

Las Escuelas de Perdón y Reconciliación (ESPERE) como experiencia transformadora: Evaluación cualitativa de su efecto

The School of Forgiveness and Reconciliation (ESPERE) as a transformative experience: Qualitative evaluation of its impact

Eva Boyle-Bianchi
Universidad Antonio Ruiz de Montoya. Lima, Perú.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7907-4237>
Contacto: eva.boyle@uarm.pe

RESUMEN

Existen varias formas de ofender a otras personas y, tras el agravio, suele resultar difícil perdonar o alcanzar la reconciliación. En el Perú, con el propósito de ayudar a quienes atraviesan estas situaciones, se implementaron los talleres de las Escuelas de Perdón y Reconciliación (ESPERE). A través de los testimonios recogidos mediante entrevistas semiestructuradas, la presente investigación se desarrolló en cuatro regiones del país: Ayacucho, Arequipa, Lambayeque y Lima. El objetivo fue analizar si la experiencia del taller produce efectos positivos en los participantes, especialmente en relación con la capacidad de perdonar y reconciliarse con quienes los ofendieron. Los hallazgos permiten reconocer la contribución de las ESPERE en la restauración personal y social, así como en la construcción de una cultura de paz.

Palabras clave: perdón; reconciliación; ofensas; relaciones; cultura de paz



ABSTRACT

There are many ways to offend someone, and after the grievance, it is often difficult to consider forgiveness or reconciliation. In Peru, to support individuals in such situations, the Schools of Forgiveness and Reconciliation (ESPERE) workshops were introduced. Based on testimonies gathered through semi-structured interviews, this research was conducted in four regions of Peru: Ayacucho, Arequipa, Lambayeque and Lima. The study aimed to assess whether the workshop experience has positive effects on participants, particularly regarding their ability to forgive and reconcile with those who offended them. The findings underscore ESPERE's contribution to personal and social healing, as well as to the construction of a culture of peace.

Keywords: forgiveness; reconciliation; offenses; relationships; culture of peace

Introducción

En este estudio, el perdón y la reconciliación se consideran los procesos relacionados a la reacción que tienen las personas que se sienten ofendidas por los hechos sucedidos en su vida, dañando su confianza. La mayoría de ellos tienen que ver con las relaciones personales, otros con sucesos más amplios fuera del contexto familiar que dañan las interpersonales, así como acontecimientos negativos que fracturan los vínculos amicales, afectivos, laborales.

En el Perú se vivió un conflicto armado interno entre los años 1980 y el 2000, durante el cual se registraron acciones violentas en diferentes partes del territorio nacional, especialmente en las regiones caracterizadas por la pobreza, la inequidad y la marginación étnica y cultural. Al término de este contexto, diferentes instituciones se comprometieron a ayudar en proyectos de paz.

La Fundación Porticus de Holanda fue la primera institución que apoyó la propuesta y se planteó una pedagogía que funcione para prevenir los conflictos trabajando el perdón y la reconciliación, favoreciendo una cultura de paz. Dicha pedagogía se ejecutaría desde el Instituto de Fe y Cultura (IFC) de la Universidad Antonio Ruiz de Montoya, a cargo del sacerdote jesuita Alberto Simons. Además, se contactó en Colombia con el sacerdote Leonel Narváez I.M.C., quien creó las Escuelas de Perdón y Reconciliación (ESPERE) con el fin de que las personas puedan analizar las ofensas o agresiones sufridas y sanar sus heridas, superando la rabia, el rencor o los deseos de venganza consecuentes.

Las Escuelas de Perdón y Reconciliación (ESPERE) se basan en una metodología en la que participan personas que desean tener un proceso personal de perdón y reconciliación. Este proceso les permite reflexionar e identificar situaciones que han sido generadas por lo que se denominan ofensas en su vida cotidiana, logrando, de este modo, superar y recomponer los vínculos consigo mismas y con quienes han tenido relaciones que se han visto fracturadas. Las ESPERE se desarrollan en dos fases: perdón y reconciliación, que se dan en 12 módulos. La metodología se lleva a cabo con personas que deciden hacerlo y se trabaja tanto en forma individual como en grupos. Se requiere que los participantes no sean más de 21 personas, teniendo un facilitador o facilitadora y un o una acompañante que realizan las actividades propuestas. Las ESPERE están dirigidas a personas adultas.

A fin de iniciar el trabajo, se formó un equipo para implementar los talleres, y en el año 2005 comenzaron los primeros talleres en Ayacucho y Lima. Posteriormente, se extendieron a Arequipa, Cuzco, Lambayeque, Piura, Tacna y Moquegua. En estos años, han asistido a los talleres personas de diferente extracción social y con diversas ofensas psicológicas, físicas, acoso, humillaciones, abandono, entre otras. Debido a ello, era necesario reflexionar sobre el perdón y la reconciliación, buscando al mismo tiempo un cambio para que no se queden atrapados en el dolor causado y el resentimiento. Asimismo,

se aspiraba a que pudieran superar las heridas sufridas, decidir sobreponerse y liberarse del rechazo y la venganza hacia quienes les hicieron daño.

De acuerdo con lo anteriormente expresado, se hace oportuno identificar los efectos en las personas que han asistido a los talleres de las Escuelas de Perdón y Reconciliación y si lograron perdonar y reconciliarse con su ofensor. La relevancia de la investigación se basa en ampliar el conocimiento sobre los factores que facilitan o impiden el proceso del perdón y la reconciliación. Así, el estudio no solo señala los resultados individuales de los participantes, sino también las lecciones que pueden aplicarse a otros contextos.

El perdón y la reconciliación

Para un mejor conocimiento de los fundamentos en los que se basan las ESPERE, se mencionan diferentes fuentes obtenidas. Entre los filósofos contemporáneos que han reflexionado sobre el perdón, Paul Ricœur (2000) y Jacques Derrida (2000) señalan que se debe perdonar hasta lo imperdonable y sin condiciones. Además, plantean que se debe recordar el pasado, pero sin la ira, que impide seguir su camino.

El perdón ha sido analizado también por psicólogos como Robert Enright (2005), quien afirma que ayuda a reducir el resentimiento y ser benevolente con quien se considera que ha dañado a otra persona. En opinión de Everett Worthington (2018), lo importante es cómo la persona actuará frente a quien le hizo daño y de qué manera reemplazar los sentimientos negativos como el odio y resentimiento por otros más positivos, renunciando a la venganza.

Esta investigación considera que el perdón es un proceso en el que la persona ofendida evoca los hechos, analizándolos, comprendiendo lo que sucedió y reconociendo que el perdonar a su ofensor es un beneficio. La reconciliación, en cambio, es retomar una relación que se

había interrumpido por una ofensa y se necesita que ambos consideren hacerlo.

Asimismo, desde la política, el perdón se fundamenta en la verdad de los acontecimientos, lo cual favorece tanto al perdón como a la posibilidad de reconciliación con el ofensor. Para Salomón Lerner (2018), el hecho de perdonar abre la posibilidad de reconciliarse, porque quien lo concede asume una actitud y una “mirada” diferentes hacia el pasado, reflexionando sobre lo que ha vivido. Por su parte, Narváez (2022) considera que el perdón es un regalo para uno mismo y describe como un giro narrativo a lo que llama una desinfección personal y un cambio desde desear vengarse hacia la compasión.

De igual forma, Desmond Tutu y Mpho Tutu (2017) afirman que perdonar no es fácil, pues se camina a través del dolor y la pérdida para aceptar lo ocurrido. Además, es importante tener en cuenta las diferencias culturales que existen y el respeto hacia ellas para facilitar superar las ofensas recibidas.

Para lograr perdonar, Hannah Arendt (2005) indica que la reconciliación depende de las personas involucradas, quienes tienen que cambiar de una actitud negativa a una más abierta con el agresor. Si bien se puede acompañar este proceso, no se debe presionar porque se podría retroceder en los avances logrados. De igual manera, se ha generado la confusión de que comprenderlo todo es perdonarlo todo, lo que lleva a afirmar que, si se perdona al ofensor, no hay obligación de reconciliarse con él o ella. La reconciliación requiere restablecer una relación con acuerdos que sean aceptados.

Por su parte, Emmanuel Lévinas (2001) estima que la experiencia de la alteridad nos impulsa al cuidado del otro, ya que somos responsables y no se puede permanecer indiferente ante su sufrimiento y la ayuda que necesita. Por otro lado, la confianza implica la credibilidad en lo que la otra persona dice o hace; por ello, debe imperar el respeto y la verdad para lograr un entendimiento. La seguridad sobre el comportamiento

del otro se tiene cuando hay coherencia en sus acciones, de acuerdo con Martha Vives (2015). Lo contrario a ello genera la desconfianza, que impide relaciones sanas y proyectos conjuntos.

De igual manera, María Prieto (2020) considera que el olvido o el intento de olvidar se entiende como una negación de la realidad o como una autodefensa que no resuelve el efecto negativo. A su vez, Narváez (2022) expresa la necesidad de avanzar en la construcción de la memoria grata. Recordar de otra manera implica que la persona ofendida esté dispuesta a dejar de lado sus prejuicios para poder analizar lo que pasó y qué es lo que hizo que se sintiera agredida.

Estudios sobre el perdón y la reconciliación en Latinoamérica

Existen diversos estudios realizados en Latinoamérica sobre el perdón y la reconciliación. En Colombia, Toro et al. (2022) constataron que desarrollar habilidades y estrategias desde la perspectiva de educación para la paz permite resolver conflictos y abre la posibilidad de perdonar y reconciliarse. Asimismo, Carmen Velasco (2018) comprobó que las ESPERE favorecen una cultura de paz y la posibilidad de curar profundas heridas, construyendo el futuro sin olvidar lo sucedido en el pasado. Por su lado, Escobedo (2010), en México, afirma que los talleres ayudan a los participantes a reducir expresiones de violencia, a mejorar su autoestima y afrontar de manera positiva su vida.

Se constató que en el Perú son todavía escasas las investigaciones sobre el perdón y la reconciliación. Ernesto Cavassa (2013), recoge la historia del desarrollo de los talleres con el fin de reafirmar una propuesta ética de resolución de conflictos y la posibilidad de perdonar y de reconciliarse.

Por su lado, Rojas (2021) sistematizó la experiencia de los talleres ESPERE en el penal de Ayacucho (2010-2018). La autora considera que los talleres pueden coadyuvar a la rehabilitación de las personas,

lo cual se ha manifestado en el cambio de conducta de varios de ellos y el deseo de ayudar a sus compañeros de prisión como voluntarios.

Asimismo, Theidon (2014) investigó en Ayacucho después de los hechos de violencia armada en la región. Los comuneros y comuneras mencionaron que, para solucionar los conflictos, se deben hacer públicas las quejas, realizar actos de conciliación buscando un compromiso entre los grupos, y pedir perdón a los que han ofendido.

Planteamiento del problema y relevancia

La presente investigación aborda la falta de conocimiento sobre los efectos de las ESPERE. Específicamente, examina cómo los talleres contribuyen a reconstruir relaciones fracturadas por el daño emocional, restaurar la confianza y promover una cultura de paz.

A partir de esta problemática, se plantean las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo influyen los talleres ESPERE sobre los procesos de perdón y reconciliación de los participantes?
2. ¿Qué factores promueven o dificultan el proceso de perdón y reconciliación en los participantes de los talleres?
3. ¿Cuál es el impacto de los talleres en las dinámicas de autoestima, confianza y relaciones interpersonales?

La relevancia de la investigación radica en ampliar el conocimiento sobre los cambios causados en los participantes, ahondar en los factores que facilitan o impiden el proceso del perdón y la reconciliación, y cómo los participantes afrontan las ofensas recibidas.

Objetivos de la investigación

El objetivo general es comprender el efecto que los talleres ESPERE producen en los asistentes de cuatro regiones del Perú, en relación con su manera de afrontar las ofensas recibidas y perdonar a la persona que los ofendió. Asimismo, los objetivos específicos fueron:

- Identificar los nuevos discursos y comportamientos de los participantes de la investigación, los cuales facilitan o dificultan la posibilidad de perdonar y reconciliarse con la persona que los ha ofendido.
- Conocer los cambios en la autoestima y confianza que tienen los participantes de los talleres de las ESPERE.

Metodología

El estudio realizado es cualitativo y se basa en los testimonios de los participantes de los talleres ESPERE. La lógica inductiva permitió obtener información confiable y datos que aportaron en la investigación, teniendo deducciones válidas acerca de los efectos positivos en las personas que participaron de los talleres ESPERE. De igual manera, esta lógica permitió establecer conclusiones generales. El análisis temático requiere una revisión constante de los datos obtenidos y encontrar patrones repetidos de significado, permitiendo identificar y analizar temas y subtemas, según Braun & Clarke (2006). Asimismo, Hernández, Fernández y Baptista (2014) utilizaron un diseño fenomenológico trabajando directamente con las declaraciones de los participantes, analizando sus vivencias e interpretaciones sobre la realidad y determinando cuáles son los elementos en común.

Esta investigación fue realizada en medio de la pandemia del COVID-19, por lo que no fue posible realizar entrevistas presenciales en todos los lugares seleccionados. Se eligieron cuatro regiones: Arequipa, Ayacucho, Lambayeque y Lima. Tanto en Lima como en Lambayeque se hicieron talleres virtuales durante la pandemia. Estas regiones fueron

seleccionadas por ser grupos del norte, sur y centro del país, así como por su participación activa.

Se seleccionó a la población de estudio con las siguientes características: ser mayor de edad y haber concurrido a los talleres ESPERE al menos 3 años antes de la realización del estudio, con el fin de garantizar experiencias procesadas. No todas las personas cumplían con este perfil, por lo que la muestra se definió según quienes lograron participar. En total, fueron 27 personas: 10 hombres y 17 mujeres, cuyas edades variaban entre los 24 y los 69 años. La información detallada puede reflejarse en el siguiente cuadro:

Tabla 1. Participantes en el estudio

Entrevistado	Edad	Sexo	Lugar de nacimiento	Estado Civil	Trabajo remunerado
A1	28	Mujer	Ayacucho	Soltera	Sí, por temporadas
B2	24	Mujer	Ayacucho	Soltera	Sí
C3	29	Mujer	Ayacucho	Soltera	Sí
D4	27	Mujer	Ayacucho	Casada	No tiene
E5	59	Mujer	Bolivia	Casada	Sí, por contrato
F6	63	Hombre	Lima	Divorciado	Independiente
G7	48	Hombre	Lima	Divorciado	Independiente
H8	35	Mujer	Lima	Separada	No tiene
I9	44	Mujer	Lima	Casada	Sí, por contrato
J10	44	Mujer	Lima	Separada	Sí
K11	44	Hombre	Lambayeque	Casado	Sí
L12	29	Mujer	Arequipa	Soltera	Sí
LL13	46	Hombre	Lima	Casado	Sí

M14	46	Hombre	Callao	Casado	Sí
N15	53	Mujer	Lambayeque	Soltera	No tiene
Ñ16	68	Mujer	Lambayeque	Soltera	Sí
O17	69	Mujer	Lambayeque	casada	Jubilada
P18	66	Mujer	Lambayeque	Viuda	Jubilada
Q19	41	Mujer	Arequipa	Soltera	Sí
R20	55	Mujer	Arequipa	casada	Sí
S21	51	Hombre	Piura	Casado	Sí
T22	41	Mujer	Lambayeque	Casada	Sí
U23	50	Hombre	Lima	Soltero	Sí
V24	52	Mujer	Lima	Casada	Sí
W25	40	Hombre	Callao	Casado	Sí
X26	57	Hombre	Cajamarca	Casado	Sí
Y27	25	Hombre	Ayacucho	Soltero	Sí

Nota: Elaboración propia.

Para obtener la información se hicieron entrevistas semiestructuradas y se plantearon 17 preguntas que fueron divididas en dos grupos: antes de hacer el taller ESPERE y después de realizado. Luego, estas preguntas se organizaron en tres secciones: 1) seguridad en sí mismo y autoestima, 2) seguridad en los demás y relaciones interpersonales, y 3) significado de la vida o trascendencia. Asimismo, las preguntas giraban en torno a la ofensa, la afectación a la autoestima, la confianza en sí mismo y en los demás, las razones del ofensor/a, los sentimientos generados y la opinión que tenía de su agresor/a.

También se hicieron preguntas sobre los cambios que se dieron después del taller en su vida personal, la relación con su ofensor y la posibilidad de perdonar y reconciliarse. Una vez elaboradas las preguntas, se hizo una primera revisión por una experta y luego el

equipo investigador realizó los ajustes pertinentes. Las entrevistas se realizaron entre el 8 de julio y el 8 de octubre de 2021. Estas fueron realizadas por dos animadoras en Ayacucho; la Coordinadora Nacional de las ESPERE en Arequipa y Lima; y la investigadora en Lambayeque. Estas entrevistas se hicieron en forma personal, mediante Zoom y a través de WhatsApp.

Para el cuidado ético, se utilizó un consentimiento informado oral. Las entrevistadoras explicaron el propósito de la investigación, sus objetivos y cómo se iban a utilizar sus testimonios. También se mencionó que su identidad sería confidencial y se le asignaría un código. Asimismo, se informó que se podía suspender la entrevista cuando se deseara. Finalmente, durante las entrevistas, no se opinó sobre las respuestas con el fin de respetar los estados de ánimo de las personas y sus discursos narrativos.

Estrategia de análisis

Se optó por el análisis temático para analizar la información dada. Este consiste en seis pasos: primero, familiarizarse con los datos; segundo, generar códigos iniciales; tercero, buscar temas; cuarto, revisar temas; quinto, definir temas; sexto, redactar.

Las entrevistas fueron transcritas y vaciadas en una matriz de Microsoft Excel, dividiéndola de acuerdo con las preguntas; luego, se leyeron las respuestas para familiarizarse con el contenido y se identificaron las coincidencias. Para ello, se vaciaron los datos en Microsoft Word para facilitar la codificación de los mismos, generando los códigos iniciales. También se determinó separar los temas y subtemas en: antes del taller y después del taller, para visualizar mejor los cambios que se dieron en los participantes y ver la coherencia con lo planteado en la investigación. De igual manera, se seleccionó lo manifestado de acuerdo con los temas y subtemas. Por último, se hizo el análisis y se redactaron los hallazgos del estudio.

Resultados

Considerando el objetivo general, desde la perspectiva cualitativa, el hallazgo central de la investigación ha sido constatar que hay una mayor comprensión del efecto positivo en la vida de los participantes de los talleres ESPERE, que se hace evidente al contrastar las experiencias de los sujetos antes y después de los mismos.

De igual manera, se han tenido en cuenta los objetivos específicos de identificar los nuevos discursos y los cambios que tienen las personas en la forma de afrontar sus heridas u ofensas después de participar en las ESPERE. Se ha podido comprobar que, antes del taller, al referirse al ofensor u ofensora, manifestaron indignación, resentimiento y desaprobación de las acciones en su contra. Mencionaron diferentes clases de ofensas: maltratos psicológicos, físicos, humillaciones, entre otros.

Antes de las ESPERE

Al inicio, los participantes rechazaban al ofensor, pues consideraban que había fracturado la relación. Por ello, deseaban que se reconociera el daño y no consideraban perdonar o reconciliarse. Muchos de ellos reconocían que su autoestima había sido afectada; algunos mencionaron que fueron tratados por depresión y ansiedad. De igual manera, la pérdida de la confianza impidió seguir vinculándose con el ofensor y otras personas. Cabe resaltar que después del taller, se constató cambios significativos en un grupo de participantes. La mayoría manifestó que tenían otra forma de ver a quienes los ofendieron y comprender por qué lo hicieron.

Un mayor número de participantes afirmó que había recuperado su autoestima y la confianza en los demás, pero les costó más tiempo hacerlo con el ofensor. Aceptaban perdonar a su ofensor u ofensora, pero algunos no se habían abierto todavía a la reconciliación. Por otra

parte, por lo expuesto en las respuestas de las personas entrevistadas, se puede constatar que tienen diferentes formas de valorar las ofensas y ello puede avanzar o retrasar el perdón y la reconciliación. Por ejemplo, el entrevistado G7 (48 años) desestimaba la posibilidad de continuar con su pareja. En cambio, para Q19 (41 años), el perdón le ayudó mucho a dar el paso a la reconciliación.

Las entrevistas muestran que la mirada que tenían del ofensor era de rechazo. La participante R20 (55 años) señaló que su ofensora era: “Una persona egoísta, falta de empatía”. Asimismo, la entrevistada J10 (44 años) dijo: “Lo veía como un malo porque realmente me hizo daño”.

Los participantes mencionaron que las razones del ofensor fueron: celos, frustración, no sabía controlar sus emociones. E5 (59 años), por ejemplo, relató los motivos de su jefe: “Celos laborales, rivalidad, tal vez temor de que yo pudiera hacer las cosas mejor que él, que alguien más lo pudiera evidenciar, era tan inseguro”. Por su parte, V24 (52 años) mencionó: “Sentía frustración, no sabía manejar sus emociones, las situaciones”.

Asimismo, los sentimientos hacia quienes les ofendieron fueron principalmente negativos. A1 (28 años) afirmó tener: “Sentimientos de rechazo, rencor, rabia, resentimiento”. De igual manera, S21 (51 años) refirió: “Amor y odio por el dolor infringido”.

Según los testimonios recogidos, la autoestima es afectada por reiterados mensajes negativos, la discriminación, el maltrato físico y emocional, entre otros. Por ejemplo, J10 (44 años) menciona que “Me mentía, me agredía. Me golpeaba, me gritaba, me afectaba psicológicamente”. Del mismo modo, N15 (53 años) relata: “Sí, me sentía inferior, que no era capaz de hacer las cosas por mí misma. Yo me sentía incapaz. Mi autoestima estaba por los suelos”.

En la experiencia de los participantes, las heridas u ofensas sufridas se recuerdan y permanecen a pesar de haberse desligado de quien

ocasionó el daño. U23 (50 años) rememoró: “Me sentía disminuido en todo”. Asimismo, G7 (48 años) afirmó: “Me generó una culpa por muchas situaciones, influyó en que me alejara de personas y de mi familia, me fue llevando a una situación de devaluación, me estancué también en el lado personal y profesional”.

En sus respuestas mencionaron que las ofensas originaron la pérdida de confianza y de credibilidad en quien ofendió y en sus demás relaciones; en algunos casos, tendieron a aislarse. Los entrevistados consideraron que es difícil volver a recuperar la confianza. B2 (24 años) aseveró: “Mi confianza fue deteriorada y no podía abrir fácilmente mis emociones”. De forma similar, W25 (40 años) mencionó: “Desconfianza, no había mucho afecto”. La mayoría relató que se apartó de los demás como una manera de protegerse. Por último, N15 (53 años) señaló: “Desconfianza total. No solo con ellos, sino con el entorno también”.

Casi todos los participantes mencionaron que surgieron deseos de venganza por el daño ocasionado. La participante O17 (69 años) respondió: “No entraba el perdón, quería justicia, quería venganza”. Por su parte, F6 (63 años) mencionó: “En esa época [...] yo quería matarlo, así de simple. Como dice ese viejo adagio: ‘Muerto el perro, muerta la rabia’”.

Asimismo, los participantes manifestaron que tenían razones que les impedían perdonar. Para el entrevistado M14 (46 años): “Inicialmente no había ninguna razón para ponerme de su lado y comprender su lado afectivo, solo contaba mi dolor por su ausencia en mi vida”.

Varios participantes señalaron que no habían considerado perdonar a su ofensor u ofensora. L12 (29 años) respondió: “Era algo que pensaba a largo plazo. Sentía que no iba a ser fácil”. Por su parte, T22 (41 años) declaró: “Confundida, cómo perdonar a quien me ofendió”.

Casi la totalidad de los participantes respondieron que no era posible restaurar una relación con quien le ofendió. LL13 (46 años)

afirmó: “La relación con mi ofensor era distante y carente de confianza, solo protocolar, casi nula”. La entrevistada D4 (27 años) aseguraba: “No podría siquiera mirarlo”.

Después de las ESPERE

Tabla 2. Temas y Subtemas

Tema	Subtema
Mirando al ofensor /a	Cambio de mirada del ofensor/a
	Razones que tuvo el ofensor/a
	Los sentimientos hacia el ofensor/a
Autoestima	Cambios en la autopercepción de la autoestima de la persona ofendida
	Cambios en el estado del ofendido/a
Relaciones interpersonales	Perder la confianza en el ofensor
	Desconfiar en los demás
Trascendencia	Perdón a la persona que ofendió
	Relación con la persona que le ofendió
	El proceso de reconciliarse

Nota: Elaboración propia.

La mayoría de los participantes reflexionaron sobre cómo fueron los cambios que sintieron. A1 (28 años) manifestó: “Me descubrí a mí misma y también descubrí el lado humano de mi ofensor. Eso me ayudó”. De igual manera, V24 (52 años) afirmó: “Me puse en el lugar de la otra persona, no lo justifiqué, sino que me ayudó a comprenderlo de mejor manera”.

Las respuestas sobre las razones que tuvo el ofensor u ofensora reflejaron un cambio. Se han agrupado aquellas que son similares. Los

entrevistados A1, C3, E5, H8, U23 y F6 mencionan que sus ofensores son personas muy lastimadas y que han sufrido mucho. Por otra parte, los participantes G7, K11, P18 y T22 consideran que sus ofensores han tenido una vida familiar tóxica, donde faltaba el amor y el buen trato.

En las respuestas dadas, varios participantes percibieron una mejora y reconocieron haberse sentido con mayor seguridad, descubriendo sus aspectos positivos. J10 (44 años) afirma: “Me sentí acompañada para poder encontrarme. Ya me acepto como soy con todas mis fortalezas, mis debilidades”. Asimismo, N15 (53 años) testimonia: “Me ayudaron a reconocerme, a amarme. Ahora vivo sola, pero me atiendo como si fuera a recibir a alguien especial”.

Para conocer cuál había sido el cambio en los participantes después de terminar los talleres Espere, algunas preguntas fueron orientadas para conocer cómo veían sus cambios y su relación en el futuro con aquellas personas que consideraban su ofensor u ofensora. Después de conversar con los participantes, manifestaron lo que significó para su vida superar el dolor y su posibilidad de cambiar.

El entrevistado M14 (46 años) mencionó: “Sentí y siento mucha paz, desapareció mi rabia y resentimiento, y esto me llevó a compartir la experiencia con otras personas”. Asimismo, la entrevistada P18 (66 años) afirmó: “Te da herramientas. Te enseña cómo manejamos la rabia, las emociones”.

Según Vives (2015), al distinguir a la otra persona como confiable, se genera la apertura al otro. Asimismo, remarca que la confianza es dinámica y no estática, así se puede desconfiar de alguien y luego, confiar en él o ella tras conocerla mejor. Acerca de la confianza, la mayoría reconoce que lograron restaurarla. F6 (63 años) indica: “[...] evidentemente sí, bastante mejor, ha crecido mi confianza”. V24 (52 años) confirma: “Sí, pude restaurar la confianza que en algún momento había perdido y cuestionado”.

Para Cuéllar e Imbachi (2016), el elemento clave es la trascendencia, la cual se entiende como la capacidad de afrontar el entorno, permitiendo a la persona construirse a sí misma, teniendo en cuenta su relación con los demás. En el caso de las personas ofendidas, se ha comprobado, debido a los testimonios, que cuando logran romper la animadversión con el ofensor, se ha generado la decisión de perdonar.

Para los participantes, la alternativa de perdonar era difícil, pero al profundizar sobre lo que significaría para sus vidas, empezaron a considerarlo. D4 (27 años) señala: “Que es posible hacerlo, sobre todo porque el perdón nos permite liberarnos del resentimiento”. M14 (46 años) señala: “Es la mejor decisión que he tomado en mi vida. Como arte de magia, fui sanando otras relaciones con las personas allegadas a mi entorno familiar”.

Los participantes manifestaron que al inicio de los talleres retomar el vínculo que los unía con el ofensor o la ofensora les era difícil. Sin embargo, un número significativo de ellos mencionaron que habían logrado restablecer la relación y había mejorado luego de las ESPERE.

Los testimonios de las personas reflejan que lo más difícil fue reconciliarse con el ofensor; sin embargo, un número considerable de los participantes lo consiguió. Q19 (41 años) contestó: “Sí, creo que el perdón me ayudó mucho a poder dar ese paso a la reconciliación, ya no había resentimiento y la comunicación pudo mejorar”.

Algunos de los participantes indicaron que no habían terminado su proceso de reconciliación y necesitaban más tiempo. H8 (35 años) afirmó: “No, es un proceso largo que todavía no termina”. También O17 (69 años) manifestó: “Yo pienso que tengo que ir trabajándolo cada vez, cada día”.

En las entrevistas realizadas para este estudio, solo cinco personas (tres hombres y dos mujeres) señalaron como ofensor a su pareja sentimental. Las entrevistas posteriores al taller resultaron en lo

siguiente:

Tabla 3. Recuperación de la autoestima

Respuesta	Porcentaje
Sí lo logró	74%
En proceso	7%
No lo logró	19%

Nota: Elaboración propia.

Tabla 4. Recuperación de la confianza

Respuesta	Porcentaje
Sí lo logró	63%
En proceso	7%
No lo logró	30%

Nota: Elaboración propia.

Tabla 5. Reconciliación con su ofensor u ofensora

Respuesta	Porcentaje
Sí lo logró	59%
En proceso	22%
No lo logró	19%

Nota: Elaboración propia.

Después de participar en los talleres ESPERE, la mayoría de las personas entrevistadas mencionaron que modificaron la manera de

ver a su ofensor u ofensora y su posible relación futura. También variaron su opinión de lo que ocurrió y se abrieron a la posibilidad de reconstruir las relaciones interpersonales.

De acuerdo con los resultados, en las tablas anteriores se deduce que hay personas que lograron superar las ofensas y perdonar al ofensor. En otros casos mencionaron que, si bien entendían el proceso, tenían que trabajar un poco más para entender al ofensor. De acuerdo con los cuadros, varios participantes mencionaron no haber podido perdonar las ofensas y, por ello, no habían recuperado la confianza y no sentían que era el momento de reconciliarse.

Al final de los talleres, los participantes se comprometieron a colaborar en acciones que promuevan la paz y la vigencia de los derechos humanos.

Discusión

De acuerdo con el planteamiento de Narváez (2022), el tema fundamental del perdón es cómo superar la memoria ingrata y transformarla en la memoria grata, eso significa un cambio en la narrativa de lo sucedido que abre caminos de convivencia y paz. De igual manera, tal como afirma Echeburúa (2013), no se puede cambiar lo ocurrido, pero sí se puede modificar nuestra actitud hacia lo sucedido y reinterpretar su significado de una forma más positiva. Ambos autores coinciden en que hay una ofensa que afectó a las personas y se convierte en algo difícil de superar si no se reflexiona.

En el estudio realizado se constata que la mayoría de los participantes consideraban que eran poco apreciados y sentían que, debido a las ofensas recibidas, se consideraban incapaces. Después del taller, diversos participantes mencionaron que recuperaron su autoestima, se aceptaban a sí mismos, sintiéndose personas valiosas. Ello coincide con Roa (2013), quien se refiere a que es importante la

forma de pensar, amar, sentir y mirarse a sí mismo de manera positiva.

En Ayacucho, De los Ríos et al. (2016) sistematizaron la experiencia de las ESPERE de los años 2006 al 2014 y mencionan que uno de los factores limitantes fue el ambiente de desconfianza entre ofensores y ofendidos.

Ha sido importante reflexionar sobre el resentimiento emocional para superar el rencor debido a lo anteriormente vivido y poder construir una relación sin violencia. Varios entrevistados manifestaron que habían superado el resentimiento y podían comunicarse con quien los ofendió, mejorando su relación. Para Guevara (2020), la persona resentida, juzga y tuerce la evaluación de las circunstancias vividas cargando con ira, rabia, agresión, reclamo de amor y necesidad de ser reconocida.

En cuanto a los resultados del estudio, al finalizar el taller, varios de los participantes aseguraron que habían superado la desconfianza con el ofensor para poder tener una relación con la persona que lo había ofendido. Para Revuelta (2016), la confianza es lo que une a las personas, pero es frágil. Por ello, cuando se genera la desconfianza, se puede extender a lo social.

Se evidencia en la manifestación de los participantes que el ofensor debía reconocer el daño causado y repararlo de alguna manera. López et al. (2016) mencionan que tanto el ofensor como el ofendido deben tener claridad del hecho y las emociones que han generado. Asimismo, no se puede excusar o negar las acciones, sobre todo en las ofensas graves.

Los entrevistados consideraron que perdonar a su ofensor era una decisión que los beneficiaba porque los liberaba de vivir con rencor, resentimiento u odio. En el estudio de Escobedo (2010), los participantes reconocieron que perdonar a quien los ofendió les ayuda a superar el enojo, la amargura, el resentimiento y la hostilidad.

Al inicio del taller, la mayoría de los participantes no habían pensado en perdonar a su ofensor. Su decisión cambió porque entendían que los beneficiaba en recuperar su salud emocional. Asimismo, Akhtar, Dolan y Barlow (2017) estimaron en su investigación que el perdón es un facilitador clave de bienestar cognitivo, emocional y social.

Para Muñoz (2012), el perdón lo da el ofendido para estar en paz consigo mismo, incluso si el ofensor no pide perdón. La mayoría de los participantes encontraron una ruta para liberarse: comprender lo vivido, recuperar su capacidad de perdonar, sin imposición de hacerlo y sin quitarle el derecho a la justicia y la reparación.

Si bien es importante que los participantes entiendan que si bien hay un sufrimiento muy fuerte por las heridas que sufrió, se hace necesario trabajar ese aspecto con personas especializadas. Conviene subrayar que Guzmán (2010) estima que el perdón es también una opción terapéutica para trabajar con el impacto que produce, ya sea a corto o a largo plazo. A su vez, Díez (2015) destaca la importancia de diseñar estrategias psicológicas que enfatizan el protagonismo del propio ofendido en el proceso de perdonar una ofensa.

Cuando iniciaron el taller, las personas entrevistadas no concebían la posibilidad de reconciliarse; al finalizarlo, la mayoría mencionó que podían hacerlo, pero consideraban que para hacerlo se necesitan algunas condiciones debido al temor de que las acciones realizadas puedan ser repetidas. Bloomfield et al. (2015) afirman que la reconciliación produce en las víctimas resistencia y al principio no están dispuestas a hacerlo. Manifiestan que no hay soluciones rápidas y lo describen como un proceso profundo en el que tanto ofensores como ofendidos cambien sus aspiraciones, sentimientos, emociones.

Los participantes, al finalizar el taller, reconocieron el cambio que tuvieron, lo que ha permitido asumir el compromiso de trabajar personal y socialmente por un mejor entendimiento entre las personas, contribuyendo de esta forma con una cultura de paz. Varios de ellos

ahora animan los talleres ESPERE y otros se han unido a grupos de ayuda en cárceles, parroquias e instituciones educativas.

Para Hernández, Luna y Cadena (2017), la construcción de una cultura de paz es un esfuerzo que trasciende los conflictos para convertirse en vivencia cotidiana. Aportar en este empeño constituye en la actualidad una necesidad de acción imperante.

Conclusiones

1. El estudio presentado en este artículo ha dado como resultado una mejor comprensión del problema originado por las ofensas recibidas a las personas que han asistido a los talleres de las ESPERE en cuatro regiones del Perú.
2. Se ha identificado en la mayoría de los entrevistados una nueva forma de comprender el perdón y la reconciliación, así como los cambios en los comportamientos de las personas.
3. Se evidencia en la mayoría de los participantes mejoras en la autopercepción de su autoestima, mayor seguridad en sí mismos, recuperación de la confianza en los demás y una mejor comprensión sobre cómo afrontar las ofensas.
4. Se ha podido comprobar que los participantes muestran un mejor conocimiento de las ofensas, permitiendo comprender con mayor amplitud las experiencias vividas y la posibilidad de cambios que podrían tener en su vida.
5. Se ha comprobado que la mayoría de los participantes dejaron de considerarse como una víctima por el daño recibido y valoraron la experiencia sufrida como un suceso que se podían superar.
6. La mayoría de ellos han seguido usando las herramientas que se transmiten en el aprendizaje de las ESPERE para poder afrontar los problemas y dificultades que han tenido después del taller.

7. La mayoría de las personas afectadas por las ofensas recibidas reconocen la necesidad de reconciliarse; un menor número menciona que se necesita tiempo y terminar con el proceso empezado. Así, se ha confirmado que el avance en el proceso de perdón y reconciliación depende de la valoración que los participantes tienen respecto a las ofensas o agresiones que ha utilizado el ofensor u ofensora.
8. Se ha logrado, además, percibir la necesidad de promover más el desarrollo de la cultura de paz en el Perú por medio de los talleres de perdón y reconciliación y profundizando en los valores, comportamientos y actitudes que generen una mejor convivencia entre las personas.
9. Varios de los participantes, comprendiendo el aporte que se puede hacer a la cultura de paz, decidieron convertirse en animadores colaboradores de los talleres ESPERE y otros se han unido a grupos de ayuda en cárceles, parroquias e instituciones educativas.

Limitaciones

1. Desinformación del tema a nivel nacional debido a las pocas investigaciones en el entorno peruano.
2. Dificultad para acceder a las personas en forma presencial debido a las restricciones de movilidad por la pandemia COVID-19.
3. Poca posibilidad de conseguir algunos textos por el cierre de bibliotecas y las restricciones de acceso en la búsqueda por internet.
4. No fue posible entrevistar a familiares directos de las víctimas del conflicto armado interno en Ayacucho, debido a que las animadoras no pudieron localizarlos.

Recomendaciones

1. Realizar estudios posteriores sobre las ofensas en diferentes espacios: educativos, laborales, amicales o familiares en el Perú.
2. Seguir investigando cómo rehacer las relaciones que se han deshecho por diferentes razones mediante el perdón y la reconciliación.
3. Seguir profundizando en el estudio del perdón y la reconciliación en nuestro país con el fin de construir o reconstruir relaciones positivas.
4. Desarrollar programas dirigidos a padres de familia y educadores sobre autoestima, empatía, el cuidado-autocuidado, así como el desarrollo de relaciones saludables con el fin de contribuir a entender y afrontar las ofensas que les puedan causar en los diferentes espacios donde se desenvuelven.
5. Esta investigación abre nuevos caminos para seguir profundizando sobre el perdón y la reconciliación. Es importante no solo entender a las personas ofendidas, sino también a quienes ofenden.
6. Teniendo como base la perspectiva cualitativa, se ha considerado muy importante que esta clase de estudio se base en los testimonios de los participantes para comprender con mayor amplitud las experiencias vividas por las personas que participaron en la investigación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Akhtar, S., Dolan A. & Barlow, J. (2017). Understanding the Relationship Between State Forgiveness and Psychological Wellbeing: A Qualitative Study. *Journal of Religion Health*, 56, 450-463. <https://doi.org/10.1007/s10943-016-0188-9>
- Arendt, H. (2005). Understanding and Politics. *Partisan Review*, 20(4), 377-392.
- Bloomfield, D., Fernández C. & Angulo, A. (2015). *Reconciliación perspectivas y aportes conceptuales para su comprensión*. CINEP/ Programa por la Paz.
- Braun V. & Clarke V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Cavassa, E. (2013). *Mirar con ojos nuevos. La experiencia de las escuelas de Perdón y Reconciliación en el Perú*. Universidad Antonio Ruiz de Montoya, Centro de Estudios y Publicaciones (CEP) e Instituto Bartolomé de Las Casas (IBC).
- Comisión de la Verdad y Reconciliación. (2003). Capítulo 1: Los períodos de la violencia. En *Informe final. Tomo I: El proceso, los hechos, las víctimas*. Comisión de la Verdad y Reconciliación. <https://www.cverdad.org.pe/ifinal/>
- Cuéllar, N. & Imbachi, S. (2016). Sentido de la vida y trascendencia humana, aportes al fundamento epistemológico de la educación religiosa escolar desde la psicología de la religión. *Actualidades Pedagógicas*, (68), 179-198. <https://doi.org/10.19052/ap.3825>
- De los Ríos, C., Cuzcano, F., Cabana, N. & Vera V. (2016). *El perdón: un reto para una cultura de paz en Ayacucho: sistematización de la*

experiencia de las Escuelas de Perdón y Reconciliación: ESPERE. Centro Loyola Ayacucho 2006 - 2014. Universidad Antonio Ruiz de Montoya.

Derrida, J. (2000). Entrevista a Jacques Derrida [Entrevista por Antonie Spire]. *Le Monde de l'éducation*.

Diez, P. (2015). *Factores relacionados con el perdón. Características de la ofensa, del ofensor y del ofendido*. [Trabajo de investigación, Universidad Internacional de Cataluña]. <http://hdl.handle.net/10803/360595>

Echeburúa, E. (2013). El valor psicológico del perdón en las víctimas y en los ofensores. *Eguzkilore: Cuaderno del Instituto Vasco de Criminología*, 27, 65-72. <http://hdl.handle.net/10803/360595>

Enright, R. (2005). *La psicología redescubre el poder del perdón* [Entrevista]. <https://es.zenit.org/2005/09/19/la-psicologia-redescubre-el-poder-del-perdon-primera-parte/>

Escobedo, F. (2010). *Perdón y Reconciliación medio para reducir la violencia, exclusión y promover el desarrollo humano*. [Tesis de maestría, Universidad Iberoamericana]. <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/015297/015297.pdf>

Guevara, F. (2020). *La era del resentimiento*. Prodavinci. <https://prodavinci.com/la-era-del-resentimiento/>

Guzmán, M. (2010). El Perdón en Relaciones Cercanas: Conceptualización desde una Perspectiva Psicológica e Implicancias para la Práctica Clínica. *PSYKHE*, 19(1), 19-30. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282010000100002>

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill.

- Hernández, I., Luna, J. & Cadena, M. (2017). Cultura de paz: Una construcción desde la educación. *Revista Historia de la Educación Latinoamericana*, 19(28), 149-172. <https://www.redalyc.org/pdf/869/86952068009.pdf>
- Lerner, S. (2018). Renuentes a la verdad y a la memoria. *IDEHPUCP*. <https://idehpucp.pucp.edu.pe/opinion/renuentes-a-la-verdad-y-a-la-memoria/>
- Lévinas, E. (2001). *Entre nosotros. Ensayos para pensar en el otro*. Bernard Grasset.
- López, W., Andrade, A. & Correa-Chica, A. (2016). El proceso de pedir perdón como condición necesaria para la construcción de paz en medio del conflicto armado en Colombia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 25(2), 187-194. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5765749>
- Muñoz, S. (2012). La dimensión ético-existencial del perdón como correctivo de las políticas del perdón. *Astrolabio. Revista internacional de filosofía*, (13), 316-324. <https://www.raco.cat/index.php/Astrolabio/article/view/257066>
- Narváez, L. (2022). Una entrevista con Leonel Narváez, fundador de la Fundación para la Reconciliación [Entrevista por Karen Parrado].
- Prieto, M. (2020). El derecho al olvido y los procesos de perdón. *Sal Terrae. Revista de Teología Pastoral*, 3(108), 153-165. <http://hdl.handle.net/11531/44721>
- Revuelta, P. (2016). *La confianza en cuestión. Aproximación crítica a las teorías contemporáneas*. [Tesis doctoral, Universidad Carlos III]. <https://hdl.handle.net/10016/22298>
- Ricœur, P. (2000). *La memoria, la historia, el olvido*. Fondo de Cultura

Económica.

- Roja, A. (2013). La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia. *Edetania, estudios y propuestas socio-educativas*, 44, 241-257. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4596298>
- Rojas, A. (2021). *Escuela de Perdón y Reconciliación - ESPERE en el penal de Ayacucho sistematización del 2010 a 2018*. Centro Loyola Ayacucho.
- Theidon, K. (2014). *Entre prójimos: El conflicto armado interno y la política de la reconciliación en el Perú*. Instituto de Estudios Peruanos.
- Toro, R., Barreto-Zambrano, M., Garzón-Velandia, D., Sandoval-Escobar, M., Pineda-Marín, C., O'Sullivan, C., Taylor, L., Kerezsy-Morales, G., Giraldo-Puerto, M., Cárdenas-Ruiz, S., Ramírez-Sierra, Y., Alfonso, D., Duarte, J., & Niño, J. (2022). Empatía, agresividad y perdón en contextos de vulnerabilidad, hostilidad y seguridad en niños y adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 55, 18-28. <https://doi.org/10.14349/rlp.2023.v55.3>
- Tutu, D. & Tutu, M. (2017). *El libro del perdón*. Editorial Océano.
- Velasco, M. (2018). La reconciliación tras un conflicto armado: el caso de las Escuelas de Perdón y Reconciliación en Colombia. En F. Quiles et al. (Eds.), *Como bálsamo de Fierabrás. Cultura en tiempos y territorios en conflicto* (pp. 374-391). Universidad Pablo de Olavide.
- Villa, J. (2016). Perdón y reconciliación: Una perspectiva psicosocial desde la no-violencia. *Polis: Revista Latinoamericana*, (15)43, 1-22. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6439334>
- Vives, M. (2015). *Confianza: Propuesta de un modelo teórico sobre su*

génesis y consolidación. Ediciones Unisalle. <https://hdl.handle.net/20.500.14625/35882>

Worthington, E. (2006). *Forgiveness and Reconciliation. Theory and Application*. Routledge.

Worthington, E. (2018). *Yo nunca pude encontrar justicia, pero pude perdonar* [Entrevista]. *Semana*. <https://www.semana.com/nacion/articulo/everett-worthington-habla-sobre-su-estudio-del-perdon-en-colombia/566312/>