



## **ESCUELA DE POSGRADO**

### **TESIS**

# **PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEL AMOR CONCRETO EN PERSONAL MILITAR VOLUNTARIO DE UNA INSTITUCIÓN CASTRENSE**

## **PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO EN MAESTRA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

### **Autora:**

**Bach. Rivera Figueroa, Liliana Isabel**

### **ORCID:**

**[https://orcid.org/ 0000-0003-3541-4513](https://orcid.org/0000-0003-3541-4513)**

### **Asesor:**

**Dr. Callejas Torres, Juan Carlos**

### **ORCID:**

**[https://orcid.org/ 0000-0001-8919-1322](https://orcid.org/0000-0001-8919-1322)**

### **Línea de Investigación:**

**Calidad de vida, promoción de la salud del individuo y la  
comunidad para el desarrollo de la sociedad.**

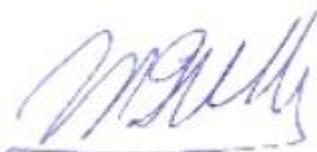
### **Sublínea de Investigación:**

**Acceso y cobertura de los sistemas de atención sanitaria.**

**Pimentel – Perú**

**PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL PARA EL DESARROLLO DE LA  
ACTIVIDAD DEL AMOR CONCRETO EN PERSONAL MILITAR VOLUNTARIO DE  
UNA INSTITUCIÓN CASTRENSE**

**APROBACIÓN DE LA TESIS**



---

Mg. Gallerdo Vela Mario Alberto  
**Presidente del jurado de tesis**



---

Mg. Perez Martinto Pedro Carlos  
**Secretario del jurado de tesis**



---

Mg. Jaramillo Arica Pedro Segundo  
**Vocal del jurado de tesis**



Universidad  
Señor de Sipán

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quien suscribe la DECLARACIÓN JURADA, soy **egresada** del Programa de Estudios de **Maestría en Psicología Clínica** de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaro (amos) bajo juramento que soy autor del trabajo titulado:

**Programa Cognitivo Conductual para el desarrollo de la Actividad del Amor Concreto en personal militar voluntario de una institución castrense**

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán, conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación con las citas y referencias bibliográficas, respetando el derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y auténtico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Rivera Figueroa, Liliana Isabel.	DNI: 72086650	
----------------------------------	---------------	---

Lambayeque, 08 de mayo de 2024.

# REPORTE DE SIMILITUD TURNITIN



## 19% Similitud general

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

### Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

### Fuentes principales

- 18%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 8%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

### Marcas de integridad

#### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

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

## ÍNDICE GENERAL

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD .....	iii
REPORTE TURNITIN.....	iv
ÍNDICE DE TABLA .....	vii
ÍNDICE DE FIGURAS .....	viii
DEDICATORIA.....	ix
AGRADECIMIENTO .....	x
RESUMEN.....	xi
ABSTRACT .....	xii
I. INTRODUCCIÓN .....	13
2.1. Realidad problemática.....	13
2.2. Formulación del Problema.....	17
2.3. Justificación e importancia del estudio .....	17
2.4. Objetivos .....	18
2.4.1. Objetivos General.....	18
2.4.2. Objetivos Específicos .....	18
2.5. Hipótesis .....	19
II. MARCO TEÓRICO .....	19
2.1. Trabajos previos .....	19
2.2. Teorías relacionadas al tema.....	23
2.2.1. Características del objeto y campo de la dinámica cognitivo conductual .....	23
2.2.2. Teorías relacionadas al objeto de investigación.....	25
2.2.3. Evaluación epistemológica del proceso cognitivo conductual .....	27
2.2.4. Programa cognitivo conductual .....	31
2.2.5. Actividad del amor concreto .....	32
2.3. Marco Conceptual.....	35
III. MÉTODO .....	36
3.1. Tipo y Diseño de Investigación .....	37
3.2. Variables, Operacionalización .....	37
3.3. Población, muestreo y muestra .....	39
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.....	39
3.2. Procedimientos de análisis de datos.....	40
3.3. Criterios éticos .....	41
3.4. Criterios de Rigor científico.....	41
IV. RESULTADOS .....	42
V. DISCUSION .....	44

VI. APOORTE DE LA INVESTIGACIÓN .....	46
6.1. Fundamentación del aporte práctico .....	46
6.2. Construcción del aporte práctico.....	46
VII. CORROBORACIÓN DE RESULTADOS .....	73
VIII. CONCLUSIONES.....	76
IX. RECOMENDACIONES .....	77
REFERENCIAS .....	78
ANEXOS .....	87

## ÍNDICE DE TABLA

Tabla 1 .....	30
Tabla 2 .....	42
Tabla 3 .....	43
Tabla 4 .....	73
Tabla 5 .....	73
Tabla 6 .....	74
Tabla 7 .....	74
Tabla 8 .....	75

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.....	42
Figura 2.....	43



## **Dedicatoria**

La presente tesis se la dedico a Dios, puesto que gracias a él he logrado concluir exitosamente este peldaño en mi vida profesional.

Así también, se la dedico a mis padres, debido a que sin su apoyo no lo habría logrado, debido a que ellos siempre han estado presente brindado su apoyo de todas las maneras posibles.

***Rivera Figueroa Liliana Isabel***

### **Agradecimiento**

Agradezco a Dios por darme la oportunidad de tan increíbles experiencias, a mi familia por brindarme la oportunidad de continuar con mi formación profesional y su apoyo incondicional, a mis amigos que siempre fueron un apoyo emocional en este camino, y a las grandes personas que conocí en el transcurso de esta maestría y que fueron factores influyentes para que todo sea posible.

Así también un agradecimiento especial para los asesores que fueron un apoyo fundamental para direccionar esta investigación.

Les agradezco mucho.

## RESUMEN

La presente investigación se desarrolló con la finalidad de Aplicar un programa terapéutico con enfoque cognitivo-conductual para el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense. Fue un estudio de enfoque mixto, descriptiva, explicativo, proyectivo, no experimental (pre experimento). Se contó con una muestra de 30 jóvenes que pertenecen al personal militar voluntario, a quienes se le aplicó la escala de actividad del amor concreto ACC creada por Rodas y Molina (2012), para determinar el diagnóstico actual. Se evidencio que el 43% de los encuestados se ubican en un nivel bajo de desarrollo de actividad de amor concreto y en lo que respecta las dimensiones, el 53% exhibe niveles bajos de intimidad, 50% niveles bajos de compatibilidad y el 53,3% nivel bajo de proyectividad. Dentro de los resultados inferenciales, después de aplicar el programa cognitivo conductual, se observa diferencias significativas entre pre y post test, mediante la prueba de Wilconxon 2.479\* y un nivel de significancia  $p < 0.05$ . Se concluye que el programa aplicado de 12 sesiones ha tenido un impacto positivo en el desarrollo de habilidades de actividad de amor concreto en el personal militar voluntario.

**Palabras clave:** actividad del amor concreto, proceso cognitivo conductual, programa.

## **ABSTRACT**

The present research was developed with the purpose of applying a therapeutic program with a cognitive-behavioral approach for the development of the activity of concrete love in volunteer military personnel of a military institution. It was a study with a mixed approach, descriptive, explanatory, projective, non-experimental (pre-experiment). There was a sample of 30 young people who belong to volunteer military personnel, to whom the ACC concrete love activity scale created by Rodas and Molina (2012) was applied to determine the current diagnosis. It was evident that 43% of those surveyed are located at a low level of development of concrete love activity and with regard to the dimensions, 53% exhibit low levels of intimacy, 50% low levels of compatibility and 53.3 % low level of projectivity. Within the inferential results, after applying the cognitive behavioral program, significant differences are observed between pre and post test, using the Wilconxon test 2.479\* and a significance level  $p < 0.05$ . It is concluded that the 12-session applied program has had a positive impact on the development of concrete love activity skills in volunteer military personnel

**Keywords:** Concrete love activity, cognitive behavioral process, program.

## I. INTRODUCCIÓN

### 2.1. Realidad problemática

Las manifestaciones de amor en las parejas son parte sustancial de la vigencia de la misma, representa el sentir compartido dentro del sistema conyugal y, tiene sus propias estructuras y elementos que permiten un vínculo íntimo entre dos personas, estos mismos elementos en el último año se han visto influenciado por factores externos que han llevado a que las parejas tengan expresiones de amor distintas, debido a la pandemia de la covid-19, cuyos efectos adversos aumentan las vulnerabilidades individuales como la intimidad, apego, inseguridad, síntomas psicológicos, también, aumentan procesos dañinos como hostilidad, retraimiento y poca receptividad en el apoyo del medio. Estos factores externos han llevado a que las parejas tengan expresiones de amor diferentes a las habituales. Es posible que algunas parejas hayan tenido que adaptarse a nuevas formas de demostrar su amor, como a través de gestos pequeños pero significativos, comunicación constante y apoyo emocional mutuo (Pietromonaco y Overall, 2021).

El amor se entiende como algo concreto, es decir, son todas las acciones que procura una persona para aumentar y/o mermar el amor hacia otra/o (Molina, 2021), dichas expresiones de amor se construyen en la sociedad y, en los últimos años han sufrido cambios sobre cómo deben ser externalizados e incluso el tipo de amor que las parejas procuran demostrar, dando énfasis en lo romántico, compromiso, intimidad y la pasión (Soriano et al., 2021) buscando con el paso de los años consolidar el amor hacia el tipo compasivo, al que se enfrentan todas las parejas con el paso de los años, en el que, al llegar a la senectud deberán desempeñar funciones de cuidado (Kahana et al., 2021).

Aunque las expresiones de amor pueden variar según el tipo o estilo característico de cada persona, es común que exista una tendencia hacia acciones de amor idealizado y romántico, dejando en segundo plano los aspectos pasionales y sexuales, los cuales suelen asociarse más al ámbito de la sexualidad. Este fenómeno ocurre con mayor frecuencia en personas jóvenes (Karandashev, 2019), sin embargo, todas las parejas que se profesan amor usan el obsequio como una forma de expresión de sus sentimientos, aunque, estos obsequios se relacionen con el estilo de amor que se tiene (Guzman, 2021)

En base a lo anterior, se entiende que el amor si se ha visto alterado, entre tantos estudios, se ha encontrado que los efectos negativos se dan en mayor medida en las parejas jóvenes, con menos años de intimidad y convivencia doméstica, y aquellos que por confinamiento se tuvieron que separar (Rodríguez y Rodríguez , 2020), en tanto, en parejas casadas y convivientes la pandemia ha acentuado la intrusión telefónica, los celos, la incertidumbre de la relación, siendo los celos los que afectan en mayor medida el funcionamiento conyugal (Ligman et al., 2021), asimismo, son las parejas adultas las que sienten en mayor medida, los efectos de la pandemia, cuyas relaciones muestran mayor deterioro, mientras que en los más jóvenes, las medidas de confinamiento ayudaron a mejorar sus relaciones (Sachser et al., 2021), por lo que, una de las características de las parejas que mantuvieron relaciones saludables era su alto afrontamiento diádico, en contraste, los que carecen del mismo, tiene un mayor conflicto de pareja, mayores desacuerdos, peleas, agresiones verbales o físicas (Lee et al., 2022).

En vista de estos acontecimientos es que, las asesorías, terapias e intervenciones en parejas durante la pandemia ha ido creciendo, distintos estudios han manifestado que las intervenciones basadas en el amor, conciencia y coraje han logrado amortiguar los efectos nocivos de la pandemia, como el estrés, aunque, otras parejas han optado por terapias convencionales con mayor frecuencia (Tsai et al., 2020),

El uso de las herramientas virtuales, ha sido uno de los principales problemas descritos en consejería, es importante encontrar un equilibrio entre el tiempo compartido y el tiempo individual en una relación. La sobreexposición constante puede llevar a la falta de espacio personal y a la pérdida de la intimidad. Además, la sociedad actual se caracteriza por la escasez de tiempo, lo que puede dificultar aún más encontrar momentos de calidad para compartir en pareja. (Lieberman, 2021), en tanto, uno de los abordajes que se ha centrado en abordar los problemas de las parejas durante la pandemia son aquellas efectuadas desde el enfoque de las emociones, por ayudar a fortalecer los vínculos y el aumento de la resiliencia (Yildiz, 2020).

Por su parte, los estudios **nacionales** respecto a cómo se han visto influenciadas las expresiones de amor durante la pandemia son escasos, de los pocos analizados se ha logrado comprender que, aún se mantiene las representaciones románticas falaces, donde se visualiza a las mujeres como las débiles, sensibles y dadas para la maternidad, siendo la feminidad su característica principal, mitos que solo acentúan las experiencias de sufrimiento de las

relaciones de pareja (Navarro, 2020), de ahí que los varones demuestren un predominio del estilo de amor desinteresado, mientras que las mujeres un estilo de amor romántico y, según el estilo de amor, se acentúan los conflictos de pareja y fortalece la satisfacción de pareja (Casafranca, 2021; Llaulle, 2021) siendo que, mientras más se pueda mediar los conflictos, el reconocimiento de los desacuerdos y dificultades, mayor será la posibilidad de un progreso en la relación, siendo indispensables las actitudes de amor (Matuk, 2021).

De esta forma se comprende que las expresiones de amor están representadas de mejor forma por la actividad concreta de la misma, algo que, previamente en personal militar del contexto de Lambayeque, ha permitido entender que la mayoría presenta niveles promedios de actividad de amor concreto, intimidad, compatibilidad y proyectividad, siendo que, entre el 25.65 a 32.8% demostraron niveles altos en estos criterios del amor concreto (Rivera, 2019), esto demuestra que, las formas de expresar amor en personal militar necesita desarrollarse, con el fin de mejorar las relaciones de pareja.

En tanto, las **manifestaciones del problema** que se suscitan en el Centro Médico Militar “Divino Niño del Milagro de Eten”, cuya población se encuentra conformada por personal militar y personal civil, categorizándose la población militar en oficiales, suboficiales y tropa y, durante el diagnóstico fáctico se identifica lo siguiente en el personal militar:

- Contexto sociocultural, referente a la interiorización de valores y roles tradicionales
- Desvalorización personal.
- Proveniente de familias disfuncionales.
- Desigualdad de género.
- Incremento de estrés en nivel de tropa.
- Falta de manejo y control de sus emociones.
- Exigencia en el trabajo.
- Acoso.
- Consumo de alcohol y drogas.

Este último problema mencionado plantea como **problema científico**; Insuficiencia en el proceso cognitivo conductual, limita el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.

Mediante un análisis situacional se encontraron diferentes causas que ocasionan, resumiéndolo en un **diagnóstico causal**:

- Estrategias terapéuticas insuficientes para desarrollar la actividad amorosa en un nivel cognitivo conductual.
- Deficiencias en el mal manejo y control de conexiones sanas durante el desarrollo del proceso mental
- Carencia en la orientación por parte del grupo primario de apoyo ante las relaciones saludables en los procesos mentales.
- Escasas propuestas de programas y talleres que promuevan las relaciones saludables en el desarrollo del proceso cognitivo conductual.
- Insuficiencia en la orientación acerca de la expresión de emociones dentro de la relación de pareja.

Es a raíz de lo anteriormente aludido que se expone el **objeto de la investigación**: Proceso cognitivo conductual.

El **objeto de la investigación** se establece gracias a tema referente al proceso cognitivo conductual CC referente al enfoque terapéutico frente al manejo del estrés. Teniendo como teóricos a Ellis, Beck y Meichenbaum los cuales son los referentes más resaltantes en la rama terapéutica; pero también el aporte de otros estudiosos ha permitido incrementar los conocimientos, siendo uno de los más implementados en el mundo (Tadeu, 2021).

Por su parte, Toro et al., (2019) indica que la TCC, presenta una serie de técnicas psicoeducativas y conductuales que buscan cambiar las cogniciones, comportamientos y actividad psicofisiológica. Así mismo, Zayed y Dhingra, (2023) refiere que cada plan estratégico empleado en la TCC se basa en el papel imprescindible de las operaciones mentales, los cuales influyen en la resolución de conflictos emocionales. Estos procesos tienen como resultado cambios en el pensamiento, lo que conduce a una mejora en la adopción de hábitos más saludables, tanto a nivel emocional como actitudinal.

Avsar y Sevim (2022) destacan a las intervenciones de abordaje cognitivo-conductual, como aquellas que promueven los comportamientos desadaptativos en los pacientes, contribuyendo a la prevención del inicio o la exacerbación de síntomas relacionados con diversos trastornos.



El proceso indaga los vínculos entre las variables como emoción, conducta e ideas, así lo menciona Chand et al., (2023) como un enfoque estructurado, directivo y de duración limitada el cual se usa para el tratamiento de diferentes alteraciones mentales, con el fin de reducir la angustia y logro el desarrollo cognitivo adaptativos; este método psicoterapéutico es el más investigado y respaldado empíricamente.

Pero lamentablemente bajo el criterio de otros estudiosos, se toma en cuenta que aún falta incrementar el conocimiento con respecto al fenómeno de estudio y procesos CC.

Por lo tanto, el **campo de acción** de la dinámica CC, con base a todo lo anterior descrito es que se desarrolla la problemática, por un lado, demuestra los problemas que surgen en la actividad del amor concreto en las parejas de personal militar voluntario y, por otro lado, la carencia de acciones de terapia basa en la dinámica del proceso CC.

## **2.2. Formulación del Problema**

Insuficiencia en el proceso cognitivo conductual, limita el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.

## **2.3. Justificación e importancia del estudio**

Encontrando vacíos teóricos, lo que nos hace entender de necesidad de implementar un estudio que contribuya con el conocimiento de la variable y aporte de manera teórica. Las relaciones de pareja, específicamente, los intentos de disminuir las expresiones de amor contravienen la proyectividad de la relación, en ese sentido, diseñar un programa desde la terapia cognitivo conductual será importante para la comunidad científica, puesto que, se responde a una problemática que común en las atenciones de pareja e intervenciones terapéuticas.

En ese sentido, la investigación propone una solución práctica a un problema que se manifiesta en todos los contextos, que, los problemas del amor tienen implicancias en la salud pública, en ese sentido, el programa a proponer hace uso de técnicas cognitivas y conductuales que posibiliten el aumentar las acciones de amor hacia la pareja, algo que hasta la fecha no ha sido desarrollado.

En lo que respecta la utilidad metodológica, para poder obtener los resultados planteados se procedió a utilizar instrumentos los cuales tengan propiedades psicométricas,

validez y confiabilidad, para poder evaluar la muestra que se presente y el estudio tenga relevancia.

También, la investigación busca hacer modificaciones en una población determinada, en la que ocurren diversas manifestaciones de amor, por lo que, respondiendo al objeto de estudio, se podrá aportar evidencia para ser usada en investigaciones futuras que puedan ser aplicadas no solo en el contexto del actual estudio, sino que en otras poblaciones que contemplen el estudio del amor en parejas.

En tanto, la presente investigación desarrolla un programa con base a un enfoque teórico con sólida evidencia de su validez empírica, la cual es la TCC, la misma que sirve para el aporte de técnicas de intervención que aborden la actividad del amor concreto.

## **2.4.Objetivos**

### **2.4.1. Objetivos General**

Aplicar un programa terapéutico con enfoque cognitivo-conductual para el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.

### **2.4.2. Objetivos Específicos**

- Fundamentar epistemológicamente el proceso cognitivo conductual y su dinámica con respecto a la actividad del amor concreto.
- Caracterizar los antecedentes históricos del proceso cognitivo conductual y su dinámica en cuanto a la actividad del amor concreto.
- Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso cognitivo conductual en el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.
- Elaborar un programa cognitivo conductual para el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.
- Corroborar científicamente los resultados de la investigación mediante un pre-experimento.

## **2.5.Hipótesis**

Si se aplica un Programa Cognitivo Conductual, que tenga en cuenta la relación entre la intimidad, compatibilidad y proyectividad, entonces se contribuye al desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.

## **II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Trabajos previos**

Entorno a estudios internacionales, Robles et al. (2022) en México cuyo objetivo es saber si los estilos de amor se relacionan con el maltrato en el noviazgo. Fue un estudio cuantitativo de nivel correlacional, básico no experimental con la participación voluntaria de 107 sujetos de secundaria, 60 estudiantes de bachillerato y, 123 estudiantes de licenciatura, a los cuales aplicaron el CMN de Osorio y la EAA de Hendrick como instrumentos. Encontraron relación entre los fenómenos de estudio ( $p < .05$ ); en cuanto a las dimensiones, la variable maltrato se relacionó con el estilo ludis (0.001), también con las manías (.001) y ágape (valores entre .001 y .02); en cuanto a los niveles, demostrado diferencias entre los diferentes niveles académicos predominando más en los de bachillerato. Concluyendo en el preocupante índice de violencia que se percibe en los jóvenes universitarios, recomendando tanto a las autoridades universitarios como a la sociedad a tomar más cautela con estos datos, debido a las consecuencias que puede traer.

Soriano et al. (2021) realizaron un estudio en España cuyo fin fue comparar los estilos de amor de parejas españolas con parejas marroquíes. La investigación fue un estudio cuantitativo de corte trasversal comparativo no experimental en una muestra de 574 adultos de 18 a 40 años, 182 marroquíes y 392 españoles de ambos sexos, con instrumentos que evaluaron la percepción del amor, tiempo compartido, felicidad subjetiva y ficha sociodemográfica. Los resultados mostraron demostraron que entre los jóvenes españoles y los marroquíes, los primeros pasan mayor tiempo con sus parejas (43.7%) a diferencia del 22.42% del otro grupo; el 45.9% de los marroquíes pasan tiempo limitado con sus parejas y el 32.2% de españoles. Concluyendo en que las parejas españolas valoran más la intimidad en el amor mientras que las marroquíes dan mayor valor al amor romántico, en tanto.

En España, Sánchez y Martínez (2024) en su investigación buscaron evidenciar la eficacia de una terapia CC mediante un programa de intervención frente a los problemas de ideación suicida, bajo un enfoque cualitativo mediante un análisis documental en una muestra de 668 militares donde se utilizó una revisión mediante el modelo PRISMA. Los resultados mostraron que la TCC logra prevenir los daños físicos en la población de veteranos con índice de autolesiones (suicidio); asimismo, reduce la depresión, mejorando la calidad de vida de ellos y de sus seres queridos. Concluyendo en la relevancia del uso de un programa como técnica en la TCC.

Bonilla y Rivas (2021) realizaron un estudio en Madrid cuyo objetivo era saber si las creencias sobre el amor y las relaciones íntimas se relacionan con la desigualdad de género. Con un enfoque cualitativo de nivel descriptivo, en una muestra de 34 universitarios a quienes se les aplicó la técnica de grupo focales y entrevistas estructuradas. Los resultados muestran que las creencias se distinguen entre varones y mujeres, las cuales se relaciona a los roles de género tradicionales aprendidos, en la que, las creencias de desigualdad son predominantes, de ahí que, programas de prevención son necesarios para abordar el tema de las creencias con base a la igualdad, respeto y no violencia. Concluyendo en la relevancia de la cultura en las nuevas creencias que puedan adoptar las personas con respecto al amor.

En México, García et al. (2019) buscaron analizar la percepción de los jóvenes universitarios sobre el amor romántico en las relaciones de pareja, mediante un enfoque cualitativo no experimental en una muestra de 8 sujetos entre 25 a 30 años, donde utilizaron técnicas de observación y encuesta estructurada para cada sujeto. Los resultados demostraron que en los sujetos predomina las ideas tradicionalistas y heteronormativas sobre el amor y su origen patriarcal, aludiendo a las creencias de antaño culturales; pero en los discursos logran también exponer la idílica de la visión para intentar deformar la moral ortodoxa perseverando sobre el amor y sus mitos. Concluyendo en la necesidad de intervenir socialmente para mejorar la percepción de los jóvenes de hoy en día frente a como se relacionan las parejas.

A nivel nacional , Llaulle (2021) realizó un estudio en Lima cuyo objetivo fue identificar si los estilos de amor se relacionan con la resolución de conflictos. Con un enfoque cuantitativo correlacional de tipo básico en 200 jóvenes universitarios de 18 a 29 años de edad, los cuales fueron evaluados mediante los instrumentos la M-TCS de Straus y, LAS de

Hendrick. Los resultados muestran que los varones suelen usar mayormente el amor de tipo ágape (25.9%) y las mujeres el tipo de amor eros (20%), mientras que, ambos sexos recurren a la argumentación para resolver conflictos (varones 36.2%, mujeres 35.9%). Concluyendo en que el estilo de amor ágape en varones se relaciona con la argumentación y agresión verbal de las tácticas de conflicto, mientras que, el estilo de amor pragma en mujeres se relaciona con la agresión verbal.

Casafranca (2021) realizó un estudio en Lima cuyo objetivo era saber si las actitudes hacia el amor se relacionan con la satisfacción de pareja. Mediante un enfoque cuantitativo de nivel correlacional no experimental, en 249 universitarios de 18 a 25 años a los cuales aplicaron mediante la escala LAS de Hendrick y la Escala RAS de Hendrick. Los resultados muestran que no existe una correlación debido a que sus valores sobrepasan el p valor esperado  $= .05$  (.10); con respecto a las diferencias, donde se encontraron valores significativos entre Eros y Storge con  $p = 0.00$  al igual que pragma y Ágape  $= .00$ . Concluyendo en que no se evidencia la relación entre los fenómenos de estudio.

En Trujillo, Pérez (2020) buscó identificar si los estilos de apego se relacionan con las actitudes hacia el amor. Mediante un estudio cuantitativo, correlacional de tipo básico en una muestra de 376 estudiantes universitarios de ambos sexos de 18 a 25 años a los cuales evaluaron por medio del cuestionario EAVR de Casullo y Liporace para medir el apego y la EAHA de Hendrick y Hendrick para medir actitudes hacia el amor. Los resultados muestran que la actitud hacia el amor fue mayormente pragmática (49.1%) mientras que el estilo de amor fue mayormente de tipo eros (46.8%), mientras que el apego fue mayormente temeroso-evitativo (44.4%). Además, las actitudes hacia el amor de pragma, ágape y ludus, son los que presentan relación con los estilos de apego temeroso, ansioso y seguro ( $p < .01$ ). Concluyendo que los fenómenos de estudio guardan relación entre ellas, demostraron lo importante que es el amor en las relaciones humanas.

Cubas (2020) mediante su estudio planteo como objetivo el determinar si se relaciona los tipos de amor con la dependencia emocional, bajo un enfoque cuantitativo-correlacional, en una muestra de 152 mujeres víctimas de violencia de pareja las cuales fueron evaluadas con el cuestionario ETAS de Sternberg y el IDE de Aiquipa. Los resultados demuestran que el tipo de amor de compromiso era el de mayor predominancia con el 35% y, la dependencia emocional fue mayormente alta (37.5%). Se demuestra que a mayor dependencia emocional menor serán las expresiones de amor ( $p < .01$ ); con respecto a la correlación se evidenció su

existencia entre los fenómenos de estudio con un  $p$  valor = 0.01. Concluyendo en que la dependencia emocional se asocia con los estilos de amor, guardando la relevancia del problema en la sociedad actual.

En Lima, Cerda y Palomino (2019) mediante su estudio buscaron saber si el amor concreto se relaciona con la violencia percibida y practicada. Con un enfoque cuantitativo, correlacional en 418 jóvenes de 20 a 40 años de edad de ambos sexos. Los resultados muestran que la violencia percibida emocional, física, sexual tienen relación inversa con la intimidad y compatibilidad del amor concreto ( $p < .05$ ), mientras que la violencia practicada emocional, física y sexual tiene relación inversa con la intimidad, compatibilidad y proyectividad del amor concreto ( $p < .05$ ). Los investigadores concluyeron en la existencia de una conexión entre los fenómenos de estudio, impulsando mediante sus resultados la toma de conciencia para con el tema de investigación en futuros investigadores.

Asimismo, García (2019), en su estudio buscó determinar la relación entre la felicidad y el amor en una muestra de 173 universitarios los cuales fueron evaluados mediante los instrumentos ETAS de Sternberg y la EFL de Alarcón, para medir el amor y la felicidad respectivamente; donde se utilizó un enfoque cuantitativo correlacional descriptivo no experimental. Los resultados demostraron que existe una correlación ( $p$  valor = 0.00); por otro lado, los componentes del amor predominan en los valores en un 78.6% en intimidad igualmente en un 79.5% en mujeres, un 31.4% de pasión en varones y un 30.4% en mujeres, y en compromiso el 51.7% de varones y un 49.3% en mujeres. Concluyendo que los componentes del amor son la intimidad, pasión y compromiso los cuales presentan relación con los factores de la felicidad, especialmente la intimidad.

Rivera (2019) buscó identificar si la actividad del amor concreto guarda relación con la satisfacción marital en una muestra de 125 militares de Chiclayo, donde usaron un enfoque cuantitativo de nivel correlacional de corte transversal de diseño no experimental realiza un estudio cuyo objetivo era saber si la actividad del amor concreto presentaba relación con la satisfacción marital. Los resultados demostraron que la AA concreto era mayormente de nivel medio (60.8), de igual forma para la satisfacción marital en la que 47.2% obtuvo un nivel medio. Por otra parte, se demostró la existencia de relación ( $r_s = .357$ ,  $p < .01$ ). La investigadora concluye que los fenómenos de estudio guardan relación entre sí, realizando su importancia dentro de este grupo de la población y en el mundo de la investigación.

Becerra y Bances (2018) mediante su investigación buscaron determinar los tipos de amor y el nivel de dependencia emocional mediante un enfoque cuantitativo, en una muestra de 80 sujetos. Los resultados mostraron que existe dependencia emocional notoria, donde el 80% tiene miedo a terminar sus relaciones de pareja, el 78% comportamientos de sumisión y subordinación; el 75% deseo de control, el 74% miedo a la soledad, el 73% tienen prioridad a la pareja y el 70% la necesidad a tener contacto constante con la pareja. Concluyendo que los datos son preocupantes debido a la dependencia que predomina en la población de estudio, que de no ser tratado podría desencadenar problemas en las parejas y a nivel social.

## **2.2. Teorías relacionadas al tema**

### **2.2.1. Características del objeto y campo de la dinámica cognitivo conductual**

El enfoque cognitivo conductual se concentra en el análisis de como el ser humano realiza sus procesos mentales y como estas repercuten en su comportamiento, es decir estudia a la persona de manera global donde implica el proceso cognitivo que suele tener ante los diferentes sucesos de la vida llamados experiencia, donde la persona suele tener respuestas según la percepción que tenga de los hechos; por consiguiente, la respuesta comportamental también será el efecto del pensamiento (Habigzang et al., 2019).

Con el surgimiento del enfoque CC como terapia, se considera a esta como una de las más implementadas en el campo de la intervención, utilizado en diferentes grupos etarios; esta terapia permite al paciente conocer y conectar consigo mismo, explorando sus propios sentimientos, es por eso que se considera como una herramienta altamente útil que inclusive se puede adaptar con otras técnicas o terapias dependiendo de caso que la requiera (Atwood y Friedman, 2019). Otros autores también respaldan la idea, considerando a la TCC como uno de las más amplias por el campo que abarca en cuanto a la intervención y la extensión en cuanto al tratamiento que brinda, que, a diferencia de otros enfoques suele ser más cortas dependiendo de la complejidad del trastorno a tratar, pero al ser estructura facilita su funcionalidad y viabilidad, volviéndose una herramienta los desafíos que conlleva el terapeuta en cada sesión y con cada paciente (Li et al., 2020)

Esta terapia también se conoce porque permite la intervención frente a la necesidad de controlar síntomas que suelen estar muy fijados en el comportamiento del sujeto, también frente a la prevención de recaídas asociadas comúnmente a dependencias a sustancias psicoactivas (drogas, alcohol, etc.), también en trastornos que suelen estar acompañados de

tratamientos con medicamentos, en problemas de pareja, también en tratamiento familiar, en casos de duelo o estrés postraumático, en pacientes oncológicos o con enfermedades crónicas mortales, así como también como comportamientos compulsivos, entre otros (Dozois et al., 2019).

Por otro lado, cuando se menciona a los programas de intervención, se habla de una técnica que es comúnmente utilizada en procesos de intervención, normalmente trabajada con grupos numerosos de personas; desde el enfoque cognitivo conductual, cada sesión o fase del programa se concentra en estrategias pertenecientes a este enfoque, desglosando en cada fase indicadores que como intervención se moldea al objetivo del programa tanto por cada sesión como por cada objetivo específico que se plantea en un inicio; cabe aclarar que también se suelen emplear en casos individuales o con una minoría de sujetos, dado que las técnicas de abordaje no siempre se dan en el grupo, o en otros casos, se interconectan, es decir se trabaja sesiones individuales pero como parte de una terapia en grupo (Peñarrieta, 2022).

Cuando se explica las dimensiones a tomar en cuenta para el enfoque de la implementación de un programa centrado en la TCC, se toma en cuenta los siguientes:

**Introducción/fundamentación.** Esta dimensión pasa a representar el entorno u zona donde se aborda la propuesta, tomando en cuenta las técnicas que se utilizarán en cada sesión (Chand et al., 2023). Asimismo, se fundamenta el enfoque, teoría o modelo en la cual se basan, siempre tomando en cuenta los requerimientos de la población objetivo, en este caso se apegan al enfoque cognitivo conductual, teoría que por muchos años ha demostrado ser eficaz en la intervención para el moldeamiento del comportamiento. El indicador de esta dimensión responde a la priorización de la problemática que se establece desde un principio en cada programa, buscando las estrategias más pertinentes brindando el aporte necesario para futuras investigaciones (Mendez, 2023).

La segunda dimensión, se considera el diagnóstico, el cual es el estado actual que se encuentra la problemática de estudio, analizando sus características posibilitando a crear y estructurar el programa luego de detectar las desventajas que se pueden encontrar (Fajardo y Wobbeking, 2020); en este apartado se logra evaluar el estado de los sujetos, es decir de la población objetivo donde podrían utilizar diferentes técnicas e instrumentos acorde a los componentes propios de los participantes (Mutsuhiro et al., 2021). Como indicador principal



se siguen a las evidencias que demuestran la existencia del problema previendo el tipo de programa que necesitará utilizar encontrar (Fajardo y Wobbeking, 2020).

La tercera dimensión es el planteamiento del objetivo general, en este caso es el uso de un programa lleno de estrategias altamente asertivas, cuya finalidad va acorde al problema de estudio... el investigador en esta fase inicia con plantear el fin de su intervención, la razón de usar un programa para los sujetos, para poder justificar la creación de mismo (Apolinario et al., 2020). El indicador da a conocer la garantía y el valor significativo del estudio, específicamente del programa, ya que es ello la fuente sustancial del investigador o terapeuta, siempre y cuando las fases anteriores también se realicen correctamente (Beck, 2020).

La cuarta dimensión es la planeación estratégica, esta imparte tres puntos importantes, la integración de las características del problema con los del sujeto de estudio, la segunda considera que tanto guarda y cómo es que se relaciona el problema con cada sujeto y la tercera es la proyección que tiene las estrategias a lo anteriormente explicado (Apolinario et al., 2020); como ya se sabe, planificar una manera de intervenir requiere de saber y conocer el campo a donde te diriges, tanto el contexto general, el problema y las personas involucradas. El indicador de esta dimensión se concentra netamente en los pacientes a los cuales abordará el programa, la percepción propia de sí mismo, su autonomía, como dominan su entorno y que propósito perciben de su existencia, no perdiendo de vista como se da ese proceso cognitivo y que necesita ser reforzado (Fajardo y Wobbeking, 2020)

Instrumentación, vendría a ser la quinta y última dimensión que se tomará en cuenta para un programa de intervención, la cual explica principalmente la forma de cómo se desarrollará el programa tomando en cuenta las condiciones adecuadas para que no puede verse interrumpida, cada componente y característica, como el tiempo, lugar, horarios, etc. El indicador explicado cómo es que el instrumento se aplicará en los sujetos, también considera y explica el tiempo, donde también se podría identificar los riesgos y obstáculos que se van asimilando (Bieling et al., 2022).

### **2.2.2. Teorías relacionadas al objeto de investigación**

Dentro de las teorías más mencionadas a lo largo de la historia, se mencionó la teoría cognitiva de Beck, la cual ha sido con la que más se ha implementado la TCC, siendo uno de los científicos, psicólogos terapeutas más reconocidos a nivel mundial en la rama de la

psicología y el experimento en esta ciencia. Este enfoque beackiano estudia la relación entre los pensamientos del sujeto con sus emociones, como es que este proceso toma cuerpo luego en el comportamiento observable que la persona demuestra frente a situaciones específicas o cotidianas, de esta forma el ser va adquiriendo la conciencia de lo que pasa alrededor; pero no siempre es de una manera equilibrada, sana o coherente sino que, en mucho de los casos clínicos que llegan terapia, la persona tiene una alteración en la realidad, causado por la percepción distorsionada que tiene, y esta a su vez también son causados por muchos otros factores que pueden variar de acuerdo a la experiencia que hayan vivido (Romanowska y Dobroczyński, 2020).

Otro científico que revolucionó la psicología, y que influenció la CC desde antes de su creación, fue Bandura y el aprendizaje social; esta rama teórica se concentró en estudiar de manera observacional, como es que las diferentes vivencias alteran la manera como se comportan, afirmando que los infantes aprenden mediante su campo visual, juntamente con sus otros sentidos, donde las figuras presentes son las que suelen influenciar en sus actitudes. Con la teoría queda demostrada que, las personas aprenden lo que ven, por ello muchos de los comportamientos desatados en los años próximos de su infancia (inclusive durante la misma) no son más que el reflejo de contexto donde crecen, llegando a crear un modelo parecido o aún más alterado de la personalidad, que la de sus padres o familia (dependiendo donde vivió); en el la TCC el enfoque del aprendizaje permite aprender a moldear el comportamiento del sujeto, en muchos casos las técnicas se centran en reestructuran o psicoeducar la forma como reaccionan y procesan vivencias que les han causado traumas (Blackwell y Heidenreich, 2021)

En el enfoque cognoscitivo es uno de los modelos con más antigüedad que inspiró a la creación de teorías como la conductual o cognitiva; uno de los precursores fue Piaget, el cual explica que el comportamiento humano se va afianzando mediante la práctica con el entorno, con sus pares o seres de la misma especie, identificando también que los cambios causados entre la adolescencia y la infancia se pueden explicar cualitativamente donde el pensamiento interfiere en la percepción u desarrollo por ejemplo durante la fase operatoria concreta que caracteriza a los niños de menos de 7 años, la fase formal, la preoperatoria así como el desarrollo sensorial motora. La influencia del modelo forma parte en la TCC por la idea de buscar como terapeutas estudiar, analizar y tomar como conjunto todo el sistema cognitivo, no solo para quizá entender la causa de los trastornos, sino también en cómo

abordarlo desde la perspectiva psicológica; la premisa de Piaget encara la idea de una conjugación durante el aprendizaje, donde se logra la adaptabilidad intelectual por medio de un equilibrio progresivo a medida que el sistema asimila las experiencias realizando una acomodación complementaria (Uddin, 2021).

Como parte de la formación teórica de la TCC también se tiene a la teoría de la motivación, donde sus autores representativos se consideran a McMlelland, McGregors, Herzberg, entre otros; aunque el desarrollo de esta teoría va cambiando en el tiempo, todas concuerdan en que en la vida de las personas siempre denominan situaciones o factores que las motivan demostrar determinados comportamientos frente a las situaciones cotidianas de la vida. Para algunos se representan como pirámides para otros como categorías, lo cierto es que, las necesidades mueven a las personas para mejorar la situación que están pasando, y dependerá mucho de las prioridades que mantengan, aún más cuando están ya están claras y con un objetivo en mente. Dentro de la terapia, la motivación juega un papel importante, debido a que el incumplimiento de cubrir muchas veces las necesidades básicas hace que las personas lleguen a la frustración, pierdan el hilo del propósito de sus vidas, entonces el iniciar con aclarar la conciencia permite al paciente facilitar el inicio de un tratamiento fructífero, donde su principal motivación es el logro de sanar (Carstensen, 2021).

### **2.2.3. Evaluación epistemológica del proceso cognitivo conductual**

Para la realización de un programa que forma parte de la intervención en problemas conductuales referentes a la ideación suicida, se explica el proceso histórico que pasó la TCC desde sus inicios, los enfoques que dieron origen, motivaron y siguen aportando para enriquecer los saberes, sienten estos diferentes modelos teóricos que, desde hace más de un siglo siguen evolucionando la psicología y la ciencia experimental para entender el comportamiento de las personas que muestran interferencias en su bienestar psicológico e integral; El enfoque CC pasó a ser una de las más implementadas en el campo de la terapia, y para que siga vigente los diferentes precursores de esta corriente año con años han ido incrementado los estudios, inspirándose con otras ideologías para el bien de todos (Blackwell y Heidenreich, 2021).

Los primeros pasos de la TCC parte desde antes del 1900, con los primeros experimentos de realizados formalmente por Wundt por mi 1879 en Alemania, en el primer

centro inaugurado ese año donde comenzaron los casos experimentales relacionados con el comportamiento humano; diez años después, Pávlov realizó sus investigaciones mediante su teoría del condicionamiento clásico, donde quedó claro el esquema relacional de los estímulos y la respuesta a ellas, a ello denominando condicionamiento. 4 años después, en 1983 surge las ideas con el científico psicólogo Thorndike mediante su estudio experimental de la caja de situaciones complicadas-problemas, donde dieron sus primeras luces el enfoque de aprendizaje humano, explicando que el comportamiento de los infantes se logra afianzar mediante conexiones entre el estímulo y las respuestas que al volverse constante trae a la vida de los sujetos satisfacción tanto en su organismo y a nivel mental (Soojung y Eunjoo, 2020).

En el segundo periodo de la evolución, se considera a Wolper con su teoría del reconocimiento, el cual explicaba la aparición de las fobias como respuesta al miedo, sentimiento que no fue asimilado de manera consciente y que con el tiempo se arraigó como un mecanismo de defensa y mediante sus estudios buscaba que los sujetos aprendan a reconocer y conocer su existencia, sus características usando lo que hoy se conoce como la psicoeducación del comportamiento (una técnica que forma parte dentro de la TCC). Desde 1900 tanto Wolper, Ellis sobresalieron, el primero con su teoría de la conducta racional emocional, agregando el esquema estructural que se da en la mente humana donde interfiere la influencia de las emociones y los sentimientos; en 1965, el enfoque de Wolper dio un avance donde planteó la teoría de la desensibilización, donde buscaban intervenir en los trastornos fóbicos, implementado más técnicas, y un años después aparece Rotter en la misma corriente del aprendizaje cognitivo conductual con su teoría de la personalidad (Peñarrieta, 2022). En este periodo también, surge el padre del enfoque cognitivo conductual, uno de los más reconocidos psicólogos por sus innumerables teorías, Arón Beck reconocido psiquiatra que crea otra teoría relacionada con el aprendizaje, también se menciona a Bandura que aporta en la misma línea el cual considera que el aprendizaje se da mediante la observación por ello es aprendido, y que para la TCC esas ideas implantan técnicas que buscan que los sujetos logren la autonomía, autorrealización para el manejo de conflictos (Carstensen, 2021).

En la última fase que se considera en la presente evolución, donde a partir de 1940 surge los estudios cognitivos, pero como parte de la intervención clínica, representantes como Mahoney y Meichenbaum, dando pase unos tres años después (1943) el término TCC

el cual se implementó para la investigación del pensamiento, del sistema cognitivo, relacionado con el sistema nervioso, así como el estudio de la conducta centrado en tratar los trastornos mentales en los diferentes grupos etarios; a partir de 1960 se dieron diferentes experimentos en la población infantil concentrados en estímulos, en la búsqueda de saber cómo los modelos paternos y externos influyen en el comportamiento, impulsados por Ellis con su experimentos nombrado Bobo Doll; asimismo, nuevas actualizaciones en el enfoque de Beck que permitieron mejorar la intervención clínica de en la población, moldeando su manera de racionalizar las experiencias vividas, para poder mejorar el procesamiento del pensamiento, es decir mejorar el proceso cognitivo a nivel neuronal, fisiológico y psicológico (Dozois et al., 2019). Para los años 70's como parte de la terapia CC se implementaron una serie de técnicas, tomando parte la teoría de la motivación de Meichenbaum, así como el enfoque constructivista, pero de la mano con los aportes de Mahoney donde se presencia la reestructuración cognitiva para la resolución de conflictos y no solo apaciguar los síntomas (Rodríguez et al., 2022).

Como queda en evidencia, la TCC al contar con tantos constructos científicos también eficaces en su ramas y especialidades (como la teoría de la motivación, del aprendizaje, enfoque en el estudio de comportamiento, para la implantación te estrategias, etc.) a logrado convertirse en un aporte constante para el tratamiento en diferentes cuadros clínicos, tanto en niños, mujeres, hombres, pareja, familia, asociados a causas orgánicas, emocionales, traumas, comportamientos aprendidos, entre otros; así como cada tiempo los trastorno y los diagnósticos de los mismo cambia, asimismo también la TCC junto con los mismos, ampliando su campo abarcando la facilidad del trabajo multidisciplinario, detalle que da un plus, debido que un tratamiento integral tiene mejores resultados, y la ideación suicida no es la excepción (Guercio, 2020).

**Tabla 1***Proceso evolutivo de la dinámica cognitivo conductual*

<b>FASES</b>	<b>FASE 1 (1978-1899)</b>	<b>FASE 2 (1900-1939)</b>	<b>FASE 3 (1940 a +)</b>
<b>Autores</b>	Wundt, Pavlov, Thorndike	Wolper, Ellis, Beack	Mahoney, Beck, Ellis, Meichenbaum, Wolper
<b>Teorías y enfoques</b>	Los estudios experimentales, el enfoque cognoscitivista, teoría del aprendizaje, enfoque de la motivación, el aprendizaje para implementar técnicas de reeducación, la TCC como tal, entre otros que van actualizándose	Modelos clínicos, Teoría de la reestructuración CC,	la TCC como tal, entre otros que van actualizándose
<b>Evolución de la TCC</b>	Con los experimentos también surgen los primeros pasos en la creación de la TCC, donde diversos psicólogos científicos lograron demostrar que el pensamiento se desarrolla mediante diferentes factores, para algunos estímulos, aprendidos, lo cierto es que la intervención de la función cognitiva pasó a tomar protagonismo	Wolper planteó las fobias como un mecanismo de defensa dentro de la teoría de la conducta racional emocional, en algunos años posteriores los aportes de Beck con su teoría del aprendizaje permitiendo el aporte de técnicas para la intervención en los casos conductuales, cambiando un poco más el panorama de la TCC, para no solo estudiar el comportamiento, sino poder intervenir oportunamente	Continuaron los estudios experimental, dando pase en 1943 la implementación de la TCC como tal, viéndose conjugada también con muchas características del enfoque motivacional, donde apoya al paciente a mejorar; asimismo, nuevamente mencionamos a Beck, Ellis, Wolper, etc. Porque gracias a sus investigaciones continuas cada vez esta terapia tomó más cuerpo, la experiencia de cómo abordar los casos, las herramientas y métodos de intervención, los requerimientos en los diferentes grupos cronológicos, etc.

*Nota.* En la tabla 1 se muestra el proceso evolutivo de la dinámica cognitivo conductual desde sus inicios hasta la actualidad, a fin de resumir los aspectos importantes durante su desarrollo como medio de intervención.

#### **2.2.4. Programa cognitivo conductual**

La TCC en el mundo clínico ha permitido ser aceptada por sus grandes aportes científicos, terapéuticos en casos clínicos, donde las alteraciones mentales, emocionales han logrado ser tratadas mediante los diferentes factores. Partiendo del enfoque cognitivo, que sigue perdurando dentro de la rama psicológica en la ciencia, donde su principal razón de existencia es el estudio del comportamiento humano, mediante el entendimiento de los procesos cognitivos a nivel mental de los sujetos, en casos de cuadros clínicos este proceso se ve alterado a un sin número de razones que va variando dependiendo de la experiencia del sujeto (Armijos y Polo, 2022).

Como ya se sabe, que esta TCC sea tan versátil radica en la implementación de diferentes técnicas de acuerdo con la edad de los pacientes, los síntomas, también los diagnósticos clínicos, el nivel de complejidad, la personalidad de los sujetos, etc. Ante ello se resaltan algunas de las técnicas más utilizadas y conocidas a nivel mundial (Guercio, 2020):

Proyección en el tiempo, permite al paciente visualizarse en un futuro, como es que les gustaría verse, que les gustaría sentir, pudiendo lograrse con otras herramientas como figuras visuales, auditivas, que les permita concentrarse y analizar que buscan con su terapia; pudiendo motivar también mediante esta práctica a incrementar el esfuerzo y que este sea constante para llegar a la meta deseada (Armijos y Polo, 2022)

La detención del pensamiento, el cual explica que el sentimiento de sufrimiento suele racionalizarse en la propia persona, es decir que se da mediante las propias ideas de la persona, de cómo ve la experiencia que está suscitando por ello, el objetivo de la técnica es permitir a la persona poner límites en sus propios pensamientos para mejorar su estado emocional y anímico, claro que en un inicio es importante identificar los pensamientos inadecuados para saber con qué se necesita trabajar, reforzar y eliminar de los procesos cognitivos (Mujica, 2020).

Inoculación del estrés, el cual explica que los acontecimientos suelen desatar sensaciones de miedo y/o evitación frente a ello, donde la técnica busca incrementar las herramientas propias de las habilidades del sujeto para garantizar el afrontamiento del problema; permite identificar los factores estresantes poniendo en orden las posibles maneras de abordarlas (Sacoto et al., 2020).

El entrenamiento de las habilidades sociales, es una de las acciones más útiles dentro de la intervención, teniendo en claro que estas habilidades son la mejor herramienta que tienen los pacientes para utilizar frente a los conflictos emocionales y comportamentales que presentan, siendo una manera de afrontar las adversidades; por este medio se puede lograr enseñar al paciente a expresarse de manera honesta directa y equilibrada controlando sus emociones e ideas y también enseñar a la persona a defenderse de manera concreta y estratégica según la necesidad y objetivo de búsqueda con ello (Mujica, 2020).

Las técnicas anteriormente fundamentadas son solo una mínima cantidad de las que hay realmente y que forman parte de la terapia CC, demostrando la amplitud de su extensión en el campo de clínico; tanto como hombres y mujeres de los diferentes grupos etarios pueden sufrir trastornos, donde los más comunes suelen ser cuatros de estrés, ansiedad, depresión y sus derivados, adicciones a sustancias psicoactivas, conductas compulsivas, pensamientos obsesivos, ideas que atenten contra la integridad, dependencias emocionales, entre otros diagnósticos que en los últimos años se ha presentado como mayor fuera y gran cantidad de la población mundial (Sacoto et al., 2020)

#### **2.2.5. Actividad del amor concreto**

Comenzamos definiendo al amor, el cual se considera como un sentimiento intenso que siente el ser humano, que conlleva la necesidad en encontrar su complemento y compañía en otra persona, fianza comúnmente al cariño de pareja, donde se da otro tipo de intimidad y cercanísimo donde prima la atracción por el otro, dejándose llevar por el gusto de tener a la otra persona aún más cerca en diferentes aspectos, tanto personalmente como amorosamente-emocionalmente (Sacoto et al., 2020)

El amor concreto se define como un conjunto de actividades que realiza la pareja o una de ellas con el fin de aumentar el amor, o en casos aislados disminuirlo, el cual pertenece a un modelo psicológico para entender cómo es que funcionan las parejas, evaluar tanto las situaciones de logro o de fracaso, buscando entender las razones de cómo y porque las personas actúan de determinada manera en una relación amorosa (Magnelli, 2021).

La necesidad de solo entender a las personas no suele ser suficiente, así como se estudia el campo educativo, clínico, organizacional, etc. Que los experimentos científicos y los estudios son amplios, así también se busca en el amor relacionado con el comportamiento



de los seres, para poder dar explicación a muchos fenómenos sociales que de un tiempo para acá se ha vuelto común (Montero et al., 2021)

El amor concreto va más allá de solo sentir algo por otra persona, sino que, tanto es el sentimiento que brota, que la persona es capaz de hacer a un lado sus propias necesidades para satisfacer la de la otra persona, siendo ello un acto de amor, que en su versión sana permite el crecimiento de una relación es decir forjando un vínculo fuerte, pero en otros casos donde se rige por encima del bienestar propio lleva a ser insano para el que lo realiza, porque no está cumpliendo con sus propias necesidades y en casos extremos va contra el equilibrio tanto físico como emocional, el amor propio es carente y con el tiempo se evidencia más (Mujica, 2020).

De acuerdo con las teorías, se considera a la teoría de los estilos del amor donde el autor resaltante Hendrick, el cual también denomina a esta teoría como la de actitudes hacia el amor, el cual se logra gracias a un intercambio de recompensas entre ambas partes, es decir estímulos brindados por cada persona. El autor también explica que está estrechamente asociada a un deseo o atracción tanto física como emocional que se dan gracias a señales conjuntivas y comportamentales de la pareja, así como la conexión dual en la búsqueda de compañía que suele encontrarse en otra persona; el enfoque considera la existencia de tres estilos de amor que las personas muestran a su pareja, como él es *storge* la cual se asocia con la amistad y compañerismo, la segunda es el *ludus* que se caracteriza por ser dinámico donde el rol de juego es importante, y el *eros* que abarca la pasión, amor intenso y romántico entre dos seres (Armijos y Polo, 2022)

Otra teoría resaltante asociada con la teoría del amor concreto, donde entra a tallar el psicólogo científico Rodas, el cual afirma la existencia de una composición de aspectos tanto fisiológicos como psicológicos, que se apega mucho a las características de la personalidad, es decir que estas son las que las compone como es que la persona demuestra su afecto. Asimismo, el enfoque también incluye al entorno como influencia, como es la cultura, las posturas morales que se apega el sujeto, las creencias heredadas o aprendidas por decisión. Esta teoría se vio influenciada por diferentes enfoques como el constructivismo naturalista, el cual se fisiona entre lo conocido por la persona y lo que está dispuesto a conocer, es decir entre lo ontológico y epistemológico; también entra a tallar la transformación crítica de las personas, es decir, la percepción construida del sujeto al mundo andante que influye en las

decisiones y conexiones amorosos con los demás; y también el materialismo dialéctico, el cual funciona los dos aspectos anteriores para entender e intervenir en el comportamiento del sujeto (Panez y Vallejos, 2020)

El enfoque triangular del amor, el cual considera tres aspectos para entender cómo es que funciona el amor en los sujetos, Sternberg explica la existencia de tres dimensiones o influencias que forman un vértice; el primero es la dimensión pasión, el cual se considera como respuestas mediante impulsos que surgen en la interacción entre dos personas que comparten un vínculo amoroso que suele reforzar la conexión entre estas, donde ocurren episodios sexuales, cariños, etc. Otra es la intimidad, suele darse por la existencia de emociones y/o sentimientos que permite la cercanía acrecentando el vínculo entre la pareja, y otra dimensión es la de compromiso, a diferencia de las otras dos, en esta el vínculo se da de una manera consciente, donde una de las partes o ambas deciden amar a la otra persona demostrando ello mediante acciones (Urbano et al., 2021)

Como es propio de la variable se ha considerado dimensiones para poder estructurarlas, siguiendo el enfoque del amor concreto, por ello se toma en cuenta las siguientes premisas:

La primera dimensión es la intimidad, el cual corresponde a un conjunto de emociones y sentimiento que surgen en la persona la cual se caracteriza por poseer diferentes valores y acciones que realizan las personas cuando están enamorados o aman a alguien (Sacoto y otros, 2020). La calidez es una de las principales donde el sujeto acoge tanto emocional como físicamente, brindándole cariño, caricias, así como apoyo en las adversidades o situaciones importantes, manifestando el romanticismo de manera afectiva. En cuanto a los indicadores, consideran a la demostración de afecto entra la pareja, también el apoyo emocional que representa la pareja, la experiencia de nuevas aventuras juntos afianzando aún más su conexión, la gran satisfacción que da la intimidad emocional y física y la búsqueda de vivencias que comparten cotidianamente (Cárdenas, 2023)

La segunda es la compatibilidad, la cual se define como es coincidir en características, ideas, comportamientos, gustos, etc. Con otra persona son manifestaciones que surgen entre la pareja frente a situaciones, donde toman decisiones en conjunto, suelen resolver sanamente los conflictos internos o externos a la relación, aprenden a comunicarse convivir y sobrellevar diferentes acontecimientos importantes o cotidianos (Bonilla y Rivas,

2021). Dentro de los indicadores en esta dimensión se considera es el comportamiento sano que perdura en la comunicación y convivencia, la búsqueda de que la otra persona sea feliz haciendo actos para que contento se demuestre así también el amor, el respeto de los valores individuales, así como el punto de vista y posturas en diferentes temas que puedan impartir y la comunicación primordial y necesaria (Armijos y Polo, 2022)

La proyectividad, como tercera dimensión, es cuando la pareja tiene miras al futuro, o piensa en conjunto en base a las expectativas que suele tener no solo de la otra persona, sino como equipo o pareja; suelen hacer planes, proyectos donde existan un plan de acción, con objetivos y esta a su vez propósitos que motivan a cumplirlos, de esta forma demuestran el amor y cariño que tienen, así como el compromiso hacia que su conexión funciones y pueda perdurar con los años, alguna de esos planes pueden ser el formar una familia, casarse, abrir un negocio, tener hijos, tener una casa, hacer adquisidores materiales, entre otras (Guzman, 2021). Las características de esta dimensión consideran el compromiso que demuestran y compromete ambas partes o una de ellas, la iniciativa y ganas de planear cosas como parejas, a corto mediano o largo plazo, el cómo comparten responsabilidades y decisiones, demostrar unión y apoyo frente a las adversidades y aunque quizá no piensen igual, pero comparten metas y proyectos de manera constante (Cárdenas, 2023)

### **2.3.Marco Conceptual**

**Amor de pareja:** Sentimiento que brota entre dos personas, los cuales suelen compartir el mismo respeto, donde es necesario equilibrar el comportamiento y mejorarla comunicación entre los mismos (Panez y Vallejos, 2020)

**Cuidado personal:** Es la postura de la persona para mantener una calidad de vida acorde a sus necesidades, donde son ellos son los que toman responsabilidad y protagonismo para para con su cuidado; la autoprotección permite velar por el cuidado propio en las diferentes áreas de la vida (Urbano et al., 2021)

**Desarrollo cognitivo:** Es el crecimiento y la mejorar de la capacidad que poseen las personas para razonar los acontecimientos que pasan en su vida, que se puede dar desde los primeros años en la vida y que con el tiempo va mejorando y utilizando otros medio y formas de hacerlo (Sacoto et al., 2020)

**Desarrollo de amor concreto:** Este término suele referirse a acciones tangibles que expresan amor y cariño. A diferencia del amor abstracto, que puede ser una emoción o

sentimiento, el amor concreto implica actos físicos o gestos que demuestran afecto y apoyo a los demás (Miranda, 2018).

**Personal militar:** El personal militar a menudo enfrenta desafíos únicos debido a la naturaleza de su trabajo, como despliegues, entrenamiento riguroso, y tareas peligrosas (Rivera, 2019).

**Programa de intervención:** Es una manera creativa y asertiva para intervenir en determinados casos, los cuales tan pegadas a sesiones que se desarrollan día con día para el logro del objetivo planteado (Montero et al., 2021).

**Programa cognitivo conductual:** Es un enfoque de tratamiento psicológico basado en la evidencia que se centra en cómo los pensamientos, sentimientos y comportamientos están interconectados (Blackwell y Heidenreich, 2021).

**Técnicas de intervención:** Son herramientas heterogéneas que permiten aplicar métodos de acuerdo a modelos o terapias clínicas que buscan mejorar, disminuir y equilibrar los síntomas al igual que el bienestar (Habigzang et al., 2019)

**Relación de pareja:** es una forma de interacción donde se involucra aspectos biológicos, psicológicos, interaccionales, sociales y culturales en un determinado contexto (Panez y Vallejos, 2020)

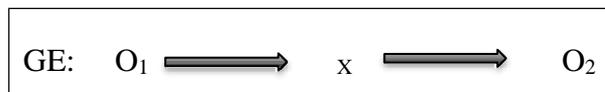
### III. MÉTODO

#### 3.1. Tipo y Diseño de Investigación

En cuanto al método de investigación, es un estudio hipotético-deductivo, que tiene que ver con realizar afirmaciones a manera de hipótesis e ir en la búsqueda de conclusiones que de alguna manera confronten los hechos (Bernal, 2016).

El estudio se caracterizó por ser de enfoque mixto, debido a que describe fenómenos que se observan y analizan los indicadores de la variable, así mismo, se trabajan valores numéricos a los atributos psicológicos para ser medidos a través de la estadística y poder contrastar hipótesis. Así mismo, es una investigación de tipo aplicada, puesto que se encarga no solo de evidenciar el problema, si no evidencia y aplicar estrategias de solución (Hernández y Mendoza, 2018).

En lo que respecta el diseño, es una investigación explicativa- proyectiva, puesto que se encarga de estudiar la relación causal entre los fenómenos de estudio. Así mismo, es un estudio experimental (pre experimento), puesto que se manipularon las variables, para medir cambios mediante un pre y post test (Hernández y Mendoza, 2018).



Dónde:

GE: Grupo experimental

O<sub>1</sub>: Pre test

O<sub>2</sub>: Post test

X: Programa cognitivo conductual

#### 3.2. Variables, Operacionalización

**Variable independiente:** Programa cognitivo-conductual

**Definición conceptual:**

La principal razón de existencia es el estudio del comportamiento humano, mediante el entendimiento de los procesos cognitivos a nivel mental de los sujetos, en casos de cuatros clínicos este proceso se ve alterado a un sin números de razones que va variando dependiendo de la experiencia del sujeto (García et al., 2019)

**Definición operacional:**

La variable independiente Programa Cognitivo Conductual se efectúa y se evalúa mediante la aplicación de las sesiones, las cuales están organizadas en fases y etapas de acuerdo al diagnóstico actual según el pretest.

**Variable dependiente:** Actividad del amor concreto

### **Definición conceptual**

El amor concreto se define como un conjunto de actividades que realiza la pareja o una de ellas con el fin de aumentar el amor, o en casos aislados disminuirlo, el cual pertenece a un modelo psicológico para entender cómo es que funcionan las parejas, evaluar tanto las situaciones de logro o de fracaso, buscando entender las razones de cómo y porque las personas actúan de determinada manera en una relación amorosa (Cerdeña y Palomino, 2019)

### **Definición operacional**

Esta variable es medida mediante la Escala de Actividad del Amor Concreto, elaborada por Rodas y Molina, (2012) dicho instrumento está orientado a evaluar tres dimensiones y consta de cuarenta preguntas.

### **Dimensiones**

- Intimidad: el cual corresponde a un conjunto de emociones y sentimiento que surgen en la persona la cual se caracteriza por poseer diferentes valores y acciones que realizan las personas cuando están enamorados o aman a alguien (Sacoto et al., 2020)
- Compatibilidad: son manifestaciones que surgen entre la pareja frente a situaciones, donde toman decisiones en conjunto, suelen resolver sanamente los conflictos internos o externos a la relación, aprenden a comunicarse convivir y sobrellevar diferentes acontecimientos importantes o cotidianos (Flórez et al., 2022)
- Proyectividad: cuando la pareja tiene miras al futuro, o piensa en conjunto en base a las expectativas que suele tener no solo de la otra persona, sino como equipo o pareja; suelen hacer planes, proyectos donde existan un plan de acción, con objetivos y esta a su vez propósitos que motivan a cumplirlos (Guzman, 2021)

### **3.3. Población, muestreo y muestra**

#### **3.3.1. Población**

La población, se define como la agrupación global de todos los posibles sujetos, objetos u cosas, que comparten características similares y conforman una determinada comunidad (Hernández y Mendoza, 2018). Para fines de este estudio se contó con una población de 200 jóvenes bajo régimen de internamiento militar voluntario que acuden al Centro Médico Militar “Divino Niño del Milagro de Eten”.

##### **Criterios de inclusión:**

Personal militar voluntario, mayor de 18 años.

Con pareja sentimental.

Personal militar que acepte el consentimiento informado.

##### **Criterios de exclusión:**

Personal civil.

Personal militar voluntario sin pareja sentimental.

Personal militar mejor de 18 años.

Personal militar suboficial u oficial

#### **3.3.2. Muestreo**

Emplearon un muestreo no probabilístico por conveniencia, lo que implica que el investigador es quien determinar el grupo que formara parte del estudio, de acuerdo con las características del estudio, acceso a los participantes y disponibilidad.

#### **3.3.3. Muestra**

La muestra estará conformada por 30 jóvenes que prestan servicio militar voluntario.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.**

#### **Métodos teóricos**

**Análisis documental.** Técnica que consiste en la revisión concienzuda de material bibliográfico, clasificando dicha información según su pertinencia dentro de un estudio y, hacer un análisis con base a los objetivos de investigación (Bernal, 2016)

#### **Métodos empíricos**

**Juicio de expertos.** Técnica que consiste en la revisión de un instrumento o propuesta metodológica por parte de un grupo de expertos que establece que el documento objeto de juicio es válido para lo que dice tener validez (Hernández y Mendoza, 2018)

**Producción metodológica.** Técnica que consiste en la generación de producto que permita realizar una mejor medición, que, en la presente tesis, es la generación de un

programa cognitivo conductual para intervenir en el amor (Hernández y Mendoza, 2018).

**Encuesta:** es un método de investigación que implica la recopilación de datos a través de preguntas estandarizadas realizadas a un grupo específico de personas, conocido como muestra (Hernández y Mendoza, 2018).

En lo que respecta los instrumentos, se hizo uso del cuestionario un medio el cual permite recoger información de manera rápida y precisa. La escala de actividad del amor concreto ACC, creada por Rodas en el año 2011, dicha escala está conformada por 40 preguntas, con un medio de respuesta tipo escala Likert y está orientada a evaluar 3 dimensiones: intimidad (1 – 18), compatibilidad (19-28) y proyectividad (29-40). La codificación de las respuestas corresponde nunca (1), Casi nunca (2), A veces (3), Casi siempre (4) y Siempre (5).

Miranda (2018) determino las propiedades psicométricas del instrumento, para conocer la distribución interna de los reactivos. La validez se terminó mediante el criterio de juicio de expertos, recurrió a 10 profesionales en el tema, quienes evaluaron lo reactivos teniendo en cuenta la claridad, relevancia y pertinencia. Así mismo realizo el análisis V de Aiken, donde se obtuvo valores que oscilan entre .75 y 1, lo que indica que lo reactivos cumplen con los criterios de validez.

La confiabilidad del instrumento se determinó mediante el coeficiente Alpha de Cronbach, de se obtuvo un valor =0.96 para la escala general, =0.94 para la dimensión de intimidad, =0.84 para la dimensión compatibilidad y =0.89 para proyectividad, dichos valores indican que el instrumento posea fiabilidad para ser administrado en la muestra (Miranda, 2018).

### **3.2. Procedimientos de análisis de datos**

En primer lugar, se identificó el instrumento con el cual se recolecto la información, se determinó la muestra donde se aplicó la escala y luego se solicitó permiso a las autoridades de la institución para poder acceder a los participantes. Antes de la aplicación del instrumento se explica el objetivo de la investigación y se les explica el consentimiento legal. Después de ello, se realizó la aplicación del instrumento AAC en personal militar voluntario, se verifica que todas las preguntas estén con sus



respectivas respuestas, y luego los datos se ordenaran en una base de datos en Excel, para luego ser procesado en el programa SPSS. Sav.25. Así mismo, se realizó el análisis descriptivo de los datos en SPSS v26, para determinar el diagnóstico actual del problema y la comparación pre y post test. Asimismo, para el análisis inferencial, se procedió a determinar la distribución de los datos mediante la prueba de la normalidad, finalmente para la contratación de la hipótesis se aplicó la prueba de Wilcoxon, para determinar las diferencias entre los resultados obtenidos del pre y post test.

### **3.3. Criterios éticos**

Los principios éticos a los que la presente investigación responde son los establecidos por la Universidad Señor de Sipán (2019), quien establece que los criterios éticos en investigación son:

Se debe proteger a las personas por su dignidad y diversidad sociocultural, por lo cual, es necesario el consentimiento informado expresado mediante documento. Se debe ser transparente tanto en la elección del tema de estudio como en su desarrollo y la difusión de los hallazgos.

Se debe cumplir con el rigor científico y los criterios éticos que son aceptados por la comunidad científica.

### **3.4. Criterios de Rigor científico**

**Interpretación de resultados.** Las investigaciones mixtas logran incrementar los datos, los cuales se van recopilando y analizando para luego ser contrastada con los objetivos y las hipótesis

**La validez de constructo:** Es un concepto fundamental en la evaluación de la calidad de una medida o prueba en investigación científica. Se refiere al grado en que un instrumento de medición realmente mide el constructo teórico o la variable subyacente que pretende medir.

**Consentimiento informado:** Los participantes tienen que firmar esta documentación para poder participar legalmente en la investigación.

#### IV. RESULTADOS

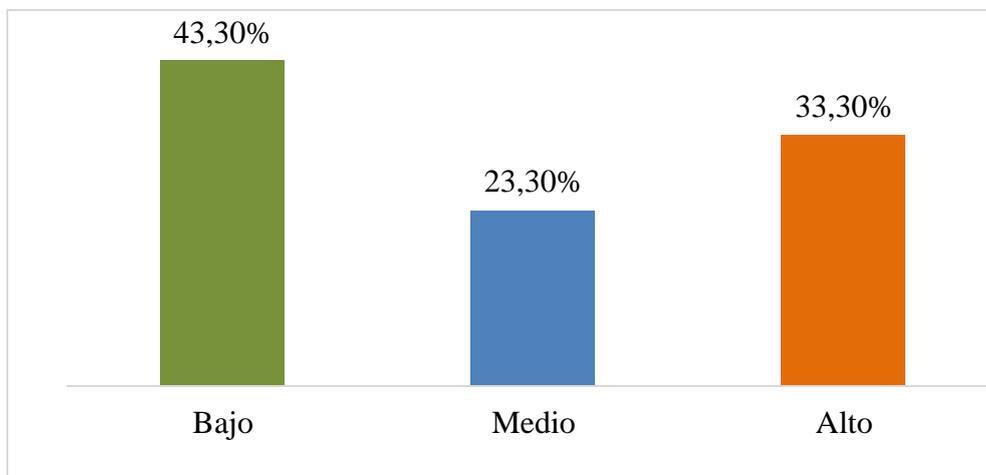
**Tabla 2**

*Nivel de desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense*

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	13	43,3%
Medio	7	23,3%
Alto	10	33,3%
Total	30	100,0%

**Figura 1**

*Nivel de la dinámica del proceso cognitivo conductual en el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense*



Se logra observar los niveles de diagnóstico actual de la variable actividad del amor concretos, con los datos abalizados del pro test se evidencia que el 43,3% del personal militar presenta niveles bajos y el 33,3% nivel alto, esto nos permite interpretar que existen una cierta cantidad de parejas que presenta dificultades en cuanto a los indicadores de compatibilidad, intimidad y proyectividad en una relación.

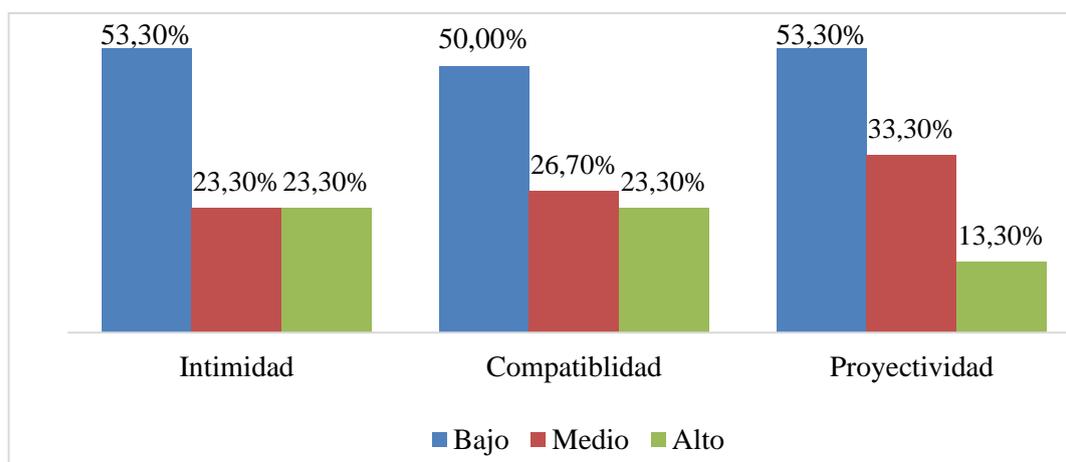
**Tabla 3**

*Nivel de la dimensión de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.*

		Recuento	% de N columnas
Intimidad	Bajo	16	53,3%
	Medio	7	23,3%
	Alto	7	23,3%
Compatibilidad	Bajo	15	50,0%
	Medio	8	26,7%
	Alto	7	23,3%
Proyectividad	Bajo	16	53,3%
	Medio	10	33,3%
	Alto	4	13,3%

**Figura 2**

*Nivel de la dimensión de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.*



Se observa de frecuencia y los niveles porcentuales de las dimensiones de la variable actividad del amor concreto en el personal militar. En la dimensión intimidad el 53,3% presento niveles bajos, con ello se evidencia que en su mayoría los encuestados presentan dificultades para demostrar afecto, búsqueda de vivencias compartidas y apoyo emocional en su relación. Así mismo, en la dimensión de compatibilidad, el 50% presentan dificultades en lo que respecta comunicación constante, respeto de valores individuales y búsqueda de la felicidad de la pareja. Finalmente, el 53,3% de la muestra, evidencia niveles bajos de proyectividad, es decir no comparten con su pareja metas personales y proyectos, compromisos de la relación y planes a futuro.

## V. DISCUSION

La actividad del amor concreto como se ha ido viendo es la manifestación tangibles y prácticas del amor en la vida diaria. Más allá de las palabras y los sentimientos, implica acciones concretas que demuestran el amor hacia otra persona. Esto puede incluir gestos como el cuidado, la atención, el apoyo, la comprensión, el respeto y la generosidad hacia la persona amada. En resumen, la actividad del amor concreto se traduce en hacer cosas específicas que demuestren y fortalezcan el amor en una. Ante ello la presente investigación tiene como finalidad de aplicar un programa cognitivo conductual el cual contribuya con la mejora de los niveles de la actividad de amor concreto, para ello fue necesario diagnosticar el estado actual de la variable y sus dimensiones.

Dentro de los resultados se encontró niveles bajos de indicadores de compatibilidad, intimidad y proyectividad en una relación, puesto que el 43.3% muestran niveles bajos de la actividad de amor concreto en una relación. Este resultado tiene similitud s con lo hallado por Rivera (2019),\_donde un poco más del 60% de parejas muestra un nivel medio de actividad del amor concreto Estos resultados arrojados por el estudio se relacionan de manera directa con lo que afirman Bonilla y Rivas (2021), sobre las creencias de desigualdad que aún rigen en nuestro entorno y que son obstáculo para la mejora de la actividad del amor y las relaciones íntimas. Además, que como lo manifiestan Soriano et al., (2021) es nuestra cultura la que condiciona la estabilidad de las relaciones de pareja. Puesto que aún existe la tendencia de excluir a la mujer en cuanto a cómo se percibe el amor y en la vida cotidiana (García, et al., 2019). Los resultados realizados en la población y los encontrados en diversos repositorios sostienen las deficiencias que se presentan en el desarrollo de la variable en la población.

Así mismo en cuanto a las dimensiones se observa niveles porcentuales bajos. En la dimensión intimidad el 53,3% presento niveles bajos, evidenciando que en su mayoría el personal militar presenta dificultades para demostrar afecto, búsqueda de vivencias compartidas y apoyo emocional en su relación. En la dimensión de compatibilidad, el 50% presentan dificultades en lo que respecta comunicación constante, respeto de valores individuales y búsqueda de la felicidad de la pareja. Finalmente, el 53,3% de la muestra, evidencia niveles bajos de proyectividad, es decir no comparten con su pareja metas personales y proyectos, compromisos de la relación y planes a futuro. Llaulle (2021); Pérez (2020); Cerda y Palomino (2019); Cubas (2020) exhibieron que hombres y mujeres en

nuestra sociedad aún optan por las agresiones verbales y físicas cuando hay conflicto, haciendo que muchas veces el tipo de apego que predomine sea el temeroso evitativo, e incluso el ansioso, que casi siempre termina en una forma de dependencia emocional

Así mismo, Soriano et al. (2021) en su estudio realizado en España logro determinar que el 43.7% de los encuestados manifiestan que tienen el tiempo limitado con sus parejas, por temas laborales, académicos o familiares, y solo el 32.2% valora el tiempo de pareja, la intimidad en el amor y la valoración al amor romántico. La actividad amorosa concreta es un sistema procesal estable en el tiempo, y cuando hablamos de amor no podemos analizarlo bien. Tiene componentes estructurales que son parte observable, es una serie de acciones encaminadas a adquirir y aumentar información (emociones, conocimientos, expectativas-motivaciones) en el contexto del socio. En otras palabras, la actividad amorosa es lo que uno hace para fomentar el amor.

Por otra parte, la compatibilidad se relaciona con procedimientos objetivos que demuestran que la persona es conocida, y se manifiesta a través de técnicas de resolución de disputas, comunicación asertiva, respeto mutuo, decisiones compartidas, etc. De acuerdo con la literatura revisada, los conceptos asociados a esta variable son: Coordinación, complementariedad, colaboración, negociación. La compatibilidad informa que la persona es conocida y amada (Molina, 2021).

Por último, La subjetividad recoge procedimientos objetivos que conducen a las expectativas, motivos e intereses de la persona en relación con su pareja, tales como la construcción de proyectos de pareja, compromisos, fijación de metas a corto y largo plazo. Así, a través de la subjetividad, informamos que la persona es amada y podemos ver que estamos comprometidos con la relación. Las parejas forman diferentes proyectos en su relación, tales como proyectos económicos, proyectos de fertilidad, proyectos sociales y proyectos de comunicación (Karandashev, 2019).

## **VI. APORTE DE LA INVESTIGACIÓN**

### **6.1. Fundamentación del aporte práctico**

Esta teoría podría sostener que el amor va más allá de las expresiones verbales o los sentimientos internos, y se demuestra mediante el compromiso, el cuidado, el apoyo y otras acciones concretas hacia la persona amada. En otras palabras, el amor concreto se manifiesta en cómo tratamos a los demás y en las cosas que hacemos por ellos, más que en lo que decimos o sentimos.

Por lo tanto, la intimidad se basa en procedimientos objetivos para expresar emociones como la compasión, la admiración, la pasión, el romance, el apoyo mutuo, la calidez y la caricia. A través de la intimidad se transmite la simpatía que sienten los demás. Cabe señalar que el concepto de pasión e intimidad se integra en este trabajo junto con el concepto de intimidad (pero desde un punto de vista amoroso concreto) (Chand et al.,2023).

La terapia cognitivo conductual los procesos del sueño, reduce la depresión, el estrés, y los diferentes síntomas, los índices de suicidio y los casos psiquiátricos. Concluyendo en la relevancia del uso de un programa como técnica en la TCC (Uddin, 2021). La TCC es una forma de psicoterapia que se enfoca en cómo los pensamientos y las percepciones afectan los sentimientos y comportamientos de una persona. Es una de las terapias más investigadas y ampliamente utilizadas para una variedad de trastornos mentales y problemas emocionales (Tadeu, 2021).

La técnica fundamental dentro de las actividades que se estipulan en el programa es la psicoeducación, puesto que se centra en la forma en que el psicólogo responsable impartirá los aspectos teóricos y prácticos dentro del marco del desarrollo y fortalecimiento de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario del ejército de Lambayeque (Carstensen, 2021).

### **6.2. Construcción del aporte práctico**

De acuerdo con los resultados encontraron las falencias en el amor concreto, las cuales tienen que ver con dificultades en: las demostraciones de afecto, apoyo emocional, satisfacción en la intimidad, comunicación constante, compromiso en la relación, unión ante las adversidades y toma de decisiones en pareja. Esto de acuerdo a la Escala de la

Actividad del Amor Concreto al personal militar voluntario del ejército de Lambayeque, se ha propuesto un programa con enfoque cognitivo-conductual con el fin de fortalecer la actividad del amor concreto en su dimensión de: Intimidad. Asimismo, con el objetivo de desarrollar y entrenarlos en las dimensiones de: Compatibilidad y Proyectividad; las cuales han mostrado puntuaciones menores a la media a comparación de la dimensión anterior. Esto refleja que en estas últimas dos sesiones se necesita mayor atención y es en lo que se pretende hacer énfasis para la intervención.

Este programa se ha planificado teniendo cuenta cinco fases, las cuales se describen a continuación:

Fase I: Diagnóstico

Fase II: Objetivo general

Fase III: Planeación estratégica

Fase IV: Instrumentación

Fase V: Criterios de evaluación

## **Fase I: Diagnóstico**

### **Cuestionario**

Basado en una técnica que pretende obtener información mediante la aplicación de un instrumento para evaluar un atributo psicológico de un determinado grupo de personas, utilizando un formato con enunciados directos y puntuaciones que se basan en escala de Likert (Bernal, 2016). También, se menciona que en este trabajo se utilizó la Escala de Actividad del Amor Concreto (EAAC), el cual posee adecuados índices de validez y fiabilidad para ser aplicado en la población en la cual se encuentra dirigido el presente programa terapéutico. Asimismo, la aplicación del instrumento mencionado se realizó de manera presencial.

### **Análisis documental**

Se trata de una técnica que se fundamenta en la exploración de fuentes viables y referenciadas de la variable en estudio, que permita su contraste con los objetivos propuestos en la investigación (Bernal, 2016)

### **Criterio de expertos**

Todo instrumento para ser aplicado en alguna población, debe de gozar de un adecuado índice de validez. En este caso la validez por criterio de expertos es un elemento fundamental para asegurar la adaptación de la prueba a la población objetivo; es decir, un instrumento debe contener la más mínima adecuación a la realidad de a quienes se pretende aplicar. De esta manera, este tipo de validez asegura que una prueba pueda o no aplicarse en un área geográfica distintiva a la de origen (Hernández y Mendoza, 2018).

### **Características metodológicas**

En este apartado se considera los aspectos en los que se guía una investigación, de manera que la metodología guía al programa de intervención para conseguir la adecuada evaluación y análisis de la variable en estudio, de manera que marque la pauta para encaminar el proceso terapéutico (Hernández y Mendoza, 2018).

### **Dimensionalidad de la variable**

La presente variable en investigación es la Actividad del Amor Concreto desde un enfoque cognitivo-conductual, cuyas dimensiones son:

- Intimidad
  - Dificultades en la expresiones y demostraciones de afecto hacia la pareja
  - Negatividad en la búsqueda de vivencias compartidas
  - Déficit en el brindar apoyo emocional hacia la pareja
  - Insatisfacción en la intimidad
  - Negativa en la búsqueda de nuevas experiencias en pareja
- Compatibilidad
  - Falta del valor respeto en la relación de pareja
  - Problemas en la comunicación
  - Negativa búsqueda en cuanto a la felicidad de pareja
  - Involucramiento en conductas nocivas
- Proyectividad
  - Incapacidad para compartir metas personales y proyectos
  - Inexistente compromiso en la relación
  - Incapacidad para realizar planes a futuro a corto y largo plazo
  - Desunión ante las adversidades
  - Incapacidad para la toma de decisiones en pareja



En base a la fase de diagnóstico de la presente investigación se exponen las propuestas:

- Describir al personal militar voluntario del ejército de Lambayeque en base a la intimidad en el proceso cognitivo-conductual de la actividad del amor concreto.
- Describir al personal militar voluntario del ejército de Lambayeque en base a la compatibilidad en el proceso cognitivo-conductual de la actividad del amor concreto.
- Describir al personal militar voluntario del ejército de Lambayeque en base a la proyectividad en el proceso cognitivo-conductual de la actividad del amor concreto.

### **Fase II: Objetivo general**

Sistematizar el proceso CC considerando a la intimidad, compatibilidad y proyectividad del personal militar voluntario del ejército de Lambayeque.

### **Fase III: Planeación estratégica**

Planificaron el desarrollo mediante el enfoque CC e impulsar el amor concreto reflejado en la actitud; de por medio pretendiendo también el abordaje de problemáticas en base a las estrategias como contingencia que forman parte de las sesiones, juntamente con la retroalimentación para forjar el aprendizaje. Es así como se deriva en tres etapas

#### **Etapa I: Intimidad**

Objetivo:

- Establecer un entorno de equilibrio /(confianza-apoyo) en los sujetos de la muestra, guiando sus destrezas como parte del programa; fortaleciendo también sus capacidades en cuanto a las emociones-afectos, intimidad, apoyo emocional, etc. Logrando las vivencias nuevas en pareja.

Actividades a realizar:

- Establecer el encuadre terapéutico (delimitar sesiones y tiempo de las mismas).
- Instaurar las normas de convivencia.
- Dinámicas de entrada y cierre de sesión
- Psicoeducación sobre intimidad
- Retroalimentación de la sesión

Responsable:

- Psicóloga responsable del programa de intervención

### **Etapa II: Compatibilidad**

Objetivo: Desarrollar y entrenar a los participantes con respecto a: Respeto a los valores individuales, comunicación constante, búsqueda de la felicidad en pareja. Así como generar la evitación y el cambio de conductas nocivas.

Actividades a realizar:

- Dinámicas de entrada y cierre de sesión
- Psicoeducación sobre compatibilidad
- Retroalimentación de la sesión

Responsable:

- Psicóloga responsable del programa de intervención

### **Etapa III: Proyectividad**

Objetivo: Desarrollar y entrenar a los participantes en la capacidad de: Compartir metas personales y proyectos, compromiso en la relación, búsqueda de planes a futuro a corto y largo plazo, unión ante las adversidades y toma de decisiones en pareja.

**Actividades**

- Dinámicas de entrada y cierre de sesión
- Psicoeducación sobre proyectividad
- Retroalimentación de la sesión

**Responsable:**

- Psicóloga responsable del programa de intervención.

<b>Dimensión</b>	<b>Sesiones</b>	<b>Objetivos</b>
Intimidad	Sesión 01	Mejorarle clima entre los sujetos referentes a confianza y apoyo considerando sus aptitudes.
	Sesión 02	Mejorar las capacidades de los sujetos en el manejo de emociones afecto y apoyo emocional.
	Sesión 03	Mejorar la capacidad de compartir vivencias pasadas y explorar nuevas experiencias en pareja.
	Sesión 04	Fortalecer la aptitud en sentir satisfacción en la intimidad.
Compatibilidad	Sesión 05	Desarrollar y entrenar en los participantes el respeto y la comunicación constante.
	Sesión 06	Desarrollar y entrenar en los participantes la búsqueda de la felicidad en pareja.
	Sesión 07	Desarrollar y entrenar en los participantes la capacidad para evitar y cambiar comportamientos nocivos.
	Sesión 08	Desarrollar habilidades de comunicación asertiva en los participantes
Proyectividad	Sesión 09	Desarrollar y entrenar a los participantes en la capacidad para compartir metas personales y proyectos en pareja a corto y largo plazo.
	Sesión 10	Desarrollar y entrenar en los participantes la capacidad de compromiso en la relación de pareja.
	Sesión 11	Desarrollar y entrenar en los participantes la capacidad de unión ante las adversidades y la toma de decisiones en pareja.
	Sesión 12	Fomentar la proyección de pareja en cuanto a los planes a futuro, los cuales involucren metas y objetivos

<b>Sesión 1</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Establecer un clima de confianza y apoyo entre los participantes tomando en consideración sus potencialidades y actitud positiva.	<p align="center"><b>Inicio de la sesión</b></p> <p>Se salud a los sujetos, y mencionar el tema de la sesión, mencionando las normas y planteado un encuadre adecuado terapéutico.</p> <p align="center"><b>Dinámica de entrada – La madeja de lana</b></p> <p>Se usará un bollo de hilo, el primer sujeto menciona su nombre, pasatiempo y algunos datos, luego el tirará el bollo a otro compañero al azar, y así sucesivamente viendo como se va creando una tela de araña</p> <p>El facilitador al final de que todos se hayan presentado explicará que mensaje de la dinámica es que todos siempre estamos conectados a las personas que nos rodean. Es nuestra misión practicar los valores para mantener una convivencia armoniosa.</p>	15 min	Afiches, rotafolio, papelotes.  Hojas bond.  Lapiceros o lápices.
	<p align="center"><b>Desarrollo de la sesión</b></p> <p>Se buscará saber sobre las experiencias de los sujetos, así que cada uno contará y dará su punto de vista sobre relaciones y el amor de pareja</p> <p align="center"><b>Dinámica central – Una carta</b></p> <p>Se pedirá que escriban una carta dirigida a ellos mismos de manera individual. De manera que en ella escriban las cosas en las que tienen dificultades y deban mejorar. Colocarán sus nombres cada uno de ellos y se las entregarán al facilitador. Esto con el fin de que al finalizar el programa de intervención vuelvan a leerla y analicen si han alcanzado logros</p>	35 min	Plumones.  Ovillo de hilo.

	<p>para mejorar y fortalecer la actividad del amor concreto en sus relaciones de pareja.</p> <p style="text-align: center;"><b>Retroalimentación</b></p> <p>El facilitador después de la dinámica les explicará que se trata de una dinámica de carácter confidencial, de tal manera que los participantes no se muestren inseguros al entregar la carta con sus nombres, preguntando, por ejemplo:  ¿Qué te pareció esta primera sesión? ¿Crees que este programa va a ser de ayuda para ti? ¿Qué significa la pareja en tu vida? ¿Cuál crees que es el elemento fundamental en las relaciones de pareja? ¿Por qué?</p>		
	<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la sesión</b></p> <p>Se cierra la sesión mediante una lluvia de ideas sobre el tema, pidiendo también que usen una palabra para etiquetar sobre ello. Se despide.</p>	10 min	

<b>Sesión 2</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Fortalecer en los participantes la capacidad para demostrar afecto y apoyo emocional.	<b>Inicio de la sesión</b> El terapeuta saludará y realizará el encuadre adecuado <b>Dinámica de entrada – La pelota preguntona</b> Se hará un círculo con todos los participantes. Haciendo uso de una pelota en la mano dirá su nombre y 2 características de su persona que le agradan y 2 características que desea mejorar. De tal manera que todos participen. Esto será de utilidad para el facilitador para descubrir aspectos de la personalidad de los participantes que le servirán para encaminar las sesiones subsiguientes.	15 min	Afiches, rotafolio, papelotes.
	<b>Desarrollo de la sesión - Psicoeducación</b> Hablará sobre el tema, las teorías y aspectos relevantes; se usará didácticas como afiches, videos, ppt, libros, etc. que ahonden mejor el tema y haga entender a las personas sobre la importancia de tener capacidad de mostrar afecto. <b>Dinámica central – Dar y recibir afecto</b> Dinámica de bombardeo intenso, para experimental emociones y afectos; Se hará que a cada sujeto todos puedan darle comentarios positivos donde cerrará los ojos y solo escuchará los elogios. A medida que se pueda, se hará que esos elogios se vayan diciendo frente a frente y puedan comentar visualmente también para una mayor efectividad de la dinámica. <b>Retroalimentación</b> El facilitador después de la dinámica les hará preguntas como: ¿Qué te pareció esta dinámica? ¿Cómo te has sentido? ¿Crees que es importante expresar los afectos? ¿Por qué? ¿Qué te impide hacerlo dentro de tu hogar? ¿Estarías dispuesto a cambiar un insulto por abrazos?	35 min	Hojas bond.  Lapiceros o lápices.  Plumones.  Pelota.
	<b>Cierre de la sesión</b> Se realizará la retroalimentación y lluvia de ideas referente al tema. Se despide.	10 min	

<b>Sesión 3</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Fortalecer en los participantes la capacidad de compartir vivencias pasadas y explorar nuevas experiencias en pareja.	<b>Inicio de la sesión</b> Se saluda se realiza el encuadre, y da una pequeña inducción del tema <b>Dinámica de entrada – Armando la palabra</b> Se reparte hojas con letras en cada uno y los sujetos tendrá que ir formando palabra. Al finalizar la dinámica cuando se ha formado la palabra, se pedirá a un voluntario que de un alcance acerca de la palabra que se formado.	15 min	Afiches, rotafolio, papelotes.
	<b>Desarrollo de la sesión - Psicoeducación</b> Tema: capacidad de compartir vivencias pasadas y explorar nuevas experiencias en pareja. Se usará herramientas didácticas. <b>Dinámica central – Lo vivido</b> El facilitador formará grupos pequeños con los participantes de tal manera que, en subgrupos, cada participante haga una lista de 5 experiencias de vida en pareja. Todos los participantes de los subgrupos deberán hacer una consolidación de sus experiencias. Para que en el grupo general cada responsable de grupo lea las experiencias que han reunido de sus compañeros. Esto servirá para que los participantes observen que habrá experiencias compartidas y algunas que aún o han experimentado con sus parejas. <b>Retroalimentación</b> El facilitador después de la dinámica les hará algunas preguntas como: ¿Qué te pareció la dinámica? ¿Qué experiencias de pareja aún te faltan descubrir? ¿Estarías dispuesto a experimentarlas con tu pareja? ¿Qué te impide hacerlo?	35 min	
	<b>Cierre de la sesión</b> Se realizará la retroalimentación y lluvia de ideas referente al tema. Se despide.	10 min	

<b>Sesión 4</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Fortalecer en los participantes la capacidad de sentir satisfacción en la intimidad.	<b>Inicio de la sesión</b>	15 min	Afiches, rotafolio, papelotes.  Hojas bond.
	<p>Se saluda se realiza el encuadre, y da una pequeña inducción del tema</p> <p style="text-align: center;"><b>Dinámica de entrada – El círculo revoltoso</b></p> <p>El dinamizador pide a las personas que se coloquen en círculo, ya sea de pie o sentados.</p> <p>Explica que existen tres órdenes: “Naranja”, “Banana” y “Círculo”. El dinamizador se pone en el centro del círculo y señala a uno de los compañeros diciéndole una de esas tres órdenes.</p> <p>Si es “Naranja”, la persona debe decir el nombre de su compañero que tiene sentado a la izquierda. Si es “Banana” el de su compañero de la derecha. Finalmente, si es “círculo” todos los miembros del grupo deben cambiarse de sitio.</p> <p>El dinamizador controla el tiempo de la actividad e implica a todos los integrantes del grupo en la actividad.</p>		
	<b>Desarrollo de la sesión - Psicoeducación</b>	35 min	Lapiceros o lápices.  Plumones.
	<p>El moderador presentará en base a la psicoeducación, aspectos teóricos y prácticos acerca de la capacidad de sentir satisfacción en la intimidad. Para ello hará uso de recursos didácticos como: diapositivas, videos, casuística; donde se deje en evidencia la necesidad de adaptar nuestros pensamientos y conductas para lograr fortalecer sus propias capacidades y potencialidades con respecto a la actividad del amor concreto.</p> <p style="text-align: center;"><b>Dinámica central – Foro</b></p> <p>Se hace un círculo y designando a cada uno Naranja, banana, manzana, intercalándolos, a la persona que le toque dirá el nombre del nombre de la derecha y si a divina se tiene que cambiar de asiento.</p>		



<p style="text-align: center;"><b>Retroalimentación</b></p> <p>El facilitador después del foro, hará preguntas como: ¿Qué te pareció la sesión de hoy? ¿Estás de acuerdo con las apreciaciones de tus compañeros? ¿Sí o no, por qué? ¿Crees que es importante la satisfacción en la intimidad dentro de las relaciones de pareja? ¿Cómo contribuye a la relación?</p>		
<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la sesión</b></p> <p>Se realizará la retroalimentación y lluvia de ideas referente al tema.</p> <p>Se despide.</p>	10 min	

<b>Sesión 5</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Desarrollar y entrenar en los participantes el respeto y la comunicación constante.	<p><b>Inicio de la sesión</b></p> <p>Se saluda se realiza el encuadre, y da una pequeña inducción del tema.</p> <p><b>Dinámica de entrada – Me voy de viaje</b></p> <p>Todos se sientan en un círculo. El facilitador comienza diciendo: “Me voy de viaje y me llevo un abrazo”, y abraza a la persona a su derecha. Entonces esa persona tiene que decir “Me voy de viaje y me llevo un abrazo y una palmada en la espalda” y le da a la persona a su derecha un. abrazo y una palmada en la espalda. Cada participante repite lo que se ha dicho y añade una nueva acción a la lista. Continúe alrededor del círculo hasta que todos hayan tenido un turno.</p>	15 min	Afiches, rotafolio, papelotes.
	<p><b>Desarrollo de la sesión - Psicoeducación</b></p> <p>Se hablará sobre el tema, respeto y la comunicación constante. Para ello hará uso de recursos didácticos como: diapositivas, videos, casuística, etc.</p> <p><b>Dinámica central – Los anteojos</b></p> <p>Se usará unos anteojos de ‘papel, cada uno tendrá emociones, y cada uno que le toque, en grupo, cada uno puede expresar cómo se ha sentido y qué ha visto a través de los anteojos. Puede ser el inicio de un diálogo sobre los problemas de comunicación.</p> <p><b>Retroalimentación</b></p> <p>El facilitador después de la dinámica les hará preguntas como:  ¿Qué te pareció esta dinámica? ¿Es posible que lleves tales anteojos todo el tiempo y no te permitan ver con claridad? ¿Crees que es importante la comunicación dentro de la relación de pareja? ¿Por qué? ¿Practicas la comunicación constante dentro de tu relación de pareja?</p>	35 min	Hojas bond.  Lapiceros o lápices.  Plumones.
	<p><b>Cierre de la sesión</b></p> <p>Se realizará la retroalimentación y lluvia de ideas referente al tema. Se despide.</p>	10 min	

<b>Sesión 6</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Desarrollar y entrenar en los participantes la búsqueda de la felicidad en pareja.	<p align="center"><b>Inicio de la sesión</b></p> <p>Se saluda se realiza el encuadre, y da una pequeña inducción del tema.</p> <p align="center"><b>Dinámica de entrada – Toca algo de color</b></p> <p>El facilitador pedirá al azar a un participante que se ponga de pie y que dentro de todo lo que esté en su entorno incluyendo sus compañeros busque y toque algo del color que le pida. De tal manera que, si le pide que toque algo de color rojo, tendrá que ir y buscar un objeto de dicho color y deberá tocarlo. Una vez que haya cumplido, el participante deberá asignar a otro compañero para realizar la dinámica con el color que le pida.</p>	15 min	Afiches  Hojas bond.
	<p align="center"><b>Desarrollo de la sesión - Psicoeducación</b></p> <p>Se hará una inducción del tema búsqueda de la felicidad en pareja. Para ello hará uso de recursos didácticos como: diapositivas, videos, casuístico, etc.</p> <p align="center"><b>Dinámica central – El cofre de la felicidad</b></p> <p>Los participantes estarán sentados y formando un gran círculo. El facilitador les pedirá a los integrantes que en una hoja dibujen un cofre. Ese será el cofre de cada uno donde tienen a resguardo 3 cosas que los hacen muy felices.</p> <p>Una vez que terminen de hacer el dibujo se les debe dar diez minutos para que piensen los 3 tesoros que guardan ahí. Pueden ser sentimientos, personas, cualidades, experiencias de vida, o lo que quieran.</p> <p>Sin ningún orden específico, cada participante se presentará ante el grupo mostrando su dibujo y dando a conocer su nombre. Además, contará los 3 tesoros que almacena su cofre.</p> <p align="center"><b>Retroalimentación</b></p>	35 min	Lapiceros o lápices.  Plumones.

	<p>El facilitador después de la dinámica hará preguntas como: ¿Qué te ha parecido la dinámica? ¿Crees que tienes más tesoros que guardar en tu cofre? ¿Cuánto vale tu cofre?</p>		
	<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la sesión</b></p> <p>Se realizará la retroalimentación y lluvia de ideas referente al tema. Se despide.</p>	10 min	

<b>Sesión 7</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
<p>Desarrollar y entrenar en los participantes la capacidad para evitar y cambiar comportamientos nocivos.</p>	<p><b>Inicio de la sesión</b></p> <p>Se saluda se realiza el encuadre, y da una pequeña inducción del tema.</p> <p style="text-align: center;"><b>Dinámica de entrada – Tráeme algo</b></p> <p>Los participantes se dividen en pequeños equipos por sí mismos y los equipos se colocan lo más lejos posible del facilitador. Entonces el facilitador dice “Tráeme...” y dice el nombre de un objeto que esté cerca. Por ejemplo, “Tráeme los zapatos de un hombre o los de una mujer”. El equipo corre para traer lo que se ha pedido.</p> <p>Usted puede repetir esto varias veces, pidiendo a los equipos que traigan diferentes cosas.</p>	15 min	<p>Afiches, rotafolio, papelotes.</p> <p>Hojas bond.</p>
	<p><b>Desarrollo de la sesión - Psicoeducación</b></p> <p>El moderador presentará en base a la psicoeducación, aspectos teóricos y prácticos acerca de la capacidad para evitar y cambiar comportamientos nocivos. Para ello hará uso de recursos didácticos como: diapositivas, videos, casuística; donde se deje en evidencia la necesidad de adaptar nuestros pensamientos y conductas para lograr fortalecer sus propias capacidades y potencialidades con respecto a la actividad del amor concreto.</p> <p style="text-align: center;"><b>Dinámica central – Descubriendo lo que daña</b></p> <p>El facilitador pide a los participantes que en una hoja hagan una lista de los comportamientos negativos que realizan dentro de la relación, así como también de los comportamientos dañinos que perciben de su pareja. Esto con el fin de poder conocer qué comportamientos nocivos poseen las relaciones de pareja y así poder modificarlos.</p>	35 min	<p>Lapiceros o lápices.</p> <p>Plumones.</p>

	<p>El facilitador tomará una hoja al azar y leerá lo que ha colocado el participante de manera anónima. De esta manera el moderador realizará un análisis y brindará pautas para la solución de tal aspecto.</p> <p style="text-align: center;"><b>Retroalimentación</b></p> <p>El facilitador después de la dinámica hará preguntas como: ¿Qué te pareció la sesión? ¿Cómo crees que los comportamientos nocivos dañan una relación?</p>		
	<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la sesión</b></p> <p>Se realizará la retroalimentación y lluvia de ideas referente al tema. Se despide.</p>	10 min	

<b>Sesión 8</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Desarrollar habilidades de comunicación asertiva en los participantes.	<p align="center"><b>Inicio de la sesión</b></p> <p>Mediante la dinámica diálogo dibujado, se fomentará el desarrollo de habilidades comunicativas por parte de los participantes.</p> <p align="center"><b>Dinámica de entrada</b></p> <p>Se formarán parejas y cada uno se les repartirá una hoja en blanco. Los participantes deben dibujar durante dos minutos. Al terminar el dibujo se unirán y formarán grupos de cuatro. Nuevamente se reparte una hoja a cada equipo y se vuelve a repetir la consigna dibujar por dos minutos. Al finalizar el tiempo se vuelven a agrupar los equipos formando subgrupos de 8 integrantes y se realiza otra vez la actividad. Se debe repetir el ejercicio hasta que quede un solo grupo de personas. Se escogerán a 5 voluntarios a quienes se hará preguntas de ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad? ¿Pudieron hacer aportes? ¿Se entendieron «de alguna manera» con su compañero? Después de ello se explica lo importante que es trabajar en equipo para llegar a tener mejores resultados ya sea dentro de la familia, pareja o trabajo.</p>	15 min	Afiches, rotafolio, papelotes.  Hojas bond.  Lapiceros o lápices.
	<p align="center"><b>Desarrollo de la sesión - Psicoeducación</b></p> <p>Se explicará sobre los beneficios de la comunicación asertiva.</p> <p>Importancia de la comunicación dentro de una relación.</p> <p>Pautas para una buena comunicación dentro de la relación.</p>	35 min	Plumones.
	<p align="center"><b>Cierre de la sesión</b></p> <p>Se realizará la retroalimentación y lluvia de ideas referente al tema.</p> <p>Se despide.</p>	10 min	

<b>Sesión 9</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Desarrollar y entrenar a los participantes en la capacidad para compartir metas personales y proyectos en pareja a corto y largo plazo.	<p align="center"><b>Inicio de la sesión</b></p> <p>El moderador hará la presentación del programa, dará la bienvenida a los participantes y estipulará aspectos propios del encuadre terapéutico junto con las normas de convivencia.</p> <p align="center"><b>Dinámica de entrada – La cola de dragón</b></p> <p>El facilitador pide al grupo que se divida en dos. Los dos grupos forman dragones (filas) tomándose unos a otros por la cintura y haciendo una línea larga.</p> <p>La última persona de la línea tiene un colgante amarrado a su cintura (bufanda, chompa, etc.) para formar la cola del dragón. El objetivo es que dragón tome la cola del otro sin perder su propia cola en el proceso.</p>	15 min	Afiches, rotafolio, papelotes.
	<p align="center"><b>Desarrollo de la sesión - Psicoeducación</b></p> <p>El moderador presentará en base a la psicoeducación, aspectos teóricos y prácticos acerca de la capacidad para compartir metas personales y proyectos en pareja a corto y largo plazo. Para ello hará uso de recursos didácticos como: diapositivas, videos, casuística; donde se deje en evidencia la necesidad de adaptar nuestros pensamientos y conductas para lograr fortalecer sus propias capacidades y potencialidades con respecto a la actividad del amor concreto.</p> <p align="center"><b>Dinámica central – Proyectándonos a futuro</b></p> <p>El facilitador solicitará a cada participante que realice un dibujo en una hoja donde se plasme su proyección a futuro con su pareja. Y en la parte trasera de la hoja, redacte un cuento corto acerca del dibujo que ha realizado. De manera que el facilitador luego tome al azar un dibujo y de lectura al cuento. Posterior a ello se hará un análisis de lo que se ha plasmado. Se procurará hacerlo con la mayoría de los trabajos.</p>	35 min	Hojas bond.  Lapiceros o lápices.  Plumones.



	<p style="text-align: center;"><b>Retroalimentación</b></p> <p>El facilitador después de la dinámica analizará junto a los participantes lo que implica cada trabajo de la dinámica central, y hará acotaciones con respecto a lo que podría implementar en ese aspecto. De tal manera que se haga una puesta en común con los elementos que refuercen la relación de pareja para su proyección a futuro.</p>		
	<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la sesión</b></p> <p>Se realizará la retroalimentación y lluvia de ideas referente al tema. Se despide.</p>	10 min	

<b>Sesión 10</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Desarrollar y entrenar en los participantes la capacidad de compromiso en la relación de pareja.	<p align="center"><b>Inicio de la sesión</b></p> <p>El moderador hará la presentación del programa, dará la bienvenida a los participantes y estipulará aspectos propios del encuadre terapéutico junto con las normas de convivencia.</p> <p align="center"><b>Dinámica de entrada – Pasa el paquete</b></p> <p>El facilitador envuelve un pequeño regalo con muchas capas de papel diferentes. En cada capa escribe una tarea o una pregunta. Ejemplos de tareas son ‘cantar una canción’ o ‘abrazar a la persona junto a usted’. Ejemplos de preguntas son ‘¿Cuál es su color favorito?’ o ‘¿Cuál es su nombre?’ El facilitador empieza a dar palmadas con sus manos. Los participantes pasan el paquete a través del círculo o lo tiran de una persona a otra. Cuando el facilitador para de aplaudir, la persona que tiene el paquete desenvuelve una capa de papel y hace la tarea o contesta la pregunta que está escrita en el papel. El juego continúa hasta que todas las capas hayan sido desenvueltas. El regalo es para la persona que desenvuelve la última capa de papel.</p>	15 min	Afiches, rotafolio, papelotes.  Hojas bond.  Lapiceros o
	<p align="center"><b>Desarrollo de la sesión - Psicoeducación</b></p> <p>El moderador presentará en base a la psicoeducación, aspectos teóricos y prácticos acerca de la capacidad de compromiso en la relación de pareja. Para ello hará uso de recursos didácticos como: diapositivas, videos, casuística; donde se deje en evidencia la necesidad de adaptar nuestros pensamientos y conductas para lograr fortalecer sus propias capacidades y potencialidades con respecto a la actividad del amor concreto.</p> <p align="center"><b>Dinámica central – Carta de compromiso</b></p> <p>El facilitador pedirá a todos los participantes que escriban una carta de compromiso para su pareja. Donde describan las actitudes y comportamientos que mejorarán en sí mismos en pro de su relación de</p>	35 min	lápices.  Plumones.

	<p>pareja. Dicha carta la guardarán y le harán entrega a sus parejas en el momento que ellos consideren oportuno.</p> <p style="text-align: center;"><b>Retroalimentación</b></p> <p>El facilitador a manera de feedback, hará un análisis de todo lo que ha observado del grupo y los cambios que ha observado en ellos. Los motivará ser mejores personas en las diferentes esferas de la vida, haciendo mayor énfasis en la relación de pareja.</p>		
	<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la sesión</b></p> <p>Se realizará la retroalimentación y lluvia de ideas referente al tema. Se despide.</p>	10 min	

<b>Sesión 11</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Desarrollar y entrenar en los participantes la capacidad de unión ante las adversidades y la toma de decisiones en pareja.	<p align="center"><b>Inicio de la sesión</b></p> <p>El moderador hará la presentación del programa, dará la bienvenida a los participantes y estipulará aspectos propios del encuadre terapéutico junto con las normas de convivencia.</p>	15 min	
	<p align="center"><b>Desarrollo de la sesión - Psicoeducación</b></p> <p>El moderador presentará en base a la psicoeducación, aspectos teóricos y prácticos acerca de la capacidad de unión ante las adversidades y la toma de decisiones en pareja. Para ello hará uso de recursos didácticos como: diapositivas, videos, casuística; donde se deje en evidencia la necesidad de adaptar nuestros pensamientos y conductas para lograr fortalecer sus propias capacidades y potencialidades con respecto a la actividad del amor concreto.</p> <p align="center"><b>Dinámica central – Mi carta</b></p> <p>El facilitador repartirá las cartas que escribieron los participantes al inicio de programa, con el fin de que vuelvan a leerla y analicen si han alcanzado logros para mejorar y fortalecer la actividad del amor concreto en sus relaciones de pareja. Luego de ellos les pedirá sus apreciaciones, donde se discuta si hay algo por mejorar y qué soluciones se podría tomar para lograrlo.</p> <p align="center"><b>Retroalimentación</b></p> <p>El facilitador en esta fase hará una síntesis de todas las sesiones desarrolladas en el programa de intervención, de manera que se concluya con la fase de la psicoeducación.</p>	35 min	Afiches, rotafolio, papelotes.  Hojas bond.  Lapiceros o lápices.  Plumones.
	<p align="center"><b>Cierre de la sesión</b></p> <p>Se realizará la retroalimentación y lluvia de ideas referente al tema. Se aplica el pos test. Se despide.</p>	10 min	



<b>Sesión 12</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Fomentar la proyección de pareja en cuanto a los planes a futuro, los cuales involucren metas y objetivos.	<p align="center"><b>Inicio de la sesión</b></p> <p>Cada participante debe escribir en un papel las cualidades que tiene cada una de sus parejas y el motivo que los ha mantenido unidos hasta el momento. Así mismo se les hará la pregunta si es que en algún momento se han visualizado a futuro y en caso ser negativo, que escriban también porque no lo han hecho. A través de ello se psicoeduca sobre la importancia de hacer partícipe a sus parejas en sus actividades y la proyección a futuro.</p>	15 min	Papel bond.
	<p align="center"><b>Desarrollo de la sesión – Psicoeducación</b></p> <p>Se les pide a los participantes elaboren una lista de deseos que consideren que deban realizar junto a sus parejas.</p>	35 min	
	<p align="center"><b>Cierre de la sesión</b></p> <p>Los participantes deben compartir sus experiencias al elaborar su lista de deseos y como es que las llevarían a cabo, para que busquen mejorar su relación.</p>	10 min	

#### **Fase IV: Instrumentación**

Para que el presente programa se pueda llevar a cabo en la población objetivo, se tendrá que realizar una serie de pasos. Los cuales se detallan en el siguiente recuadro:

Nº	Responsable	Actividad	Respuesta	Plazo a ejecutar
1	Psicólogo Investigador	Coordinar con el director de la institución militar	Permiso para la evaluación aplicación del programa de intervención	Enero
2	Director de la institución militar	Informar a los militares acerca del programa de intervención	Informe a los militares voluntarios del ejército sobre la evaluación y el programa a desarrollarse	Enero
3	Psicólogo Investigador	Aplicación del consentimiento informado	Personal militar informado acerca del programa a aplicarse	Febrero
4	Psicólogo Investigador	Aplicación del pre test: Escala de la Actividad del Amor Concreto (EAAC)	Diagnóstico situacional del entorno y población a evaluar	Febrero
5	Psicólogo Investigador	Elaboración del programa para el desarrollo de la actividad en personal militar voluntario de una institución castrense	Cognitivo-Conductual del amor concreto de una institución castrense	Mayo

---

#### **Fase V: Criterios de evaluación**

Los criterios de evaluación del presente programa cognitivo-conductual para el desarrollo y fortalecimiento de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario del ejército de Lambayeque, se subdivide en tres fases, las cuales son:

##### **Primera fase:**

Este primer apartado se obtiene de la aplicación del pre test a la población objetivo, donde se han evaluado mediante la Escala de la Actividad del Amor Concreto (EAAC); lo que ha dado lugar al diagnóstico situacional del entorno de acuerdo a las dimensiones que evalúa la prueba, las cuales son: Intimidad, compatibilidad y proyectividad.

**Segunda fase:**

Esta fase tiene que ver con la evaluación continua de las sesiones del programa, las cuales se pueden obtener de acuerdo a las actividades de retroalimentación y las dinámicas de abstracción que se estipulan previo a las sesiones subsiguientes a aplicar.

**Tercera fase:**

Este apartado consiste en la evaluación global posterior a la aplicación del programa en base al pos test, de acuerdo a las 12 sesiones aplicadas.



## VII. CORROBORACIÓN DE RESULTADOS

**Tabla 4**

*Comparación de pre y post test sobre los niveles de la Actividad del Amor Concreto*

Nivel	Pre test		Post test	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	13	43,3%	0	0%
Medio	7	23,3%	8	28%
Alto	10	33,3%	21	72%
Total	30	100,0%	30	100.0

Mediante la tabla 4 se muestra los resultados porcentuales obtenidos en la aplicación del pre y post test, donde se observan cambios significativos, puesto que se obtuvo que el 43,3% de los participantes se encontraban en un nivel bajo antes de aplicar el programa cognitivo conductual bajo y solo el 33,3% niveles altos. En cuanto a la aplicación post test el 72% se ubicó en nivel alto y el 0% de participantes en nivel bajo. Denotando de esa manera que las sesiones aplicadas mediante el programa han logrado cumplir con los objetivos planteados.

**Tabla 5**

*Comparación de los puntajes correspondientes a la Escala de la Actividad del Amor Concreto de las etapas pre y post test utilizando la prueba de Wilcoxon.*

Categoría	Rangos	N	Media de Rangos	Z	P
Pre y post	Negativo	4	7.50	2.479*	0.001
Test	Positivo	26			
	Empate	0			
	Total	30			

En la tabla 5, en la cual se muestra el índice global de la actividad del amor concreto, cuya media de rango positivo fue de 7.50, un puntaje Z de 2.479 y un valor de significancia que no supera el valor mínimo de 0.05. Lo que permite afirmar que existen diferencias estadísticamente significativas entre los resultados obtenidos de la aplicación de los instrumentos. De manera que se puede interpretar de la forma en que

el programa de intervención ha causado un efecto positivo en la actividad del amor concreto en el personal militar voluntario.

**Tabla 6**

*Comparación de los puntajes correspondientes al componente Intimidad de las etapas pre y post test utilizando la prueba de Wilcoxon.*

Categoría	Rangos	N	Media de Rangos	Z	P
Pre y post	Negativo	5	600	4.659*	0.001
Test	Positivo	25	0.00		
	Empate	0			
	Total	30			

En la tabla 6, se observan los resultados que pertenecen a la dimensión Intimidad, donde se halla una media de rangos de 6.00, un puntaje Z de 4.659 y un valor de significancia menor al 0.05. Siendo este un indicador de que se ha producido efecto también en el componente que aguarda aspectos como la mejora en las demostraciones de afecto, compartir experiencias vividas, brindarse apoyo emocional, satisfacerse en la intimidad y explorar nuevas experiencias en pareja.

**Tabla 7**

*Comparación de los puntajes correspondientes al componente Compatibilidad de las etapas pre y post test utilizando la prueba de Wilcoxon.*

Categoría	Rangos	N	Media de Rangos	Z	P
Pre y post	Negativo	2	7.00	3.179*	0.001
Test	Positivo	26	0.00		
	Empate	2			
	Total	30			

En la tabla 7, se evidencian los puntajes que corresponden al componente Compatibilidad, donde se ha encontrado la existencia de una media de rangos positivo de 7.00, un puntaje Z de 3.179 y un p valor menor al 0.05. Lo que demuestra que de la misma forma se ha causado un cambio en la muestra de estudio en lo que concierne a la capacidad para respetar los valores individuales, mantener una

comunicación constante, búsqueda de la felicidad de la pareja, evitación y cambios con respecto a los comportamientos nocivos.

**Tabla 8**

*Comparación de los puntajes correspondientes al componente Proyectividad de las etapas pre y post test utilizando la prueba de Wilcoxon.*

Categoría	Rangos	N	Media de Rangos	Z	P
Pre y post Test	Negativo	2	6.00	2.787*	0.001
	Positivo	27			
	Empate	1			
	Total	30			

En la tabla 8, se observan los resultados del componente Proyectividad, en el cual se ha alcanzado una media de rangos positivo de 6.00, un puntaje Z de 2.787 y un valor de p menor al 0.05. Indicando que se ha causado efecto positivo en características propias de la dimensión dentro de la actividad del amor concreto, que tienen que ver con aspectos como: Mejorar el compromiso en la relación, hacer planes a futuro, compartir metas personales, estar unidos en las adversidades y toma de decisiones en pareja.

## VIII. CONCLUSIONES

- Se fundamentó epistemológicamente el proceso cognitivo conductual y su dinámica con respecto a la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.
- Se caracterizó los antecedentes históricos del proceso cognitivo conductual y su evolución en cuanto a la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.
- Se diagnosticó el estado actual de la dinámica del proceso cognitivo conductual en el personal militar voluntario de una institución castrense de Lambayeque, mediante la Escala de la Actividad del Amor Concreto, donde se obtuvo que el 43,3% de los participantes presentan niveles bajos en el pre test de actividad de amor concreto.
- Se evidencia cambio significativo, de efecto positivo en la contratación de resultados, mediante la prueba de Wilcoxon, se obtuvo un nivel de significancia  $p < 0.05$ , tanto para la variable general como para sus dimensiones, intimidad, proyectividad y compatibilidad, lo que indica que el programa aplicado a tenido impacto sobre la muestra.

## **IX. RECOMENDACIONES**

- Se recomienda a los participantes asistir a talleres psicoeducativos sobre el desarrollo de habilidades sociales, a fin de mejorar aspectos comunicativos, de empatía, control de emociones, etc., lo cuales contribuyan con las mejoras significativas en su relación.
- Se recomienda que, debido a la existencia de niveles bajos de la valoración de la actividad del amor concreto, se fomente la participación en sesiones de terapia de pareja a fin de mejorar sus vínculos afectivos y conocer la importancia de construir relaciones sanas.
- Se recomienda que, debido al impacto significativo del programa cognitivo conductual sobre la muestra, se pueda aplicar las sesiones para todo el personal militar de esa institución y en otras instituciones a fin de conseguir cambios significativos en muestras similares y mejorar su calidad de vida.
- Se recomienda a la comunidad científica, se realicen estudios correlacionales a fin de conocer variables que estén relacionadas con los niveles bajos de la actividad del amor concreto.

## REFERENCIAS

- Apolinario, J., Drüge, M., y Fritsche, L. (2020). Cognitive Behavioral Therapy, Mindfulness-Based Cognitive Therapy and Acceptance Commitment Therapy for Anxiety Disorders: Integrating Traditional with Digital Treatment Approaches. [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-981-32-9705-0\\_17](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-981-32-9705-0_17)
- Armijos, T., y Polo, E. (2022). *La terapia cognitivo conductual y terapia cognitivo conductual transdiagnóstica en pacientes con anorexia nerviosa: un estudio de revisión crítica*. <https://doi.org/10.29018/issn.2588-1000vol6iss42.2022pp239-250>
- Atwood, M., y Friedman, A. (2019). A systematic review of enhanced cognitive behavioral therapy (CBT-E) for eating disorders. 53(3). <https://doi.org/10.1002/eat.23206>
- Avsar, V., y Sevim, S. (2022). The Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy Including Updating the Early Life Experiences and Images with the Empty Chair Technique on Social Anxiety. <https://doi.org/https://doi.org/10.21449/ijate.1062613>
- Becerra, C., y Bances, D. (2018). *TIPOS DE AMOR Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE PAREJA, ATENDIDAS EN UN v.* [Tesis de maestría, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo], Repositorio de la UCSTM. [https://tesis.usat.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12423/1380/TL\\_%20BecerraTerronesCintya\\_BancesTu%c3%b1oqueDeysi.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12423/1380/TL_%20BecerraTerronesCintya_BancesTu%c3%b1oqueDeysi.pdf)
- Beck, J. (2020). Cognitive Behavior Therapy, Third Edition: Basics and Beyond. [https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=yb\\_nDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=moments+of+cognitive+behavioral+therapy&ots=wjnUKEEZXe&sig=bfuetUA5Hfjek\\_eEWtBD3LUrkNA#v=onepage&q=moments%20of%20cognitive%20behavioral%20therapy&f=false](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=yb_nDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=moments+of+cognitive+behavioral+therapy&ots=wjnUKEEZXe&sig=bfuetUA5Hfjek_eEWtBD3LUrkNA#v=onepage&q=moments%20of%20cognitive%20behavioral%20therapy&f=false)
- Bernal, C. (2016). *Metodología de la investigación: administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. <http://biblioteca.unfv.edu.pe/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=21008>
- Bieling, P., McCabe, R., y Antony, M. (2022). Cognitive-Behavioral Therapy in Groups. <https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=2LtzEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=>

PPI&dq=moments+of+cognitive+behavioral+therapy&ots=69qCPNrgSG&sig=gea  
tniiiMzZfnJEfUgaKYrJWIDw#v=onepage&q=moments%20of%20cognitive%20b  
ehavioral%20therapy&f=false

- Blackwell, S., y Heidenreich, T. (2021). Cognitive Behavior Therapy at the Crossroads. *International Journal of Cognitive Therapy*, 14, 1-22. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s41811-021-00104-y>
- Bonilla, E., y Rivas, E. (2021). Beliefs about romantic love and intimate relationships: implications for young people in the Community of Madrid. *Informes psicológicos*, 21(2), 243-257. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v21n2a15>
- Cárdenas, M. (2023). Educación de la relación de parejas en la formación inicial de docentes. *Scielo*, 19(1). [https://doi.org/http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-29552023000100093](https://doi.org/http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-29552023000100093)
- Carstensen, L. (2021). Socioemotional Selectivity Theory: The Role of Perceived Endings in Human Motivation. *The Gerontologist*, 61(8), 1188-1196. <https://doi.org/10.1093/geront/gnab116>
- Casafranca, S. (2021). *Actitudes hacia el amor y satisfacción de pareja en jóvenes universitarios entre 18 y 25 años de Lima metropolitana*. [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Perú], Repositorio de la PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/19609>
- Cerda, M., y Palomino, C. (2019). “*Relación entre el amor concreto y la violencia percibida y practicada en la pareja en jóvenes*”. [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo], Repositorio de la UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/41619>
- Chand, S., Kuckel, D., y Huecker, M. (2023). Cognitive Behavior Therapy. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470241/>
- Cubas, M. (2020). *Tipos de amor y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja de una institución educativa de Chiclayo*. [Tesis de maestría, Universidad Señor de Sipán], Repositorio de la USS. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/7761>

- Dozois, D., Dobson, K., y Rnic, K. (2019). Historical and philosophical bases of the cognitive-behavioral therapies. <https://psycnet.apa.org/record/2019-03300-001>
- Fajardo, A., y Wobbeking, M. (2020). Programa de intervención para estimular la reserva cognitiva en el envejecimiento activo. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7718173>
- Flórez, Y., Sánchez, R., Figueroa, M., Gómez, Y., y Díaz, S. (2022). *Conflicto, salud y satisfacción: diferencias por etapa en parejas de la Ciudad de México*. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0254-92472022000100293](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472022000100293)
- Garcia, A. (2019). *Amor y felicidad en estudiantes de una Universidad de la ciudad de Chiclayo* 2018. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/72603/Guzm%C3%A1n\\_RJEC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/72603/Guzm%C3%A1n_RJEC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- García, J., Hernández, C., y Monter, N. (2019). Amor romántico entre estudiantes universitarios una mirada desde la perspectiva de género. *La venta*(49). <https://www.scielo.org.mx/pdf/laven/v6n49/1405-9436-laven-6-49-218.pdf>
- Guzman, J. (2021). *Revisión Sistemática del Amor Romántico y la Violencia de Pareja en Adolescentes y Jóvenes*. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/72603/Guzm%C3%A1n\\_RJEC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/72603/Guzm%C3%A1n_RJEC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Habigzang, L., Ferreira, M., y Zamanga, L. (2019). Terapia Cognitivo Conductual para mujeres que sufrieron violencia por su pareja íntima: Estudio de casos múltiples. *13*(2). [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1688-42212019000200249](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212019000200249)
- Hernández, R., y Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: las rutas: cuantitativa ,cualitativa y mixta. <http://repositorio.uasb.edu.bo/handle/54000/1292>
- Kahana, E., Bhatta, T., Kahana, B., y Lekhak, N. (2021). Loving Others: The Impact of Compassionate Love on Later-Life Psychological Well-being. *76*(1), 391–402. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa188>



- Karandashev, V. (2019). Idealization and Romantic Beliefs in Love. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-15020-4\\_4](https://doi.org/10.1007/978-3-030-15020-4_4)
- Lee, S., Ward, K., y Rodriguez, C. (2022). Longitudinal Analysis of Short-term Changes in Relationship Conflict During COVID-19: A Risk and Resilience Perspective. *J Interpers Violence*, 37. <https://doi.org/10.1177/08862605211006359>
- Li, J., Li, X., Jiang, J., Xu, X., Wu, J., Xu, Y., y Lin, X. (2020). The Effect of Cognitive Behavioral Therapy on Depression, Anxiety, and Stress in Patients With COVID-19: A Randomized Controlled Trial. 11. <https://doi.org/doi.org/10.3389/fpsy.2020.580827>
- Lieberman, H. (2021). *Can 'Covid Counseling' Save Your Relationship?* Glamour: <https://www.glamour.com/story/coronavirus-couples-counseling>
- Ligman, K., Rodriguez, L., y Rocek, G. (2021). Jealousy and Electronic Intrusion Mediated by Relationship Uncertainty in Married and Cohabiting Couples During COVID-19. 24(7). <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0669>
- Llaille, A. (2021). *Estilos de amor y tácticas de resolución de conflictos en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Federico Villareal], Repositorio de la UNFV. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/4825>
- Magnelli, A. (2021). Beyond criticism, why does love matter? *Investigacion en ciencias sociales*, 13(17), 45-52. <https://p3.entendiste.ar/index.php/miriada/article/view/5485>
- Matuk, A. (2021). Experiencias subjetivas de satisfacción con la pareja en adultos heterosexuales de Lima con relaciones de larga trayectoria. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/19831>
- Mendez, N. (2023). Intervención cognitivo-conductual para un alto grado de malestar ante actividades laborales: un estudio de caso. <https://www.redalyc.org/journal/6882/688273887004/688273887004.pdf>
- Miranda, J. (2018). "Propiedades psicométricas de la Escala que mide Amor Concreto en adultos de 40 a 60 años en dos distritos de Lima 2018."

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/29335/Miranda\\_AJ.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/29335/Miranda_AJ.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Molina, S. (2021). El amor como modo primordial de la existencia. *47(108)*.

<https://doi.org/https://doi.org/10.18566/cueteo.v47n108.a09>

Montero, S., García, A., y Pérez, L. (2021). Educar desde el amor. *Educare*, *25(1)*.

<https://doi.org/https://revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/educare/article/view/1457>

Mujica, F. (2020). *El amor en la sociedad, un viaje a la bondad humana* (Vol. 9789403603070). México: Coverdesign. <https://acortar.link/KI9MfS>

Mutsuhiro, N., Kentaro, S., y Nagisa, S. (2021). Cognitive-behavioral therapy for management of mental health and stress-related disorders: Recent advances in techniques and technologies. *15(16)*.

<https://link.springer.com/article/10.1186/s13030-021-00219-w>

Navarro, C. (2020). Representaciones sociales de la masculinidad, feminidad y amor romántico en mujeres de Lima Metropolitana.

<https://doi.org/https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/17589>

Panez, A., y Vallejos, J. (2020). Estilos de amor en la pareja y variables asociadas. *9(1)*.

<https://doi.org/https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/psiquemag/article/view/207>

Peñarrieta, M. (2022). *Libro guía del facilitador para formar cuidadores familiares del Programa “Trabajando* (Primera Edición ed.). México: Comunicación científica S.A. <https://doi.org/10.52501/cc.049a>

Pérez, A. (2019). *Amor y felicidad en estudiantes de una universidad de la ciudad de Chiclayo- 2018*. [Tesis de maestría, Universidad Señor de Sipán], Repositorio de la USS.

<https://hdl.handle.net/20.500.12802/6362>

Perez, R. (2020). *Estilos de Apego y actitudes hacia el amor en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*. Repositorio de la UPAO.

<https://hdl.handle.net/20.500.12759/6898>

- Pietromonaco, P., y Overall, N. (2021). Implications of social isolation, separation, and loss during the COVID-19 pandemic for couples' relationships. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.07.014>
- Rivera, L. (2019). Actividad del amor concreto y satisfacción marital en personal militar de Lambayeque. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/7026>
- Robles, F., Galicia, I., Sánchez, A., y Núñez, E. (2022). Maltrato en el noviazgo y estilos de amor en alumnos de secundaria, bachillerato y licenciatura. *Psicología desde el Caribe*, 38(1), 95-116. <https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/12574>
- Rodas, N., y Molina, J. (2012). Propiedades psicométricas de la escala sobre la actividad del amor concreto en una muestra de jóvenes de una universidad particular de Trujillo. [https://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/investigacion\\_psicologia/v15\\_n2/pdf/a11v15n2.pdf](https://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/investigacion_psicologia/v15_n2/pdf/a11v15n2.pdf)
- Rodríguez, T., y Rodríguez, Z. (2020). Intimidación y relaciones de pareja durante la pandemia de la COVID-19 en Guadalajara. 27(78-79). <https://doi.org/https://doi.org/10.32870/ees.v28i78-79.7206>
- Rodríguez, L., Vivas, S., Herrera, M., y Calvo, C. (2022). Terapia de conducta: raíces, evolución y reflexión sobre la vigencia del conductismo en el contexto clínico. *Ebsco*, 43(3), 209. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol.2994>
- Romanowska, M., y Dobroczyński, B. (2020). Unconscious processes in Aaron Beck's cognitive theory: Reconstruction and discussion. 30(2). <https://psycnet.apa.org/record/2020-29288-005>
- Sachser, C., Olaru, G., Pfeiffer, E., Brähler, E., Vera, C., Rassenhofer, M., Witt, A., y Fegert, J. (2021). The immediate impact of lockdown measures on mental health and couples' relationships during the COVID-19 pandemic - results of a representative population survey in Germany. 278. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.113954>
- Sacoto, M., France, M., Jayo, L., y Moreta, R. (2020). Percepciones sobre amor, compromiso, fidelidad y pareja en jóvenes universitarios de Quito. <https://doi.org/https://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/111424>

- Sánchez, J., y Martínez, S. (2024). Terapia cognitiva para la prevención del suicidio en militares veteranos. *Revista cubana de medicina humana*, 53(1). <https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/25369>
- Soojung, L., y Eunjoon, L. (2020). Effects of Cognitive Behavioral Group Program for Mental Health Promotion of University Students. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17(10), 3500. <https://doi.org/10.3390/ijerph17103500>
- Soriano, E., Cala, V., Soriano, M., y García, E. (2021). Love, Relationships and Couple Happiness: A Cross-Cultural Comparison Among Spanish Couples and Moroccan Couples in Southern Spain. *15*(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.5964/ijpr.4177>
- Tadeu, P. (2021). La terapia cognitivo-conductual y su relevancia en el proceso terapéutico. *1*. <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia-es/la-terapia-cognitivo>
- Toro, L., Yuliana, k., y Jiménez, A. (2019). *Características del enfoque Cognitivo-Conductual en pacientes con cáncer desde una perspectiva psicooncológica*. [https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/7542/1/UVDTTP\\_ToroLuisaFerna%20nda\\_2019.pdf](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/7542/1/UVDTTP_ToroLuisaFerna%20nda_2019.pdf)
- Tsai, M., Hardebeck, E., Pinheiro, F., Turlove, H., Nordal, K., Vongdala, A., Zhang, W., y Kohlenberg, R. (2020). Helping Couples Connect during the COVID-19 Pandemic: A Pilot Randomised Controlled Trial of an Awareness, Courage, and Love Intervention. *Randomized Controlled Trial*, 12(4). <https://doi.org/10.1111/aphw.12241>
- Uddin, L. (2021). Cognitive and behavioural flexibility: neural mechanisms and clinical considerations. *Nature Reviews Neuroscience volume*, 22, 167-179. <https://www.nature.com/articles/s41583-021-00428-w>
- Urbano, A., Martínez, R., y Iglesias, M. (2021). Revisión de la investigación sobre relaciones de pareja en países hispanohablantes (2000-2018). *Redaly*, 38(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.3.2>
- Yildiz, N. (2020). COVID-19 SÜRECİNDE İLİŞKİLERİNDE SORUN YAŞAYAN ÇİFTLERE YÖNELİK DUYGU ODAKLI AİLE DANIŞMANLIĞI. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 39. <https://doi.org/https://doi.org/10.46928/iticusbe.756426>

Zayed, A., y Dhingra, H. (2023). *Cognitive behavioral therapy (CBT): definition, purpose, and how does it work?* <https://diamondrehabthailand.com/what-is-cognitive-behavioral-therapy/>



## ANEXOS

### Anexo 1: Operacionalización de las variables

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Programa Cognitivo Conductual	La principal razón de existencia es el estudio del comportamiento humano, mediante el entendimiento de los procesos cognitivos a nivel mental de los sujetos, en casos de cuatros clínicos este proceso se ve alterado a un sin números de razones que va variando dependiendo de la experiencia del sujeto.	La variable independiente Programa Cognitivo Conductual se efectúa y se evalúa mediante la aplicación de las sesiones, las cuales están organizadas en fases y etapas de acuerdo al diagnóstico actual según el pretest.	Introducción / fundamentación	Problemática	Cualitativa
				Estrategias	
			Diagnóstico	Evaluación del estado actual	
				Evaluación de las dimensiones	
			Planeamiento del objetivo general	Garantía y valor significativo del estudio	
			Planeación estratégica	Autonomía	
				Entorno	
Propósito de su existencia					
Instrumentación	Aplicación del instrumento a los sujetos				
	Tiempo				
	Riesgos y obstáculos				
Actividad del Amor Concreto	El amor concreto se define como un conjunto de actividades que realiza la pareja o una de ellas con el fin de aumentar el amor, o en casos aislados disminuirlo, el cual pertenece a un modelo psicológico para entender	Esta variable es medida mediante la Escala de Actividad del Amor Concreto, elaborada por Rodas y Molina (2012), dicho instrumento está orientado a evaluar tres	Intimidad	Demostración de afecto	Cuantitativa
				Apoyo emocional	
				Experiencia de nuevas aventuras	
				Satisfacción de la intimidad emocional y física	
			Búsqueda de vivencias cotidianas		
Compatibilidad	Comportamiento sano				

	cómo es que funcionan las parejas, evaluar tanto las situaciones de logro o de fracaso, buscando entender las razones de cómo y porque las personas actúan de determinada manera en una relación amorosa.	dimensiones y consta de cuarenta preguntas.		Comunicación y convivencia	
				Actos de servicio	
				Respeto	
			Proyectividad	Compromiso	
				Iniciativa y ganas de planear en pareja	
				Compartir responsabilidades y decisiones	
				Demostrar unión y apoyo	
				Compartir metas y proyectos	



**Anexo 2: Matriz de consistencia**

**Título: PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEL AMOR CONCRETO EN PERSONAL MILITAR VOLUNTARIO DE UNA INSTITUCIÓN CASTRENSE**

<b>Formulación del Problema</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Técnicas e Instrumentos</b>
<p>Insuficiencia en el proceso cognitivo conductual, limita el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.</p>	<p><b>Objetivo general:</b></p> <p>Aplicar un programa terapéutico con enfoque cognitivo-conductual para el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fundamentar epistemológicamente el proceso cognitivo conductual y su dinámica con respecto a la actividad del amor concreto.</li> <li>- Caracterizar los antecedentes históricos del proceso cognitivo conductual y su dinámica en cuanto a la actividad del amor concreto.</li> <li>- Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso cognitivo conductual en el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.</li> <li>- Elaborar un programa cognitivo conductual para el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.</li> <li>- Corroborar científicamente los resultados de la investigación mediante un pre-experimento.</li> </ul>	<p><b>Técnicas:</b></p> <p>Análisis documental.</p> <p>Juicio de expertos</p> <p>Producción metodológica</p> <p>Encuesta</p>
	<p><b>Hipótesis</b></p>	<p><b>Instrumentos:</b></p> <p>Escala de actividad del amor concreto.</p>

	Si se aplica un Programa Cognitivo Conductual, que tenga en cuenta la relación entre la intimidad, compatibilidad y proyectividad, entonces se contribuye al desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.		
<b>Tipo y diseño de la Investigación</b>	<b>Población y muestra</b>		<b>VARIABLES Y DIMENSIONES</b>
Es de tipo aplicada y diseño experimental.	<b>Población:</b>	<b>Muestra</b>	<b>Variable independiente</b>
	200 jóvenes bajo régimen de internamiento militar voluntario.	La muestra estará conformada por 30 jóvenes que prestan servicio militar voluntario.	Programa cognitivo conductual
			<b>Dimensiones</b>
		<b>Variable dependiente</b>	<b>Dimensiones</b>
		Actividad del amor concreto	Intimidad Compatibilidad Proyectividad

### Anexo 03: Instrumentos

#### ESCALA AAC (PARTICIPANTES)

**Instrucciones:** Este cuestionario se encuentra dirigido al personal militar voluntario que forma parte del Centro Médico Militar “Divino Niño del Milagro de Eten”, el cual está dirigido a diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso cognitivo conductual, que tiene como propósito obtener información sobre su real forma de actuar con su pareja, es decir, según los gestos o acciones que usted realiza en su relación actual.

Asimismo, cuenta con 40 ítems, por cada enunciado elija solo una de las alternativas marcando con una “X” en el recuadro de la acción que mejor lo describa a usted, para ello contará con las siguientes alternativas, las cuales van de menor a mayor:

CN: Casi Nunca.

R: Regularmente.

CS: Casi Siempre.

PF: Poco Frecuente.

MF: Muy Frecuente.

	ÍTEMS	CN	PF	R	MF	CS
<b>INTIMIDAD</b>						
1	Acaricio a mi pareja.					
2	Soy tierno(a) con mi pareja (tomarle la mano, acariciar, besar, susurrar, etc.).					
3	Suelo llamar a mi pareja con palabras de cariño.					
4	Le preparo sorpresas a mi pareja (le escribo cartas o tarjetas, le regalo cosas, peluches, etc.).					
5	Me nace buscar con mi pareja momentos y lugares para estar a solas.					
6	Le expreso afectuosamente lo que siento por el (ella).					
7	Soy detallista con mi pareja (soy atento, le doy importancia a pequeñas cosas, etc.).					
8	Suelo ser romántico(a) con mi pareja (le canto, recito, le doy flores, etc.).					
9	Le digo a mi pareja lo mucho que lo(a) quiero.					
10	Acompaño a mi pareja en sus alegrías.					

11	Le hago pasar buenos momentos (en los que hay risas, alegría, diversión, etc.).					
12	Le doy apoyo emocional cuando se siente triste (escucho, converso, aconsejo, etc.).					
13	Lo(a) abrazo fuertemente para expresarle mis sentimientos.					
14	Le comunico (por medio de detalles) mis sentimientos positivos y negativos.					
15	Hay ocasiones en las que le muestro admiración que siento por el (ella).					
16	Acompaño a mi pareja en los momentos difíciles por los que pasa.					
17	Procuro que las relaciones de intimidad sean satisfactorias para los dos (cercanía, relaciones sexuales, etc.).					
18	Con mi pareja experimento nuevas emociones.					
<b>COMPATIBILIDAD</b>						
19	Respeto sus valores personales (filosóficos, religiosos, ideológicos, políticos, etc.).					
20	Hago cosas para completar mis actividades con las de mi pareja.					
21	Cuando discutimos, escucho atentamente a mi pareja.					
22	Acepto los defectos y las virtudes de mi pareja.					
23	Me esfuerzo para que exista una comunicación constante.					
24	Ni bien veo a mi pareja, tengo algo que hablarle.					
25	Trato de cambiar alguna conducta mía que puede dañar la relación.					
26	Me esfuerzo en hacer feliz a mi pareja.					
27	Acepto a mi pareja tal como es.					
28	Busco la mejor forma para resolver nuestras dificultades.					

<b>PROYECTIVIDAD</b>					
29	Trato de compartir con mi pareja alguna de mis metas personales.				
30	Me comprometo para lograr que nuestra relación prospere.				
31	Hago cosas que nos ayudaran en el futuro (estudiar, trabajar, ahorrar dinero, poner un negocio, etc.).				
32	Le menciono a mi pareja las expectativas, aspiraciones, sueños, ambiciones que tengo.				
33	Trato de dirigir nuestro amor hacia logros conjuntos.				
34	Le propongo hacer “proyectos de pareja” (casarnos o no, conseguir un lugar donde vivir, tener hijos, etc.).				
35	Busco hacer planes a corto plazo con mi pareja (actividades cercanas en el tiempo).				
36	Busco hacer planes a largo plazo con mi pareja (actividades lejanas en el tiempo).				
37	Dedico tiempo para hacer crecer nuestra relación.				
38	Asumo parte de la responsabilidad en mejorar nuestra relación.				
39	Le digo a mi pareja para seguir juntos a pesar de los conflictos.				
40	Ambos planeamos tener o ya no tener hijos juntos.				

**ESCALA AAC**  
**(PERSONAL DE SALUD MENTAL)**

**Instrucciones:** Este cuestionario se encuentra dirigido al personal de salud mental que forma parte del Centro Médico Militar “Divino Niño del Milagro de Eten”, el cual está dirigido a diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso cognitivo conductual, que tiene como propósito obtener información sobre la real forma de actuar con su pareja por parte del personal militar voluntario, es decir, según los gestos o acciones que realizan en su relación actual.

Asimismo, cuenta con 40 ítems, por cada enunciado elija solo una de las alternativas marcando con una “X” en el recuadro de la acción que mejor lo describa a usted, para ello contará con las siguientes alternativas, las cuales van de menor a mayor:

CN: Casi Nunca.

R: Regularmente.

CS: Casi Siempre.

PF: Poco Frecuente.

MF: Muy Frecuente.

	ÍTEMS	CN	PF	R	MF	CS
<b>INTIMIDAD</b>						
1	Considera que los soldados acarician a sus parejas.					
2	Cree que los soldados son tiernos con sus parejas, es decir, le toman la mano, acarician, besan, susurran, etc.					
3	Los soldados suelen llamar a sus parejas con palabras de cariño.					
4	Cree que los soldados le preparen sorpresas a sus parejas (les escriben cartas o tarjetas, les regalan cosas, peluches, etc.).					
5	A los soldados les nace buscar con su pareja momentos y lugares para estar a solas.					
6	Los soldados expresan afectuosamente lo que siento por su pareja.					
7	Los soldados son detallistas con sus parejas (son atentos, le dan importancia a pequeñas cosas, etc.).					

8	Los soldados suelen ser románticos con sus parejas (les cantan, recitan, les dan flores, etc.).					
9	Los soldados les dicen a sus parejas lo mucho que las quieren.					
10	Cree que los soldados acompañan a sus parejas en sus alegrías.					
11	Considera que los soldados les hacen pasar buenos momentos a sus parejas (en los que hay risas, alegría, diversión, etc.).					
12	Los soldados les dan apoyo emocional a sus parejas cuando se sienten tristes (escuchan, conversan, aconsejan, etc.).					
13	Los soldados abrazan fuertemente para expresarle mis sentimientos.					
14	Considera que los soldados comunican por medio de detalles sus sentimientos positivos y negativos a sus parejas.					
15	Cree que los soldados en ocasiones muestran admiración por sus parejas.					
16	Los soldados acompañan a sus parejas en los momentos difíciles por los que pasan.					
17	Considera que los soldados procuran que las relaciones de intimidad sean satisfactorias para los dos (cercanía, relaciones sexuales, etc.).					
18	Cree que los soldados con sus parejas experimentan nuevas emociones.					
<b>COMPATIBILIDAD</b>						
19	Considera que los soldados espentan los valores personales (filosóficos, religiosos, ideológicos, políticos, etc.) de sus parejas.					
20	Los soldados hacen cosas para completar las actividades con las de sus parejas.					

21	Los soldados cuando discuten con sus parejas, las escuchan atentamente.					
22	Los soldados aceptan los defectos y las virtudes de sus parejas.					
23	Considera que los soldados se esfuerzan para que exista una comunicación constante.					
24	Los soldados ni bien ven a sus parejas, tienen algo que hablarle.					
25	Los soldados tratan de cambiar alguna conducta que pueda dañar la relación.					
26	Cree que los soldados se esfuerzan por hacer felices a sus parejas.					
27	Los soldados aceptan a sus parejas tal como son.					
28	Los soldados buscan la mejor forma para resolver sus dificultades en su relación de pareja.					
<b>PROYECTIVIDAD</b>						
29	Cree que los soldados tratan de compartir con sus parejas alguna de sus metas personales.					
30	Los soldados se comprometen para lograr que su relación prospere.					
31	Los soldados hacen cosas que ayudarán en el futuro (estudiar, trabajar, ahorrar dinero, poner un negocio, etc.).					
32	Los soldados les mencionan a sus parejas las expectativas, aspiraciones, sueños, ambiciones que tienen.					
33	Los soldados tratan de dirigir el amor de pareja hacia objetivos conjuntos.					
34	Considera que los soldados proponen hacer “proyectos de pareja” (casarse o no, conseguir un lugar donde vivir, tener hijos, etc.).					



35	Los soldados buscan hacer planes a corto plazo con sus parejas (actividades cercanas en el tiempo).					
36	Los soldados buscan hacer planes a largo plazo con sus parejas (actividades lejanas en el tiempo).					
37	Los soldados le dedican tiempo para hacer crecer su relación.					
38	Los soldados asumen parte de la responsabilidad en mejorar su relación.					
39	Considera que los soldados les dicen a sus parejas para seguir juntos a pesar de los conflictos.					
40	Los soldados planean con sus parejas tener o ya no tener hijos juntos.					

#### Anexo 04: Validación y confiabilidad de instrumentos

<b>1. NOMBRE DEL JUEZ</b>		Mg. Ps. Leonardo Luna Lorenzo
<b>2.</b>	<b>PROFESIÓN</b>	Psicólogo
	<b>ESPECIALIDAD</b>	Psicólogo Clínico – Educativo
	<b>GRADO ACADÉMICO</b>	Maestría
	<b>EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)</b>	29 años
	<b>CARGO</b>	Psicólogo CEBE “Hogar Clínica San Juan de Dios” Pimentel – Chiclayo.
Título de la Investigación: <b>Programa cognitivo conductual para el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.</b>		
<b>3. DATOS DEL TESISISTA</b>		
<b>3.1</b>	<b>NOMBRES Y APELLIDOS</b>	Bach. Liliana Isabel Rivera Figueroa
<b>3.2</b>	<b>PROGRAMA DE POSTGRADO</b>	Maestría en Psicología Clínica
<b>4. INSTRUMENTO EVALUADO</b>		1. Entrevista ( ) 2. Cuestionario (X) 3. Lista de Cotejo ( ) 4. Diario de campo ( )
<b>5. OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO</b>		<p><b><u>GENERAL</u></b></p> <p>Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso cognitivo conductual que tiene como propósito obtener información sobre aspectos relacionados con la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.</p>

**ESPECÍFICOS**

- Evaluar la dimensión intimidad relacionado con la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.
- Evaluar la dimensión compatibilidad relacionado con la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.
- Evaluar la dimensión proyectividad relacionado con la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.

A continuación se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (x) en “A” si está de ACUERDO o en “D” si está en DESACUERDO, SI ESTÁ EN DESACUERDO POR FAVOR ESPECIFIQUE SUS SUGERENCIAS

N	6. DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO	
01	<b><u>INTIMIDAD</u></b>	
	1. Acaricio a mi pareja. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )            D(   )  SUGERENCIAS:
	2. Soy tierno(a) con mi pareja (tomarle la mano, acariciar, besar, susurrar, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )            D(   )  SUGERENCIAS:
	3. Suelo llamar a mi pareja con palabras de cariño. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )            D(   )  SUGERENCIAS:
	4. Le preparo sorpresas a mi pareja (le escribo cartas o tarjetas, le regalo cosas, peluches, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )            D(   )  SUGERENCIAS:
	5. Me nace buscar con mi pareja momentos y lugares para estar a solas. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )            D(   )  SUGERENCIAS:
	6. Le expreso afectuosamente lo que siento por el (ella). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )            D(   )  SUGERENCIAS:
	7. Soy detallista con mi pareja (soy atento, le doy importancia a pequeñas cosas, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )            D(   )  SUGERENCIAS:

	8. Suelo ser romántico(a) con mi pareja (le canto, recito, le doy flores, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	9. Le digo a mi pareja lo mucho que lo(a) quiero. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	10. Acompaño a mi pareja en sus alegrías. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	11. Le hago pasar buenos momentos (en los que hay risas, alegría, diversión, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	12. Le doy apoyo emocional cuando se siente triste (escucho, converso, aconsejo, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	13. Lo(a) abrazo fuertemente para expresarle mis sentimientos. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	14. Le comunico (por medio de detalles) mis sentimientos positivos y negativos. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	15. Hay ocasiones en las que le muestro admiración que siento por el (ella). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	16. Acompaño a mi pareja en los momentos difíciles por los que pasa. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	17. Procuro que las relaciones de intimidad sean satisfactorias para los dos (cercanía, relaciones sexuales, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	18. Con mi pareja experimento nuevas emociones. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
02	<b><u>COMPATIBILIDAD</u></b>	
	19. Respeto sus valores personales (filosóficos, religiosos, ideológicos, políticos, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:

	<p>20. Hago cosas para completar mis actividades con las de mi pareja. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(     )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
	<p>21. Cuando discutimos, escucho atentamente a mi pareja. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(     )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
	<p>22. Acepto los defectos y las virtudes de mi pareja. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(     )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
	<p>23. Me esfuerzo para que exista una comunicación constante. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(     )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
	<p>24. Ni bien veo a mi pareja, tengo algo que hablarle. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(     )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
	<p>25. Trato de cambiar alguna conducta mía que puede dañar la relación. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(     )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
	<p>26. Me esfuerzo en hacer feliz a mi pareja. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(     )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
	<p>27. Acepto a mi pareja tal como es. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(     )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
	<p>28. Busco la mejor forma para resolver nuestras dificultades. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(     )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
03	<p><b><u>PROYECTIVIDAD</u></b></p>	
	<p>29. Trato de compartir con mi pareja alguna de mis metas personales. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(     )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>

<p>30. Me comprometo para lograr que nuestra relación prospere.</p> <p><b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
<p>31. Hago cosas que nos ayudaran en el futuro (estudiar, trabajar, ahorrar dinero, poner un negocio, etc.).</p> <p><b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
<p>32. Le menciono a mi pareja las expectativas, aspiraciones, sueños, ambiciones que tengo.</p> <p><b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
<p>33. Trato de dirigir nuestro amor hacia logros conjuntos.</p> <p><b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
<p>34. Le propongo hacer “proyectos de pareja” (casarnos o no, conseguir un lugar donde vivir, tener hijos, etc.).</p> <p><b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
<p>35. Busco hacer planes a corto plazo con mi pareja (actividades cercanas en el tiempo).</p> <p><b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
<p>36. Busco hacer planes a largo plazo con mi pareja (actividades lejanas en el tiempo).</p> <p><b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
<p>37. Dedico tiempo para hacer crecer nuestra relación.</p> <p><b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
<p>38. Asumo parte de la responsabilidad en mejorar nuestra relación.</p> <p><b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
<p>39. Le digo a mi pareja para seguir juntos a pesar de los conflictos.</p> <p><b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>

	<p>40. Ambos planeamos tener o ya no tener hijos juntos.  <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(     )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>
<p><b>PROMEDIO OBTENIDO:</b></p>		<p>A( X )                      D(     ): </p>
<p><b>7. COMENTARIOS GENERALES</b></p>		
<p><b>8. OBSERVACIONES</b></p>		

Chiclayo, diciembre 07 del 2021

  
 .....  
**Ps. Mg. Leonardo Luna Lorenzo**  
**C.Ps.P. 2019**  
**Psicologo clínico educativo**

## Validación y confiabilidad de instrumentos

<b>1. NOMBRE DEL JUEZ</b>		Mg. Ps. Leonardo Luna Lorenzo
<b>2.</b>	<b>PROFESIÓN</b>	Psicólogo
	<b>ESPECIALIDAD</b>	Psicólogo Clínico – Educativo
	<b>GRADO ACADÉMICO</b>	Maestría
	<b>EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)</b>	29 años
	<b>CARGO</b>	Psicólogo CEBE “Hogar Clínica San Juan de Dios” Pimentel – Chiclayo.
Título de la Investigación: <b>Programa cognitivo conductual para el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.</b>		
<b>3. DATOS DEL TESISISTA</b>		
<b>3.1</b>	<b>NOMBRES Y APELLIDOS</b>	Bach. Liliana Isabel Rivera Figueroa
<b>3.2</b>	<b>PROGRAMA DE POSTGRADO</b>	Maestría en Psicología Clínica
<b>4. INSTRUMENTO EVALUADO</b>		5. Entrevista ( ) 6. Cuestionario (X) 7. Lista de Cotejo ( ) 8. Diario de campo ( )
<b>5. OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO</b>		<b><u>GENERAL</u></b> Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso cognitivo conductual que tiene como propósito obtener información sobre aspectos relacionados con la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.



**ESPECÍFICOS**

- Evaluar la dimensión intimidad relacionado con la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.
- Evaluar la dimensión compatibilidad relacionado con la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.
- Evaluar la dimensión proyectividad relacionado con la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.

A continuación se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (x) en “A” si está de ACUERDO o en “D” si está en DESACUERDO, SI ESTÁ EN DESACUERDO POR FAVOR ESPECIFIQUE SUS SUGERENCIAS

N	6. DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO	
01	<p><b><u>INTIMIDAD</u></b></p> <p>1. Considera que los soldados acarician a sus parejas. <b>Escala de medición: Likert</b></p> <p>2. Cree que los soldados son tiernos con sus parejas, es decir, le toman la mano, acarician, besan, susurran, etc. <b>Escala de medición: Likert</b></p> <p>3. Los soldados suelen llamar a sus parejas con palabras de cariño. <b>Escala de medición: Likert</b></p> <p>4. Cree que los soldados le preparen sorpresas a sus parejas (les escriben cartas o tarjetas, les regalan cosas, peluches, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b></p> <p>5. A los soldados les nace buscar con su pareja momentos y lugares para estar a solas. <b>Escala de medición: Likert</b></p> <p>6. Los soldados expresan afectuosamente lo que siento por su pareja. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p> <p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p> <p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p> <p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p> <p>A( X )                      D(   )</p> <p>SUGERENCIAS:</p>

	7. Los soldados son detallistas con sus parejas (son atentos, le dan importancia a pequeñas cosas, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	8. Los soldados suelen ser románticos con sus parejas (les cantan, recitan, les dan flores, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	9. Los soldados les dicen a sus parejas lo mucho que las quieren. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	10. Cree que los soldados acompañan a sus parejas en sus alegrías. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	11. Considera que los soldados les hacen pasar buenos momentos a sus parejas (en los que hay risas, alegría, diversión, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	12. Los soldados les dan apoyo emocional a sus parejas cuando se sienten tristes (escuchan, conversan, aconsejan, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	13. Los soldados abrazan fuertemente para expresarle mis sentimientos. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	14. Considera que los soldados comunican por medio de detalles sus sentimientos positivos y negativos a sus parejas. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	15. Cree que los soldados en ocasiones muestran admiración por sus parejas. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	16. Los soldados acompañan a sus parejas en los momentos difíciles por los que pasan. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	17. Considera que los soldados procuran que las relaciones de intimidad sean satisfactorias para los dos (cercanía, relaciones sexuales, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
	18. Cree que los soldados con sus parejas experimentan nuevas emociones. <b>Escala de medición: Likert</b>	A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:
02	<b><u>COMPATIBILIDAD</u></b>	

	<p>19. Considera que los soldados respetan los valores personales (filosóficos, religiosos, ideológicos, políticos, etc.) de sus parejas. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
	<p>20. Los soldados hacen cosas para completar las actividades con las de sus parejas. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
	<p>21. Los soldados cuando discuten con sus parejas, las escuchan atentamente. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
	<p>22. Los soldados aceptan los defectos y las virtudes de sus parejas. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
	<p>23. Considera que los soldados se esfuerzan para que exista una comunicación constante. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
	<p>24. Los soldados ni bien ven a sus parejas, tienen algo que hablarle. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
	<p>25. Los soldados tratan de cambiar alguna conducta que pueda dañar la relación. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
	<p>26. Cree que los soldados se esfuerzan por hacer felices a sus parejas. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
	<p>27. Los soldados aceptan a sus parejas tal como son. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
	<p>28. Los soldados buscan la mejor forma para resolver sus dificultades en su relación de pareja. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
03	<b><u>PROYECTIVIDAD</u></b>	

<p>29. Cree que los soldados tratan de compartir con sus parejas alguna de sus metas personales. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
<p>30. Los soldados se comprometen para lograr que su relación prospere. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
<p>31. Los soldados hacen cosas que ayudarán en el futuro (estudiar, trabajar, ahorrar dinero, poner un negocio, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
<p>32. Los soldados les mencionan a sus parejas las expectativas, aspiraciones, sueños, ambiciones que tienen. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
<p>33. Los soldados tratan de dirigir el amor de pareja hacia objetivos conjuntos. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
<p>34. Considera que los soldados proponen hacer “proyectos de pareja” (casarse o no, conseguir un lugar donde vivir, tener hijos, etc.). <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
<p>35. Los soldados buscan hacer planes a corto plazo con sus parejas (actividades cercanas en el tiempo). <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
<p>36. Los soldados buscan hacer planes a largo plazo con sus parejas (actividades lejanas en el tiempo). <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
<p>37. Los soldados le dedican tiempo para hacer crecer su relación. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>
<p>38. Los soldados asumen parte de la responsabilidad en mejorar su relación. <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   ) SUGERENCIAS:</p>

	<p>39. Considera que los soldados les dicen a sus parejas para seguir juntos a pesar de los conflictos.  <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )  SUGERENCIAS:</p>
	<p>40. Los soldados planean con sus parejas tener o ya no tener hijos juntos.  <b>Escala de medición: Likert</b></p>	<p>A( X )                      D(   )  SUGERENCIAS:</p>
<p><b>PROMEDIO OBTENIDO:</b></p>		<p>A( X )                      D(   ):</p>
<p><b>7. COMENTARIOS GENERALES</b></p> <p><b>Instrumento revisado y apto para su aplicación, en la presente investigación</b></p>		
<p><b>8. OBSERVACIONES</b></p>		

Chiclayo, diciembre 07 del 2021


---

**Ps. Mg. Leonardo Luna Lorenzo**  
**C.Ps.P. 2019**  
**Psicologo clínico educativo**

## **Anexo 05: Carta de Autorización**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Institución: Centro Médico Militar “Divino Niño del Milagro de Eten”

Investigador: Bach. Liliana Isabel Rivera Figueroa

**Título: “Programa cognitivo conductual para el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense”.**

Yo, Lic. Eva Rosmery Olano Puicón, identificado con DNI N° 43761478, DECLARO:

Haber sido informado (a) de forma clara, precisa y suficiente sobre los fines y objetivos que busca la presente investigación **“Programa cognitivo conductual para el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense”**, así como en qué consiste mi participación.

Estos datos que yo otorgue serán tratados y custodiados con respeto a la intimidad, manteniendo el anonimato de la información y la protección de datos desde los principios éticos de la investigación científica. Sobre estos datos se asisten los derechos de acceso, rectificación o cancelación que podré ejercitar mediante solicitud ante el investigador responsable. Al término de la investigación, seré informado de los resultados que se obtengan.

Por lo expuesto otorgo MI CONSENTIMIENTO para que se realice la Entrevista/Encuesta que permita contribuir con los objetivos de la investigación:

#### **Objetivo general de la investigación:**

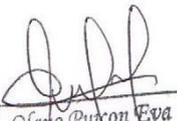
Aplicar un programa cognitivo conductual para el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense.

#### **Objetivos específicos:**

- Fundamentar epistemológicamente el proceso cognitivo conductual y su dinámica.

- Caracterizar los antecedentes históricos del proceso cognitivo conductual y su dinámica.
- Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso cognitivo conductual en el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.
- Evaluar la efectividad del programa con enfoque cognitivo conductual en el proceso de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una institución castrense.

Lambayeque, 02 de diciembre del 2021


Olano Puicón Eva  
MTE SAN EP  
PSICÓLOGA  
C.Ps. P. 21266

---

**Lic. Eva Rosmery Olano Puicón**

**DNI: 43761478**

## Anexo 07: Evidencias de la aplicación de investigación

En la imagen se puede apreciar al personal militar voluntario que será parte participe del Programa Cognitivo Conductual para el desarrollo de la Actividad del Amor Concreto.



En la presente fotografía se puede evidenciar como la psicóloga especialista brinda información sobre la sesión a trabajar.





En esta sesión se puede observar la participación por parte del personal militar voluntario del Centro Médico Militar.



En la imagen apreciamos el desarrollo de una dinámica en donde los participantes se encuentran cambiando de lugar de acuerdo a la consigna.



En la presente fotografía se puede observar el desarrollo de la sesión por parte de la psicóloga especialista.



En la presente fotografía se evidencia la escucha activa ante las participaciones del personal militar voluntario del Centro Médico Militar.



En esta sesión se puede visualizar la ponencia a cargo de la psicóloga especialista.



Se observar en la fotografía la atención hacia los participantes dando sus comentarios.



## **Anexo 08: ACTA DE ORIGINALIDAD DE INFORME DE TESIS**

### **ACTA DE ORIGINALIDAD DE INFORME DE TESIS**

Yo, JUAN CARLOS CALLEJAS TORRES, docente de la Escuela de Posgrado - USS y revisor del artículo científico de la investigación aprobada mediante Resolución N°: 536-2021/EPGUSS-USS del estudiante, Bach. **RIVERA FIGUEROA LILIANA ISABEL** titulada **“PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEL AMOR CONCRETO EN PERSONAL MILITAR VOLUNTARIO DE UNA INSTITUCIÓN CASTRENSE”**. Puedo constar que la misma tiene un índice de similitud del 17%, verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el software de similitud.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con lo establecido en la Directiva de Similitud aprobada mediante Resolución de Directorio N° 221-2019/ PD-USS de la Universidad Señor de Sipán.

Pimentel, 18 de mayo del 2024



Dr. Juan Carlos Callejas Torres  
**CE 001170407**

## **Anexo 09: Aprobación del Informe de Tesis**

### **APROBACIÓN DE INFORME PARA TESIS**

*El Docente:*

*Dr Juan Carlos Callejas Torres*

*De la Asignatura:*

*Dr. Juan Carlos Callejas Torres*

*SEMINARIO DE TESIS II.*

**APRUEBA:**

*El Informe de Tesis: “Programa cognitivo conductual para el desarrollo de la actividad del amor concreto en personal militar voluntario de una Institución Castrense”.*

*Presentado por: Bach Rivera Figueroa Liliana Isabel*

*Chiclayo, 18 de mayo del 2024.*



---

*Dr. Juan Carlos Callejas Torres*

## **APROBACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

El Docente: PEDRO SEGUNDO JARAMILLO ARICA

**APRUEBA** la Tesis:

### **PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEL AMOR CONCRETO EN PERSONAL MILITAR VOLUNTARIO DE UNA INSTITUCIÓN CASTRENSE**

**PRESENTADA POR:** Bach. Rivera Figueroa, Liliana Isabel

Chiclayo, 06 de junio de 2024.



Pedro Segundo Jaramillo Arica

DNI: 25610732

Asesor de tesis