

Evaluación del perdón: Diferencias generacionales y diferencias de sexo

Assessment of forgiving: Generational and sex differences

Recibido: Diciembre de 2008

Aceptado: Septiembre 7 de 2010

Carmen Maganto y Maite Garaigordobil

Universidad del País Vasco, España

Correspondencia: Maite Garaigordobil: Dpto. de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos, Facultad de Psicología. Avda. de Tolosa 70. 20018. Donostia-San Sebastián Universidad del País Vasco. E-mail: maite.garaigordobil@ehu.es

Agradecimientos: Las autoras forman parte del Grupo Consolidado de Investigación del Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco (GIC07-IT-351-07) y el trabajo ha sido financiado por el mencionado Departamento.

Resumen

Este estudio tiene dos objetivos: 1) analizar la capacidad de perdón en función de la edad y sexo, y 2) investigar dos aspectos relacionados con el perdón, su definición y las circunstancias o razones que lo facilitan. La metodología del estudio es descriptiva y comparativa. La muestra se configura con 140 participantes, 70 hijos y 70 padres, de ambos sexos y con edades entre 17-25 años y 45-60 años, respectivamente. Los participantes más jóvenes fueron reclutados en instituciones educativas en el país Vasco (España). Para medir las variables dependientes, se utilizan dos instrumentos: la escala de evaluación de la capacidad de perdonar, CAPER, y la escala del perdón y factores facilitadores, ESPER. Los resultados indican que los padres tienen más capacidad de perdón que sus hijos y las mujeres más que los varones. En la definición del perdón, padres e hijos tienen similares concepciones: “falta de rencor, reconciliación y comprensión-empatía”; sin embargo, varones y mujeres tienen más diferencias, aunque para ambos “la falta de rencor” es la primera característica que define el perdón. Sobre las razones que facilitan el perdón, se observan diferencias en función de la edad y del sexo; pese a las diferencias, “que haya arrepentimiento de la otra parte y se pida perdón” así como “que se haga justicia por medio de la ley”, son los argumentos que mayor peso tienen. Se discuten las implicaciones de estos resultados.

Palabras claves: perdón, falta de rencor, reconciliación, comprensión-empatía.

Abstract

This study had two goals: 1) to analyze the ability to forgive as a function of age and sex, and 2) to investigate two aspects related to forgiveness, its definition and the circumstances or reasons that facilitate it. The methodology of the study is descriptive and comparative. The sample is made up of 140 participants, 70 sons and daughters and 70 parents, of both sexes and aged between 17-25 and 45-60 years, respectively. The younger participants were recruited from educational institutions from the País Vasco (Spain). Two instruments were used to measure the dependent variables: CAPER, a scale to assess the ability to forgive, and ESPER, a scale of forgiveness and facilitating factors. The results indicate that parents are more capable of forgiving than their children and women capable more than men. With respect to the definition of forgiveness, parents and children appear to hold similar conception of forgiveness: “lack of resentment, reconciliation and comprehension-empathy”; however, there are differences between men and women, although for both of them, the “lack of resentment” is the first feature that defines forgiveness. Regarding the reasons that facilitate forgiveness, differences as a function of age and sex were observed; despite the differences, the weightiest arguments were “the other person should feel sorry about what he or she did and should apologize” and “justice should be carried out through the law”. Implications are discussed.

Keywords: forgiveness, lack of resentment, reconciliation, comprehension-empathy

Introducción

En el marco de la psicología positiva, desde donde se enfatiza la percepción de las fortalezas y aspectos positivos del ser humano y de la realidad, el constructo relacionado con el perdón y los componentes que lo definen ha recibido, en los últimos años, una especial atención (Seligman, 2002; McCullough & Witvliet, 2002; Thompson & Snyder, 2003). Un grupo de investigaciones se ha centrado en definir qué es el perdón o qué aspectos o variables lo integran (Enright, 1991; Sells & Hargrave, 1998; McCullough, Pargament & Thorenson, 2000; Mullet, Girard & Bakhshi, 2004; Sandage, Hill & Vang, 2003; Wade, Worthington & Myer, 2005), mientras que otra línea de investigación se ha interesado en el diseño de instrumentos de evaluación para medir la capacidad de perdón y las dimensiones que lo componen (Brown, 2003; Kanz, 2000; Sells & Hargrave, 1997).

Una nueva era multicientífica ha comenzado, porque la psicología positiva necesita, para su evolución, el desarrollo de otras ciencias que la engloban y completan, como las ciencias sociales, políticas, económicas, religiosas..., además de las ciencias de la salud. La psicología positiva ha centrado su objetivo de trabajo en el desarrollo de cualidades positivas, valores sociales y morales, recuperando el interés por los factores de salud más que por los factores patológicos, investigando las capacidades que actúan para generar bienestar (Vecina, 2006). Entre ellas, han ocupado una parte importante las emociones que denominamos positivas como alegría, felicidad, amor, empatía y, por supuesto, perdón. El sentido de la vida, *meaningful life*, depende, por una parte, de las circunstancias que nos rodean y, por otra, de la interpretación que hagamos de estas circunstancias y del afrontamiento de las mismas (Linley, Joseph & Word, 2006; Seligman, Steen, Park & Peterson, 2005).

Las investigaciones (Cosgrove & Konstam, 2008; Enright, 1996; Sells & Hargrave, 1998; Thompson & Snyder, 2003) han ido clarificando el constructo sobre el perdón, pero no han logrado un consenso absoluto entre los investigadores. Hay autores que han definido el perdón desde dimensiones positivas, como capacidad empática, reconciliación, comprensión y olvido (Thompson & Snyder, 2003; Doyle, 1999; Enright, 1996; McCullough, Worthington & Rachal, 1997). Para estos, cuando los sujetos perdonan, los pensamientos, emociones y acciones hacia la

persona objeto del perdón se transforman en más positivos (Cosgrove & Konstam, 2008; McCullough, Bono & Root, 2007), e implican cambios prosociales en las motivaciones interpersonales con el agresor (Cosgrove & Konstam, 2008; McCullough et al., 2000). Sin embargo, otros autores conceptualizan el perdón desde la ausencia de aspectos negativos, tales como falta de rencor, superación del odio y la rabia, y la deposición de actitudes de venganza contra el agresor (Sells & Hargrave, 1998).

La investigación sobre la conceptualización del perdón (Mullet, Girard & Bakhshi, 2004) y el metanálisis realizado por Baskin y Enright (2004), muestran diferencias evidentes en términos tan comunes como reconciliación y olvido, que para algunos son sinónimos, ya que estos aspectos forman parte de la capacidad de perdonar, y para otros, puede darse el perdón sin reconciliación y puede darse el perdón sin olvido (Kanz, 2000). Tanto los aspectos positivos o proactivos como la ausencia de actitudes negativas hacia sí mismo o hacia el ofensor, deberían estar incluidos en la conceptualización de la capacidad de perdonar, y los instrumentos de evaluación tendrían que dar cuenta de ambas dimensiones.

El cambio de emociones negativas a positivas genera, entre otros aspectos, mayor nivel de bienestar psicológico y aporta resultados terapéuticos más eficaces (Makinen & Jhonson, 2006). Para la mayoría de los investigadores, el perdón está vinculado, sin duda, al bienestar psicológico e incide de forma directa en la salud psíquica de las personas (Enright, 2001). Fredrickson (2003) es uno de los investigadores que en los últimos años con más contundencia ha demostrado la relación entre salud y emociones positivas. Las emociones positivas son factores que contribuyen a hacer más resistente a la persona frente a la adversidad, y ayudan a construir resiliencia psicológica (Lyubomirsky, King & Diener, 2005). Faltan investigaciones que confirmen la relación entre inteligencia emocional y capacidad de perdón. Sin embargo, las investigaciones parecen sugerir la relación entre capacidad de perdón, desarrollo moral y salud psicológica. Enright (1996) y Fitzgibbons (1986) se han ocupado de vincular la posibilidad de perdonar con las propuestas de Kohlber sobre el desarrollo moral y el sentido de la justicia, encontrando relaciones positivas en sus estudios.

Respecto a los instrumentos de evaluación de la capacidad de perdón, la revisión de los mismos ha puesto de relieve

la existencia de pocos instrumentos con características psicométricas rigurosas (Thompson & Snyder, 2003). Casullo (2005) y Casullo y Fernández-Liporace (2005) publicaron, en lengua hispana, una escala que evalúa la capacidad de perdonar, la denominada escala CAPER, tomando como referencia la *Interpersonal Relationship Resolution Scale* (Sells & Hargrave, 1997).

Las investigaciones sobre la capacidad de perdón han incluido multitud de variables, de las cuales la edad y el sexo han sido las más analizadas (Allemand, 2008; Casullo, 2005; Casullo, Morando & Donati, 2005; Subkobiak, Enright, Wu, Gassin, Freedman, Olson et al., 1995; Cheng & Yim, 2008). Pocas investigaciones se plantean si la transmisión de valores en el seno familiar puede ser confirmada en relación a este constructo, aunque varios investigadores (Mullet et al., 2004; Worthington, 1998) enfatizan que la familia es el ámbito idóneo para la práctica y aprendizaje del perdón. Otras variables investigadas han sido las diferencias entre perdón a uno mismo (Day, Macaskill & Maltby, 2004), perdón a otros o perdón a situaciones (Enright & Fitzgibbon, 2000), la conceptualización del perdón en un determinado grupo o población y las razones o situaciones que ayudan a perdonar, como son la aplicación de la justicia o las creencias religiosas (Kanz, 2000; Mullet, Barros, Frongia, Usai, Neto & Shafighi, 2003; Mullet et al., 2004; Mullet, Neto, & Rivière, 2005). Además, se ha confirmado que el perdón puede ser vivido y expresado de modo diferente en función de diferentes contextos culturales, sociales y religiosos (McCulloch & Worthington, 1994; Sandage et al., 2003), por lo que debería ser objeto de específica valoración en cada comunidad o contexto cultural (Bagnulo, Muñoz-Sastre & Mullet, 2009; Kadiangandu, Gauché, Vinsonneau, & Mullet, 2007; Neto, Pinto & Mullet, 2007).

En el marco de investigación de la psicología positiva, este estudio tiene dos objetivos: 1) analizar la capacidad de perdón en función de las variables edad (padres - hijos) y sexo (varones - mujeres); y 2) investigar dos aspectos relacionados con el perdón desde una concepción popular o implícita: por un lado, las características que definen el perdón y, por otro, las circunstancias o razones que ayudan a perdonar, analizándolos también en función de la edad y sexo. En la investigación se proponen 4 hipótesis: 1) la capacidad para perdonar aumenta a medida que avanza la edad; 2) mujeres de todas las edades tendrán una capacidad mayor para perdonar que los varones; 3) las concepciones

sobre el perdón serán similares en padres e hijos, aunque estarán moduladas por el factor sexo; y 4) con independencia de la edad y el sexo, la situación o circunstancia que más facilita el perdón será que haya arrepentimiento de la otra parte.

Metodología

Participantes

La muestra, obtenida en la Comunidad Autónoma del País Vasco (España), está constituida por 170 participantes de ambos sexos, 70 jóvenes entre 17 y 25 años (50%) y 70 progenitores de estos jóvenes, bien sea el padre o la madre, con edades entre 45 y 60 años (50%). Del conjunto de la muestra 50 son varones (35.7%) y 90 mujeres (64.3%). Cruzando las variables edad y sexo, la distribución es la siguiente: 22 varones jóvenes (31.4%) y 48 mujeres jóvenes (68.6%); 28 padres (40%) y 42 madres (60%). Por consiguiente, habiendo igual número de hijos que de padres, hay mayor número de mujeres tanto entre los progenitores como entre los jóvenes, pero estas diferencias no son estadísticamente significativas ($\chi^2 = 1.12, p > .05$). Los participantes jóvenes pertenecen al último curso de bachillerato y a los cinco cursos de las licenciaturas de Psicología, Pedagogía y Filosofía, de la Universidad del País Vasco.

Instrumentos

CAPER. *La escala de evaluación de la capacidad de perdón* (Casullo, 2005). La escala está integrada por 20 ítems que solicitan al sujeto que informe cómo reacciona habitualmente ante situaciones negativas que pueden ser consecuencia de sus acciones, de las acciones de otras personas o de situaciones que él no puede controlar. La valoración se realiza con una escala tipo Likert de 1 a 7 (1: Casi siempre falso para mí; 3: A veces falso para mí; 5: A veces verdadero para mí; 7: Casi siempre verdadero para mí). En la corrección se evalúan de forma directa 9 ítems (1, 3, 5, 8, 10, 12, 14, 16, 18) y de forma inversa el resto (2, 4, 6, 7, 9, 11, 13, 15 y 17). Los ítems con puntuación directa valoran la predisposición al perdón de forma directa y los ítems con puntuación inversa valoran los aspectos que dificultan el perdón, como los sentimientos de rencor, rabia o la incapacidad de olvidar lo sucedido. Los ítems están agrupados en tres subescalas: *Self o perdón a sí mismo* (1 al 6); *Perdón a otros*

(7 al 12) y *Perdón a situaciones* (13 al 18). Los dos últimos ítems, denominados *Creencias*, evalúan las atribuciones sobre el perdón (19 y 20). Estudios realizados han verificado la validez de dicha escala, así como un nivel de consistencia interna relativamente aceptable (alpha de Cronbach entre .40 y .62), ya que cada escala se configura con un bajo número de reactivos (Casullo, 2005; Casullo & Fernández-Liporace, 2005; Day et al. 2004; Mullet et al., 2004).

ESPER. Escala del perdón y factores facilitadores (Maganto & Garaigordobil, 2008). Esta escala se configura con 10 ítems distribuidos en dos partes: 1) Se presentan seis términos (olvido; falta de rencor; reconciliación; comprensión-empatía; reparación por el castigo; no sufrir por lo que le hicieron) y se solicita que el participante elija los tres que, en su opinión, mejor definen qué es el perdón; y 2) Se presentan cuatro factores o situaciones que ayudan a perdonar (que se haga justicia por medio de la ley; las creencias religiosas; el paso del tiempo que cura las heridas; que haya arrepentimiento de la otra parte y se pida perdón), y se solicita que evalúen la importancia de estas situaciones para perdonar con una escala Likert de 1 (nada) a 5 (mucho). Análisis de fiabilidad realizados con la ESPER han confirmado la consistencia interna de la escala (alpha de Cronbach = .88), especialmente en lo referente a la definición del constructo evaluado con la prueba que realizan tanto los padres como los hijos, es decir, olvido, falta de rencor, reconciliación, comprensión-empatía, reparación por el castigo, no sufrir por lo que le hicieron. Complementariamente, se llevaron a cabo estudios de validez convergente con muestras españolas entre las puntuaciones obtenidas en la escala de evaluación de la capacidad para perdonar, CAPER, y la escala de definición del perdón y factores facilitadores, ESPER, cuyos resultados confirman la validez de esta última. En concreto, se han hallado correlaciones significativas positivas ($p < .05$) entre la puntuación total en la CAPER, es decir, en la capacidad de perdonar, con la consideración de que ayuda a perdonar la justicia ($r = .19$), la religión ($r = .34$), y correlaciones negativas con el factor tiempo ($r = -.29$). También se han encontrado correlaciones significativas positivas ($p < .05$) entre la puntuación total en la CAPER, y la definición de perdón como comprensión ($r = .19$), y ausencia de sufrimiento ($r = .30$).

Diseño y procedimiento

La metodología utilizada en el estudio fue descriptiva y comparativa. La selección de los participantes de los centros educativos del País Vasco, en el nivel de Bachillerato, fue aleatoria (5 centros), mientras que los centros universitarios (Facultad de Psicología, Facultad de Pedagogía y Facultad de Filosofía) se seleccionaron por la sensibilidad con el tema objeto de estudio (3 centros). A los participantes jóvenes se pidió, como condición para participar en el estudio, el compromiso de que uno de sus padres cumplimentara también las escalas, y tras el consentimiento informado, se les administró las escalas en su respectivo centro educativo y en horario académico. Al finalizar la sesión, se les entregó en sobre cerrado con la dirección de los investigadores, las escalas para sus padres (con los mismos códigos que sus hijos) para que las enviaran por correo postal. La participación de ambos grupos fue voluntaria. El porcentaje de padres que enviaron los cuestionarios cumplimentados fue el 44%.

Resultados

Diferencias en la capacidad de perdón en función de la edad

Con la finalidad de analizar las diferencias generacionales en la capacidad de perdonar, utilizando las puntuaciones obtenidas en la escala CAPER, se han calculado las medias y desviaciones típicas, llevándose a cabo un análisis T-test de comparación de medias, cuyos resultados se presentan en la Tabla 1.

En relación con las diferencias generacionales (Tabla 1), se aprecian claras diferencias entre padres e hijos en la capacidad de perdonar evaluada con la escala CAPER. En relación con la primera dimensión, *perdón a sí mismo*, se observan diferencias estadísticamente significativas, $t(1, 138) = -2.31, p < .05$, a favor de los padres, especialmente en los ítems positivos, es decir, los que van en la dirección de la predisposición a perdonar (ítem 1, 3 y 5). Estos ítems indican que el tiempo ayuda a relativizar los errores cometidos y a comprender los problemas. En los ítems negativos de esta dimensión, no hay diferencias estadísticamente significativas entre padres e hijos, excepto en el ítem 2, que expresa la rabia por haber actuado mal.

Tabla 1

Media, desviación típica, y resultados del T-test en la capacidad de perdonar en padres e hijos.

Ítems de la Escala CAPER.		Padres		Hijos		t	P
n = 140; Padres : 70; Hijos: 70		M	DE	M	DE		
PERDÓN A SÍ MISMO	1. Al principio me siento mal, pero me recupero a medida que el tiempo pasa.	6.06	1.15	5.43	1.26	3.113	.002
	2. Siento rabia, enojo conmigo mismo/a porque creo que hice las cosas mal.	2.46	1.17	3.14	1.53	2.967	.004
	3. Aprendo de mis errores, me ayudan a entender cómo soy	6.03	1.21	5.51	1.47	2.554	.026
	4. Me cuesta admitir que algo malo me ha sucedido a mí.	3.63	1.14	3.37	1.49	0.767	.444
	5. Con el paso del tiempo puedo llegar a entender lo que me ha pasado.	4.60	1.61	3.86	1.54	2.778	.006
	6. Cuando he hecho algo malo, me critico de forma permanente, no puedo dejar de hacerlo.	3.34	1.52	3.54	1.44	0.798	.426
	Total perdón a sí mismo	26.09	2.87	24.86	3.81	2.315	.022
PERDÓN A OTROS	7. Siento rencor casi permanente hacia quienes creo que me han dañado o lastimado.	3.49	1.53	3.29	1.67	.735	.464
	8. Puedo llegar a comprender los errores de otras personas con el correr del tiempo.	5.26	1.95	4.51	1.61	2.453	.015
	9. Si alguien me hace daño, suelo ser muy duro/a con esa persona de manera constante.	3.74	1.41	3.37	0.98	1.809	.073
	10. Puedo llegar a querer y comprender a la gente que se ha portado mal conmigo.	4.46	2.25	3.77	1.64	2.055	.042
	11. Si siento que me han hecho daño, sólo puedo pensar mal de quienes lo hicieron.	2.63	0.78	2.69	0.73	0.446	.657
	12. Si alguien o algo me desagrada, me cuesta poco dejarlo a un lado, ser indiferente.	4.77	1.15	3.69	1.95	4.002	.000
	Total perdón a otros	24.34	3.89	21.31	3.96	4.555	.000
PERDÓN A SITUACIONES	13. Si las cosas salen mal por hechos que yo no puedo controlar, me pongo a pensar constantemente en lo sucedido.	3.17	1.98	2.97	1.46	0.687	.494
	14. A medida que el tiempo transcurre, llego a comprender experiencias negativas que me ha tocado vivir.	6.31	0.95	5.51	1.51	3.744	.000
	15. Si me siento mal por cosas incontrolables que me han sucedido, pienso mal de ellas de forma casi permanente y quiero combatirlas.	2.83	0.56	2.46	0.89	2.936	.004
	16. De vez en cuando hago las paces con los malos momentos vividos.	6.00	1.00	5.46	1.32	2.727	.007
	17. Me cuesta aceptar que nadie es responsable de los hechos negativos que pasan.	3.80	1.69	3.23	1.97	1.377	.171
	18. Finalmente puedo abandonar mis pensamientos negativos sobre aquello que escapa a mi control.	5.66	0.94	4.43	2.01	4.611	.000
	Total perdón a situaciones	26.77	3.53	24.06	3.53	4.664	.000
Total dimensiones		77.20	6.61	70.23	6.87	6.115	.000
CREENCIAS	19. Creo en un poder superior que debemos aceptar, que determina que las cosas pasen de la forma que suceden.	2.91	1.57	2.09	1.91	2.793	.006
	20. Uno/a siempre se merece lo que le ha pasado, aunque no sepa por qué. Es importante saber resignarse y aceptar lo sucedido.	1.57	0.91	2.40	1.84	3.370	.001
Total de la escala		81.69	5.86	74.71	6.83	6.477	.000

En la dimensión *perdón a otros* se observan de nuevo diferencias estadísticamente significativas a favor de los padres en los ítems que hacen referencia a la capacidad de comprender los errores de los otros (ítems 8 y 10), así

como en la capacidad de dejar a un lado y no rumiar el malestar por el daño recibido de los otros (ítem 12). En los ítems negativos de esta dimensión, los que indican rencor, pensar mal y ser duro con la persona que ha ofendido

(ítems 7, 9 y 11), las diferencias generacionales no son estadísticamente significativas.

En la tercera dimensión de la escala, *perdón a las situaciones*, se observan igualmente diferencias estadísticamente significativas en los tres ítems positivos (ítems 14, 16 y 18) y en uno de los ítems negativos (ítem 15) a favor de los padres. Los ítems positivos hacen relación a la comprensión de las situaciones que surgen con el paso del tiempo, a ser capaces de hacer las paces con las mismas, y a abandonar pensamientos negativos cuando algo se escapa a su control.

La dimensión *creencias*, analiza la atribución de los hechos acaecidos o bien a un ser superior (ítem 19) o bien al destino (ítem 20). Las diferencias estadísticamente significativas entre padres e hijos van en dirección opuesta. Un mayor porcentaje de padres consideran que un ser superior determina lo que les ocurre, mientras que un mayor porcentaje de hijos piensa que el destino le da a cada uno lo que se merece. En síntesis, los resultados evidencian una mayor capacidad de perdón en los padres que los hijos, en las tres dimensiones de la escala (perdón a sí mismo, a los otros, a las situaciones), y en el conjunto de la misma.

Para calcular la correlación interna entre las escalas, se obtuvieron los coeficientes de correlación de Pearson, cuyos resultados evidenciaron un nivel adecuado de relación. Se obtuvieron correlaciones significativas ($p < .05$) del perdón a sí mismo con perdón a otros ($r = .20$), con la escala total ($r = .61$) y tendencial con perdón a situaciones ($r = .15$, $p < .06$). También se confirmaron correlaciones significativas ($p < .01$) del perdón a otros con perdón a situaciones ($r = .21$), y con la escala total ($r = .74$), así como entre perdón a situaciones y la escala total ($r = .67$, $p < .001$).

Diferencias en la capacidad de perdón en función del sexo

Con la finalidad de analizar las diferencias en función del sexo en la capacidad de perdonar, se han calculado las medias y desviaciones típicas, llevándose a cabo un análisis t-test de comparación de medias, cuyos resultados se presentan en la Tabla 2.

En relación con las diferencias en función del sexo, como se muestra en la Tabla 2, en la dimensión *perdón a sí mismo*, las diferencias entre varones y mujeres son estadísticamente significativas en todos los ítems de la escala, obteniendo las mujeres puntuaciones superiores en los ítems de contenido positivo e inferiores en los ítems negativos; en la dimensión global, también se observan diferencias tendencialmente significativas. En la dimensión *perdón a otros* se encuentran diferencias estadísticamente significativas a favor de las mujeres. En los ítems que componen esta dimensión, se observan diferencias significativas y más elevadas en las mujeres en dos de los tres ítems positivos relacionados con la capacidad de comprensión-empatía (ítems 8 y 10). En los ítems negativos, las puntuaciones son similares en función del género, excepto en la persistencia a pensar mal de las personas que han ofendido o hecho daño (ítem 11) superando los varones a la mujeres.

En la dimensión *perdón a situaciones*, no existen diferencias estadísticamente significativas entre varones y mujeres, únicamente en dos ítems positivos 14 y 16, las mujeres obtienen puntuaciones superiores a los varones, y en un ítem negativo, ítem 17, los varones superan a las mujeres. En lo que se refiere a las *creencias*, se confirman puntuaciones significativamente superiores en los varones en la creencia de que un ser superior determina los acontecimientos. En síntesis, los resultados evidencian una mayor capacidad de perdón en las mujeres que en los varones, en dos dimensiones de la escala (perdón a sí mismo, perdón a los otros) y en el conjunto de la misma. En el perdón a situaciones no se encuentran diferencias entre sexos.

Definición implícita del perdón desde una concepción popular

Para analizar las diferencias generacionales y en función del sexo en la definición del perdón, se analizan las respuestas dadas en la escala ESPER, calculando los porcentajes de las respuestas y los coeficientes de la Chi cuadrado de Pearson (χ^2). Los resultados de estos análisis se presentan en la Tabla 3.

Tabla 2

Media, desviación típica, y resultados del T-test en la capacidad de perdonar en varones y mujeres.

Ítems de la Escala CAPER.		Varones		Mujeres		t	p
n = 140; varones : 50; mujeres: 90		M	DE	M	DE		
PERDÓN A SÍ MISMO	1. Al principio me siento mal, pero me recupero a medida que el tiempo pasa.	5.32	1.24	5.98	1.24	3.123	.002
	2. Siento rabia, enojo conmigo mismo/a porque creo que hice las cosas mal.	3.28	1.76	2.53	1.08	2.724	.008
	3. Aprendo de mis errores, me ayudan a entender cómo soy	6.00	1.31	6.00	1.31	2.709	.008
	4. Me cuesta admitir que algo malo me ha sucedido a mí.	4.92	2.01	2.69	0.89	7.420	.000
	5. Con el paso del tiempo puedo llegar a entender lo que me ha pasado.	3.00	1.14	4.91	1.43	8.094	.000
	6. Cuando he hecho algo malo, me critico de forma permanente, no puedo dejar de hacerlo.	2.96	1.63	3.71	1.62	3.344	.001
	Total perdón a sí mismo	24.84	3.23	25.82	3.12	1.760	.081
PERDÓN A OTROS	7. Siento rencor casi permanente hacia quienes creo que me han dañado o lastimado.	3.44	1.47	3.36	1.68	0.297	.767
	8. Puedo llegar a comprender los errores de otras personas con el correr del tiempo.	3.24	1.43	5.80	1.306	10.751	.000
	9. Si alguien me hace daño, suelo ser muy duro/a con esa persona de manera constante.	3.84	1.51	3.40	1.00	1.840	.070
	10. Puedo llegar a querer y comprender a la gente que se ha portado mal conmigo.	2.64	1.32	4.93	1.83	7.783*	.000
	11. Si siento que me han hecho daño, sólo puedo pensar mal de quienes lo hicieron.	2.92	0.39	2.51	0.86	3.824	.000
	12. Si alguien o algo me desagrada, me cuesta poco dejarlo a un lado, ser indiferente.	4.20	1.51	4.24	1.78	0.149	.876
	Total perdón a otros	20.28	3.61	24.24	3.83	5.978	.000
PERDÓN A SITUACIONES	13. Si las cosas salen mal por hechos que yo no puedo controlar, me pongo a pensar constantemente en lo sucedido.	2.80	0.60	3.22	2.08	1.789	.076
	14. A medida que el tiempo transcurre, llego a comprender experiencias negativas que me ha tocado vivir.	5.60	1.08	6.09	1.41	2.123	.036
	15. Si me siento mal por cosas incontrolables que me han sucedido, pienso mal de ellas de forma casi permanente y quiero combatirlos.	2.56	0.83	2.69	0.72	0.950	.344
	16. De vez en cuando hago las paces con los malos momentos vividos.	5.12	1.10	6.07	1.13	4.832	.000
	17. Me cuesta aceptar que nadie es responsable de los hechos negativos que pasan.	3.68	2.03	2.64	1.63	3.090	.003
	18. Finalmente puedo abandonar mis pensamientos negativos sobre aquello que escapa a mi control.	5.12	1.17	5.00	1.92	0.459	.647
	Total perdón a situaciones	24.88	2.69	25.71	4.12	1.437	.153
Total dimensiones		70.00	5.97	75.78	7.61	4.958	.000
CREENCIAS	19. Creo en un poder superior que debemos aceptar, que determina que las cosas pasen de la forma que suceden.	3.04	1.69	2.20	1.79	2.710	.008
	20. Uno/a siempre se merece lo que le ha pasado, aunque no sepa por qué. Es importante saber resignarse y aceptar lo sucedido.	2.24	1.70	1.84	1.37	1.494	.137
Total de la escala		75.28	6.39	79.82	7.21	3.714	.000

Tabla 3

Porcentajes de respuestas y resultados de la c en la definición del perdón en padres e hijos y en varones y mujeres.

Marque tres palabras que son para Vd. sinónimo de perdón n = 140; Padres : 70; Hijos: 70	Padres P	Hijos P	χ^2	p
21. Olvido	27.1	28.6	.036	.500
22. Falta de rencor	82.9	78.6	.413	.334
23. Reconciliación	75.7	65.7	1.690	.133
24. Comprensión-empatía	60.0	45.7	2.867	.064
25. Reparación por el castigo	25.7	15.7	2.131	.105
26. No sufrir por lo que le hicieron	34.3	38.6	0.278	.363
Marque tres palabras que son para Vd. sinónimo de perdón: n = 140; varones : 50; mujeres: 90	Varones F	Mujeres F	χ^2	P
21. Olvido	34.4	24.4	1.460	.156
22. Falta de rencor	92.0	74.4	6.364	.008
23. Reconciliación	78.0	66.7	1.994	.111
24. Comprensión-empatía	24.0	68.9	25.992	.000
25. Reparación por el castigo	30.0	15.6	4.083	.037
26. No sufrir por lo que le hicieron	18.0	46.7	11.406	.001

En la Tabla 3, la definición del perdón en padres e hijos es similar. Un aspecto negativo, la falta de rencor, y un aspecto positivo, la reconciliación, son los que mejor identifican qué es el perdón para ambos grupos. El término elegido en tercer lugar es la comprensión-empatía con puntuaciones superiores en los padres en relación con los hijos, aunque estas diferencias no son estadísticamente significativas.

Sin embargo, la definición del perdón en varones y mujeres es significativamente diferente. En ambos sexos, la falta de rencor es el primer factor que define el perdón, aunque los hombres tienen porcentajes de respuesta significativamente superiores. El segundo término elegido por las mujeres es la comprensión-empatía, mientras que para los varones es la reconciliación. La reconciliación es el tercer término importante para las mujeres, con porcentajes casi similares a la comprensión-empatía, frente al olvido que es el elegido en tercer lugar por los varones. Las diferencias más notables entre ambos están en la elección de “no sufrir por lo que te hicieron”, que es elegido en cuarto lugar por las mujeres y, en último lugar por los varones, pero con diferencias porcentuales estadísticamente significativas, 46.7% y 18.0% respectivamente.

En síntesis, padres e hijos tienen similares concepciones implícitas sobre el perdón, incluyendo prioritariamente tres elementos de identificación: “la falta de rencor, la reconciliación y la comprensión-empatía”. Sin embargo, hay diferencias en la concepción del perdón por parte de los varones y las mujeres. La falta de rencor es el primer elemento definitorio importante en ambos sexos, pero los varones le asignan un nivel de importancia significativamente superior. Para las mujeres, la segunda característica de importancia en la definición del perdón es la “comprensión-empatía” con puntuaciones significativamente muy superiores a los varones, que consideran “la reconciliación” como segunda característica relevante en la definición del perdón.

Factores, razones o circunstancias que facilitan el perdón

Con la finalidad de analizar las diferencias generacionales y en función del sexo, en relación con los factores que facilitan el acto de perdonar, se han calculado las medias y desviaciones típicas, llevándose a cabo un análisis t-test de comparación de medias, cuyos resultados se presentan en la Tabla 4.

Tabla 4
Media, desviación típica y resultados del t-test en los factores facilitadores del perdón en padres e hijos y en varones y mujeres.

En qué medida cree Vd. que estos aspectos ayudan más a perdonar <i>n</i> = 140; Padres : 70; Hijos: 70	Padres		Hijos		<i>t</i>	<i>P</i>
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>		
27. Qué se haga justicia por medio de la ley	3.99	1.05	3.37	1.10	3.361	.001
28. Las creencias religiosas	3.81	1.42	2.47	1.30	5.810	.000
29. El paso del tiempo, creo que el tiempo cura las heridas	2.80	1.19	3.19	1.15	1.967	.050
30. Que haya arrepentimiento de la otra parte y se pida perdón	4.17	1.14	3.81	0.80	2.140	.034

En qué medida cree Vd. que estos aspectos ayudan más a perdonar <i>n</i> = 140; varones : 50; mujeres: 90	Varones		Mujeres		<i>t</i>	<i>P</i>
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>		
27. Qué se haga justicia por medio de la ley	3.54	1.09	3.75	1.13	1.091	.277
28. Las creencias religiosas	2.82	1.50	3.32	1.50	1.891	.061
29. El paso del tiempo, creo que el tiempo cura las heridas	3.60	0.85	2.66	1.19	5.411	.000
30. Que haya arrepentimiento de la otra parte y se pida perdón	3.72	1.23	4.14	0.81	2.188	.032

Los resultados en función de la edad (Tabla 4) evidencian diferencias estadísticamente significativas en todas las variables. Mientras que los padres tienen puntuaciones significativamente superiores en señalar como factores que ayudan al perdón “que haya arrepentimiento de la otra parte y se pida perdón”, “que se haga justicia por medio de la ley” y “las creencias religiosas”, los hijos tienen puntuaciones significativamente superiores en “el paso del tiempo”. Atendiendo la variable sexo, sólo hay diferencias estadísticamente significativas entre varones y mujeres en la idea de “el paso del tiempo cura las heridas”, con puntuaciones significativamente superiores en los varones y en “que haya arrepentimiento de la otra parte y se pida perdón” con puntuaciones superiores en las mujeres. Pese a las diferencias, que haya arrepentimiento de la otra parte y se pida perdón, así como que se haga justicia por medio de la ley, son los argumentos que mayor peso tienen.

En síntesis, padres e hijos tienen diferencias en relación a los factores que consideran facilitan el perdón. Mientras que los padres opinan “que haya arrepentimiento de la otra parte y se pida perdón”, “que se haga justicia por medio de la ley” y “las creencias religiosas”, los hijos enfatizan “el paso del tiempo”. También se evidencian diferencias en función del sexo, y mientras que los varones consideran que el factor facilitador más importante es “el paso del tiempo”, las mujeres creen que la circunstancia que más facilita el perdón es “que haya arrepentimiento de la otra parte y se pida perdón”.

Discusión

Este estudio planteó dos objetivos: (1) analizar la capacidad de perdón en función de la edad y del sexo; y (2) investigar dos aspectos relacionados con el perdón desde una concepción popular o implícita. Por un lado, las características que definen el perdón y, por otro, las circunstancias o razones que ayudan a perdonar, analizándolos también en función de la edad y sexo.

En primer lugar, los resultados obtenidos en este estudio evidencian mayor capacidad de perdón en los padres que los hijos, en las tres dimensiones de la escala (perdón a sí mismo, a los otros, a las situaciones), y en el conjunto de la misma, lo que confirma la primera hipótesis que postulaba que la capacidad para perdonar aumenta a medida que avanza la edad. En segundo lugar, los hallazgos del estudio ratifican que las mujeres manifiestan una mayor capacidad de perdón que los varones, en dos dimensiones de la escala (perdón a sí mismo, perdón a los otros), y en el conjunto de la misma, confirmando casi totalmente la segunda hipótesis.

Tanto en la dimensión *perdón a sí mismo* como *perdón a otros*, los padres frente a los hijos y las mujeres frente a los varones superan en puntuación en los ítems positivos, lo que indica, *a priori*, más capacidad de entender y comprender lo que ha ocurrido con el paso del tiempo y aprender de los propios errores. Esto es especialmente evidente en

las mujeres que muestran claramente puntuaciones más elevadas en los ítems que valoran la comprensión y empatía como predisposición al perdón. Estos mismos resultados fueron hallados por McCullogh et al., (1997) y Enright (1991), quienes encontraron relaciones significativas entre empatía y capacidad de perdón, siendo una de las variables que facilitan perdonar. El cambio emocional que supone el perdón, implica cambios desde emociones negativas a emociones neutras o positivas y ha sido confirmado en otros estudios (Crosgrave & Konstam, 2008; McCullogh, et al., 2007).

Sin embargo, Day et al. (2004) confirman que aunque la empatía se relaciona con el perdón y las mujeres tienen puntuaciones superiores, esto no determina el perdón a sí mismo. Estos investigadores tampoco han encontrado diferencias en edad y sexo en relación al perdón a sí mismos, pero sí relaciones significativas entre empatía y perdón en ambos sexos. Además, en estas dimensiones, tanto los progenitores como las mujeres obtienen puntuaciones más elevadas en ítems relacionados con autocrítica y dureza consigo mismos, por ejemplo, los progenitores, cuando han actuado mal, sienten más rabia y enfado consigo mismos que sus hijos, mientras que las mujeres, cuando han actuado mal, se critican de forma más dura e insistente que los varones, lo que en ambos casos dificulta la capacidad de perdón a sí mismos.

Estos resultados en relación al sexo y edad coinciden con los obtenidos por Sells y Hargrave (1997) en la escala original *Interpersonal Relationship Resolution Scale*, indicando dichos autores la necesidad de adquirir habilidad empática y restaurar la confianza y el afecto entre víctima y agresor para que se logre el perdón. En conclusión, la empatía comprendida en los ítems positivos de esta dimensión en la escala CAPER, explican las diferencias en el perdón a otros, y tendencialmente, como hemos indicado anteriormente, las diferencias en el perdón a sí mismo (Day et al., 2004).

En la dimensión *perdón a situaciones*, las diferencias entre padres e hijos son significativas en todos los ítems positivos y negativos que la componen. Estas diferencias generacionales, aunque de nuevo son diferencias cuantitativas, nos hacen preguntar sobre las diferencias en la conceptualización del perdón entre padres e hijos, sin que a través de esta subescala podamos concluir nada confirmatorio. Las diferencias entre varones y mujeres, en el perdón a situaciones no son estadísticamente significativas, aunque sí se observa

que las mujeres tienen más capacidad que los varones para comprender las situaciones negativas con el paso del tiempo (empatía) y, asociado a ello, también son más capaces de hacer las paces con los malos momentos vividos (lo que denota olvido, reconciliación...). Estos aspectos del paso del tiempo asociado al olvido son analizados en el estudio de Cheng y Yim (2008), y confirman que la perspectiva del tiempo influye favorablemente en la disposición a perdonar y explica las diferencias generacionales de edad.

Tomando la escala en su conjunto, los resultados indican que los progenitores tienen mayor capacidad de perdón que sus hijos, y estos resultados confirman los obtenidos en investigaciones similares con diferencias de edad, en los que también se ha constatado que los grupos de edad más jóvenes tenían más dificultades para el perdón que los grupos de edad media o superior (Allemand, 2008; Cheng & Yim, 2008; Kanz, 2000; Subkoviak, 1995).

La atribución de los hechos acaecidos, bien a un ser superior o al destino, muestra que las “creencias” de los padres frente a los hijos, y de los varones frente a las mujeres, van en dirección opuesta. Un mayor porcentaje de padres que de hijos, y de varones que de mujeres, consideran que un ser superior determina lo que les ocurre, mientras que un mayor porcentaje de hijos y de mujeres piensa que el destino le da a cada uno lo que se merece, siendo estas diferencias estadísticamente significativas. Pero el peso que las creencias religiosas tienen para perdonar es casi irrelevante, ya que cuando se les pregunta sobre razones que ayudan a perdonar, los porcentajes obtenidos en las creencias religiosas son los más bajos, resultados coincidentes y ya apuntados por Casullo et al. (2005) con estudiantes universitarios. Las creencias para perdonar sólo cobran relevancia en personas creyentes, como lo mostraron McCullogh y Worthington (1994) en su investigación sobre religión y personalidad.

En tercer lugar, en relación con la definición implícita en las concepciones populares sobre el perdón, los resultados obtenidos en este estudio confirman que padres e hijos tienen concepciones similares, incluyendo prioritariamente tres elementos de identificación: “la falta de rencor, la reconciliación y la comprensión-empatía”. Sin embargo, hay diferencias en la concepción del perdón por parte de los varones y las mujeres. La falta de rencor es el primer elemento definitorio importante en ambos sexos, pero los varones le asignan un nivel de importancia significativamente superior. Para las mujeres, la segunda característica de importancia

en la definición del perdón es la “comprensión-empatía” con puntuaciones significativamente muy superiores a los varones, que consideran “la reconciliación” como segunda característica relevante en la definición del perdón. Por consiguiente, los resultados ratifican la tercera hipótesis que afirmaba: que las concepciones sobre el perdón serían similares en padres e hijos, aunque estarían moduladas por el factor sexo. Los resultados apuntan en la dirección de la hipótesis de la transmisión generacional de valores sostenida por Worthington (1998) y Mullet et al. (2004), aunque esta transmisión está modulada por la variable sexo.

De los seis términos presentados para elegir los tres que mejor definen el perdón, los resultados expuestos permiten concluir que, tanto para padres e hijos como para varones y mujeres, “la falta de rencor” es el término elegido en primer lugar al ser el que mayor porcentaje acumula. El abandono del rencor supone, mediante un proceso, modificar las emociones negativas en neutras o positivas, lo que implica, según los resultados obtenidos por Mullet et al., (2004) en su investigación, un “*change of heart*”; es decir, un cambio emocional, cambio que no lleva implícito conseguir afecto, comprensión o empatía frente al agresor, ya que los resultados obtenidos en su trabajo les llevan a concluir que la falta de rencor no es sinónimo de comprensión o empatía. En nuestro estudio se confirman, igualmente, estos mismos datos, obteniendo porcentajes diversos los términos “falta de rencor, empatía y reconciliación”, los tres más elegidos como identificadores del perdón.

De esta concordancia en la elección de los términos entre varones y mujeres, y especialmente entre padres e hijos, puede inferirse que padres e hijos comparten la misma conceptualización del perdón, y sugieren que la familia es el escenario idóneo para el aprendizaje de valores éticos y morales. Sin embargo, junto a la similitud en la elección de los términos, también se aprecian las diferencias. Por ejemplo, la palabra reconciliación, seguida de empatía, es la segunda palabra elegida por los padres, por los hijos y por los varones, con porcentajes cercanos entre sí, mientras que para las mujeres es a la inversa, eligen en segundo lugar comprensión-empatía y, en tercer lugar, reconciliación. Las diferencias significativas entre los subgrupos son cuantitativas y de orden en la elección de los términos, por lo que, sólo en parte se confirma que estos términos no son sinónimos, como se había hallado en estudios precedentes (Enright & Fitzgibbons, 2000; Kanz, 2000).

Respecto a las circunstancias o razones que ayudan a perdonar, padres e hijos tienen diferencias en relación con los factores que consideran facilitan el perdón. Mientras que los padres opinan “que haya arrepentimiento de la otra parte y se pida perdón”, “que se haga justicia por medio de la ley” y “las creencias religiosas”, los hijos enfatizan “el paso del tiempo”. También se evidencian diferencias en función del sexo, y mientras que los varones consideran que el factor facilitador más importante es “el paso del tiempo”, las mujeres creen que la circunstancia que más facilita el perdón es “que haya arrepentimiento de la otra parte y se pida perdón”. Estos resultados ratifican, parcialmente, la cuarta hipótesis que postulaba que con independencia de la edad y el sexo, la situación o circunstancia que más iba a facilitar el perdón iba a ser que hubiera arrepentimiento de la otra parte. Por consiguiente, solo se confirma parcialmente, pues para los varones jóvenes el factor que más ayuda desde su punto de vista es el paso del tiempo.

En síntesis, las diferencias encontradas a lo largo del estudio en cada uno de los objetivos estudiados en función del género, confirma la disposición diferente al perdón entre varones y mujeres, especialmente en los ítems positivos relacionados con comprensión y empatía, así como en la conceptualización del perdón en ambos grupos de participantes. Las diferencias entre padres e hijos son más evidentes y significativas en cuanto al perdón a sí mismos, a los otros y a las situaciones, pero se asemejan en cuanto a la definición del perdón y a las razones para perdonar, pudiendo concluirse que tienen más capacidad de perdón los padres que los hijos, pero que poseen una similar conceptualización del perdón.

Los principales aportes del presente estudio, confirman la importancia de la edad en la capacidad de perdón, mostrando más capacidad de perdón los padres que los hijos (aunque este resultado no es concluyente porque no descarta la posibilidad de diferencias generacionales como explicación), ratificando esta capacidad en las tres dimensiones: perdón a sí mismo, a los otros y a las situaciones. Además, se corrobora que el ámbito familiar es un lugar de transmisión de valores éticos, que se expresa en este caso en una concepción similar del perdón entre padres e hijos, y que estos valores están mediatizados por la variable sexo, ya que compartiendo similar concepción, las mujeres muestran más empatía, y por consiguiente, más predisposición al perdón que los varones. Desde la creencia popular o teoría implícita, la

concepción del perdón y los factores facilitadores del mismo afirman la importancia del cambio emocional en el binomio agresor-agredido. Para que se dé el perdón, el ofensor tiene que “mostrar arrepentimiento” (principal factor elegido como facilitador), lo que supone un cambio emocional, y el ofendido “no guardar rencor” (principal término elegido para definir el perdón) lo que también supone un cambio emocional. Las personas afectadas han de entrar en un proceso que se ha denominado “*change of heart*”, confirmando así la importancia de trabajar con las emociones positivas (Seligman, 2002) para lograr el perdón y el bienestar psicológico.

Como limitaciones del estudio cabe destacar el número de participantes y el procedimiento de obtención de datos de los progenitores. Grupos más numerosos y heterogéneos de sujetos, así como un procedimiento más controlado en la obtención de los resultados, con aplicación contrastada de otros cuestionarios sobre empatía y valores personales y ético-sociales, permitiría valorar dos aspectos importantes que se apuntan en esta investigación: si la estructura de la escala debe mantenerse con las dimensiones actuales o con dos dimensiones, una positiva y otra negativa. Además, sería de interés conocer si, como plantean Mullet et al. (2004) la familia es el lugar idóneo de aprendizaje y transmisión de valores, a los que se unen otras variables personales y sociales que expliquen las divergencias y semejanzas entre padres e hijos y entre varones y mujeres.

Los resultados del estudio permiten sugerir la necesidad de seguir investigando sobre varios componentes psicomorales que integran el constructo que denominamos “perdón”, entre ellos el razonamiento, las creencias, las emociones, conductas, etc.. Consideramos que este trabajo abre nuevas vías de investigación sobre un constructo todavía inconcluso.

Referencias

- Allemand, M. (2008). Age differences in forgivingness: The role of future time perspective. *Journal of Research in Personality*, 42 (5), 1137-1147.
- Bagnulo, A., Muñoz-Sastre, T., & Mullet, E. (2009). Conceptualizations of forgiveness: A Latin America-Western Europe comparison. *Universitas Psychologica*, 8(3), 673-682.
- Baskin, T.W. & Enright, R.D. (2004). Intervention studies on forgiveness: a meta-analysis. (Research). *Journal of Counselling and Development*, 1, 1-28.
- Brown, R.P. (2003). Measuring individual differences in the tendency to forgive: Construct validity and links with depression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 759-771.
- Casullo, M. (2005). La capacidad para perdonar desde una perspectiva psicológica. *Revista de Psicología de la PUCP*, 23 (1), 39-64.
- Casullo, M., Morandi, P. & Donati, F. (2005). Síntomas psicopatológicos, predisposición a perdonar y religiosidad en estudiantes universitarios. *Anuario de Investigaciones*, XXIII, 261-268.
- Casullo, M., & Fernández-Liporace, M. (2005). Evaluación de la capacidad de perdonar. Desarrollo y validación de una escala. *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 51 (1), 14-20.
- Cheng, S-T. & Yim, Y-K (2008). Age differences in forgiveness: The role of future time perspective. *Psychology and Aging*, 23 (3), 67-680.
- Cosgrove, L. & Konstam, V. (2008). Forgiveness and forgetting: clinical implications for mental health counsellors. *Journal of Mental Health Counselling*, 1, 1-13.
- Day, L., Macaskill, A. & Maltby, J. (2004). Forgiveness of self and others and emotional empathy. *The Journal of Social Psychology*, 1, 1-3.
- Doyle, G. (1999). Forgiveness as an intrapsychic process. *Psychotherapy*, 36, 190-198.
- Enright, R.D. (1996). Counselling within the forgiveness trait: On forgiveness, receiving forgiveness, and self-forgiveness. *Counselling and Values*, 40 (73), 321-336.
- Enright, R.D. (2001). *Forgiveness is a choice*. Washington, DC: APA.
- Enright, R.D. and the Human Development Study Group (1991). The moral development of forgiveness. En: W.M. Kurtines y J.L. Gerwitz (Eds.), *Handbook of Moral Behaviour and Development* (pp. 123-152). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Enright, R.D., & Fitzgibbons, R.P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington: A.P.A.
- Fitzgibbons, R.P. (1996). The cognitive and emotive uses of forgiveness in the treatment of anger. *Psychotherapy*, 23, 629-633.

- Fredrickson, B.L. (2003). The value of positive emotions. *American Science*, 91, 330-335.
- Kadiangandu, J. K., Gauché, G., Vinsonneau, G. & Mullet, E. (2007). Conceptualizations of forgiveness. Collectivist-congolese versus individualist-french viewpoints. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38 (4), 432-437.
- Kanz, J. (2000). How do people conceptualize and use forgiveness? The forgiveness attitudes questionnaire. *Counselling and Values*, 1, 1-15.
- Linley, P.A., Joseph, S. & Word, A.M. (2006). Positive psychology: Past, present and (possible) future. *The Journal of Positive Psychology*, 14, 148-153.
- Lyubomirsky, S., King, L. & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131 (6), 803-855.
- Maganto, C. & Garaigordobil, M. (2008). *ESPER. Escala de perdón y factores facilitadores*. Material no publicado.
- Makinen, J.A. & Jhonson, S.M. (2006). Resolving attachment injuries in couples using emotionally focused therapy: Step toward forgiveness and reconciliation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74 (6), 1055-1064.
- McCullough, M.E., Worthington, E.L. & Rachal, K.C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 321-336.
- McCullough M.E. & Witvliet, C.V.O. (2002). The psychology of forgiveness. En: C.R. Synder, y S. López (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 446-458). New York: Oxford University Press.
- McCullough, M.E., Bono, G. & Root, L.M. (2007). Rumination, emotion and forgiveness: Three longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93 (3), 409-505.
- McCullough, M.E., Pargament, K.I. & Thorenson, C.E. (2000). *Forgiveness. Theory, research and practice*. New York: Guilford Press.
- McCullough, M.E. & Worthington, E.L. (1994). Models of interpersonal forgiveness and their applications to counselling: Review and critique. *Counselling and Values*, 32, 9-14.
- Mullet, E., Barros, J., Frongia, L., Usáí, V., Neto, F. & Shafighi, S.R. (2003). Religious involvement and the forgiving personality. *Journal of Personality*, 71, 1-19.
- Mullet, E., Girard, M. & Baskhshi, P. (2004). Conceptualizations of forgiveness. *European Psychologist*, 9 (2), 78-86.
- Mullet, E., Neto, F. & Riviére, S. (2005). Personality and its effects on resentment, revenge, and forgiveness and on self-forgiveness. En: E. L. Worthington (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (pp. 159-182). New York: Routledge.
- Neto, F., Pinto, M. C. & Mullet, E. (2007). Intergroup forgiveness: East Timorese and Angolan perspectives. *Journal of Peace Research*, 44, 711-7.
- Sandage, S.J., Hill, P.C. & Vang, H.C. (2003). Toward a multicultural positive psychology: Indigenous forgiveness and among cultures. *Counseling Psychologist*, 31, 564-592.
- Seligman, M.E.P. (2002). Positive psychology, positive prevention and positive therapy. En: C.R. Synder y S. López (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 3-9). New York: Oxford University Press.
- Seligman, M.E.P., Steen, T.A., Park, N. & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 54, 559-562.
- Sells, J.N., & Hargrave, T.D. (1997). The development of a forgiveness scale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23, 41-62.
- Sells, J.N. & Hargrave, T.D. (1998). Forgiveness: a review of the theoretical and empirical literature. *Journal of Family Therapy*, 20, 21-36.
- Subkobiak, M.J., Enright, R.D., Wu, C., Gassin, E.A., Freedman, S., Olson, L.M. & Sarinopoulos, I. (1995). Measuring interpersonal forgiveness in late adolescent and middle adulthood. *Journal of Adolescence*, 18, 641-655.
- Thompson, L.Y. & Snyder, C.R. (2003). Measuring forgiveness. En: S.J. López y C.R. Snyder (Eds.), *Positive Psychological Assessment: A Handbook of Models and Measures* (cap. 19). Washington: American Psychological Association.
- Vecina, M.L. (2006). Emociones positivas. *Papeles del Psicólogo*, 27 (1), 9-17.
- Wade, N.G., Worthington, E.L. & Myer, J.E. (2005). But do they work? A meta-analysis of group interventions to promote forgiveness. En: E.L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (pp. 423-440). New York: Brunner-Routledge.
- Worthington, E.L. (1998). An empathy-humility-commitment model of forgiveness applied within family dyads. *Journal of Family Therapy*, 20, 50-76.