

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Bachiller Solange Alinson Ramos Agüero

Lima-Perú

2018

## **DEDICATORIA**

A mi amado Jesús, por bendecirme con sabiduría, vehemencia y constancia en toda mi carrera. A mi adorada y hermosa madre, por ser mi guía tan perfecta y haberme impulsado a seguir de pie para ser una excelente profesional como ella.

A mi hermano Robinson Q.E.P.D por su gran ausencia que me hace falta, pero que se transformó en motivación para cumplir todo lo obtenido.

A mi hermana Rosario por su grata compañía. A mi mamita Emma por la protección y acompañamiento fiel de todo mi crecimiento hasta el día de hoy.

## **AGRADECIMIENTO**

Al Mg. Fernando Ramos Ramos, en calidad de asesor de mi tesis de Psicología por su disposición, intervención y aprobación continua, hasta culminar el presente trabajo.

Mi sincero y eterno reconocimiento a los directivos, parejas participantes del Centro Público del distrito mencionado por su gran apoyo y colaboración. A mi colega Lic. Josué Azabache por su gran aporte en esta investigación.

A mi asesora, Lic. Doris Agüero Villanueva eterna compañera de vida quién deposita en mi sus más grandes proyectos con tan ansiados resultados. Por su valiosa representación en mis actividades académicas y orientar este valioso trabajo con mucha motivación.

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, expongo ante ustedes mi investigación titulado “Calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializado en Familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, 2018.” bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para obtener el título profesional de licenciatura.

Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea correctamente evaluado y aprobado.

Atentamente,

Solange Alinson Ramos Aguero

## ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de tablas	ix
Índice de figuras	x
Resumen	xi
Abstract	xii
Introducción	xiii
<b>CAPÍTULO I: Planteamiento del problema</b>	<b>15</b>
1.1. Descripción de la realidad problemática	15
1.2. Formulación del problema	17
1.3. Objetivos	18
1.4. Justificación e importancia	20
<b>CAPÍTULO II: Marco teórico conceptual</b>	<b>22</b>
2.1. Antecedentes	22
2.1.1 Internacionales	22
2.1.2 Nacionales	27
2.2. Bases Teóricas	29
2.2.1 Definición de calidad de vida	31
2.2.1.1 Definición de las dimensiones	32
2.2.1.1.1 Hogar y bienestar económico	32

2.2.1.1.2 Amigos, vecindario y comunidad	32
2.2.1.1.3 Vida familiar y familia extensa	32
2.2.1.1.4 Educación y ocio	32
2.2.1.1.5 Medios de comunicación	33
2.2.1.1.6 Religión	33
2.2.1.1.7 Salud	33
2.2.1.2 Modelo multidimensional	33
2.2.1.2.1 Bienestar emocional	34
2.2.1.2.2 Relaciones interpersonales	34
2.2.1.2.3 Bienestar material	34
2.2.1.2.4 Desarrollo personal	35
2.2.1.2.5 Bienestar físico	35
2.2.1.2.6 Autodeterminación	35
2.2.1.2.7 Inclusión Social	35
2.2.1.2.8 Derechos	36
2.2.1.3 Enfoques y vertientes de la calidad de vida	36
2.2.2 Definición de Familia	37
2.2.2.1 Principios constitucionales del derecho de familia	39
2.2.3 Definición de Pareja	39
2.2.3.1 Enfoque gestalt aplicado a parejas	40
2.2.4 Definición de conciliación extrajudicial	40
2.2.4.1 La teoría de los conflictos	42

<b>CAPÍTULO III: Metodología</b>	<b>44</b>
3.1. Tipo y diseño utilizado	44
3.1.1 Tipo y enfoque	44
3.1.2. Nivel	44
3.1.3. Diseño de investigación	44
3.2. Población y muestra	45
3.3. Identificación de la variable y su operacionalización	46
3.3.1. Operacionalización de la variable	47
3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico	48
3.4.1. Técnicas	48
3.4.2. Instrumento	48
<b>CAPÍTULO IV: Procesamiento, presentación y análisis de los resultados</b>	<b>51</b>
4.1. Procesamiento de los resultados	51
4.2. Presentación de los resultados	51
4.3. Análisis y discusión de los resultados	70
4.4. Conclusiones	73
4.5. Recomendaciones	74
<b>CAPÍTULO V: Propuesta de un programa de prevención e Intervención</b>	<b>76</b>
5.1. Denominación del programa	76
5.2. Justificación del programa	76
5.3. Establecimiento de objetivos	77

5.3.1. Objetivo general	77
5.3.2. Objetivos específicos	77
5.4. Sector al que se dirige	78
5.5. Establecimiento de conductas problema y conductas meta	78
5.6. Metodología de la intervención	79
5.7. Instrumentos y material a utilizar	79
5.8 Actividades	81
<b>Referencias bibliográficas</b>	<b>97</b>
Anexo 1. Matriz de consistencia	99
Anexo 2. Carta de presentación	101
Anexo 3. Instrumento aplicado	102
Anexo 4. Resultado de la aprobación de la tesis	105
Anexo 5. Resultado del antiplagio	106
Anexo 6. Fichas del programa de intervención	107

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Tabla de operacionalización de la calidad de vida	47
Tabla 2. Baremo adaptado a la escala calidad de vida	50
Tabla 3. Variables de la media, mínimo y máximo	51
Tabla 4. Medidas estadísticas descriptivas de las dimensiones pertenecientes de calidad de vida	52
Tabla 5. Frecuencia y porcentaje de calidad de vida	54
Tabla 6. Frecuencia y porcentaje de hogar y bienestar económico	56
Tabla 7. Frecuencia y porcentaje de amigos, vecindario y comunidad	58
Tabla 8. Frecuencia y porcentaje de vida familiar y vida extensa	60
Tabla 9. Frecuencia y porcentaje de educación y ocio	62
Tabla 10. Frecuencia y porcentaje de comunicación	64
Tabla 11. Frecuencia y porcentaje de religión	66
Tabla 12. Frecuencia y porcentaje de salud	68

## INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Resultados del nivel total de la escala de calidad de vida	55
Figura 2. Frecuencia porcentual de hogar y bienestar económico	57
Figura 3. Frecuencia porcentual de amigos, vecindario y comunidad	59
Figura 4. Frecuencia porcentual de vida familiar y familia extensa	61
Figura 5. Frecuencia porcentual de educación y ocio	63
Figura 6. Frecuencia porcentual de medios de comunicación	65
Figura 7. Frecuencia porcentual de religión	67
Figura 8. Frecuencia porcentual de salud	69

## RESUMEN

El presente estudio, es de tipo descriptivo, con un diseño no experimental, tiene como objetivo determinar la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializado en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, 2018. El instrumento utilizado es la escala de calidad de vida elaborado por David Olson y Howard Barnes (1982). La muestra es de tipo censal conformada por 30 padres de familia de ambos sexos, de edades entre 25 a 35 años y de diversas ocupaciones. Luego del análisis de los resultados en el nivel total se halló que el 80.00% de padres se ubican en una “mala calidad de vida”; mientras que el 20.00% de padres se ubican en la categoría “tendencia a baja calidad de vida”. Así mismo en la dimensión nivel de amigos, vecindario y comunidad un 53% de padres se ubican en la categoría “mala calidad de vida”. Además de ello, en la dimensión religión un 56,7% de padres se ubican la categoría “mala calidad de vida. De igual manera, en la dimensión salud el 53,3% de padres se ubican en la categoría “tendencia a baja calidad de vida”. Además de ello, en la dimensión nivel de hogar y bienestar económico el 60,0% se ubican en la categoría “tendencia a baja calidad de vida”. Finalmente, en la dimensión educación y ocio el 40% de padres se ubican en la categoría “tendencia a baja calidad de vida”. En base a estos resultados se elaboró el programa de intervención titulado: Reestructurando nuestra calidad de vida familiar a través de nuestros acuerdos.

**Palabra clave:** Conciliación extrajudicial, estabilidad, padres de familia, parejas, pensión, materias conciliables, acuerdos, negociación.

## ABSTRACT

The present study, it is of descriptive type, with a not experimental design, has as aim determine the quality of life in the pairs who cross an extrajudicial conciliation specialized in family in a public center of the district of Lurigancho's San Juan, 2018. The used instrument is the quality scale of life elaborated by David Olson and Howard Barnes (1982). The sample is of sensual type shaped by 30 family parents of both sexes, of ages between 25 to 35 years and of diverse occupations. After the analysis of the results in the total level one found that 80.00 % of parents is located in a "bad quality of life "; whereas 20.00 % of parents is located in the category "trend to low quality of life ". Likewise in the dimension friends' level, neighborhood and community 53 % of parents is located in the category "bad quality of life". Besides it, in the dimension religion 56, 7 % of parents locates the category "bad quality of life. Of equal way, in the dimension health 53, 3 % of parents locates in the category "trend to low quality of life ". Besides it, in the dimension level of home and economic well-being 60,0 % is located in the category " trend to low quality of life ". Besides it, in the dimension level of home and economic well-being 60,0 % is located in the category " trend to low quality of life ". Finally, in the dimension education and leisure 40 % of parents is located in the category "trend to low quality of life ". On the basis of these results the program of intervention was elaborated titled: Restructuring our quality of familiar life across our agreements.

**Key word:** extrajudicial Conciliation, stability, family parents, pairs, pension, reconcilable matters, agreements, negotiation.

## INTRODUCCION

La presente investigación titulada calidad de vida en las parejas que atraviesan un proceso de conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público ubicado en el distrito de San Juan de Lurigancho - Lima, es un estudio descriptivo y con diseño no experimental, enfocado en el área clínica de psicología, teniendo como sujetos de estudio a las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial.

Como objetivo general tiene determinar el grado de calidad de vida predominante en los padres de familia con conflictos en responsabilidad parental, teniendo como elementos fundamentales para la investigación las siete dimensiones que engloban la calidad de vida familiar.

En el capítulo I, se describe la realidad problemática y la manera en cómo se inicia, desarrolla y genera conflicto en los padres de familia que no asumen roles parentales en nuestra sociedad y específicamente en el centro de conciliación donde se desarrolla el estudio.

En el capítulo II, se expone el marco teórico, donde se presentan antecedentes nacionales e internacionales y las bases teóricas de la investigación, que revelan la gran importancia por conocer acerca de la calidad de vida, familia, parejas, negociación y todo aquellos principios que busca ordenar nuestra sociedad como lo muestran las leyes a través del reglamento de conciliación.

En el capítulo III, se explica la metodología de la investigación, tomando énfasis en la variable y el cuadro de operacionalización; así como también el tipo, diseño, población, muestra y la técnica e instrumento de medición que se aplicó para esta investigación.

En el capítulo IV, se explica la técnica de procesamiento de resultados; acompañado por las tablas de los resultados obtenidos, las conclusiones y recomendaciones que deberán ser ejecutadas en este centro.

Finalizando, en el capítulo V se presenta el programa de intervención psicológico, con el fin de poder mejorar la calidad de vida familiar, reformar los patrones limitantes en las relaciones establecidas y rescatar la conservación de sus partes

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1. Descripción de la realidad problemática

Consciente de nuestra responsabilidad en la sociedad, nos encontramos en una realidad jurídica embargada por la burocracia y el aumento de casos en materias de familia que ingresa al poder judicial. Por lo que, hoy en día, en los juzgados de familia se encuentran ambientes litigiosos y acudir a un proceso, muchas veces se opta por las gestiones engorrosas. Además de ello, los procesos son a largo plazo, sin tener definido la cantidad de años que dure y genera invertir una gran cantidad de dinero para el éxito y la culminación del proceso.

A esto se involucran dos protagonistas de este conflicto, padre y madre, que encierran la situación actual promoviendo a que mantengan un buen estado de vida y todo lo que conlleva a calidad. Hoy en día, el término conflicto limita a que las personas demuestren la solución acertada para el problema, muestran una actitud pesimista y negativa que solo agudiza las diferencias en vez de solucionarlas.

Una de estas características que mencionaré en base a mi experiencia como conciliadora extrajudicial es que las personas perciben el conflicto a largo plazo de manera que no manejan la iniciativa de poner un alto ni se otorgan la posibilidad de generarse paz, ya que encierra un círculo vicioso de lo que no puede controlar y sus debilidades desean aun dominar. Como una segunda característica, es que, una de las partes cree que la manera de solucionar un conflicto es ganando totalmente lo que reclama o desea. Del cual, limita a que puedan llegar a un acuerdo ya que los intereses se individualizan y al mismo tiempo se aleja del objetivo por el que llegan a conciliar en conjunto.

Por concluir, como una tercera característica es que las personas se enfocan en que el conflicto finalice, más no se transforme después de ello en lo ideal, no hay modificación de manera voluntaria en la vida real ya que se ve “obligado” por las leyes que determinan el orden en nuestro país.

Hoy en día, se ve afectada la comunicación como base fundamental para intercambiar ideas y/o opiniones. Se encuentran familias en proceso de separación debido a la poca comprensión que mantienen. Usualmente, es en la cantidad o forma en la que establecen el dialogo, ya que el tipo de crianza que tiene cada persona es diferente para que proyecte un adecuado dialogo. Esto forma a la desorganización y baja empatía entre adultos que a futuro desencadenará alejamiento por “diferencia de caracteres” que es una de tantas razones más conocidas.

Una realidad de la humanidad, al menos en nuestro entorno es que las personas necesitan una tercera opinión o un integrante ajeno que colabore con la solución. Hace siglos atrás, las soluciones eran dictaminadas por “costumbres” y quienes creían en aquello eran los abuelos que simbolizaban una patriarcalismo marcado que proseguían a ejecutar las creencias sociales. De esta manera, se observa la necesidad que un problema vaya acompañado de un mediador que interceda hacia las buenas acciones según el requerimiento de los clientes.

Así mismo, se observa en distintos medios de comunicación como radio y televisión la frecuencia de los enfrentamientos que se presentan en el hogar, lugar que genera estrés por la baja capacidad de empatía y ausencia de dialogo. Por ello, la opción de desenvolver las ideas en un ambiente que genere tranquilidad facilitará a la solución pronta.

Lamentablemente, las dificultades limitan a que los clientes entiendan este mecanismo, pues se encuentran condicionados a la confrontación. Y genera que la confianza se deteriore y abra puertas a la poca cooperación

entre las partes. Por ello, los vínculos que intercambian no permiten que las parejas o los padres se conecten para esclarecer sus verdaderas necesidades.

Por lo tanto, surge la necesidad de conocer la calidad de vida en los parejas que se encuentren involucrados en un proceso de conciliación extrajudicial, permitiendo así establecer nuevos conocimientos, herramientas y estrategias para corregir la eficacia de vida de dichas familias, a través de talleres, programas y todo aquello que cultive para así mejorar el vínculo familiar.

### **1.1. Formulación del problema**

¿Cuál es el nivel de calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho?

#### **Problemas específicos**

¿Cuál es el grado de calidad de vida en la dimensión de hogar y bienestar económico en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho?

¿Cuál es el grado de calidad de vida en la dimensión de los amigos, vecindario y comunidad en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho?

¿Cuál es el grado de calidad de vida en la dimensión de vida familiar y familia extensa en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial

especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho?

¿Cuál es el grado de calidad de vida en la dimensión de educación y ocio en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho?

¿Cuál es el grado de calidad de vida en la dimensión I de los medios de comunicación en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho?

¿Cuál es el grado de calidad de vida en la dimensión de religiosidad en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho?

¿Cuál es el grado de calidad de vida en la dimensión de salud en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho?

## **1.2. Objetivos**

### **General**

Determinar es el grado de calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho.

## **Específicos**

Determinar el grado de calidad de vida en la dimensión de hogar y bienestar económico en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho.

Determinar el grado de calidad de vida en la dimensión de los amigos, vecindario y comunidad en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho.

Determinar el grado de calidad de vida en la dimensión de vida familiar y vida extensa en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho.

Determinar el grado de calidad de vida en la dimensión de educación y ocio en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho.

Determinar el grado de calidad de vida en la dimensión de los medios de comunicación en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho.

Determinar el grado de calidad de vida en la dimensión de religión en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho.

Determinar el grado de calidad de vida en la dimensión de salud en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho.

### **1.3. Justificación e importancia de la investigación**

Radica la necesidad de identificar la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia, mediante el cual podré contribuir al conocimiento de la misma y su mejoramiento. Ya que, en nuestro país tenemos el mecanismo alternativo para la solución de conflictos, lo cual es un gran aporte futuro a las circunstancias sociales que se presente en las parejas y familias que no determinan su relación contractual.

La conciliación extrajudicial propone descongestionar los casos en vías judiciales relacionados con temas familiares. Lo cual, va a permitir a las partes en este caso a los padres a facilitar la comunicación usando las estrategias adecuadas para la solución de un conflicto, una de ellas usadas en conciliación es la negociación de las partes para llegar a un acuerdo mutuo. Del cual, es plasmado en un acta que expresa un peso legal de suma importancia que debe llegar al cumplimiento de lo que se acuerda.

Sabemos que el conocimiento de la calidad de vida en padres de familia que estén en proceso de la conciliación extrajudicial de familia con conflictos en la responsabilidad parental, no ha sido descrito por ningún estudio que me preceda, por lo tanto será un punto nuevo de partida para futuras investigaciones a los cuales les interese conocer y profundizar, por otra parte será útil para diversos profesionales como: psicólogos, psicopedagogos, abogados, conciliadores, estudiantes de las carreras afines, porque con la indagación se va a reconocer el contexto familiar que sobre sale cuando se observa la ausencia del cumplimiento de roles en los progenitores.

En la actualidad la Conciliación es un medio alternativo de mucha eficacia y validez, por lo que, existe la presencia de un Conciliador que interviene como una 3ra parte del proceso en la que su papel fundamental es mostrar a los involucrados la manera adecuada de llegar a un acuerdo, usando básicamente el diálogo. Es aquí donde los padres aplican la comunicación perdida por alguna experiencia desagradable que haya desatado el rompimiento de la relación familiar y que este haya generado el descuido de la calidad de vida en la situación familiar.

Esta investigación es significativa porque podremos medir el grado del hogar y bienestar económico en los padres de familia, ya que, guarda relación social externa para el cumplimiento de sus propios intereses humanitarios. Así mismo, medir el grado de amigos, vecindario, comunidad considerando lo esencial de la socialización y el proceso de entablar competencias en el entorno. De igual manera, medir el grado de vida familiar y familia extensa en los padres de familia, considerando la dinámica familiar que exponen en casa, como el tiempo de unión familiar o la forma en como expresan un compromiso familiar según las tareas diferentes de cada integrante.

De igual modo, medir el grado de educación y ocio, teniendo como sustento significativo la distribución de tiempos en destrezas físicas y habilidades intelectuales. Además de ello, medir los medios de comunicación, reconociendo la influencia que tienen los medios cibernéticos, periódicos o emisoras de radios para los hábitos en cada uno. De igual forma, medir el grado de religiosidad en los padres de familia, observando en este ítem lo fundamental que es plasmar las normas en la moral y participar de las acciones devotas. Finalmente, medir el grado de salud, que consiste en la situación actual de la familia físicamente como psicológicamente.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL**

#### **2.1. Antecedentes**

##### **2.1.1 Internacionales**

La calidad de vida compone un tema de gran valor dada su atribución en muchas esferas de la vida, de allí que existan muchas pautas y materias que se relacionen con su estudio, la psicología social, antropología cultural, sociología, política, entre otras. Esta diversidad de abordajes hace que estudiar esta variable sea un tanto polémica.

Cada ciencia afirma distintos valores y amparan variados y comparados haberes. Aunque en concreto la calidad de vida puede ser deducida como el procurar y llevar una vida satisfactoria, involucrando principalmente una mayor esperanza de vida, y sobretodo existir en mejores situaciones físicas y mentales (Guillén et. al.1997).

Según Cantón & Sánchez (1997), Valencia, España, construyó un estudio titulado "Deporte y la calidad de vida". Se trazaron el objetivo de explorar la viabilidad de desarrollar valores, tanto personales como sociales a través de dicha práctica. La muestra estuvo contentada por 212 colaboradores pertenecientes a tres centros escolares de la ciudad de Valencia, de desemejantes niveles socio económicos que fluctuaban entre doce y catorce años. Se utilizó un cuestionario tipo Likert, que acumulaba indagación sobre las siguientes variables: sociodemográficas, hábitos, salud, motivos de inicio, continuidad del deporte y actitudes hacia la salud. Se realizó un análisis correlacional (correlación de Pearson) y análisis de varianza (ANOVA). Se concluye con el supuesto necesario de "mediación psicológica" en los proyectos de actividad física para convertir a estos, en auténticos factores del cambio de actitudes y hábitos de salud.

Por lo tanto, la concepción calidad de vida es una definición compleja compuesto por diversos dominios y dimensiones. Es preciso mencionar que "calidad de vida" no es sólo la optimización de los servicios, la eficiencia de las máquinas, el beneficio de los materiales, seguros de una vivienda sino aquellos aspectos relacionados con el campo de lo psicológico y lo cultural - social. El progreso del individuo como persona, psicológicamente hablando, es calidad de vida. Es decir, por ejemplo aspectos como impulso de la autoestima, de la identidad, de la autorrealización, el desarrollo de sus potencialidades, y el manejo de nuevas habilidades reúnen las características principales para definir calidad de vida.

Según Ruiz (2015) construyo un estudio titulado, "Estudio sobre la calidad de vida en mujeres supervivientes al cáncer de mama". En su introducción mencionaba haber hallado que el cáncer de mama constituye un problema de salud de gran repercusión en la población femenina por su alta incidencia. Debido a que su pronóstico ha mejorado notablemente en los últimos años y la supervivencia actualmente es elevada, el propio proceso y los tratamientos que se aplican tienen importantes repercusiones personales y familiares. En la actualidad, el cáncer de mama no es percibido como una enfermedad terminal, sino como un proceso crónico de larga duración, las estadísticas confirman que se trata de una grave amenaza para la mujer por las secuelas que produce. Los objetivos a trabajar fueron en primera instancia, estudiar la calidad de vida en mujeres supervivientes entre 5 y 8 años al cáncer de mama, identificando las secuelas físicas y psicológicas que sufren.

Seguidamente, se quiso determinar el porcentaje de las mujeres supervivientes al cáncer de mama entre 5 y 8 años que padecen cada una de las secuelas. Posterior a ello, estuvo determinar el porcentaje de las mujeres supervivientes al cáncer de mama entre 5 y 8 años que tienen su CV, por ultimo esta, estudiar qué factores sociodemográficos

y clínicos están relacionados con la gravedad que presentan las secuelas y por lo tanto influyen en la CV de estas mujeres. En cuanto, a la metodología esta es un estudio observacional y transversal con una muestra de 120 mujeres supervivientes al cáncer de mama entre 5 y 8 años de diagnóstico. A su vez los instrumentos de medida fueron los cuestionarios de la EORTC KLK-C30+ BR23 adaptados. Para el análisis de los datos se realizaron diferentes pruebas estadísticas (estudio descriptivo, distribución de frecuencias y relativas, análisis factorial, estimaciones para parámetros con un nivel de confianza al 95 %, contrastes de una proporción, contrastes del coeficiente de correlación de PEARSON. Según de la edad media de la muestra es de 51,76 años (D.E.8,97) el 72, % están casadas el 47 % tienen 2 hijos, el 38,3% han sido sometidas a cirugías conservadoras y al 58,3% recibieron quimioterapias más radioterapia más terapia hormonal.

La realización de análisis factorial se destacan las siguientes dimensiones: problemas del brazo (22,5%) de estas mujeres tienen alterada la CV, estado físico (20%) satisfacción de la imagen corporal (22,5%), estado emocional (20,8%), funcionamiento social (7,5%), funcionamiento sexual (60%), problemas de alimentación (2,5%), molestias en la mama (38,3 %). Las conclusiones a las que se llegó fueron, que 3 de cada cuatro mujeres supervivientes entre 5 y 8 años al cáncer de mama, tienen alterada su CV que se ve afectada por las siguientes secuelas: problemas de brazo, estado físico, problemas de alimentación, problemas de mama, insatisfacción de la imagen corporal, el estado emocional, el funcionamiento social y sexual. Todas estas mujeres presentan unas más secuelas aunque sea en un grado leve. Más del 80 % de estas mujeres padecen problemas del brazo, alteraciones del estado físico, mal estado emocional.

Sánchez (2014), elaboró una investigación titulada “Salud sexual y calidad de vida en personas con traumatismo craneo encefálico moderado (TCEM)”. Donde encontró que, los traumatismos craneo

encefálicos (TCEM) afectan con mayor frecuencia a personas relativamente jóvenes y constituyen una causa importante de minusvalía neurológica persistente con diferentes grados de incapacidad. El objetivo general trazado fue conocer el estado de salud sexual de las personas con traumatismo craneoencefálico moderado TCE, medir su calidad de vida y explorar desde la perspectiva de las personas los cambios generados en su vida a consecuencia de la lesión. Con respecto a los objetivos específicos están, describir las características sociodemográficas de los pacientes; describir las alteraciones sexuales existentes en los pacientes que han sufrido TCEM; analizar si existe relación entre los resultados obtenidos y las variables sociodemográficas (edad, sexo, nivel educativo, convivencia).

Los resultados de CV obtenidos a través del SF36 muestran una puntuación más baja que la población española de referencia en todas las dimensiones, afectando el TCEM a todas las áreas valoradas en el cuestionario. Se evidencia alteraciones en las actividades de la vida diaria, en el ámbito de relación personal, alteraciones conductuales y emocionales, cambios en la propia vida y en la familia. En cuanto a las alteraciones sexuales surgidas posteriores al TCEM se detectan problemas sexuales persistentes y disminución de la frecuencia de relaciones coitales. El 55,7% de la muestra está muy insatisfecho con su actividad sexual encontrando mayor satisfacción sexual entre las personas con TCEM que no habitan en el núcleo familiar. El 62,3% de varones y el 26,6% de mujeres padecen disfunciones sexuales, los problemas con mayor prevalencia en los hombres son eyaculación precoz y disfunción eréctil y en las mujeres sequedad vaginas, falta de excitación de orgasmo y la dispareunia. Se llegó a las conclusiones de que los cambios cognitivos, físicos, emocionales y comportamentales que ocurren tras sufrir un TCEM tienen una repercusión directa sobre la sexualidad. El funcionamiento, la respuesta y la expresión sexual de estos pacientes pueden verse alterados de forma negativa. Así mismo,

estas secuelas producen un gran impacto en la CV de las personas afectadas.

Charúa et. Al. (2011), con su estudio “Calidad de vida del paciente ostomizado”. Mencionaron en su introducción que los pacientes ostomizados presentan cambios fisiológicos y psicológicos importantes relacionados con la pérdida del control esfinteriano, los ruidos intestinales, la forma de canalizar gases, la incomodidad a causa del olor, la vigilancia del llenado de la bolsa y la irritación de la piel periestomal que influye en su calidad de vida. Teniendo como objetivo, evaluar la calidad de vida del paciente ostomizados en la unidad de Coloproctología del Servicio de gastroenterología, hospital general México.

Con respecto al material y métodos se utilizó un estudio descriptivo transversal, el primero de enero al 29 de mayo del 2009 en pacientes con ostomía. Se aplicaron dos cuestionarios de calidad de vida: SF-36 version 2.0 con 36 reactivos que evalúan 8 dimensiones y el cuestionario de Montreux. Resultados: la puntuación en la sección de calidad de vida del cuestionario de Montreux oscilo entre 60.8 y 81.2 las puntuaciones con el cuestionario calidad de vida SF-36 versión 2.0 fueron las siguientes: Funcionamiento físico 67.04, papel físico, 56.06, dolor físico 68.28, salud general 57.16, con una media global de 62.14. Para los componentes mentales: vitalidad 68.37, función social 71.53, rol emocional 71.48 y salud mental 68.67.

En conclusión se detalló que la calidad de vida de la población estudiada fue buena. El miedo a la fuga de materia fecal por el estoma y el ámbito sexual fueron las dimensiones más afectadas y a su vez las responsables de la disminución en el índice de la calidad de vida.

### **2.1.2. Nacionales**

Ramírez (2000) estudio “El significado de calidad de vida de los pacientes con VIH/SIDA que acuden al servicio ambulatorio”. Tuvo como objetivo identificar el significado de la calidad de vida en pacientes infectado con VIH/SIDA que acuden al PROCETS del hospital Arzobispo Loayza, la muestra se determinó por saturación de respuestas a la información solicitada, con una guía semiestructurada en donde las unidades de análisis expresaron sus sentimientos y pensamientos a partir de sus propias experiencias pudiendo establecer las siguientes categorías: Sintomatología de la enfermedad, manifestaciones psicosociales, percepción de la enfermedad, situación económica, interacción familiar, sexualidad, interacción con la pareja, estigma social, imagen corporal y expectativas futuras. Entre las principales conclusiones se establece que la calidad de vida con los pacientes de VIH/SIDA de PROCETS está determinada como producto de una enfermedad que no tiene cura, que repercute en el estado social, económico, familiar, en la evolución de las enfermedades y en un futuro desconocido para él y para la familia. La calidad de vida en el paciente con VIH/SIDA está evidenciada principalmente por las manifestaciones psicosociales como son: Ira, rabia, ansiedad, angustia, acompañado de sentimientos de culpa lo cuales se relacionan con los pensamientos y conocimientos que tienen acerca de la enfermedad, la calidad de vida en los pacientes con VIH /SIDA se encuentra influenciada por la evolución de la enfermedad y sus complicaciones.

Schwartz (1998) estudio la “Validación del índice de la calidad de vida (ICV) en Lima”. El objetivo principal de esta investigación fue validar el ICV en Lima como instrumento para objetivar cuantitativamente la calidad de vida en un grupo o población. La muestra estuvo conformada por 30 pacientes hospitalizados en el servicio de medicina interna, de dos hospitales de lima, cuyas edades fluctuaban entre 18 años y 65

años, de ambos sexos y 50 participantes entre estudiantes y profesionales de la facultad de estomatología de una universidad particular de Lima, cuyas edades fluctuaban entre 18 y 65 años, de ambos sexos. El instrumento utilizado fue el índice de calidad de vida. Se determinó la consistencia interna del ICV, la validez discriminativa y la validez el contenido del instrumento.

Bulness, et. al. (1999) “Investigaron acerca de la calidad de vida y comunicación familia entre madres adolescentes”. El diseño utilizado fue descriptivo – comparativo y correlacional. La muestra estuvo conformada por 123 madres adolescentes de diversas instituciones hospitalarias, estatales de Lima. Los instrumentos utilizados fueron la escala de calidad de vida de Olson & Barnes y el Cuestionario de Comunicación padres - adolescentes de los mismos autores. Para el análisis de los datos se utilizaron: distribución de frecuencias y porcentajes, media, desviación estándar y el coeficiente de correlación de PEARSON. Se concluye que existe una relación entre los factores calidad de vida y comunicación padre - adolescente y madre – adolescente.

Diaz et. Al. (2000) “Investigaron acerca de la calidad de vida y perfiles emocionales en estudiantes universitarios de Lima”. El diseño utilizado fue descriptivo comparativo. La muestra estuvo conformada por 185 estudiantes de ambos sexos cuyas edades fluctuaban entre 65 y 25 años de la facultad de psicología de una universidad peruana. Se utilizó la escala de calidad de Vida de Olson y Barnes y la escala de desórdenes emociones (API) de Anicama. Los estadísticos utilizados fueron: la prueba “t” de student y la correlación producto – momento de PEARSON. Se concluyó que no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres. Respecto a la variable, perfiles emocionales se observa que todas las escalas componentes se encuentran por debajo de la media esperada, indicando ausencia de desórdenes emocionales en la muestra total.

## 2.2. Bases Teóricas

La calidad de vida es un contexto social y personal que permite satisfacer los requerimientos humanos, tanto en el plano de las escaseces básicas y sociales, como en el de las insuficiencias espirituales. Es así, como los deberes y derechos del hombre no envuelven una apropiada respuesta a las exigencias de calidad que apuntan las expectativas del individuo en nuestras sociedades hoy en día.

En este sentido la capacitación es circunstancia necesaria en el contenido de calidad de vida, entendida esta formación como un transcurso realizable en diferentes planos: a) como ventaja de capacidades y desarrollo de habilidades que ejercitan para la vida, b) como desarrollo para una tarea específica, e) como ventaja de experiencia que dignifica la conducta y permite la realización personal y profesional y d) como aceleración de las disposiciones y capacidades. Estos diferentes planos confluyen en la persona (Pérez de Cabral,1992).

En cuanto a la familia y su predominio en el discernimiento de la calidad de vida de la persona, hallamos que en el caso del niño, tiene interrelación con el ambiente, pero no puede totalizar directamente la sociedad en su conjunto, viviendo un transcurso con dos espacios claramente diferenciados: uno exógeno en el cual vive las interrelaciones con el ambiente y otro endógeno en el que procesa su ser social.

En el proceso endógeno de estas interrelaciones, el niño tiene que vivir las secuelas de las interrelaciones que cada uno de los que conforman su grupo familiar instituye con la sociedad. En este sentido, la familia

efectúa un rol de terciario o catalizador social de los factores exógenos que decretan la vida del grupo humano, lo que se formula en la atención de las necesidades de cada uno de sus miembros, así estos factores estipulan cuál es la calidad de vida y el grado de bienestar que pueden gozar los integrantes de cada familia.

Por otro lado, es necesario considerar que actualmente las familias viven una crisis debido principalmente a la situación económica y política que atraviesa el país. Esto es así, ya que la caída del ingreso familiar es el principal mecanismo de transmisión de los efectos de la situación económica sobre los niños y adolescentes, asimismo las familias transmiten y reproducen por medio de sus interrelaciones la violencia estructural que existe en el país. Esta realidad, nos explica la presencia de grupos familiares que viven en alto riesgo, porque no se garantiza la calidad de vida y, muchas veces, la supervivencia del grupo familiar como tal y de los individuos que la componen. Mansilla (1989).

Ramírez (2000) estudió el Significado de calidad de vida de los pacientes con VIH/Sida que acuden al servicio ambulatorio. Tuvo como objetivo identificar el significado de calidad de vida en pacientes infectados con VIH/Sida que acuden al Procets del Hospital Arzobispo Loayza. La muestra se determinó por saturación de respuestas a la información solicitada, con una guía semiestructurada en donde las unidades de análisis expresaron sus sentimientos y pensamientos a partir de sus propias experiencias pudiendo establecer las siguientes categorías: sintomatología de la enfermedad, manifestaciones psicosociales, percepción de la enfermedad, situación económica, interacción familiar, sexualidad, interacción con la pareja, estigma social, imagen corporal y expectativas futuras.

Entre las principales conclusiones se establece que la calidad de vida de los pacientes con VIH/Sida del Procets está determinada como producto de una enfermedad que no tiene cura, que repercute en el

estado social, económico, familiar, en la evolución de la enfermedad y en un futuro desconocido para él y para su familia. La calidad de vida en el paciente con VIH/SIDA está evidenciada principalmente por las manifestaciones psicosociales como son: Ira, rabia, ansiedad, angustia, acompañado de sentimiento de culpa, los cuales se relacionan con los pensamientos y conocimientos que tiene acerca de la enfermedad. La calidad de vida del paciente con VIH/SIDA se encuentra influenciada por la evolución de la enfermedad y sus complicaciones.

No existe calidad de vida absoluta. Ella es fruto de un proceso de desarrollo y se dispone también a lo largo de una escala continua entre valores extremos de alta y baja calidad de vida, la búsqueda de la calidad de vida es inherente a la vida humana. Uno de los mitos actuales sobre la calidad de vida es que se le asocia a la tecnología.

### **2.2.1 Definición de calidad de vida**

Por otro lado, Ramírez (2000) define a la calidad de vida como un proceso dinámico, complejo e individual; es decir es la percepción física, psicológica, social y espiritual que tiene la persona o paciente frente a un evento de salud y el grado de satisfacción o insatisfacción que va a influir en el bienestar del paciente.

Asimismo, Pérez de Cabra (1992) expresa que la calidad de vida es una situación social y personal que permite satisfacer los requerimientos humanos tanto en el plano de las necesidades básicas y sociales, como en el de las necesidades espirituales. La calidad de vida es más que la calidad del ambiente; tiene que ver también con la estabilidad persona emocional, intelectual y volitiva y con la dinámica cultural en general. La calidad de vida también hace referencia a una armónica convivencia entre los hombres, donde juega un papel

importante la justicia social, considerando las oportunidades que en una sociedad se brinda a sus miembros.

### **2.2.1.1 Definición de las Dimensiones**

#### **2.2.1.1.1 Hogar y bienestar económico**

Se considera el nivel de satisfacción teniendo en cuenta la determinación de responsabilidades de los integrantes del hogar y la capacidad adquisitiva para satisfacer las necesidades básicas y/u holgadas.

#### **2.2.1.1.2 Amigos, vecindario y comunidad**

Se considera el nivel de satisfacción en la relación amical, la accesibilidad a centros comerciales, zonas recreativas (como parques, lozas deportivas, cines, juegos, etc.) y la seguridad en la comunidad.

#### **2.2.1.1.3 Vida familiar y familia extensa**

Se considera el nivel de satisfacción con relación a la situación a la familia directa (padres, hermanos, pareja e hijos) ya la familia extensa (tíos, abuelos, primos, nietos). Capacidad para brindar amor a los miembros de la familia y el tiempo que se pasa con ellos, además de las responsabilidades domésticas.

#### **2.2.1.1.4 Educación y ocio**

Se considera el nivel de satisfacción con relación a la situación académica (logros académicos obtenidos; secundaria, superior, post grados, etc.) y el tiempo disponible para entretenerse según sus

preferencias, pudiendo ser prácticas de algún deporte, manualidades, conciertos, etc.

#### **2.2.1.1.5 Medios de comunicación**

Se considera el nivel de satisfacción con relación a los programas de entretenimiento televisivo y cine, ya sea en señal abierta o cerrada, también en cuanto a la calidad, contenido y tiempo, además de otros medios de comunicación informativos como radio, periódicos, revistas e internet.

#### **2.2.1.1.6 Religión**

Se considera el nivel de satisfacción con relación a las creencias y preferencias religiosas (ateo, cristiano, agnóstico, evangélico, etc.) frecuencia de asistencia a las reuniones o misas, vínculo con Dios, tanto en la familia como en la comunidad.

#### **2.2.1.1.7 Salud**

Se ubican entre otros los siguientes ítems: la salud física y psicológica, la salud física de otros miembros, de la familia nuclear.

#### **2.2.1.2 Modelo multidimensional**

Según Verdugo (2003), encuentra ocho dimensiones o factores que engloban al término calidad de vida, pues se comprende que calidad de vida es una característica básica que complementa al bienestar personal y sus indicadores principales son la “percepción, conductas o condiciones específicas de las dimensiones de calidad de vida que muestran el bienestar de una persona” (Schalock y Verdugo, 2003).

Por ello, explica de manera breve el contexto de cada dimensión que han sido muestras de investigaciones nacionales como internacionales:

#### **2.2.1.2.1 Bienestar emocional**

Hace referencia a sentirse pacífico, sin que la persona se encuentre agobiado o ansioso por algún acontecimiento. Se evalúa mediante los indicadores de satisfacción, autoconcepto y ausencia de estrés o sentimientos negativos.

#### **2.2.1.2.2 Relaciones interpersonales**

Detalla que las relacionarse con diferentes personas, tener una buena asertividad y empatía con la gente, vecinos o compañeros de trabajo es esencial para satisfacer nuestras necesidades, ya que es capaz de establecer relaciones intercambiando roles culturales. Por lo que se mide a través de los siguientes indicadores de relaciones sociales, tener amigos claramente identificados, relaciones familiares, contacto social positivo y gratificante, relaciones de pareja y sexualidad.

#### **2.2.1.2.3 Bienestar material**

Tener bienes materiales, sustenta la razón para tener cuentas o dinero e invertirlo o gastarlo en el deseo que la persona tiene, como una vivienda alquilada o propia, trabajo, auto o lujos. Los indicadores que evalúan son vivienda, lugar de trabajo, salario que incluye pensión e ingresos, posesiones que involucra los bienes materiales y ahorros.

#### **2.2.1.2.4 Desarrollo personal**

Se refiere a la oportunidad de aprender diferentes oficios u ocupaciones, como también captar conocimientos y realizarlos personalmente como alcanzar un título o un cargo importante en la vida del individuo. Se mide mediante los indicadores de limitaciones, capacidades, acceso a nuevas tecnologías, habilidades funcionales que incluye competencia personal, conducta adaptativa y comunicación.

#### **2.2.1.2.5 Bienestar físico**

A esto describe mantener adecuadamente la salud, encontrar un equilibrio en lo físico como por ejemplo adaptarse a un adecuado hábito de alimentación o prever alguna enfermedad latente en el ambiente que la persona vive. Se mide mediante los indicadores de sanitaria, sueño, salud y sus alteraciones, actividades de la vida diaria, acceso a ayudas técnicas y alimentación.

#### **2.2.1.2.6 Autodeterminación**

Es esencial que la persona pueda tomar decisiones y tener la capacidad de elegir o disponer según lo que quiere y como desea el camino para su vida. Así mismo, escoger su tiempo libre, lugar donde desea vivir, las personas de quienes se rodea. Los indicadores que evalúa son metas, preferencias personales, decisiones, autonomía y elecciones.

#### **2.2.1.2.7 Inclusión Social**

Representa en la persona saber a qué lugares de la ciudad o el barrio a donde se dirige pretende participar como uno más. Es sentirse

incluido de la sociedad, grupo o equipo contando con el apoyo de la otra parte. Evalúa según los indicadores de integración, participación, accesibilidad y apoyo

#### **2.2.1.2.8 Derechos**

Significa que la persona es tratada y considerada de forma equitativa, encontrando igualdad en las normas sociales y autoridades. Que respeten su forma de ser, pensar, opinar, a la religión en la que se inclina o a su orientación sexual. Los indicadores utilizados para evaluar esta dimensión son la intimidad, respeto, conocimiento y ejercicio de derechos.

#### **2.2.1.3 Enfoques y vertientes de la calidad de vida**

Al iniciar el análisis del concepto de calidad de vida, es usual hallar diferentes posturas de distintas investigaciones que al encontrarse inspirados; se topan con disciplinas precedentes como la geografía y economía (Park, 1985, Royuela et al, 2004 y 2007, Wang, 2006, Lucero y Celemín 2008, entre otros) que constituyen una visión de tipo cuantificable que tienden a ser objetiva. Por otro lado, se descubre la percepción cualitativa y subjetiva que concierne a bienestar individual (Scanlon, 2004 Brock, 2004, Bliss, 2004).

Por lo mencionado anteriormente, se observa los diferentes extremos del concepto de calidad de vida, por ello se pretende diferenciar los enfoques que fundamentan este estudio.

Por lo tanto, se haya un punto de quiebre entre estos dos tipos: los materiales e inmateriales. El primero, protagoniza el status de vida, situación laboral y alimentación que desarrolla una persona. Diferenciándose, de las necesidades inmateriales que expone el nivel de integración sociales, las condiciones de vida en base a las

emociones o la forma en que se establece las relaciones sociales (Ziccardi, 2006). Por lo que, se deduce que los bienes materiales afecta directamente a la persona, sin embargo los bienes inmateriales ocasionan un desequilibrio en la satisfacción de necesidades.

Del mismo modo, estudios precedentes explican la metodología que diferentes teorías explican la percepción de la satisfacción. Dan Brock (2004) detalla que las personas que tomaban preferencias en base a teorías hedonistas suelen tener una buena vida. Para ello, es importante saber que el hedonista desea percibir a la vida como buena calidad o peor calidad.

De igual manera, Scanlon (2004) procesa una teoría que explica los deseos y la necesidad de contar con bienes sustantivos. Por otro lado, una perspectiva diferente es la de Bliss (2004), quien funda el concepto de calidad de vida en base a estándares y rol decisivo de la moda, pues no toda persona puede estar informada de u propio circulo o de su grupo.

Finalmente según Escobar y Fitch (2006) explica la calidad de vida en base a dos fundamentos, la primera es teoría de las necesidades que se refiere a las condiciones materiales y condiciones no materiales. Y la segunda teoría de las preferencias que dispone analizar la percepción de la satisfacción de las condiciones materiales y no materiales.

### **2.2.2 Definición de Familia**

Según la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948), la familia componente natural, universal y fundamental de la sociedad, por la que puede gozar de la protección de la sociedad y estado.

Asimismo, una de las características básicas que definen a una familia son de dos tipos:

Vínculos de afinidad: que precede del establecimiento de lazos reconocido socialmente, como por el ejemplo el matrimonio, que en algunos países se permite legalmente la unión de dos personas, mientras en otros países es posible la poligamia.

Vínculos de consanguinidad: que es la filiación entre padres e hijos o los lazos que se entablan entre los hermanos que hay de un mismo padre o madre. También se puede diferenciar a través del grado de parentesco que existe entre los miembros.

Según Claude Lévi-Strauss (1956), menciona que la familia establece una alianza desde el momento que la pareja alcance el matrimonio. Y están clasificadas en los siguientes tipos:

Familia nuclear: formada por madre, padre y su descendencia.

Familia extensa: constituida por relaciones no sólo de padres e hijos, si no también cuenta la presencia de abuelos, tíos, primos y otros parientes lejanos o indirectos.

Familia monoparental: conformada únicamente con un solo padre o solo la madre.

Familia ensamblada: compuesta por agregados de dos o terceras familias como por ejemplo que la madre y sus hijos se junta con un padre viudo y sus hijos a la vez.

### **2.2.2.1 Principios constitucionales del derecho de familia**

Según el Código Civil Peruano (1984), establece que “la regulación jurídica de la familia, tiene por finalidad, contribuir a su consolidación y fortalecimiento, en armonía con los principios y normas proclamados en la Constitución política del Perú”, esto quiere decir que toda persona debe gozar de sus derechos ya que la norma tiene una eficacia jurídica y es necesario contribuir a que se aplique en la sociedad.

Según la Constitución Política del Perú (1993) especifica los principios relativos en la familia, que se ven constituidos por la protección de la familia, el principio de promoción del matrimonio, principio de reconocimiento integral de las uniones de hecho, principio de protección especial de la niñez, adolescencia, maternidad y ancianidad y el principio de igualdad de los hijos frente a sus padres.

Pues, los principios constitucionales de la familia son el conjunto de normas orientadoras que se establece en la base del sistema jurídico familiar. Y sirve en la actualidad para cumplir dos funciones, la primera legisladora que permite se desarrolle las normas de menor grado dentro de los alcances que propone cada principio constitucional. Y el segundo es interpretadora que abarca el verdadero sentido de las normas de menor grado e integrar el sistema jurídico en caso de defecto o deficiencia de la ley.

### **2.2.3 Definición de Pareja**

En nuestro entorno, se encuentra la grave situación que embarga hoy en día las parejas, puesto que, los índices violencia y maltrato limita a que las parejas conozcan modelos estables. Sin embargo Salama (2001), refiere que la pareja es la asociación de dos individuos con intereses en común, con gran atracción física y psicológica que deciden permanecer unidos cumpliendo un objetivo trazado por ambas partes y

que se satisfaga sus necesidades de forma individual como de la propia pareja.

Así mismo, la forma en como una persona se vincula en una relación de pareja puede ser inconscientemente la repetición de la relación que mantuvieron tus padres o la misma situación.

### **2.2.3.1 Enfoque gestalt aplicado a parejas**

El enfoque Gestalt propone que la persona conozca una propuesta diferente de vida, mediante herramientas que van a facilitar a mirarse sin juzgarse, evitar generalizaciones y minimizaciones, diferenciar el sentir vs. Pensar, emplear nuevas frases al lenguaje como yo siento o yo necesito, aprender a criticar la acción más no a la persona y sobre todo mejorar la comunicación y expresiones emocionales entre 2 individuos. Perls (1979).

### **2.2.4 Definición de conciliación extrajudicial**

La conciliación Extrajudicial en Familia, pretende encaminar el dialogo entre 2 personas que tuvieron una relación afectiva, matrimonial o familiar.

Para ello, requiere que el trabajo sea canalizado por puntos específicos ya que los clientes asumen mucha carga emocional y dificulta el intercambio de información para llegar a un acuerdo.

Por esta razón, es importante saber que la separación de 2 personas en su mayoría de casos genera una acumulación de problemas no resueltos hasta que vuelven a confrontarse por sus intereses individuales. Entonces, definimos a la conciliación extrajudicial como unos mecanismos alternativos de solución de conflictos. Ya que, nos

garantiza que la forma de encontrar la solución que se basa en principios que se encuentran en una conciliación donde toma el papel de mediador.

También, según La Ley de Conciliación N°26872 menciona que “La conciliación es una institución que se constituye como un mecanismo alternativo para la solución de conflictos, por el cual las partes acuden ante un Centro de Conciliación extrajudicial a fin que se les asista en la búsqueda de una solución consensual al conflicto”.

Se considera también a la conciliación como más humana, coexistencial, saludable y convivencial al momento de reestructurar la forma del dialogo. Así mismo, es necesario saber que la conciliación busca la preservación y mantenimiento de los integrantes de la familia para una salud mental estable de cada uno de ellos.

Por esta razón concluimos que el concepto de conciliación engloba las siguientes características que contribuyen a entender este medio. Los siguientes son:

- Es voluntaria
- Es flexible
- Reestablece vías indispensables
- Evita traumas psicológicos
- Se plantea alternativas
- Se prioriza el interés superior del niño

- Los acuerdos son de cumplimiento obligatorio
- La conciliación es económica.

De igual manera, la conciliación especializada en familia se encarga primordialmente de no llegar a la vía judicial, a menos que, el caso precedido contenga materias que deba ser la vía penal. Por ello, para resolver una disputa es necesario saber que la conciliación tiene una pieza clave que es la comunicación, lo cual en audiencia, se permite que las partes confronten su desacuerdo a través de técnicas y estrategias que todo conciliador aplica en el momento y hora pactada.

Así se sobreentiende mejor que el acuerdo toma sentido cuando es una orden pactada que acatada por un Juez o un árbitro.

#### **2.2.4.1 La teoría de los conflictos**

De acuerdo al diccionario de la Real Academia Española (1993), el vocablo conflicto descende del termino latino Conflictus, relacionado al verbo Confligere que significa pelear, luchar o combatir.

Asimismo, los conflictos que hoy en día son tratados por cualquier autoridad competente figuran una oposición de intereses que las partes no ceden y se ven enfrentadas con un fin de justificaciones. Sin embargo, desde un punto de vista sociológico se entiende que pelear o luchar por algo es un acontecimiento natural que es usual tratarlo día a día, lo que diferencia a esto son las diferentes especies que hay o el donde se encuentran las especies que tratan este problema, según (Mc Neil, 1986).

Desde otro punto de vista psicológico, existe las diferencias de conductas, incluyendo con el que ser humano se propone en esta vida,

mientras habitan personas con un plan en la que uno mismo es protagonista, así también, hay personas que no elaboran un objetivo para su vida, como lo menciona (Peña, 1999).

Por esta razón, las personas interaccionan según sus acciones, pensamiento o afectos que no generalmente se relaciona con un conflicto en sí, pero, sí son factores influyentes de las situaciones sociales en la que estamos envuelto. (Peña, 1999).

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y diseño utilizado**

##### **3.1.1 Tipo y enfoque**

El tipo utilizado para el presente trabajo es descriptivo. Según Olson y Barnes (1982) este tipo de investigación tiene como objetivo medir las percepciones individuales de satisfacción dentro de los dominios de la experiencia vital de los individuos como por ejemplo, vida marital, familiar, amigos, domicilio y facilidades de vivienda, educación, empleo, religión, etc. (Díaz et. Al, 2000). También debido a la existencia de estudios que preceden esta investigación, con el motivo principal de la búsqueda de solución a una problemática. Es de enfoque cuantitativo ya que las mediciones y resultados serán mediante un instrumento que cuantifica la calidad de vida.

##### **3.1.2. Nivel**

La presente investigación será de nivel “aplicado”, puesto que se emplearán una serie de instrumentos de medición.

##### **3.1.3. Diseño de investigación**

El diseño es no experimental ya que no se ha realizado manipulación alguna sobre las variables ni se le ha expuesto a estímulos y se pretende hacer una descripción real de la situación, además se debe al objetivo principal de la presente investigación (Olson y Barnes, 1982).

### 3.2. Población y muestra

Con respecto a la población de este estudio, se evaluará a parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, que no llegan a un acuerdo debido a su poca autorregulación, inestabilidad emocional y comunicación restringida. Por lo cual, se procedió con el permiso del centro para poder brindar la información y generar un complemento a su forma de aplicar la resolución de conflictos.

En total fueron 30 parejas que conformaron la población.

La muestra es de tipo censal, porque se evaluó el 100% de la población, es decir, toda la población fue elegida para aplicar el instrumento de medición, por lo tanto, nuestra muestra es de 30 parejas.

Especificar características de la muestra:

Criterios de inclusión

- Parejas que estén en proceso de conciliación.
- Parejas que tengan la voluntad de participar.
- Que ambos participantes asistan sin la falta de una parte a la sesión.
- Que la pareja tenga hijos en común
- Que ambos firmen la carta de compromiso elaborado por el centro.

### Criterios de exclusión

- Parejas que no están en proceso de conciliación.
- Parejas que estén en duda o no tengan la voluntad de participar.
- Que uno o ambos participantes falten a la sesión.
- Que la pareja no tenga hijos
- Que uno o ambos no quieran firmen la carta de compromiso elaborado por el centro.

### **3.3. Identificación de la variable y su operacionalización**

#### **3.3.1. Operacionalización de la variable**

Para entender la forma en como estudiaremos la variable de calidad de vida, nos apoyaremos en la formación de esta basándonos en el instrumento que usaremos para su medición.

Tabla 1: Operacionalización de calidad de vida

TABLA DE OPERACIONALIZACIÓN DE CALIDAD DE VIDA					
VARIABLE	DIMENSIONES	PESO	Nº DE ÍTEMS	INDICADORES	NIVELES
<p><b>Calidad de Vida</b></p> <p>La calidad de vida es un constructo multidimensional, relacionado con diferentes componentes subjetivos como la salud, además de situaciones que expresan bienestar o malestar, más allá de lo que objetivamente ocurre en las interacciones de la persona con su ambiente (Olson &amp; Barnes, 1982)</p>	<p><b>Hogar y Bienestar Económico:</b> Se considera el grado de satisfacción teniendo en cuenta la determinación de responsabilidades de los integrantes del hogar y la capacidad adquisitiva para satisfacer las necesidades básicas y/u holgadas. (Grimaldo M.2011 p177).</p>	20%	5	(1,2,3,4,5)	<p>1.Mala Calidad de Vida 2.Tendencia a Baja Calidad de Vida 3.Tendencia a Calidad de Vida Buena 4.Calidad de Vida Óptima</p>
	<p><b>Amigos, Vecindario y Comunidad:</b> Se considera el grado de satisfacción en la relación amical, la accesibilidad a centros comerciales, zonas recreativas (como parques, lozas deportivas, cines, juegos, etc) y la seguridad en la comunidad. (Grimaldo M.2011 p177).</p>	17%	4	(6,7,8,9)	
	<p><b>Vida Familiar y Familia Extensa:</b> Se considera el grado de satisfacción con relación a la familia directa (padres, hermanos, pareja e hijos) y a la familia extensa (tíos, abuelos, primos y nietos). Capacidad para brindar amor a los miembros de la familia y el tiempo que se pasa con ellos, además de las responsabilidades domésticas. (Grimaldo M.2011 p177).</p>	17%	4	(10,11,12,13)	
	<p><b>Educación y ocio:</b> Se considera el grado de satisfacción con relación a la situación académica (logros académicos obtenidos; secundaria, superior, post grados, etc.) y el tiempo disponible para entretenerse según sus preferencias, pudiendo ser prácticas de algún deporte, manualidades, conciertos, etc. (Grimaldo M.2011 p177).</p>	13%	3	(14,15,16)	
	<p><b>Medios de Comunicación:</b> Se considera el grado de satisfacción con relación a los programas de entretenimiento televisivo y cine, ya sea en señal abierta o cerrada; también en cuanto a la calidad, contenido y tiempo; además de otros medios de comunicación informativos como radio, periódicos, revistas e internet. (Grimaldo M.2011 p177).</p>	17%	4	(17,18,19,20)	
	<p><b>Religión:</b> Se considera el grado de satisfacción con relación a las creencias y preferencias religiosas (ateo, cristiano, agnóstico, evangélico, etc.), frecuencia de asistencia a las reuniones o misas, vínculo con Dios, tanto en la familia como en la comunidad. (Grimaldo M.2011 p177).</p>	8%	2	(21,22)	
	<p><b>Salud:</b> Se ubican entre otros los siguientes ítems: La salud física y psicológica, la salud física de otros miembros de la familia nuclear (Grimaldo M.2011 p177).</p>	8%	2	(23,24)	

### 3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico

#### 3.4.1. Técnicas

La técnica que fue utilizada en esta investigación fue e recolección de datos indirecta, debido a que se evaluó mediante el uso de un instrumento.

#### 3.4.2. Instrumento

El instrumento que se utilizo fue el inventario de calidad de vida.

Nombre : Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes

Autores : David Olson & Howard Barnes

Adaptado por: Mirian Pilar Grimaldo Muchotrigo

Administración: Individual o colectiva

Duración : Aproximadamente 20 minutos

Nivel de Aplicación: A partir de los 13 años

Finalidad : Identificación de los niveles de Calidad de Vida

Áreas : La calidad de vida es la percepción que la persona tiene de las posibilidades que el ambiente le brinda para lograr la satisfacción de sus necesidades y el logro de sus intereses en relación a las siguientes factores: Dimensión 1 (bienestar económico), Dimensión 2 (amigos, vecindario y comunidad), Dimensión 3 (vida familiar y familia extensa), Dimensión 4 (educación y ocio), Dimensión 5 (medios de comunicación), Dimensión 6 (religión) y Dimensión 7 (salud).

Baremación: Los baremos se ofrecen en percentiles, obtenidos en la muestra de 41 jubilados afiliados a la Asociación Mutualista de Técnicos y Sub Oficiales del Ejército del Perú” - AMUTSEP, quienes tienen entre 53 y 75 años y viven en el Departamento de Lima.

Materiales de la Prueba: Cuadernillo y lapicero.

Instrucciones: Se indica a la persona que realizará la evaluación que se le va a entregar un cuestionario en donde tendrán que escribir sus datos básicos y la manera como se sienten o perciben algunos aspectos de su vida. Para ello, podrán elegir entre las siguientes alternativas: Insatisfecho, un poco satisfecho, más o menos satisfecho, bastante satisfecho y completamente satisfecho.

Validez: Esta escala fue fijada mediante la validez de construcción a partir del análisis factorial, el cual puntalizó la organización conceptual inicial de la escala. Algunas escalas conceptuales explicaron un solo factor; lo cual la dimensión hogar se cuantificó mediante varios ítems relativos al espacio y en ítems relativos a las responsabilidades domésticas, agrupando las preocupaciones específicas del adolescente en un solo factor.

Confiabilidad: Se trabajó mediante el método test retest, usando la forma de adolescentes con 124 sujetos de doce clases universitarias y secundaria. El tiempo del proceso entre la primera y segunda aplicación, fue aproximadamente de cinco semanas. La correlación de Pearson para la escala total es de sesenta y cuatro y las correlaciones para los doce factores van desde cuarenta hasta setenta y dos. La confiabilidad de la consistencia interna se determinó con el Coeficiente de confiabilidad Alpha de Cronbach, alcanzando para la escala padres 92 y para la escala adolescentes 86.

**Tabla 2. Baremo adaptado a la escala “Calidad de vida”**

PERCENTILES		66	6	94	64
PUNTAJE TOTAL		67	7	95	67
Puntaje Directo	Percentil	68	8	96	71
41	1	69	8	97	75
42	1	70	9	98	78
43	1	71	10	99	80
44	1	72	11	100	82
45	1	73	12	101	84
46	1	74	13	102	86
47	1	75	14	103	88
48	1	76	15	104	90
49	1	77	17	105	91
50	1	78	20	106	92
51	1	79	23	107	94
52	1	80	25	108	95
53	1	81	27	109	95
54	1	82	30	110	96
55	1	83	32	111	97
56	2	84	34	112	98
57	3	85	36	113	99
58	3	86	39	114	99
59	3	87	42	115	99.2
60	3	88	45	116	99.3
61	4	89	48	117	99.5
62	4	90	51	118	99.5
63	4	91	54	119	99.6
64	4	92	57	120	99.7
65	5	93	61	121	99.8

# CAPÍTULO IV

## PROCESAMIENTO, PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### 4.1. Procesamiento de los resultados

Después de reunir la información se procedió a:

- Tabular la información, codificarla y transmitirla a una base de datos computarizada (MS Excel 2013 y IBM SPSS Statistics versión 22)
- Se determinó la distribución de las frecuencias y la incidencia participativa (porcentajes) de los datos del instrumento de investigación.
- Se aplicaron las siguientes técnicas estadísticas:

Valor Máximo y valor mínimo

Media aritmética

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n X_i}{n}$$

### 4.2. Presentación de los resultados

**Tabla N°3**

Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación de clima social familiar

#### PUNTAJE TOTAL

CALIDAD DE VIDA

N Válido	30
Perdidos	0
Media	73,20
Mínimo	64
Máximo	82

El estudio realizado de 30 sujetos, sobre el clima social familiar tiene como interpretación los siguientes datos:

Una media de 73,20  
 Un valor mínimo de 64  
 Un valor máximo de 82

**Tabla N°4**

Medidas estadísticas descriptivas de las dimensiones pertenecientes de  
 calidad de vida

		HOGAR Y BIENESTAR ECONOMICO	AMIGOS, VECINDARIO Y COMUNIDAD	VIDA FAMILIAR Y FAMILIA EXTENSA	EDUCACION Y OCIO	MEDIOS DE COMUNICACION
N	Válido	30	30	30	30	30
	Perdidos	0	0	0	0	0
Media		13,07	11,07	14,27	9,50	12,77
Mínimo		10	7	10	5	10
Máximo		16	13	17	14	17

Estadísticos

		RELIGION	SALUD
N	Válido	30	30
	Perdidos	0	0
Media		5,43	7,10
Mínimo		3	3
Máximo		8	10

Correspondiente a las dimensiones que abarcan calidad de vida se puede observar los siguientes resultados:

- En la dimensión hogar y bienestar económico se puede observar:  
Una media de 13,07 que se categoriza como “Tendencia Mala”  
Un mínimo de 10 que se categoriza como “Muy Mala”  
Un máximo de 16 que se categoriza como “Buena”
- En la dimensión amigos, vecindario y comunidad se puede observar:  
Una media de 11,07 que se categoriza como “Media”  
Un mínimo de 7 que se categoriza como “Muy Mala”  
Un máximo de 13 que se categoriza como “Muy Buena”
- En la dimensión vida familiar y extensa se puede observar:  
Una media de 14,27 que se categoriza como “Media”  
Un mínimo de 10 que se categoriza como “Muy Mala”  
Un máximo de 17 que se categoriza como “Buena”
- En la dimensión educación y ocio se puede observar:  
Una media de 9,50 que se categoriza como “Media”  
Un mínimo de 5 que se categoriza como “Muy Mala”  
Un máximo de 14 que se categoriza como “Buena”
- En la dimensión medios de comunicación se puede observar:  
Una media de 12,77 que se categoriza como “Media”  
Un mínimo de 10 que se categoriza como “Muy Mala”  
Un máximo de 17 que se categoriza como “Buena”
- En la dimensión religión se puede observar:  
Una media de 5,43 que se categoriza como “Media”  
Un mínimo de 3 que se categoriza como “Muy Mala”  
Un máximo de 8 que se categoriza como “Buena”
- En la dimensión salud se puede observar:  
Una media de 7,10 que se categoriza como “Media”  
Un mínimo de 3 que se categoriza como “Muy Mala”

Un máximo de 10 que se categoriza como “Buena”

En relación a los resultados que se mencionaron, a continuación, daremos una vista a las tablas estadísticas para poder observar el alto índice, referente a las dimensiones de calidad de vida.

### **Tabla N°5 Nivel de Calidad de Vida**

Resultado del Nivel Total del Calidad de Vida

#### **NIVEL CALIDAD DE VIDA**

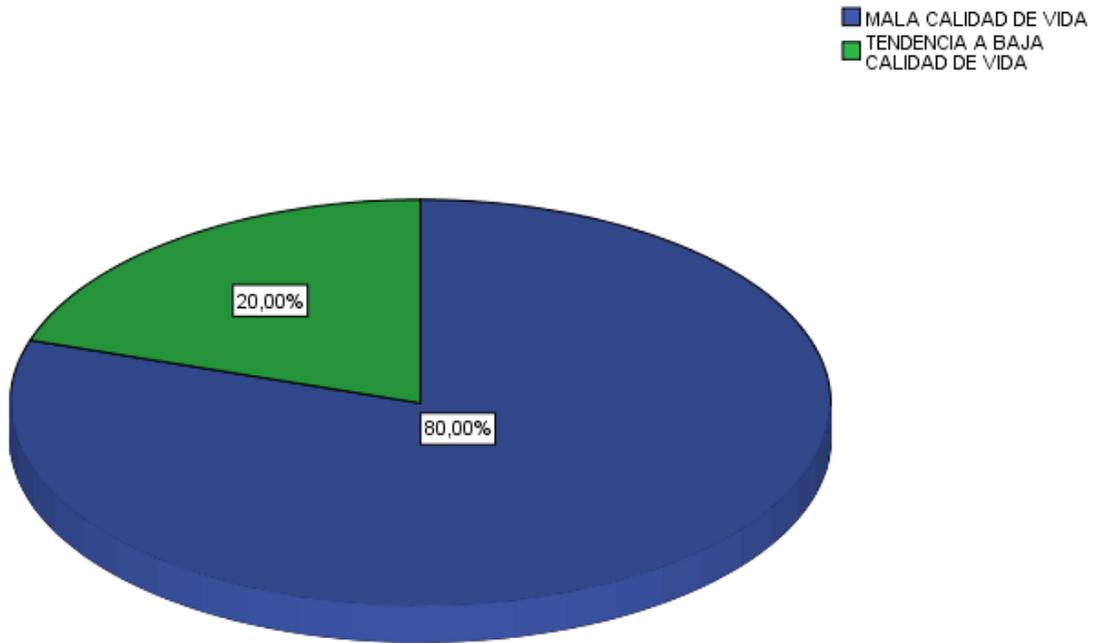
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido MALA CALIDAD DE VIDA	24	80,0	80,0	80,0
TENDENCIA A BAJA CALIDAD DE VIDA	6	20,0	20,0	100,0
Total	30	100,0	100,0	

#### **Comentario:**

El nivel de calidad de vida en las parejas que atraviesan una Conciliación Extrajudicial especializado en Familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Mala calidad de vida”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 80,00%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- El 20,00%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”

## NIVEL CALIDAD DE VIDA



**Figura N° 1**

### **Comentario:**

El nivel de calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho. Se considera “Mala calidad de vida”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 80,0% de parejas que acuden al centro y han sido evaluadas por medio de esta prueba, se considera en la categoría “Mala Calidad de Vida”, debido a la falta que mantienen para resolver sus conflictos, puesto que, afecta a sus vínculos y hogar.
- El 20,0% de parejas, se considera en la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, pues reconocen su irregular organización en el hogar.

### Tabla N°6 Hogar y Bienestar Económico

Resultados del Nivel de Relación de la escala de Clima Social Familiar

#### NIVEL HOGAR Y BIENESTAR ECONOMICO

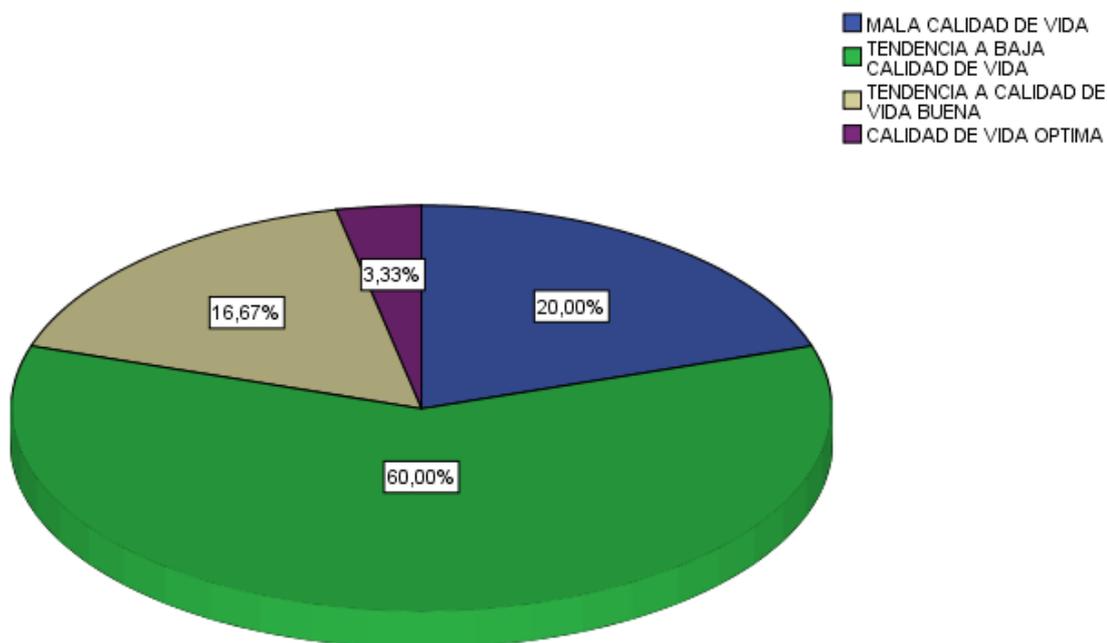
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido MALA CALIDAD DE VIDA	6	20,0	20,0	20,0
TENDENCIA A BAJA CALIDAD DE VIDA	18	60,0	60,0	80,0
TENDENCIA A CALIDAD DE VIDA BUENA	5	16,7	16,7	96,7
CALIDAD DE VIDA OPTIMA	1	3,3	3,3	100,0
Total	30	100,0	100,0	

#### Comentario:

El nivel de hogar y bienestar económico en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera "Tendencia a Baja Calidad de Vida", obteniendo los siguientes resultados:

- El 60,0%, se considera la categoría "Tendencia a Baja Calidad de Vida"
- El 20,0%, se considera la categoría "Mala Calidad de Vida"
- El 16,7%, se considera la categoría "Tendencia a Calidad de Buena"
- El 3,3%, se considera la categoría "Calidad de Vida Optima"

### NIVEL HOGAR Y BIENESTAR ECONOMICO



**Figura N° 2**

**Comentario:**

El nivel de hogar y bienestar económico en calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializado en Familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 60,0%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- El 3,33%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”

### Tabla N°7 Nivel de Amigos, Vecindario y Comunidad

Resultados del Nivel de Amigos, Vecindario y Comunidad de la escala de Calidad de Vida

#### NIVEL AMIGOS, VECINDARIO Y COMUNIDAD

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido MALA CALIDAD DE VIDA	16	53,3	53,3	53,3
TENDENCIA A BAJA CALIDAD DE VIDA	14	46,7	46,7	100,0
Total	30	100,0	100,0	

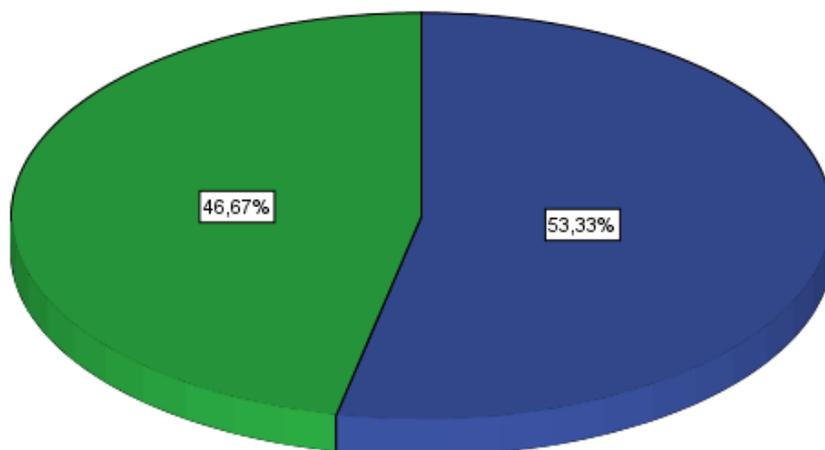
#### Comentario:

El nivel de amigos, vecindario y comunidad en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Mala Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 55,3%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- El 46,7%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”<sup>12</sup>

### NIVEL AMIGOS, VECINDARIO Y COMUNIDAD

■ MALA CALIDAD DE VIDA  
■ TENDENCIA A BAJA CALIDAD DE VIDA



**Figura N° 3**

#### **Comentario:**

El nivel de amigos, vecindario y comunidad en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Mala Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 53,33%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- El 46,67%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”

### Tabla N°8 Vida Familiar y Familia Extensa

Resultados del Nivel de Vida Familiar y Familia Extensa de la escala de Calidad de Vida

#### NIVEL VIDA FAMILIAR Y FAMILIA EXTENSA

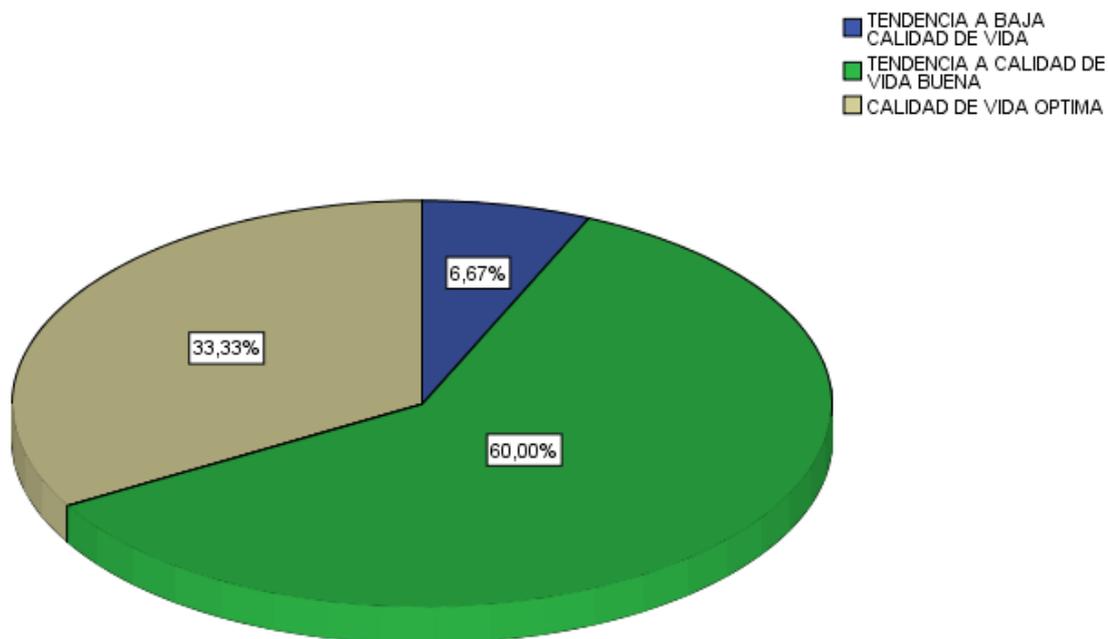
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido TENDENCIA A BAJA CALIDAD DE VIDA	2	6,7	6,7	6,7
TENDENCIA A CALIDAD DE VIDA BUENA	18	60,0	60,0	66,7
CALIDAD DE VIDA OPTIMA	10	33,3	33,3	100,0
Total	30	100,0	100,0	

#### Comentario:

El nivel de vida familiar y familia extensa en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Tendencia a Calidad de Vida Buena”, obteniendo los siguientes datos:

- El 60,0%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”
- El 33,3%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”
- El 6,7%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”

### NIVEL VIDA FAMILIAR Y FAMILIA EXTENSA



**Figura N° 4**

**Comentario:**

El nivel de vida familiar y familia extensa en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Tendencia a Calidad de Vida Buena”, obteniendo los siguientes datos:

- El 60,0%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”
- El 6,67%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”

### Tabla N°9 Nivel de Educación y Ocio

Resultados del Nivel de Educación y Ocio de la escala de Calidad de Vida

#### NIVEL EDUCACION Y OCIO

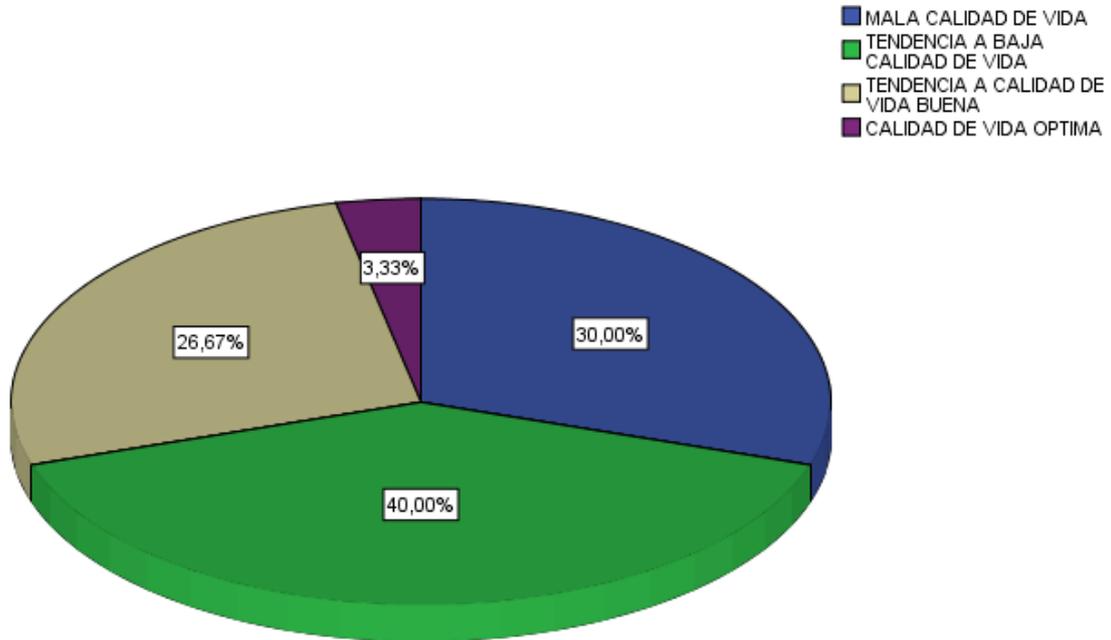
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido MALA CALIDAD DE VIDA	9	30,0	30,0	30,0
TENDENCIA A BAJA CALIDAD DE VIDA	12	40,0	40,0	70,0
TENDENCIA A CALIDAD DE VIDA BUENA	8	26,7	26,7	96,7
CALIDAD DE VIDA OPTIMA	1	3,3	3,3	100,0
Total	30	100,0	100,0	

#### Comentario:

El nivel de educación y ocio en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 40,0%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- El 30,0%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- El 26,7%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”
- El 3,3%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”<sup>16</sup>

### NIVEL EDUCACION Y OCIO



**Figura N° 5**

**Comentario:**

El nivel de educación y ocio en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes datos:

- El 40,0%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- El 3,33%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”

### Tabla N°10 Nivel de Comunicación

Resultados del Nivel de Comunicación de la escala de Calidad de Vida

#### NIVEL MEDIOS DE COMUNICACION

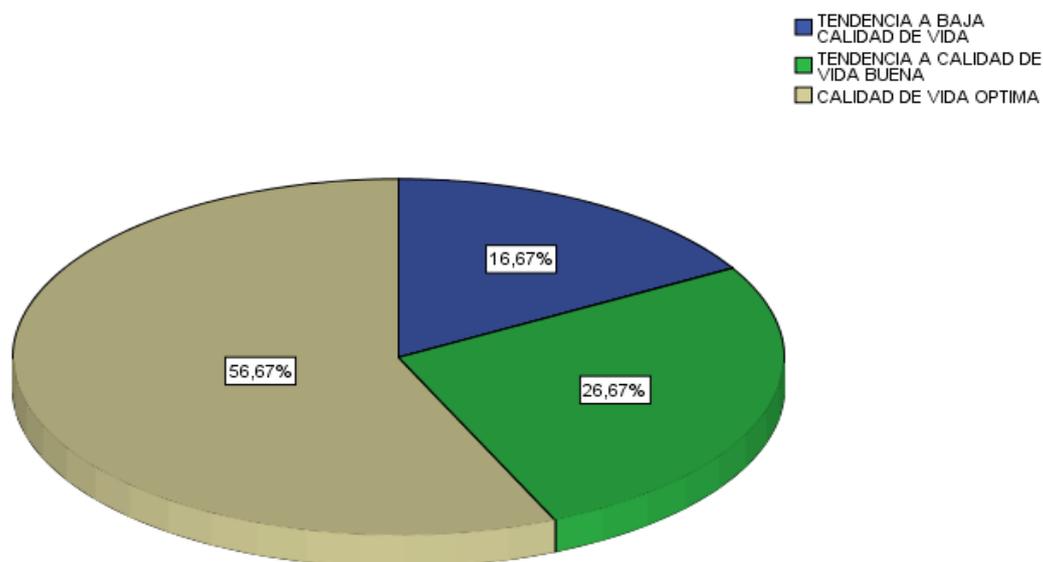
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido TENDENCIA A BAJA CALIDAD DE VIDA	5	16,7	16,7	16,7
TENDENCIA A CALIDAD DE VIDA BUENA	8	26,7	26,7	43,3
CALIDAD DE VIDA OPTIMA	17	56,7	56,7	100,0
Total	30	100,0	100,0	

#### Comentario:

El nivel de comunicación en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Calidad de Vida Optima”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 56,7%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”
- El 26,7%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”
- El 16,7%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”

### NIVEL MEDIOS DE COMUNICACION



**Figura N° 6**

**Comentario:**

El nivel de comunicación en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Calidad de Vida Optima”, obteniendo los siguientes datos:

- El 56,67%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”
- El 16,67%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”<sup>19</sup>

### Tabla N°11 Nivel de Religión

Resultados del Nivel de Religión de la escala de Calidad de Vida

#### NIVEL RELIGION

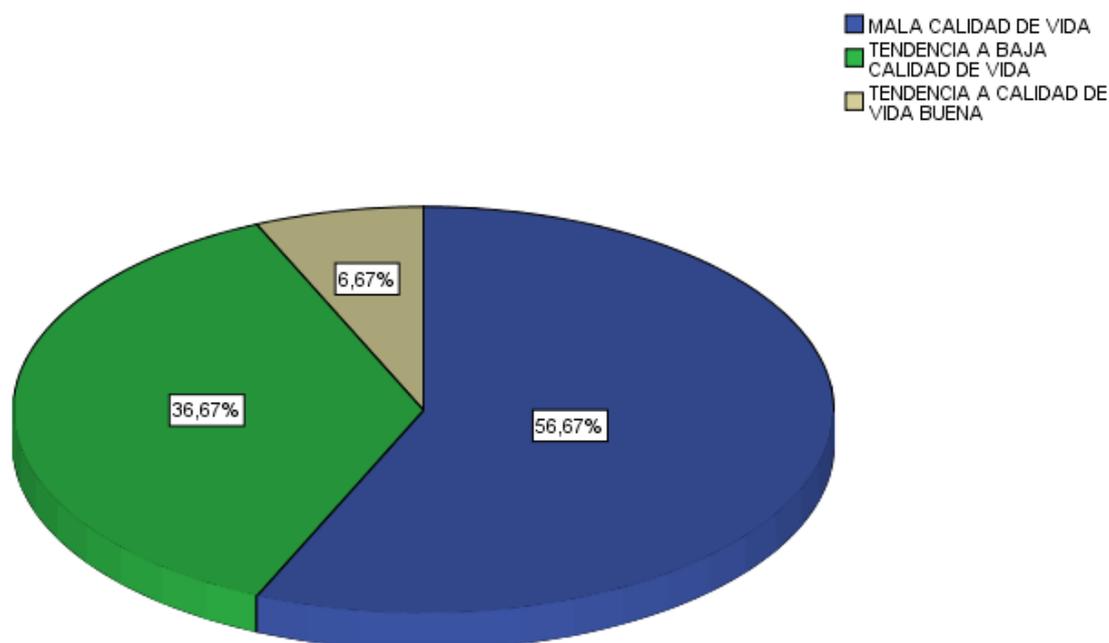
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido MALA CALIDAD DE VIDA	17	56,7	56,7	56,7
TENDENCIA A BAJA CALIDAD DE VIDA	11	36,7	36,7	93,3
TENDENCIA A CALIDAD DE VIDA BUENA	2	6,7	6,7	100,0
Total	30	100,0	100,0	

#### Comentario:

El nivel de religión en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializado en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Mala Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 56,7%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- El 36,7%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- El 6,7%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”

## NIVEL RELIGION



**Figura N° 7**

**Comentario:**

El nivel de religión en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Mala Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes datos:

- El 56,67%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- El 6,67%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”<sup>21</sup>

**Tabla N°12 Nivel de Salud**

Resultados del Nivel de Salud de la escala de Calidad de Vida

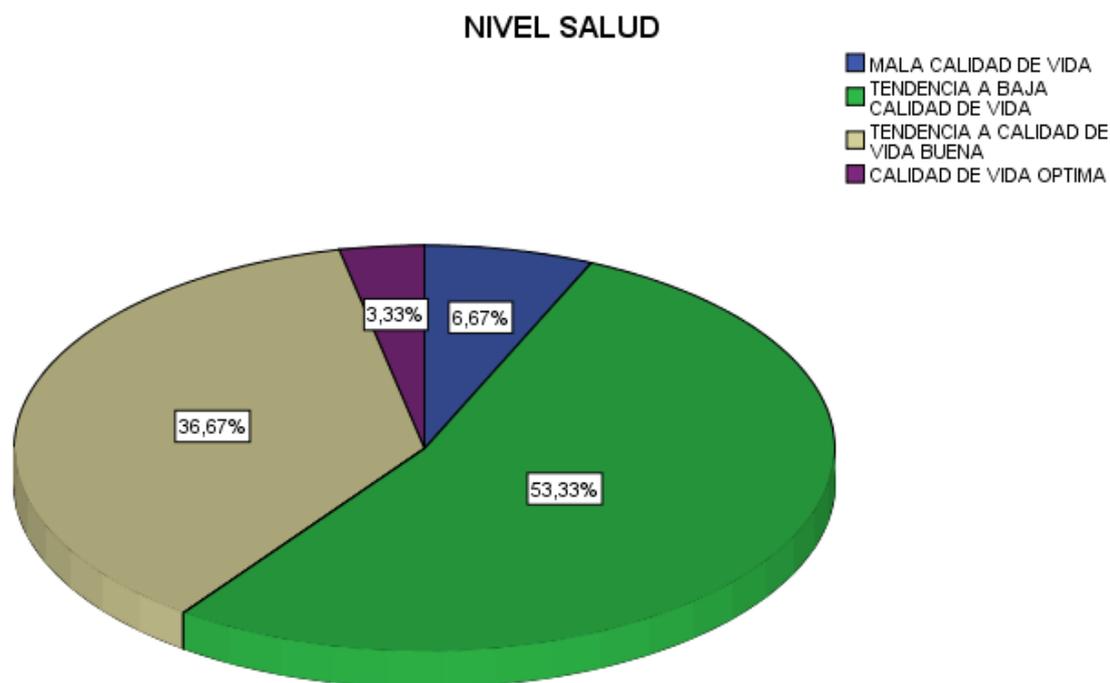
**NIVEL SALUD**

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido MALA CALIDAD DE VIDA	2	6,7	6,7	6,7
TENDENCIA A BAJA CALIDAD DE VIDA	16	53,3	53,3	60,0
TENDENCIA A CALIDAD DE VIDA BUENA	11	36,7	36,7	96,7
CALIDAD DE VIDA OPTIMA	1	3,3	3,3	100,0
Total	30	100,0	100,0	

**Comentario:**

El nivel de salud en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 53,3%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- El 36,7%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”
- El 6,7%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- El 3,3%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”



**Figura N° 8**

**Comentario:**

El nivel de salud en la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho, se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes datos:

- El 53,3%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- El 3,33%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”

### 4.3. Análisis y discusión de los resultados

El presente estudio tuvo como objetivo general determinar el nivel de calidad de vida predominante en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializado en familia en un centro público sede central ubicada en el distrito de San Juan de Lurigancho, contando con 30 padres para la evaluación de la escala de la escala de calidad de vida elaborado por David Olson y Howard Barnes (1982) que evalúa la percepción individual de satisfacción dentro de los dominios de la experiencia vital de los individuos. Obteniendo como resultado un Nivel “Medio” de 73,20% en la Calidad de Vida, indicando que los padres perciben un ambiente familiar inseguro y desconfiable. Por otro lado, se obtiene un 20,0% con una categoría de “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, indicando que perciben un ambiente familiar con carencias económicas, de desarrollo personal y salud.

Comenzando con el análisis, se obtuvo en el objetivo general que las parejas se encuentran en la categoría “mala calidad de vida” con un 80%, en cuanto al primer objetivo específico, este resultado muestra qué a nivel de hogar y bienestar económico, el 60% de las parejas no se encuentran satisfechos con las condiciones de su vivienda, de esta manera las investigaciones nacionales concuerdan con los resultados establecidos pues las manifestaciones psicosociales como expectativas a futuro, situación económica, interacción familiar, entre otros, determinan que la evolución de la enfermedad en los pacientes con VIH/SIDA según Ramirez (2000). De forma crítica, es cierto que cuentan con un hogar, este se ve reflejado de falta de seguridad con respecto a la conformación del hogar, gozar de buenas instalaciones en el hogar o gozar de agua y de luz correctamente. Esto ocasiona que las parejas no puedan satisfacer sus necesidades básicas o tengan la intención de gastar dinero en alguna preferencia personal, puesto que deben priorizar las necesidades del hogar y las expectativas que tienen a futuro son bajas.

En cuanto al segundo objetivo específico, el 53, 33 % de parejas se encuentra en la categoría “mala calidad de vida” pues refieren que la seguridad en la zona de vivienda es altamente peligrosa, presentan dificultades para socializar fácilmente en su comunidad respectiva y presentan mucha escasez para recrear a sus niños en parques o zona de juegos, pues los lugares en donde viven no cuentan con parques en mantenimiento o campos de juego.

Por consiguiente, el tercer objetivo específico ha identificado un resultado positivo encontrándose en la categoría “tendencia a calidad de vida buena” con un 60 % de parejas que manifiestan a través de los resultados tener buena relación con sus hermanos directos e indirectos, así como también la familia en general y con parientes lejanos como abuelos, tíos o primos.

Según la dimensión educación y ocio las parejas se encuentran en un 40% ubicándose en la categoría “tendencia a baja calidad de vida”. Según investigaciones internacionales establecen que el deporte y la calidad de la vida conjugan positivamente pues en la mayoría de los niños de 12 y 14 años concluyen que los hábitos y la continuidad en el deporte u juego generan un cambio de actitud de manera auténtica. De manera crítica, las parejas al momento de querer encontrar una calidad de vida agradable se topan con la realidad en la sociedad, encontrando un bajo rendimiento académico, desmotivación escolar y poco control en la distribución de tiempo para emplear un tiempo de ocio. Por lo tanto, se observa a través de esta dimensión que las parejas buscan un clima agradable para la formación de sus hijos.

También, tenemos a la dimensión medios de comunicación, que ubica a la pareja en la categoría calidad de vida optima con un 60%, las investigaciones nacionales concuerdan con los resultados establecidos donde mantuvieron “calidad de vida óptima” ya que, indica una relación necesaria entre la comunicación de padres y adolescentes según la investigación de Bulness, et. al.(1999) que realiza una indagación en hospitales estatales de Lima, esto quiere decir que cada uno de ellos gozan en amplitud el tiempo que comparten televisión con la familia, o el tiempo que le dedican a los programas de televisión, así como series, cines o periódicos en el día, pues suponemos que las parejas se alimentan de conocimientos de nuestro entorno en el día.

Además de ello, tenemos la dimensión de religión con un 60 % ubicándose en la categoría mala calidad de vida, pues las parejas no gozan de una vida religiosa en familia o de disfrutar de actividades religiosas en la zona donde residen. Como alternativas negativas a esta carencia, podríamos deducir que las parejas desconocen acerca de normas o reglas morales para el bienestar de la convivencia.

Finalmente, la dimensión salud con un 40% ubicándose en la categoría “baja calidad de vida”. Las investigaciones internacionales concuerdan con los resultados establecidos en donde se mantuvieron niveles de “mala calidad de vida”, mostrando la necesidad de involucrarse con el objetivo de intervenir mediante un programa para mejorar el estado emocional y el área familiar que condiciona a más del 80% de la mujer que padece de cáncer de mama a sobresalir de su enfermedad (Ruíz, 2015). Así mismo, esta categoría representa que cada participante se encuentra en desacuerdo pues colocan en riesgo la salud de los parientes o de ellos mismos debido a la desorganización familiar y emocional.

#### 4.4. Conclusiones

- El nivel de calidad de vida total, en las parejas que atraviesan un proceso de conciliación extrajudicial especializada en familia se estima como “mala calidad de vida”.
- El nivel de hogar y bienestar económico, como dimensión en las parejas que atraviesan un proceso de conciliación extrajudicial especializada en familia se estima como “baja calidad de vida”
- El nivel de amigos, vecindario y comunidad, como dimensión en las parejas que atraviesan un proceso de conciliación extrajudicial especializada en familia se estima como “mala calidad de vida”.
- El nivel de vida familiar y familia extensa, como dimensión en las parejas que atraviesan un proceso de conciliación extrajudicial especializada en familia se estima como “calidad de vida buena”.
- El nivel de educación y ocio, como dimensión en las parejas que atraviesan un proceso de conciliación extrajudicial especializada en familia se estima como “tendencia a baja calidad de vida”.
- El nivel de comunicación, como dimensión en las parejas que atraviesan un proceso de conciliación extrajudicial especializada en familia se estima como “calidad de vida óptima”.
- Respecto a la dimensión nivel de religión, como dimensión en las parejas que atraviesan un proceso de conciliación extrajudicial especializada en familia se estima como “mala calidad de vida”.

- El nivel de salud, como dimensión en las parejas que atraviesan un proceso de conciliación extrajudicial especializada en familia se estima como “baja calidad de vida”

#### **4.5. Recomendaciones**

- Se recomienda identificar a los padres que muestren un nivel bajo de Calidad de Vida para realizar una intervención anticipada.
- Fomentar y concientizar al entorno familiar sobre cómo identificar comportamientos que demanden futuros problemas de conductas o problemas de su relación contractual en base a roles parentales.
- Se recomienda diseñar un programa de intervención en la cual participen los padres y/o parejas, para lograr mantener o mejorar la Calidad de Vida en sus menores hijos.
- Fomentar al centro de conciliación la implementación de talleres para padres, como parte extracurricular al proceso de concordancia, donde ejecuten temas como formas de intereses, bienestar emocional.
- Se recomienda además, implementar un área de psicología vinculado a la solución de conflictos, guías para el establecimiento, estrategias de abordaje, afrontamiento y control de impulsos y desarrollo personal.
- Se recomienda a la gran diversidad de conciliadores velar por la integridad de las personas que buscan la solución de sus problemas, ya que es una de las principales causas por la que puede haber conflictos emocionales e inestabilidad. Aportar a la ciencia de la

salud mental, mediante la intervención adecuada asociado con estrategias psicológicas

## **CAPÍTULO V**

### **PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE PREVENCIÓN E**

#### **INTERVENCIÓN**

##### **5.1. Denominación del programa**

“Reestructurando nuestra calidad de vida familiar a través de nuestros acuerdos”

##### **5.2. Justificación del programa**

De acuerdo a los resultados de la investigación sobre calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia, el programa se enfocará en una de las dimensiones evaluadas en las cuales las parejas obtuvieron una baja categoría. Todos y cada uno de ellos han padecido una baja organización a nivel de hogar y bienestar económico, educación, ocio, comunidad, religión y salud, por ende, suelen ser totalmente vulnerables llegando a mostrar en ocasiones una baja comunicación, control de impulsos, autorregulación de temperamentos y disponer adecuadamente de las habilidades sociales.

Por esta razón, los resultados indican una gran necesidad por mejorar la calidad de vida en las parejas, para brindar apoyo oportuno por medio de este programa a las familias con dificultades en el aspecto emocional y de esta forma mejorar la organización de su vivienda, así como llevar a cabo acciones y estrategias vivenciales para que observen el reflejo de su comportamiento, las cuales estarán orientadas a buscar mejoras en el estilo de vida, aprendiendo ejercicios gestálticos para afrontar las problemáticas que surjan y lo apliquen en su rutina de

vida familiar. Ya que, en muchas oportunidades se ha observado que la mayoría de las parejas con sus hijos no existe un adecuado desarrollo psicosocial; además, los vínculos familiares se ven alejados de valores religiosos agregando que en su totalidad son casados por la iglesia católica, también los miembros de la familia no acuden a centros médicos para el bienestar de su salud y la falta de economía afecta sus vínculos parentales debido a la enorme carencia de organización.

Por lo antes, expuesto es que se requiere trabajar con las parejas la correcta manera de constituir su hogar con una apropiada calidad de vida, pues de no hacerlo, podrían enfrentar a futuro debilidades y amenazas en el ambiente familiar que poseen.

### **5.3. Establecimiento de objetivos**

#### **5.3.1. Objetivo general**

Implementar estrategias para mejorar la calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia.

#### **5.3.2. Objetivos específicos**

- Lograr en las parejas un adecuado desarrollo de su comunicación para reparar sus diferencias.
  
- Proponer herramientas gestálticas para que las parejas identifiquen correctamente sus necesidades como padres en la familia.

#### **5.4. Sector al que se dirige**

Sector Clínico: Está dirigido a todas las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializado en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho durante el siguiente año lectivo 2019.

#### **5.5. Establecimiento de conductas problema y conductas meta**

El grupo al cual se dirige el presente programa presenta las siguientes conductas problemas:

- Pocas estrategias para la resolución de sus conflictos.
- Evasión de responsabilidades parentales.
- Desorganización familiar.
- Inestabilidad emocional
- Bajo control de impulsos.
- Poca consistencia en las conductas de afrontamiento

Metas:

- Brindar estrategias para la solución de sus conflictos.
- Asumir la responsabilidad parental.
- Establecer una organización en la familia.

- Proporcionar herramientas para la mejora de sus emociones.
- Manejo de control de impulsos.
- Demostrar habilidades de afrontamiento.

## **5.6. Metodología de la intervención**

La metodología a utilizar será teórica, lúdica, teatral, verbal y sobre todo vivencial con el fin de captar la atención de cada uno de los participantes y el mensaje sea brindando correctamente de acuerdo a los objetivos propuestos. El programa de intervención será realizado de enero a junio del siguiente año lectivo 2019, el cual tendrá 8 sesiones a realizar dos veces al mes y se trabajará con un enfoque gestalt aplicado a parejas, lo cual, se realizará en el mismo centro de conciliación.

## **5.7. Instrumentos y material a utilizar**

El presente programa de intervención titulado “Reestructurando nuestra calidad de vida familiar a través de nuestros acuerdos”. Está dirigido por Solange Alinson Ramos Agüero con el apoyo del personal administrativo, contando con la autorización del Director General. Por lo tanto, se utilizara los siguientes materiales:

- ✓ Proyector multimedia
- ✓ Hojas de trabajo
- ✓ PPT
- ✓ Tarjetas de trabajo

- ✓ Lapiceros
- ✓ Temperas
- ✓ Plásticos
- ✓ Cartulinas
- ✓ Canciones para la sesión
- ✓ Radio
- ✓ Almohadas

## 5.8 Actividades

### PRIMERA SESION

#### Apertura:

Para dar inicio a este programa se procederá a dar una breve explicación sobre la importancia de mantener acuerdos en nuestras familias y con quienes nos rodean. Para ello, se explicará los horarios y días a llevar las sesiones, así como todo el proceso. El desarrollo del programa iniciará con una actividad para ayudar a que las parejas se sientan cómodas y en confianza.

#### Actividad 1: ¿Qué es una Pareja?

#### Objetivos:

- Informar a las parejas sobre las características de una pareja.
- Conocer los motivos por el cual acuden a conciliación.

#### Estrategia:

- Abordaje dialogal
- Expositivo
- Experimento 1

#### Desarrollo:

1. Por parejas se sentaran en la alfombra frente a frente y ambos deberán responder con sus propias respuestas la siguiente frase: ¿Me encuentro aquí por...?
2. Luego, se reunirán todos en grupo observarán un video titulado “El video que ha salvado matrimonios”. Lo cual, relata acerca de las experiencias negativas que suceden en las parejas pero a pesar de ello, las coincidencias de la vida hizo que las parejas retornarán como se encontraron desde un primer momento.

(<https://www.youtube.com/watch?v=FLERYizxdn8>) introductorio a la 1ra Sesión y deberán comentar por qué se encuentran y que esperan del taller.

3. Después se proyectará el concepto de pareja según Salamá y se pedirá una lluvia de ideas de los presentes. Ya que, se espera con esta actividad que vean el concepto y observen el reflejo de su forma de vida y marcar sus relaciones.

Por consiguiente, se proyectara la oración neurótica y la oración gestáltica que se usa en Psicoterapia Gestalt para que las parejas diferencien las necesidades que las personas tienen hoy en día. Además, se les entregará las oraciones (Ver anexo 1) en un ¼ de hoja de color (cartulina) como recurso de material para que lo usen en las próximas sesiones

Finalmente, se realizará el Experimento n°1 que consiste en pedir a la pareja que lea la oración gestáltica en parejas detenidamente de forma alternada con su acompañante como una proclamación. Luego de realizarlo, deberán responder las siguientes preguntas:

- ¿Qué pueden tomar de dicha oración para que su relación de pareja mejore?
- ¿Cómo lo podrían aplicar a sus vidas?

#### **Recursos:**

- Música de fondo
- Video Introductorio
- Multimedia
- Parlantes
- Tarjetas de colores
- PPT
- Multimedia

**Tiempo:** 2 h 30 min

## SEGUNDA SESION

### Actividad 2: Propuesta de vida o filosófica

#### Objetivo:

- Buscar transmitir la actitud gestáltica a través de los recursos brindados

#### Estrategia:

- Expositivo
- Abordaje dialogal
- Experimento 2

#### Desarrollo:

1. Se transmitirá a las parejas mediante el proyector las 5 propuestas de vida siguientes:
  - Contacto y autenticidad
  - Autorregulación orgásmica
  - Responsabilidad
  - Auto apoyo vs apoyo externo
  - Vivir aquí y ahora en mi relación.
2. Luego de ello, se sentarán en parejas y se responderán mutuamente las siguientes preguntas:
  - ¿Qué sientes en este momento?
  - ¿Qué necesitas en este momento?
  - ¿Cómo haces para sentirte así o quedarte en este lugar?
  - ¿cómo podrías elegir decir o hacer?
  - ¿De qué te das cuenta, que recurso aprendiste hoy?
  - ¿Qué es lo que aprendiste y que es lo que aun necesitas aprender o resolver, que te llevas a tu vida?
  - ¿Qué evitas?

3. Se invitará a que las parejas realicen el Experimento n° 2 que consta en que las parejas escuchen una melodía tomada por David Solís titulada “river flows” que a través del piano trasmite conectarse con las emociones y recordarlas en base a nuestras experiencias. ([https://www.youtube.com/watch?v=ALShmVdFW\\_g&t=225s](https://www.youtube.com/watch?v=ALShmVdFW_g&t=225s)) de pie y ambos se reconozcan partes del rostro. Se le invita a la pareja que recuerde en su mente situaciones de conflicto que hayan pasado.
  
4. Finalmente, cada pareja compartirá en forma grupal que sintió al realizar el experimento y responder a la siguiente pregunta:
  - ¿Qué propuesta de vida indicada le cuesta sostener?
  - ¿Qué propuesta de vida indicada puede sostener con facilidad?

**Recursos:**

- PPT
- Proyector
- Música de Fondo
- Almohadas

**Tiempo:** 2 h 30 min

## TERCERA SESION

### Actividad 3: Autoconocimiento en mi relación de pareja

#### Objetivo:

- Mejorar la comunicación y expresión emocional.

#### Estrategia:

- Ejercicios vivenciales
- Experimento 3

#### Desarrollo:

1. Se brindará y explicará las siguientes Pautas Lingüísticas:
  - Hablar en primera persona
  - Hablar en presente
  - Evitar generalizaciones y minimizaciones
  - Evitar juzgar, explorar el sentir vs pensar
  - Quiero vs poder
  - Utilizar frases yo siento - yo necesito
  - Critique la acción no la persona
  - Dialogo yo - tú.
2. Posteriormente, se brindará estas preguntas que trabajaran en parejas y responderán en base a lo que sienten.
  - ¿Qué es aquello que no muestras a tu pareja?
  - De todo, ¿Que es aquello que no muestra y debilita tu relación?
3. Luego, las parejas van a desarrollar en una hoja las siguientes frases incompletas y luego de ello deberán invertir las palabras de “mama” o “papá” por “pareja” Completa la siguiente frase en pareja:
  - Lo que necesito recibir de ti y no lo tengo es: ..... y eso me hace sentir.....
  - Por la culpa de mi pareja yo.....

- Completa las siguientes frases:
- Lo que necesité de mi padre recibir es ...
- Lo que necesite de mi madre recibir es...
- Lo que me hizo falta de niño (a) fue...
- Lo que más necesitó mi corazón de niño (a)...

4. Finalmente las parejas van a compartir.

- ¿Qué se dan cuenta?
- ¿Se parece lo que esperaban de sus padres a lo que esperan de sus parejas?

Para ello es necesario explicarles a las parejas que ellos pueden asistirse dichas carencias como parejas según sus límites, indicar la diferencia entre solicitar y exigir.

5. Al retirarse, se les entregará una lectura de Albert Ellis (Ver anexo 2).  
Acerca del amor.

**Recursos:**

- PPT
- Proyector
- Musica de Fondo
- Almohadas
- Hoja de Aplicación (Lectura).
- Copias

**Tiempo:** 2 h y 30 min

## CUARTA SESION

### Actividad 4: Áreas de una Pareja

**Objetivo:** Identificar las áreas débiles de una pareja y conocer el los puntos críticos que intervienen.

### Estrategia:

- Expositivo
- Ejercicio vivencial
- Abordaje con arte

### Desarrollo:

1. Se mostrará a todos de manera grupal las áreas de la pareja considerando lo siguiente: Área afectiva, área social, área sexual y área de proyectos en común.
2. Responder a la siguiente pregunta y compartir:
  - ¿Qué pasa si solo hay área afectiva o sexual o proyectos en común?
3. Observar los casos de parejas que se relacionen según las áreas mostrando una debilidad. Después de ello analizar el video (<https://www.youtube.com/watch?v=dzK871PEdOU>) de forma grupal a través de una lluvia de ideas.
4. Revisión del Análisis de Lectura de la Semana anterior.
5. Finalmente de forma individual se entregarán unas cartulinas A4 y deberán dibujar con diferentes temperas de colores su relación de pareja o padres en la actualidad. Y compartir.

### Recursos:

- PPT

- Videos de Casos
- Proyector
- Parlantes
- Cartulinas
- Temperas de colores
- Pincel

**Tiempo: 2 h 30 min**

## QUINTA SESION

**Actividad 5:** Proceso de elección de parejas.

**Objetivo:**

- Plantear una al cónyuge una nueva forma de mirar la felicidad y satisfacción de necesidades.

**Estrategias:**

- Expositivo
- Juego de Roles
- Experimento 4

**Desarrollo:**

1. Dar a conocer los tipos de Procesos de elección de parejas:
  - Pareja que se une por necesidades deficitarias
  - Pareja que se une por necesidades funcionales
  - Pareja que se une por necesidades existenciales
2. Luego de ello, de forma individual responderán a la hoja aplicativa que contiene frases incompletas que son las siguientes:
  - Lo que me hizo falta recibir de mi padre es..
  - Lo que me hizo falta recibir de mi madre es..
  - Cuando fui niño me hizo falta de mi padre es..
  - Cuando fui niño me hizo falta de mi madre es.
  - Después, se les pide que escriban lo que necesito de mi pareja es... y así hasta culminar con las preguntas anteriores nuevamente cambiando la consigna.
4. Después, realizarán el experimento n°4 denominado juego de roles que consiste en dar afecto y amor al cónyuge. Para esto la persona A dará afecto y amor y la persona B recibirá todo el afecto brindado por A, durante un tiempo de tres minutos.

Cuando pasa el tiempo pactado, se les pide que se observen como les fue dar y recibir de dicha forma.

Luego se les pide cambio de roles.

5. Por último, se les pide que compartan las siguientes preguntas:

- ¿Qué se dieron cuenta de la experiencia?
- ¿Deseaban dar más o menos?
- ¿Cómo se sintió dar de dicha manera?
- Deseaban recibir más o menos?
- ¿Cómo se sintió recibir de dicha manera?

**Recursos:**

- PPT
- Proyector
- Música de fondo
- Almohadas
- Hoja de aplicación

**Tiempo:** 2h 30 min

## SEXTA SESION

### Actividad 6: Mecanismos interruptores del contacto

#### Objetivo:

- Identificar los bloqueos o resistencias en la pareja.

#### Estrategia:

- Expositivo
- Experimento 5
- Abordaje verbal

#### Desarrollo:

1. Se explicara mediante el proyector a las parejas los tipos de mecanismos neuróticos que suceden comúnmente los cuales son los siguientes:
  - Desensibilizacion – No siento
  - Introyeccion – Debería o tengo
  - Proyeccion – Por tu culpa
  - Retroflexion – Me aguanto
  - Deflexion – Lo evito
  - Confluencia – Como tú digas
2. Después de ello, realizaran un ejercicio vivencial de forma individual que consiste en que cada persona realice una relación de 8 acciones de todo aquello que siente que por culpa de tu pareja te afecta.
  - Me siento incomoda por que el .....Luego se le invita a la pareja que reflexione como participa en dicha situación. Y se le pregunta:
  - ¿Cómo participas para que esto suceda?
  - ¿Qué puedes elegir tu hacer?Dado este ejercicio, se les invita a hacer ver en la pareja la participación de ambos en lo que les sucede.

3. Finalmente, se realizará un ejercicio en base a consignas. Para ello cada persona se le entregará esta hoja de aplicación.

Has una relación de todo aquello que no te gusta de tu pareja

- ✓ .
- ✓ .
- ✓ .
- ✓ .
- ✓ .
- ✓ .
- ✓ .

Luego se le invita a que lo diga en primera persona... Lo que yo a veces soy e ser soberbio... soy de dar quejas.. etc.

Responder las siguientes preguntas:

- Que te das cuenta?
- ¿Quién también posee estos rasgos?
- ¿Lo que te disgusta es solo lo de ella o lo que también no te gusta de ti?

**Recursos:**

- PPT
- Proyector
- Música de Fondo
- Almohadas
- Hoja de Aplicación

**Tiempo:** 2h 30 min

## SEPTIMA SESION

### Actividad 7: Polaridades en la Pareja

#### Objetivos:

- Ampliar la consciencia
- Analizar aquello que aceptamos y rechazamos, aquello que existe como energía en nosotros.

#### Estrategias:

- Abordaje verbal
- Experimento 6

#### Desarrollo:

1. Se pretende explicar a las parejas el significado de la palabra polaridad y que sucede cuando se percibe a un ser y el resto del universo.
2. Exponer acerca de los niveles de integración de las polaridades para que la pareja tenga como objetivo integrar esa polaridad en sombra, dándonos cuenta que existe y darle una utilidad a sus propias vidas.
  - Opuestos Antagónicos
  - Opuestos proporcionados
  - Opuestos complementarios
  - Opuestos integrados
3. Se realizara un abordaje verbal contando con las siguientes preguntas:
  - ¿Qué te hace diferente a él?
  - ¿Fíjate si a veces aquello que te desagrada del otro tu también lo tienes?
  - ¿Qué beneficio tiene cada rasgo? ¿En qué situaciones te puede ser útil ese rasgo? ¿En qué situaciones no te serviría?
  - ¿Qué sería de ti si no existiría el rasgo opuesto?
  - ¿Qué puedes enseñarle de ti a él y de tu pareja a ti?

- ¿Cómo podrían convivir juntos sin negarse lo que son, sino complementarse?

**Recursos:**

- Proyector
- Lapiceros
- Hojas
- Musica de fondo
- Parlantes
- PPT

**Tiempo: 2 h y 30 min**

## OCTAVA SESION

### **Actividad 8:** Ciclo de satisfacción de necesidades en la pareja

#### **Objetivo:**

- Tomar conciencia de la necesidad del proceso de autorregulación.

#### **Estrategias:**

- **Abordaje verbal**
- **Expositivo**

#### **Desarrollo:**

1. Se le explica a las parejas las fases del ciclo de satisfacción de necesidades, los cuales son:
  - Reposo I
  - Sensación
  - Formación de figura
  - Energetización
  - Acción
  - Contacto
  - Reposo II
2. Se les indica a la pareja la importancia de conocer ese ciclo de satisfacción, llamado también ciclo del aprendizaje que se encarga del proceso de autorregulación. Para ello, se les entregará un ejemplo y posteriormente deberán completar en la ficha de trabajo (Ver anexo 3) una necesidad que ellos tuvieron.
3. Después, se les invitará a las parejas a que realicen en parejas el siguiente abordaje verbal:

- Sensación: ¿Qué sensación corporal registras?
- Toma de conciencia: ¿Esa sensación corporal con que emoción te conecta? ¿Qué registras que necesitas?
- Energización: Dejar fluir la emoción y seguir sintiendo ello.
- Acción: ¿Qué acción o palabras necesitas realizar o recibir con tu pareja?
- Contacto: Permítete hacerlo en el presente. Aquí está tu pareja.
- Retirada: Fíjate si es suficiente. Cuando sientas que es suficiente me avisas.

4. Finalmente, cada pareja deberá hablar acerca del tema por el que acudieron al centro de conciliación y deberán llegar a un acuerdo aplicando las estrategias de las sesiones trabajadas.

**Recursos:**

- Proyector
- PPT
- Parlante
- Lapiceros

**Tiempo:** 2h y 30 min

## Referencias bibliográficas

Cantón & Sánchez (1997). Deporte y Calidad de Vida: Motivos y Actitudes en una muestra de Jóvenes Valencianos. *Revista de Psicología del Deporte*. Vol 12. pág. 119-135. Recuperado de: <https://www.rpd-online.com/article/view/459>

Charúa et. al. (2011). Calidad de vida del paciente ostomizado. *Redalyc*. Vol 1. Pag 149-155. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=66221099008>

F, Guillen, Castro y M, Guillen (2003). Calidad de vida salud y ejercicio. Físico: Una aproximación al tema desde una perspectiva psicosocial. *Revista Deporte Salud y Calidad de vida*. Vol 1. Pag. 91-110. Recuperado de: <https://www.rpd-online.com/article/view/461/451>

Grimaldo (2010) Calidad de Vida y Perfiles emocionales en estudiantes universitarios de Lima. *Revistas científicas Javeriana*. Vol. 8. Pág. 1-23. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/801/80115648003.pdf>

Iraurgi y Casas. (1999). *Calidad de Vida relacionada con la salud en usuarios de un programa de metadona*. *Revista Española de Drogodependencia*. Vol. 24 (2). Pag. 131-147. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5428003&orden=1&info=link>

McNeil (1975) *La Naturaleza de la Agresión*. Fondo de Cultura económica. México

Mimps (2010). Dificultades para la Prevención y Atención de la Violencia Familiar y Sexual en las Mujeres Adolescentes y Jóvenes de la Etnia Shipibo Conibo del Distrito de Yarinacocha. Programa Integral de Lucha Contra la Violencia Familiar y Sexual. Vol. 2. Pág. 4-60. Recuperado de: <https://www.repositoriopncvfs.pe/wp-content/uploads/2016/09/Trabajo-de-investigacion-Dificultades-para-Prevencion-y-At.pdf>

MINJUS (2015) Conflicto y Resolución. *Manual de Conciliación extrajudicial*. Vol. 1. Pág. 2-214. Recuperado de: <https://www.minjus.gob.pe/wp-content/uploads/2017/03/Manual-b%C3%A1sico-de-conciliaci%C3%B3n-extrajudicial-CEJDH.pdf>

ONU. (1948). La Declaración Universal de Derechos Humanos. Sesión Plenaria. Vol. 1. Pág. 34-37. Recuperado de: [https://undocs.org/es/A/RES/217\(III\)](https://undocs.org/es/A/RES/217(III))

Pérez de Cabral, C. (1992). *La Calidad de Vida de la Persona*. República Dominicana: PUCMIM

Perls (1979). *El enfoque de una terapia gestáltica*. Amorrortu Editores. Buenos Aires.

RAE (1993). Real academia española. Recuperado de <http://www.rae.es/>

Ramírez (2000). Significado de calidad de vida de los pacientes con VIH/SIDA que acuden al servicio ambulatorio. Repositorio Universidad Peruana Cayetano Heredia.

Ruiz, P. (2015) *Estudio sobre la calidad de vida en mujeres supervivientes al cáncer de mama*. Repositorio Universidad de Murcia.

Salama y Villarreal (1998) El enfoque Gestalt. Una Psicoterapia Humanista". Manual Moderno. México.

Sánchez, E (2014) *Salud Sexual y Calidad de Vida en personas con Traumatismo craneoencefálico moderado* Repositorio Universidad de Barcelona, Espada.

Schalock y Verdugo (2003). *Manual de aplicación de la escala GENCAT de calidad de vida*. Barcelona: Departamento de Accion Social y Ciudadanía de la Generalidad de Catalunya.

**CALIDAD DE VIDA EN LAS PAREJAS QUE ATRAVIESAN UNA CONCILIACIÓN EXTRAJUDICIAL ESPECIALIZADA EN FAMILIA EN UN CENTRO PÚBLICO DEL DISTRITO DE SAN JUAN DE LURIGANCHO**

<b>PROBLEMA GENERAL</b>	<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<b>VARIABLE</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>TIPO</b>	<b>INSTRUMENTO</b>
¿Cuál es el nivel de calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho?	Determinar el nivel de calidad de vida en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho	CALIDAD DE VIDA	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Bienestar económico</li> <li>-Amigos, vecindario y comunidad</li> <li>-Vida familiar y familia extensa</li> <li>-Educación y ocio</li> <li>-Medios de comunicación</li> <li>-Religión</li> <li>-Salud</li> </ul>	<p>No experimental cuantitativo descriptivo</p> <hr/> <p align="center"><b>NIVEL</b></p>	<p>ESCALA DE CALIDAD DE VIDA</p> <p>Autor: Olson &amp; Barnes (1982)</p> <p>Procedencia: Lima – Perú</p>

ESPECIFICOS	ESPECIFICOS			Aplicado	Ámbito de aplicación: Sector Clínico
¿Cuál es el nivel del hogar y bienestar económico en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho?	Identificar el nivel del hogar y bienestar económico en las parejas que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro público del distrito de San Juan de Lurigancho.			<b>DISEÑO</b>	
				No experimental	

**Anexo 1:** Matriz de consistencia

## Anexo 2: Carta de Presentación al Centro de Conciliación Extrajudicial



# Universidad Inca Garcilaso de la Vega

**Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas**

Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 31 de octubre del 2018

Carta N° 2569-2018-DFPTS

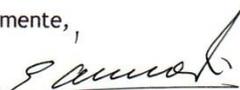
Señor

**MARCO ANTONIO VILLAVICENCIO PÉREZ**  
**DIRECTOR**  
**CENTRO DE CONCILIACIÓN EXTRAJUDICIAL**  
**ESPECIALIZADO DE FAMILIA "JUSTICIA Y PAZ"**  
Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señorita **Solange Alinson RAMOS AGUERO**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 73-1489930, quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

Agradezco la atención a la presente carta y renuevo mis cordiales saludos.

Atentamente,


Dr. RAMIRO GÓMEZ SALAS  
Decano (e)  
Facultad de Psicología y Trabajo Social

RGS/erh  
Id. 980906

  
Marco Antonio Villavicencio Pérez  
DIRECTOR

RECIBIDO: 10/09/2018.

Av. Petit Thouars 248, Lima  
Teléfonos: 433 1615 / 433 2795 Anexo: 3304  
E-mail: psic-soc@uigv.edu.pe

**Anexo 3:** Escala de calidad de Vida

ESCALA

Nombre: .....

Edad: ..... Año de Estudios.....

Centro Educativo: .....

Fecha: .....

A continuación te presentaremos oraciones referidas a diferentes aspectos de tu vida. Lee cada una de ellas y marca la alternativa que consideres conveniente. Recuerda que no hay respuestas correctas, ni incorrectas.

Que tan Satisfecho estás con:	ESCALA DE RESPUESTAS				
	1 Insatisfecho	2 Un poco satisfecho	3 Más o menos Satisfecho	4 Bastante Satisfecho	5 Completamente Satisfecho
<b>HOGAR Y BIENESTAR ECONOMICO</b>					
1.Tus actuales condiciones de vivienda					
2.Tus responsabilidades en la casa					
3.La capacidad de tu familia para satisfacer tus necesidades básicas					
4.La capacidad de tu familia para darte lujos					
5.La cantidad de dinero que tienes para gastar					
<b>AMIGOS, VECINDARIO Y COMUNIDAD</b>					
6.Tus amigos					
7.Las facilidades para hacer compras en tu comunidad					

8.La seguridad en tu comunidad					
9.Las facilidades para recreación (parque, campos de juegos, etc.)					
<b>VIDA FAMILIAR Y FAMILIA EXTENSA</b>					
10.Tu familia					
11.Tus hermanos					
12.El número de hijos en tu familia					
13.Tu relación con tus parientes (abuelos, tios, primos...)					
<b>EDUCACION Y OCIO</b>					
14.Tu actual situación escolar					
15.El tiempo libre que tienes					
16.La forma como usas tu tiempo libre					
<b>MEDIOS DE COMUNICACIÓN</b>					
17.La cantidad de tiempo que los miembros de tu familia pasan viendo televisión					
18.Calidad de los programas de televisión					

19. Calidad de cine					
20. La calidad de periódicos y revistas					
<b>RELIGION</b>					
21. La vida religiosa de tu familia					
22. La vida religiosa de tu comunidad					
<b>SALUD</b>					
23. Tu propia salud					
24. La salud de otros miembros de la familia					

## Anexo 4: Resultado de la aprobación de la tesis por el asesor

The screenshot shows a Gmail interface with the following elements:

- Address Bar:** <https://mail.google.com/mail/u/0/#inbox/KtbxLjhzfNmDpdKsqFFQQCgHjWQNCJJQV>
- Search Bar:** "Buscar mensaje"
- Left Sidebar (Navigation):**
  - Redactar
  - Recibidos (2.017)
  - Destacados
  - Pospuestos
  - Importantes
  - Enviados
  - Borradores (57)
  - Categorías
  - Social (23.101)
  - Notificaciones (1.814)
    - Foros
  - Promociones (1.628)
  - [imap]/Sent
  - [imap]/Trash (145)
  - Notes
  - Unwanted
  - Más
- Main Content Area:**
  - Header: "APROBACIÓN PARA TESIS-RAMOS" (Recibidos x)
  - From: Solange Ramos Agüero (lun., 26 nov. 17:14 (hace 15 horas))
  - To: Fernando Ramos (para mí) (5:04 (hace 3 horas))
  - Subject: **SU TESIS ESTA APROBADA**
  - Text: *Mg. Fernando Ramos Ramos*
  - Body: Observaciones: le falta colocar numeración a los índices, los antecedentes internacionales y nacionales del marco teórico son tesis y deben ser cinco tesis internacionales y cinco nacionales de los últimos cinco años. Le falta colocar el baremo de la prueba en el tercer capítulo, en los anexos hay documentación conciliatoria que debe estar???
  - Footer: El lun., 26 nov. 2018 a las 17:15, Solange Ramos Agüero (<solangelramos13@gmail.com>) escribió:



## Plagiarism Checker X Originality Report

**Similarity Found: 16%**

Date: martes, Noviembre 27, 2018

Statistics: 2414 words Plagiarized / 15132 Total words

Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

---

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y  
TRABAJO SOCIAL Trabajo de Suficiencia Profesional Calidad de vida en las parejas  
que atraviesan una conciliación extrajudicial especializada en familia en un centro  
público del distrito de San Juan de Lurigancho Para optar el Título Profesional de  
Licenciada en Psicología Presentado por: Autora: Bachiller Solange Alinson Ramos  
Aguero Lima-Perú 2018 DEDICATORIA A mi amado Jesús, por bendecirme con  
sabiduría, vehemencia y constancia en toda mi carrera.

A mi adorada y hermosa madre, por ser mi guía tan perfecta y haberme impulsado  
a seguir de pie para ser una excelente profesional como ella. A mi hermano  
Robinson Q.E.P.D por su gran ausencia que me hace falta, pero que se transformó  
en motivación para cumplir todo lo obtenido. A mi hermana Rosario por su grata  
compañía. A mi mamita Emma por la protección y acompañamiento fiel de todo mi  
crecimiento hasta el día de hoy.

AGRADECIMIENTO Al Mg. Fernando Ramos Ramos, en calidad de asesor de mi  
tesis de Psicología por su disposición, intervención y aprobación continua, hasta  
culminar el presente trabajo. Mi sincero y eterno reconocimiento a los directivos,  
parejas participantes del Centro Público del distrito mencionado por su gran apoyo  
y colaboración.

A mi asesora, Lic. Doris Agüero Villanueva eterna compañera de vida quién  
deposita en mi sus más grandes proyectos con tan ansiados resultados. Por su  
valiosa representación en mis actividades académicas y orientar este valioso

## Anexo 6: Fichas del programa de intervención

### Oración Gestáltica en Parejas

Yo soy yo, tú eres tú.

Yo conozco tus cualidades, debilidades  
carencias y miedos así como tú conoces los  
míos. Tú eres tú, yo soy yo.

Yo no estoy aquí para cumplir tus expectativas,  
por amor te ofreceré a ti lo que está dentro de  
mis límites sin exigirme. Ni tú estás aquí para  
cumplir mis expectativas, tomo con amor lo  
que me brindas respetando tus límites, sin  
exigirte. Si coincidimos en este encuentro, que  
maravilloso. Si no coincidimos cada uno sigue  
su camino, tomando lo nutritivo de nuestra  
relación como un aprendizaje.

### Oración Neurótica en Parejas

Yo no sé quién soy, pero sé quién eres tú. Yo  
estoy aquí para cumplir tus expectativas, sin  
importarme a mí mismo y mis límites. Y tú  
estás aquí para cumplir mis expectativas, si o  
si sin importarme tú y tus límites. Si  
coincidimos en este encuentro, algo raro  
sucede, algo no está bien. Si no coincidimos,  
igual seguimos juntos viviendo día a día  
aunque no nos gusta a los dos.

