANIFESTACIÓN DEL ABUSO PSICOLÓGICO

ESTRATEGIAS DIRECTAS

1. **Abuso emocional:** Toda acción destinada a influir en las emociones y sentimientos de la otra persona, con el propósito de manipularla y lograr su sumisión.
2. **Imposición del propio pensamiento:** Descalificar las ideas de la otra persona e imponer la propia opinión.
3. **Imposición de un rol de servil:** Ejercer autoridad sobre la otra persona, obligándola a adoptar un rol sumiso para satisfacer los caprichos y demandas del abusador.



ESTRATEGIAS INDIRECTAS

1. **Aislamiento:** Apartar o alejar a la pareja de sus relaciones y entornos importantes, con el objetivo de mantenerla lo más confinada posible en el hogar.
2. **Control y manipulación de la información:** Filtrar y distorsionar la información que la otra persona recibe, forzándola a mantener silencio sobre el abuso y limitando cualquier intento de buscar nueva información al respecto.
3. **Control de la vida personal:** Supervisar de manera constante a la otra persona y ejercer control sobre sus actividades diarias, los niños y los bienes compartidos.

