

**MANIFESTACIONES DE LOS FACTORES RESILIENTES PRESENTES EN
LA HISTORIA DE VIDA DE UNA MUJER QUE ASISTIÓ A UN PROCESO
PSICOTERAPEUTICO EN LA CIUDAD DE BARRANQUILLA**

Presentado por:

BUTTGEN B., CASTRO R., COHEN S.

Tutor (a):

TALIA VERGARA

UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

BARRANQUILLA

2009

INTRODUCCION

Todos los seres humanos tienen un potencial para desarrollar como la Resiliencia, debido a que cuenta con factores de fortalecimiento, internos y externos, que permiten superar situaciones adversas en los distintos grados y momentos en que se van presentando a lo largo de la vida. Sin embargo, no todos los seres humanos hacen uso de dicha facultad, debido a que existen diferencias entre las personas en cuanto a las formas de reaccionar ante las situaciones problemáticas; unos se debilitan ante éstas experimentando desequilibrio o diversos trastornos psicopatológicos, y otros se desarrollan exitosamente a pesar de las dificultades, esta última da lugar al desarrollo de la resiliencia la cual se refiere precisamente a la capacidad de un individuo de reaccionar y recuperarse ante las adversidades, lo que implica un conjunto de cualidades que fomentan un proceso de adaptación exitosa y de transformación, a pesar de los riesgos y de la propia adversidad.

Sánchez Ojeda (2002), definió la resiliencia como la capacidad que tiene el ser humano para enfrentar, sobreponerse, y ser transformado por experiencias de adversidad, es decir, ser capaz de salir fortalecido ante las dificultades; quien pasa a ser el autor guía de la presente investigación. Dicho concepto incluye tres componentes esenciales: La noción de adversidad, trauma, riesgo o amenaza al desarrollo humano; una adaptación positiva o superación de la adversidad; y por último el proceso, que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales, que influyen sobre el desarrollo del hombre.

Es decir, que los elementos constitutivos de la resiliencia están presentes en todo ser humano y evolucionan a través de las fases del desarrollo o ciclo vital, pasando de ser comportamientos intuitivos durante la infancia, a agudizarse y ser deliberados en la adolescencia, hasta ser introyectados en la conducta propia de la edad adulta. Sin embargo, la resiliencia más que la aptitud de resistir a la destrucción preservando la integridad en circunstancias difíciles, debe ser vista como la aptitud de reaccionar positivamente a pesar de las dificultades y la posibilidad de construir basándose en las fuerzas propias del ser humano. No es sólo sobrevivir a pesar de todo, sino que es tener la capacidad de usar la experiencia derivada de las situaciones adversas para proyectarse el futuro.

Por lo anteriormente planteado la presente investigación retomó la resiliencia como variable de estudio para describir los factores resilientes presentes en la historia de vida de una mujer que asistió a proceso psicoterapéutico en la ciudad de Barranquilla. Tal investigación tuvo como base metodológica la utilización del paradigma histórico hermenéutico puesto que se buscó llegar a la comprensión e interpretación de los factores resilientes de la sujeto de estudio. Para tal fin se utilizaron instrumentos como la entrevista semiestructurada, el autorrelato y la historia clínica facilitada por el psicoterapeuta de la paciente. El enfoque empleado fue el etnográfico porque facilitó la comprensión de las vivencias y sucesos de la vida de la sujeto de estudio desde su punto de vista. Además el estudio etnográfico involucra la interpretación explícita de los significados y funciones de las acciones y explicaciones verbales principalmente.

Luego de analizar la historia de vida de la sujeto se encontró que ésta desde muy niña experimentó situaciones adversas como lo fue el haber convivido con un padre autoritario, rígido e imponente, una madre sumisa, poco afectiva y sometida a las decisiones de su esposo, ser manipulada sexualmente por un adulto, recibir los malos tratos e indiferencia de su esposo, la promiscuidad y los problemas con el alcohol de su hijo, entre otros, y que a pesar de tantos eventos estresantes pudo salir adelante, sin dejarse absorber por la adversidad y fortalecerse. Se encontró en la sujeto factores resilientes como la autovaloración, autorregulación, competencias individuales y habilidades sociales, indicando que la sujeto se autovalora porque desde niña contó con el aprecio y cariño de sus familiares y amigos, además el hecho de describirse como entusiasta, amigable y responsable la hace acreedora de una autoestima positiva formada a partir de una imagen segura de sí misma y del apoyo de personas importantes en su vida. El factor de la autorregulación se percibió en la medida en que la sujeto tomaba responsabilidad de las acciones que hacía, ya fuese a nivel familiar como fue la decisión de elegir qué carrera universitaria estudiar a pesar de tener un padre autoritario y poco flexible, a nivel laboral en la medida en que sustituía un trabajo por otro sin temor a fracasar y en su esfera social mostrándose segura ante cualquier actividad, confiando en sus habilidades sociales. El tercer factor muestra que las competencias individuales se apreciaron cuando decide asistir a psicoterapia para hablar sin temores de sus conflictos e inquietudes, a la hora de tomar la decisión de divorciarse mostrando la capacidad para resolver los problemas de manera positiva y al momento de recurrir a su círculo de amigos para ser escuchada. Por último, el factor de habilidades sociales se manifestó con el hecho de tener personas a su alrededor que le brindaron afecto y protección en

todas las etapas de su vida, al momento de refugiarse en la religión cuando algo la agobiaba y el apoyo incondicional de su tía paterna durante su niñez.

Por consiguiente, se puede decir que la sujeto de estudio desde niña contó con factores protectores que la ayudaron a enfrentar cualquier calamidad de su vida, superándolas, saliendo fortalecida y manteniendo un desarrollo psicosocial positivo. A partir de esto, se podría decir que cualquier experiencia que se tenga por muy adversa que sea no deja necesariamente marcas permanentes en el individuo sino que por el contrario el individuo toma contrapié y se fortalece a partir de los mecanismos protectores propios del proceso de la resiliencia.

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

El ciclo vital del ser humano asegura el paso por una serie de etapas que van desde la concepción hasta la vejez y su posterior muerte, durante estas fases cualquier ser humano puede experimentar sucesos no esperados (fortuitos) que se constituyen de manera amenazante o catastrófica, dando lugar a adversidades de gran magnitud que van desde convivir en el seno de una familia disfuncional conformada por un padre autoritario, alcohólico, controlador y una madre distante y sin autoridad, ser víctima de abuso sexual reiteradamente durante la infancia por parte del conductor de la familia, un divorcio resultante de una relación matrimonial insatisfactoria debido a la indiferencia, infidelidad y malos tratos por parte de su pareja, pérdida de bienes materiales y todo sustento económico hasta llegar a afrontar el estilo de vida promiscuo de su hijo menor. Éstas han sido algunas de las adversidades más representativas que han formado parte de la historia de vida de la protagonista del presente proyecto de investigación.

En términos generales, cualquier tipo de sucesos devastadores como los anteriormente citados han de traer como consecuencias dos formas totalmente opuestas de reaccionar hacia los mismos, positiva o negativamente según la rapidez con que permitan la readaptación al medio social en el cual se desenvuelve, es decir, una adaptabilidad al medio o por el contrario una desadaptación; un aporte importante a ésta última visión lo realizó Jeffrey Young en 1998, quien explica que *vivenciar este tipo de situaciones puede generar en quien las padece esquemas*

maladaptativo -como un aislamiento social, sentimientos de minusvalía, etc., a partir de situaciones adversas vividas en la niñez- *quien los considera creencias rígidas e inflexibles que hace referencia a la percepción que se tiene de si mismo, del medio circundante y de los demás.*

Este mal funcionamiento vuelve vulnerable al individuo generándole desequilibrio psicológico y emocional, poniendo de manifiesto una lesión psicológica a su autovaloración y que posteriormente tiene como consecuencia una disminución en su calidad de vida.

En síntesis, de acuerdo con todo esto, el padecimiento de decepciones, fracasos, traumas, daños y todo aquello que se pueda considerar negativo para la interacción del hombre, va a repercutir perjudicialmente en los aspectos cognitivos, emotivos y conductual que conforman la actitud a asumir, es decir una conducta desadaptada o de resentimiento autodefensivo contraria a la resiliencia.

No obstante existen casos, en los que los sujetos son conducidos a retos psicológicos en donde se puede evidenciar una personalidad resiliente, entendiéndose ésta como la capacidad que muestran algunos seres humanos, en medio de las peores adversidades, de tomar el contrapié a partir de sí mismos y que le permite desarrollarse y construir sus sueños conservando la estructura humana en términos de valores éticos de supervivencia (Sánchez, Balmer y colaboradores, 2002) y es precisamente esto lo que se convierte en eje central de la *investigación*,

ya que personas concebidas como víctimas han logrado una recuperación satisfactoria que genera beneficios para si mismos y para su entorno familiar y social.

Es por ello que el presente proyecto de *investigación* pretende comprender a profundidad los factores resilientes presentes en la historia de vida de una mujer que asiste a un proceso psicoterapéutico, ya que resulta relevante indagar como una mujer puede haber podido superar sucesos adversos (como lo es haber sido manipulada sexualmente en contra de su voluntad) de una manera positiva, en otras palabras este sujeto no se destruyó, resistió, no se desfiguró, absorbió el golpe y rebotó (Sanchez, Balmer, y Col. 2002).

A nivel local, exactamente en la universidad del norte, data un registro de cuatro investigaciones tituladas: “Redes sociales y resiliencia en jóvenes desplazados por la violencia política en el departamento del Atlántico (autora: Salas, F; director: Palacio, J; Madariaga, C. 2001)”; “El autoconcepto en niñas victimas de la violencia intrafamiliar (autora: Amaya, A; director: Aznarís, M. 2007)”; “Diseño de un programa pedagógico itinerante que promueve la resiliencia en niños desplazados de la comunidad Loma Roja en la ciudad de Barranquilla (autora: Castillo, S; director: Osorio, M. 2005)”; “Factores protectores como potencial resiliente en sujetos pertenecientes a una comunidad de desplazados en proceso de restablecimiento urbano (autor: Céspedes, M; director: Palacío, J. 2004)”; las cuales nos permitieron un acercamiento teórico sobre la variable de estudio además de presentar a grosso modo variedad de expositores de la temática.

FORMULACION DEL PROBLEMA

Luego de una exhaustiva revisión del estado del arte de la temática resiliencia, se considera que el problema de investigación surgido, a raíz de los intereses y motivaciones de las investigadoras, y con el cual se lleva a cabo este proyecto es el siguiente:

**CÓMO SE MANIFIESTAN LOS FACTORES RESILIENTES EN LA
HISTORIA DE VIDA DE UNA MUJER QUE ASISTIÓ A UN PROCESO
PSICOTERAPEUTICO EN LA CIUDAD DE BARRANQUILLA**

JUSTIFICACION

Teniendo en cuenta que el hombre muy ocasionalmente hace uso de la analogía como un recurso expresivo para referirse bien sea a destrezas, habilidades, capacidades o simplemente a situaciones, eventos o circunstancias experimentadas, el equipo investigador se permite hacer mención de la historia de las tres muñecas de Jacques May, para facilitar la comprensión de la temática abordada en el siguiente proyecto de investigación: *“la primera muñeca es de vidrio, la segunda de materia plástica, la tercera de acero. Bajo el impacto de un mismo golpe violento de martillo, la primera se rompió; la segunda guarda una cicatriz indeleble; la tercera aparece aparentemente invulnerable”* (Tomado de resiliencia responsabilidad del sujeto y esperanza social. Sánchez, E. y colaboradores 2002).

Lo anteriormente planteado demuestra que ser resiliente evoca la capacidad del ser humano para construir una respuesta al golpe y para conservar su estructura a pesar del impacto. Es por eso que se hace pertinente retomar el aporte de Edith Grotberg al tema de resiliencia expuesto en el año de 1998 quien la considera como: *“la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformadas positivamente por ellas”*. Una vez que el grupo de investigadoras aprehende el concepto de resiliencia da por sentado abordar dicha temática haciendo uso de la historia de vida como herramienta metodológica con el fin de conocer los factores resilientes de una mujer que asistió a un proceso psicoterapéutico.

Esta investigación aporta a la psicología, dentro de su campo de acción, la recolección de datos fenomenológicos fundamentales que permite el diseño de políticas de intervención desde un punto de vista clínico, a partir de las manifestaciones subjetivas de la vida psíquica, porque mediante ellas no solo se puede obtener datos de la conciencia en cada individuo, sino también una comprensión de muchos fenómenos psicológicos que ocurren a nivel de percepción, conciencia del objeto, procesos de pensamiento y estados emocionales, lo que permite alterar el balance presente en las personas que va desde la vulnerabilidad hasta la resiliencia, esto puede ocurrir ya sea disminuyendo la exposición a situaciones de vida provocadoras de estrés y que atenten contra la salud mental (disfuncionalidad familiar, representación paternal coercitiva, abuso sexual,) o bien aumentando o reforzando el número de factores protectores que pueden estar presentes en una situación dada (Abello y Amar, 2003)

La importancia personal radica en un enriquecimiento conceptual sobre la resiliencia y su aplicabilidad en las diferentes poblaciones donde ha sido estudiada; además de obtener una sensibilización que les ha de facilitar a las investigadoras el reconocimiento de factores de resiliencia en algunos aspectos de su vida personal.

A nivel del programa de psicología de la Universidad Simón Bolívar se obtendrán nuevos conocimientos acerca de la temática en estudio, puesto que, en términos generales, la resiliencia en contadas ocasiones se ha visto como epicentro de alguna investigación con determinados grupos poblacionales, debido al desconocimiento del término por algunos investigadores, por tal razón, este trabajo

pasa a constituirse en una fuente de información bibliográfica de importante utilidad para la realización de futuras investigaciones. Así mismo, al realizarse un abordaje en el estado del arte de la temática de resiliencia a nivel intrainstitucional, es decir dentro de las diferentes líneas de investigación que maneja la universidad, no data ningún registro de investigaciones acerca de resiliencia, mientras que el total de tesis realizados bajo los lineamientos de metodología cualitativa de investigación resulta siendo limitado.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

❖ Describir cómo se manifiestan los factores resilientes en la historia de vida de una mujer que asistió a un proceso psicoterapéutico en la ciudad de Barranquilla.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

❖ Describir cómo se presenta el factor de autovaloración de la Resiliencia en la historia de vida de mujer que asistió a un proceso psicoterapéutico en la ciudad de Barranquilla.

❖ Describir cómo se presenta el factor de autorregulación de la Resiliencia en la historia de vida de una mujer que asistió a un proceso psicoterapéutico en la ciudad de Barranquilla

❖ Describir cómo se presenta el factor de competencias individuales de la Resiliencia en la historia de vida de una mujer que asistió a un proceso psicoterapéutico en la ciudad de Barranquilla

❖ Describir cómo se presenta el factor de habilidades sociales de la Resiliencia en la historia de vida de una mujer que asistió a un proceso psicoterapéutico en la ciudad de Barranquilla

MARCO TEÓRICO

REACCIONES ANTE LA EXPERIENCIA TRAUMÁTICA

La reacción de las personas ante experiencias traumáticas puede variar en un continuum y adoptar diferentes formas (Carbelo y colaboradores, 2006):

- ✓ **Trastorno:** La Psicología tradicional se ha centrado mayoritariamente en este aspecto de la respuesta humana, asumiendo que potencialmente toda persona expuesta a una situación traumática puede desarrollar un trastorno de estrés postraumático (TEPT) u otras patologías (Paton et al., 2000) y elaborando estrategias de intervención temprana destinadas a todos los afectados por un suceso de esta índole. Sin embargo, el porcentaje de personas expuestas a sucesos traumáticos que desarrollan patologías posteriores es mínimo. Además, no hay que olvidar que, del porcentaje de individuos que en los primeros meses pueden ser diagnosticados con alguna patología, la mayoría se va recuperando de forma natural y en un breve espacio de tiempo recupera el nivel normal de funcionalidad.
- ✓ **Trastorno retardado:** Algunas personas expuestas a un suceso traumático y que no han desarrollado patologías en un primer momento, pueden hacerlo mucho tiempo después, incluso años más tarde. Sin embargo, la aparición de este tipo de casos es infrecuente.

- ✓ **Recuperación:** Desde la Psicología tradicional se ha tendido a ignorar el proceso de recuperación natural, que, si bien al principio lleva consigo la experiencia de síntomas postraumáticos o reacciones disfuncionales de estrés, con el paso del tiempo se desvanecen. Los datos apuntan a que alrededor de un 85% de las personas afectadas por una experiencia traumática sigue este proceso de recuperación natural y no desarrolla ningún tipo de trastorno.

- ✓ **Resiliencia o resistencia:** La resiliencia (del inglés resilience) es un fenómeno ampliamente observado al que tradicionalmente se ha prestado poca atención, y que incluye dos aspectos relevantes: resistir el suceso y rehacerse del mismo. Ante un suceso traumático, las personas resilientes consiguen mantener un equilibrio estable sin que afecte a su rendimiento y a su vida cotidiana. A diferencia de aquellos que se recuperan de forma natural tras un período de disfuncionalidad, los individuos resilientes no pasan por este período, sino que permanecen en niveles funcionales a pesar de la experiencia traumática. Este fenómeno se considera inverosímil o propio de personas excepcionales y sin embargo, numerosos datos muestran que la resiliencia es un fenómeno común entre personas que se enfrentan a experiencias adversas y que surge de funciones y procesos adaptativos normales del ser humano.

DESARROLLO HISTÓRICO DE LA RESILIENCIA

Aproximadamente desde el año de 1945 empezaron los primeros estudios sobre la resiliencia, autores como Grinker y Spiegel, se interesaron a todos aquellos individuos que padecieron altos índices de estrés durante la guerra y la manera como evolucionaron positivamente o de manera favorable. Estos estudios arrojaron resultados que mostraban que los seres humanos poseían la capacidad potencial de salir heridos, pero fortalecidos de una experiencia aniquiladora (Melillo, 2004). En los años ochenta surge el interés por investigar las características de las personas que superan con éxito adversidades crónicas. Para denominar esta capacidad en lengua inglesa se recurrió al término “resilience”, una palabra empleada en ingeniería y física de materiales para describir la capacidad de algunos materiales de recobrar su forma original después de ser sometidos a una presión deformadora. Es una metáfora que alude a la enfermedad como “deformación” del organismo y a la salud como la “forma natural normal” del mismo organismo, “y se la entiende como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado positivamente por ellas” Grotberg, 1998 (citada en Melillo, s.f). De ahí que resiliencia se entiende hoy como la capacidad del organismo vivo para recuperar su “forma normal” después de haber sufrido alteraciones crónicas o agudas.

La resiliencia humana ha aparecido como un factor de gran importancia a la hora de enfrentar los riesgos para la salud en poblaciones desaventajadas, especialmente en el caso de los niños que viven en condiciones de adversidad

crónica. En el marco de investigaciones de epidemiología social se observó que no todas las personas sometidas a situaciones de riesgo sufrían enfermedades o padecimientos de algún tipo, sino que, por el contrario, había quienes superaban la situación y hasta surgían fortalecidos de ella. A este fenómeno se lo denomina en la actualidad resiliencia (Melillo, s.f). La resiliencia se definió originalmente como la capacidad de niños crónicamente desaventajados para conseguir desarrollar ajustes exitosos entre sus personas y el medio ambiente en su vida posterior. Según Benard (1996), estudios de largo plazo en este tipo de poblaciones han mostrado que entre el 50% y el 70% de los niños nacidos en condiciones de alto riesgo terminan desarrollando vidas exitosas. Estas cifras significan dos cosas:

1. Muy probablemente la llamada resiliencia es una característica humana que se distribuye en campana de Gauss en la población general (y por lo tanto cifras de personas resilientes entre el 50% y el 70% de la población desaventajada) no reflejan excepciones sino la norma), y
2. El éxito en la vida depende tanto del medio ambiente como de condiciones personales puesto que todas las características normales de los seres humanos se dan sobre la base de la interacción entre el organismo y su medio ambiente (Salazar, 2004).

El trabajo que dio origen a este nuevo concepto fue el de E. E. Werner (1992), quien estudió la influencia de los factores de riesgo, los que se presentan cuando los procesos del modo de vida, de trabajo, de la vida de consumo cotidiano, de

relaciones políticas, culturales y ecológicas, se caracterizan por una profunda inequidad y discriminación social, inequidad de género e inequidad etnocultural que generan formas de remuneración injustas con su consecuencia: la pobreza, una vida plagada de estresores, sobrecargas físicas, exposición a peligros (más que “factores de riesgo” deberíamos considerarlos procesos destructivos [Breilh, 2003] que caracterizan a determinados modos de funcionamiento social o de grupos humanos) (Melillo, s.f).

Werner siguió durante más de treinta años, hasta su vida adulta, a más de 700 niños nacidos en medio de la pobreza en la isla de Kauai. Todos pasaron penurias y dificultades, pero una tercera parte sufrió además experiencias de estrés y/o fue criado por familias disfuncionales percibiendo peleas, divorcio con ausencia del padre, alcoholismo, drogadicción o enfermedades mentales. Muchos presentaron patologías físicas, psicológicas y sociales, como desde el punto de vista de los factores de riesgo se esperaba. Pero ocurrió que muchos lograron un desarrollo sano y positivo: estos sujetos fueron definidos como resilientes.

Existen dos generaciones de investigadores del concepto de resiliencia, la primera que comienza a principio de los años sesenta. Se formulan las preguntas: “entre los niños que viven en riesgo social”. ¿Que distingue a aquellos niños que se adaptan positivamente de aquellos niños que no se adaptan a la sociedad? (Melillo, 2004) ¿Por qué no se enferman los que no se enferman? Primero se pensó en cuestiones genéticas (“niños invulnerables” se los llamó), se anotó que todos los sujetos que resultaron resilientes tenían, por lo menos, una persona (familiar o no)

que los aceptó en forma incondicional, independientemente de su temperamento, su aspecto físico o su inteligencia. Necesitaban contar con alguien y, al mismo tiempo, sentir que sus esfuerzos, su competencia y su autovaloración eran reconocidos y fomentados, y lo tuvieron. Eso hizo la diferencia. Werner dice que todos los estudios realizados en el mundo acerca de los niños desgraciados, comprobaron que la influencia más positiva para ellos es una relación cariñosa y estrecha con un adulto significativo. O sea que la aparición o no de esta capacidad en los sujetos depende de la interacción de la persona y su entorno humano (Melillo, s.f).

Era importante determinar e identificar los factores de riesgo y de resiliencia que influyen para que el niño se adapte positivamente a pesar de vivir en condiciones de adversidad. La segunda generación de investigadores a mediados de los noventa, se preguntan: ¿cuáles son los procesos asociados a una adaptación positiva, dado que la persona ha vivido o vive en condiciones de adversidad? (Melillo, 2004). El foco de esta segunda investigación retorna el interés de la primera interesándose también en determinar que factores están presentes en individuos que se encuentran en un alto riesgo social, que se adaptan positivamente a la sociedad.

Durante esta segunda generación aparecieron muchos conceptos de resiliencia provenientes de distintos autores. Michael Rutter, en 1991 propuso la resiliencia 'como una respuesta global en la que se ponen en juego los mecanismos de protección, entendiéndose por estos, aquella dinámica que permite al individuo salir fortalecido de la adversidad en cada situación específica y respetando las características personales' (Melillo, 2004)

Roberto Pereira en el 2007 expone la resiliencia como la capacidad de un individuo o de una familia para enfrentarse a circunstancias adversas, condiciones de vida difíciles, a situaciones potencialmente traumáticas y recuperarse saliendo fortalecido y con más recursos.

Rutter (citado en Acero, 2008) precisa que la resiliencia puede variar, tanto en función del evento violento o traumático como en función del ciclo evolutivo de la persona, es decir, desde este punto de vista, pudiera darse que, por ejemplo, un niño que reaccionó de manera resiliente al afrontar la pérdida de sus padres, podría quizá derrumbarse si fuera objeto de un abuso sexual o, en ilustración de Rutter, un niño resiliente podrá ir al colegio y soportar la conmoción del curso preparatorio, pero se vendrá abajo cuando vaya al servicio militar; otro, por el contrario, que detesto el colegio, puede encontrar su salvación en el ejercito.

Para Garmezy (citado en Borbarán y colaboradores en 2005) la resiliencia significa las habilidades, destrezas, conocimientos, insight (introspección) que se acumula con el tiempo a como las personas luchan por levantarse de la adversidad y afrontar retos. Es un continuo y desarrollador fondo de energía y destreza que puede ser utilizado en las luchas actuales.

Edith Grotberg, fue otra pionera de la noción dinámica de la resiliencia y expresa que esta ultima requiere de la interacción de factores resilientes. Los cuales están compuestos por: soporte social (yo tengo), habilidades sociales (yo puedo),

fortaleza interna (yo soy), es importante que exista una interacción en estos tres factores para que se desarrolle la conducta resiliente.

Autores más recientes en esta segunda generación son Luthar y Cushing, quienes en el año de 1999 propusieron la resiliencia como “un proceso dinámico donde las influencias del ambiente y del individuo interactúan en la relación recíproca que permite a la persona adaptarse a pesar de la adversidad”

CONCEPTO DE RESILIENCIA

El concepto de resiliencia ha tenido innumerables definiciones. Sin embargo, y luego de hacer una recapitulación, se podría entonces definir resiliencia como la capacidad que tiene el ser humano para enfrentar, sobreponerse, y ser transformado por experiencias de adversidad, es decir, ser capaz de salir fortalecido ante las dificultades (Sánchez, 2002)

En el concepto de resiliencia se distinguen tres componentes esenciales:

1. La noción de adversidad, trauma, riesgo o amenaza al desarrollo humano.
2. Adaptación positiva o superación de la adversidad.
3. El proceso, que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales, que influyen sobre el desarrollo del hombre.

LA ADVERSIDAD Y FRAGILIDAD

El término de adversidad es usado también como sinónimo de riesgo, puede designar una constelación de muchos factores de riesgo (como vivir en pobreza), o una situación específica del hombre (muerte de un familiar).

La fragilidad humana se inicia desde que este se encuentra en estado fetal. El proceso de empoderamiento iniciado por la formación parental, posibilita que los individuos puedan desarrollar control gradual sobre su propio destino cotidiano, por sí mismos o con ayuda y así convertirse en seres capaces de asegurar su supervivencia por sí mismos. A partir del momento de su nacimiento el niño debe recibir entrenamiento para aprender gradualmente a satisfacer sus necesidades por sí mismo. A lo largo de su biografía, como parte de su aprendizaje social, los niños descubren la vulnerabilidad de su organismo y desarrollan diversos grados de sentimiento de vulnerabilidad. Un sentimiento realista de vulnerabilidad es un factor protector de la integridad y de la supervivencia del ser humano (Salazar, 2004)

Existen muchas adversidades la violencia por ejemplo, la injusticia, el desamor, crueldad, soledad, tragedia, destrucción, seres heridos y que a pesar de esto construye respuestas creadoras de vida y de esperanza.

Sin embargo y aunque suene cruel, es necesario que el ser humano experimente la adversidad o esté en situaciones de riesgo para que se desarrolle la

resiliencia, y como dice Sánchez en el 2002, en su libro, “no existe resiliencia sin desgracia”

ADAPTACIÓN POSITIVA

La adaptación positiva permite identificar si ha habido o no un proceso de resiliencia. La adaptación puede ser considerada positiva, cuando el individuo ha alcanzado expectativas sociales asociados a una etapa de desarrollo, o cuando no ha habido signos de desajustes (Sánchez, 2004).

Si la adaptación positiva ocurre a pesar de la exposición a la adversidad, se puede decir entonces que se desarrolla una adaptación resiliente.

PROCESO

La noción del proceso permite entender la adaptación resiliente, en función de la interacción dinámica entre múltiples factores de riesgo y factores resilientes, los cuales pueden ser familiares, bioquímicas, fisiológicos, cognitivos, afectivos, sociales y/o culturales.

La noción de proceso descarta la concepción de resiliencia como un atributo personal y propone que para que se de la adaptación positiva, es necesario la integración del hombre con la sociedad. La resiliencia se ha caracterizado como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida sana,

viviendo en un lugar de mucho riesgo. Estos procesos tendrían lugar a lo largo del tiempo, dando afortunadas combinaciones entre los atributos del hombre y su ambiente familiar, social y cultural.

La resiliencia es una palabra que viene del verbo latino *resilio*, empleada en física para caracterizar la resistencia de un cuerpo al choque y la capacidad de este cuerpo para conservar su estructura a pesar del impacto.

En el campo psicológico la resiliencia evoca la capacidad de un objeto para construir una respuesta al golpe, creando a partir de sí mismo un sentido que desborda la adversidad y le permite desarrollarse y tener éxito (Sánchez, 2002). La perspectiva psicológica considera no solo la resistencia al choque (sentido original del concepto de la física), sino que hace énfasis en la capacidad de absorberlo y rebotar. Es decir a la capacidad que muestran algunos seres humanos, en medio de las peores adversidades de tomar el contrapunto a partir de sí mismo y que le permite desarrollarse y construir sus sueños conservando la estructura humana.

LAS FUENTES INTERACTIVAS DE LA RESILIENCIA

De acuerdo con Edith Grotberg (1997), para hacer frente a las adversidades, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado, los niños toman factores de resiliencia de cuatro fuentes que se visualizan en las expresiones verbales de los sujetos (niños, adolescentes o adultos) con características resilientes. Los factores de resiliencia protegen al hombre de las malas condiciones del ambiente humano y

social que lo rodean, estos factores son: “yo tengo” (apoyo en mi entorno social); “yo soy” y “yo estoy” (autovaloración; desarrollo de las fortalezas intrapsíquicas y condiciones personales); “yo puedo” (remite a la adquisición de habilidades interpersonales y de resolución de conflicto; concierne a las habilidades en las relaciones con los otros) (Melillo, s.f).

YO
T
E
N
G
O
Y
O
S
O
Y
E
S
T
O
Y
P
U
E
D
O

- Personas del entorno (a mi alrededor) en quienes confío y que me quieren incondicionalmente.
- Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar los peligros y problemas.
- Personas que me muestran por medio de sus conductas la manera correcta de proceder.
- Personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo.
- Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro, o cuando necesito aprender.
- Una persona por quien los otros sienten aprecio y cariño.
- Feliz cuando hago algo bueno por y para los demás y les demuestro mi afecto.
- Respetuoso de mí mismo y del prójimo.
- Dispuesto a responsabilizarme de mis actos.
- Seguro de que todo saldrá bien.



- Hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan.
- Buscar la manera de resolver mis problemas.
- Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que no está bien.
- Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o actuar.
- Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.

Fergusson (citado en Kotliarenco en 1996) da cuenta de una serie de factores que actúan en calidad de protectores, y por tanto pueden proteger o mitigar los efectos de la privación temprana, promoviendo a su vez los comportamientos resilientes en niños que viven en ambientes considerados de alto riesgo. Entre estos factores se encuentran:

- ✓ Inteligencia y habilidad de resolución de problemas: Se ha observado que los adolescentes resilientes presentan una mayor inteligencia y habilidad de resolución de problemas que los no resilientes. Según los autores, esto significa que una condición necesaria aunque no suficiente para la resiliencia, es poseer una capacidad intelectual igual o superior al promedio.
- ✓ Género: El pertenecer al género femenino es considerado como una variable protectora, según lo indican estudios que han observado una mayor vulnerabilidad al riesgo en los hombres, por mecanismos que se exponen más adelante.

- ✓ Desarrollo de intereses y vínculos afectivos externos: La presencia de intereses y personas significativas fuera de la familia, favorece la manifestación de comportamientos resilientes en circunstancias familiares adversas.

- ✓ Apego parental: Estudios longitudinales han destacado que la presencia de una relación cálida, nutritiva y apoyadora, aunque no necesariamente presente en todo momento, con al menos uno de los padres, protege o mitiga los efectos nocivos de vivir en un medio adverso.

- ✓ Temperamento y conducta: Investigaciones con adolescentes han observado que aquellos que actualmente presentaban características resilientes, habían sido catalogados como niños fáciles y de buen temperamento durante su infancia.

- ✓ Relación con pares: Los autores replican lo observado por Werner en el estudio con niños en Kauai, señalando que los niños resilientes se caracterizaron por tener una relación de mejor calidad con sus pares que los niños no resilientes

FACTORES QUE FAVORECEN LA RESILIENCIA

Basile (s.f.) expone los siguientes Factores Protectores Personales De Los

Niños resilientes:

- ✓ Autonomía,
- ✓ Independencia,
- ✓ Capacidad empática
- ✓ Factores temperamentales
- ✓ Edad y maduración

FACTORES PROTECTORES SOCIALES:

- ✓ Ambiente cálido, paz y armonía
- ✓ Apoyo familiar, existencia de padres estimuladores
- ✓ Salud mental de los padres
- ✓ Autocontrol del niños sobre las situaciones socioeconómicas
- ✓ Comunicación abierta en la familia
- ✓ Estructura familiar sin disfunciones
- ✓ Buenas relaciones de amistad y de hermandad

LOS PILARES DE LA RESILIENCIA:

Suárez Ojeda, en 1997 demostró que los pilares de la resiliencia son ciertos atributos que la persona tiene y que lo hace poseedor de conductas resilientes (Melillo, 2004); estos atributos son:

- ✓ **Autoestima consistente.** Es la base de los demás pilares y es el fruto del cuidado afectivo consecuente del niño o adolescente por un adulto significativo, “suficientemente” bueno y capaz de dar una respuesta sensible.

- ✓ **Introspección.** Es el arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta. Depende de la solidez de la autoestima que se desarrolla a partir del reconocimiento del otro.

- ✓ **Independencia.** Se definió como el saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas; la capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento. Depende del principio de realidad que permite juzgar una situación con prescindencia de los deseos del sujeto.

- ✓ **Capacidad de relacionarse.** Es decir, la habilidad para establecer lazos e intimidad con otras personas, para balancear la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a otros, para equilibrar el afecto dado y recibido.

- ✓ **Iniciativa.** El gusto de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes.

- ✓ **Humor.** Encontrar lo cómico en la propia tragedia, es decir, es un recurso que le permite observar desde otra perspectiva las circunstancias adversas que le

toque vivir. Permite ahorrarse sentimientos negativos aunque sea transitoriamente y soportar situaciones adversas.

- ✓ **Creatividad.** La capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden. Fruto de la capacidad de reflexión, se desarrolla a partir del juego en la infancia.

- ✓ **Moralidad.** Entendida ésta como la consecuencia para extender el deseo personal de bienestar a todos los semejantes (toda la humanidad) y la capacidad de comprometerse con valores. Es la base del buen trato hacia los otros.

- ✓ **Capacidad de pensamiento crítico.** Es un pilar de segundo grado, fruto de las combinación de todos los otros y que permite analizar críticamente las causas y responsabilidades de la adversidad que se sufre, cuando es la sociedad en su conjunto la adversidad que se enfrenta, y se propone modos de enfrentarlas y cambiarlas. A esto se llega a partir de criticar el concepto de adaptación positiva o falta de desajustes que en la literatura anglosajona se piensa como un rasgo de resiliencia del sujeto (Melillo, 2004).

CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONALIDAD RESILIENTE

1.-Tienen características de temperamento que estimulan respuestas positivas de otras personas (son más empáticas, o más serviciales, por ejemplo)

2.-Poseen destrezas y valores que facilitan el uso eficiente de las capacidades personales (son perseverantes, esforzados, responsables, por ejemplo)

3.-Fueron objeto de cuidados parentales que fomentaban el desarrollo de competencias y de la autoestima (generalmente tuvieron una “madre suficientemente buena”)

4.-En sus primeros años, contaron con el apoyo de por lo menos un adulto significativo (que con frecuencia es la madre, pero puede ser cualquier persona que establezca un vínculo de buena calidad humana con el niño)

5.-Encontraron oportunidades positivas en la transiciones importantes de su vida (por ejemplo un adulto o un par que les ayudó con éxito a pasar desde la niñez a la adolescencia) (Salazar, 2004)

Otros expertos presentan algunas variaciones de este perfil. Es el caso de Masten y Coatsworth, que describen a la persona resiliente del modo siguiente (Salazar, 2004):

Las personas resilientes:

1.-Presentan un alto control de sus emociones

2.-Ejercen un control adecuado de sus impulsos (saben aplazar las gratificaciones)

3.-Tienen imágenes causales adecuadas para explicar sus éxitos y fracasos en la vida

4.-Son personas empáticas

5.-Piensan con optimismo realista

6.-Actúan con autoeficacia

7.-Cultivan sus capacidades personales

8.-Establecen relaciones interpersonales exitosas

RESILIENCIA

Aproximación Teórica y Conceptual Al Fenómeno De La Resiliencia:

Personas resilientes presentan ciertas características y factores que lo protegen de la adversidad y les permiten un desarrollo psicosocial positivo y aun cuando hayan vivido situaciones consideradas de alto riesgo.

Finales de los 70 en el campo de la psicopatología, niños criados con uno o ambos padres alcohólicos, y que lo habían sido durante el proceso de desarrollo de sus hijos, no presentaban carencias en el plano biológico ni psicosocial, sino que por el contrario alcanzaban una adecuada calidad de vida (Werner, 1989)

El psicólogo Víctor Frankl (1946) fue víctima de los horrores de los campos de exterminio y utilizaba el humor y la invención de historias, esto le sirvió para salir fortalecido de esa experiencia abrumadora y llegar a ser una persona autorrealizada.

Investigaciones sobre la concepción de Resiliencia:

(Tomado de AMAR, J., ABELLO, R., KOTLIARENCO, M., Factores psicosociales asociados con la resiliencia en niños colombianos víctimas de violencia intrafamiliar)

La resiliencia se ha definido como habilidad para surgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva (ICCB, 1994). Estas conclusiones han surgido luego de historias de adaptaciones exitosas en el individuo que se ha visto expuesto a factores biológicos de riesgo o eventos de vida estresantes, además implica la expectativa de continuar con una baja susceptibilidad a futuros estresores (Luthar y Zingler, 1991, y Masten y Garmenzy, 1985, Werner y Smith, 1982, en el Werner y Smith, 1992).

El enfrentamiento efectivo ante eventos y circunstancias de la vida severamente estresantes y acumulativos se ha denominado resiliencia, Losel, Blienecer y Kofler en Brambling, Etc, (1989), elaboraron este concepto y le incluyeron elementos importantes, como el Coping o enfrentamiento, que han sido estudiados ampliamente por la psicología y tiene mucho que ver con la competencias del individuo Grotberg (1995), define la resiliencia como la capacidad humana universal para ser frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformados por ellas.

La resiliencia es parte del proceso evolutivo y debe ser promovida desde la niñez, así veremos como se comienza a plantear la importancia de los factores protectores para el desarrollo sano de la infancia.

Werner (1989) plantea que a partir del conocimiento del tema de resiliencia se diseñan políticas de intervención desde un punto de vista clínico, concebidas como un intento de alterar el balance presente en las personas, que va desde la vulnerabilidad a la resiliencia.

Este puede ocurrir ya sea disminuyendo la exposición a situaciones de vida provocadoras de estrés y que atentan contra la salud mental (Ej.: alcoholismo paterno/ materno, psicopatológicas de los padres, violencia, separación o divorcio de estos), o bien aumentado o reforzado el numero de factores protectores que pueden estar presentes en una situación dada (Ej. reforzar fuentes de apoyo y afecto, favorecer la comunicación y las habilidades de resolución de problemas)

Meyer (1957), asigna importancia al hecho de que a nivel de las personas es posible observar las distintas formas en que esta presenta las situaciones de vida, así como las experiencias claves o los momentos de transición.

Rutter se refiere a los aportes derivados de un enfoque psicobiológico, en términos de análisis de la interacción que en forma recurrente se da en forma de las personas y el medio ambiente, además destaca el rol activo que tienen los individuos frente a lo que les ocurre.

Señala que la resiliencia no está ligada a la fortaleza o debilidad constitucional de las personas, sino que su comprensión influye una reflexión de cómo las distintas personas se ven afectadas por los estímulos estresantes, o bien sobre cómo reaccionan ante estos. La resiliencia no solo se desarrolla en situaciones de riesgos provocadas, como el caso de la violencia política, sino que también se puede desarrollar en situaciones de catástrofes naturales y situaciones de difícil control, como las guerras, terremotos, etc.

Existe un estudio pionero realizado en 1945 por Grinker y Spiegel sobre los sujetos que padecerían grave estrés en situaciones violentas y de guerra, evolucionaron favorablemente, pero más recientemente de sucesos traumáticos catastróficos y pérdidas significativas que eran superadas: “los seres humanos demuestran poseer la capacidad potencial de salir heridas pero fortalecidas de una experiencia aniquiladora”

Vanistendadel (1994), explica la resiliencia como la capacidad de una persona de hacer las cosas bien, pese a las condiciones de vida adversas, expone una lista de mecanismos para que los niños afronten la adversidad “es la capacidad humana para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y salir de ellas fortalecidos e incluso transformados”

Las técnicas de resiliencia son aplicables, tanto para niños como para adultos. La resiliencia distingue dos componentes: la resistencia frente a la destrucción, esto es, la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión, por otra parte, mas allá de la resistencia, la capacidad para construir un conductismo vital positivo, pese a las circunstancias difíciles el concepto incluye la capacidad de una persona o sistema social de enfrentar adecuadamente las dificultades, de una forma socialmente aceptable.

Rutter (1992), ha caracterizado, la resiliencia como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos, que posibilitan tener una vida sana viviendo en un medio insano. Estos procesos tendrían lugar a través del tiempo, y darían afortunadas combinaciones entre atributos del niño y su ambiente familiar, social y cultural. De este modo, la resiliencia no puede ser pensada como un atributo con que los niños nacen, ni adquieren, durante su desarrollo, sino que se trataría de un proceso interactivo entre estos y su medio, por lo tanto, sus investigaciones, incluyen el medio familiar, el medio social y cultural, y los atributos que posee el niño principalmente en su temperamento.

Suárez (1995) caracteriza la resiliencia, como la combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida.

Osborn (1993) el concepto genérico de resiliencia se refiere a una amplia gama de factores de riesgos y los resultados de competencias. Puede ser producto de una conjunción entre los factores ambientales, como el temperamento y un tipo de habilidad cognitiva que tiene los niños cuando son muy pequeños.

Milgran y Palti (1993) al definir a los niños resilientes, consideran en mayor medida al ambiente en que el niño vive, y sus investigaciones han conservado que aquellos que se enfrentan bien al medio externo, a pesar de los estresores ambientales a los que se ven sometidos en los años más formativos de su vida, desarrollan habilidades de competencias.

El proyecto internacional de resiliencia ha promovido la resiliencia e incluso en niños que no parecen estar en situación de riesgos y ha mostrado amplitud que tiene el concepto y la importancia de protección. Considera que no puede promoverse la resiliencia solo debido a la adversidad, pero, de hecho, puede desarrollarse en la anticipación de adversidades inevitables. La resiliencia es una capacidad universal que permite a una persona, grupo o comunidad, a prevenir, minimizar, o, superar los efectos perjudiciales de adversidad. La resiliencia puede transformar o puede hacer más fuerte la vida de aquellos que son resilientes. La conducta resiliente puede estar en la respuesta a la adversidad en la forma de mantenimiento o desarrollo normal a

pesar de la adversidad, o, un Promotor de crecimiento mas allá del nivel presente de funcionamiento (International resiliencia Project, 1998)

Es una investigación desde la perspectiva de los factores de riesgos únicamente se logro definir la resiliencia en los niños, como la capacidad que tienen aquellos que son expuestos a los factores de riesgos identificables de superar esos riesgos y evitar los resultados negativos, como la delincuencia y problemas conductuales, y desequilibrio psicológico, dificultades académicas y las complicaciones físicas (Hauser, y Vieyra, Jacobson y Wertreib, 1985). 'estos niños son llamados de forma diversa, como: los invulnerables, los súper niños, o resilientes" (Bolig y Weddle, 1998), en efecto, ellos continúan progresando en su desarrollo positivo a pesar de estar comprimido o estresados por los factores de un ambiente riesgoso.

Paul D. Steinhawer (1996), la definió "una inusual buena adaptación entre el estrés severo y una habilidad de la persona bajo el estrés de pasar al nivel de adaptación pre estrés"

A partir del cuidadoso análisis de una historia de vida, el grupo de investigación pretende mostrar una forma de estudiar al ser humano, que a su parecer resulta siendo la más apropiada, partiendo de la implementación de métodos y técnicas, así como de presupuestos que resultan útiles para el entendimiento de "el hombre" como una realidad dentro de las ciencias naturales, puesto que éste es mucho más que un simple objeto de estudio científico, sino algo esencialmente

distinto de todos los demás objetos; entonces bien, para el análisis y conocimiento de esa realidad distinta, se hace pertinente también un enfoque diferente: el ofrecido por la psicología humanista.

Una revisión de la historia, pone de manifiesto que el ser humano ha sido visto de diferentes maneras; primero, como realidad netamente reactiva, sujeta a la causalidad, conductismo, después, con el auge del psicoanálisis, como una realidad reactiva en profundidad, esta vez, sujeta a la causalidad gobernada por las reglas del inconsciente, pero ambos modelos y sus consecuentes enfoques ofrecieron un acercamiento al ser humano limitado. La riqueza y dinamismo de un enfoque proactivo es realmente lo único capaz de aprehender “lo humano” del ser en sí, concibiéndolo en un constante proceso de devenir y plasmando los motivos por los cuales un esquema reactivo “superficial” (E-R) no alcanza a reflejar al sujeto, el cual es mucho más que un conjunto de “R” (Respuestas) y porque la aplicación de una serie de “E” (Estímulos) puede valer tanto como aquel que las utiliza, quien pasa a ser un estímulo no registrado.

ESQUEMAS MALADAPTATIVOS TEMPRANOS

La teoría de los Esquemas Maladaptativo Tempranos fue propuesta por el psicólogo Estadounidense Jeffrey Young en 1990, los define como estructuras mentales extremadamente estables y duraderas que se elaboran durante la infancia y se desarrollan a través de toda la vida de los individuos, son disfuncionales en grado significativo y sirven como determinantes de experiencias posteriores. Los

Esquemas Maladaptativo Tempranos no favorecen el funcionamiento adecuado o la adaptación positiva al medio, puesto que son ideas fijas, rígidas y persistentes que hace referencia a la percepción que una persona tiene de sí mismo, del medio circundante y de las personas. Además este es un término contrario a la resiliencia pero necesario para la presente investigación ya que la sujeto de estudio pudo haber desarrollado estos esquemas a partir de la vivencia de todas las adversidades que tuvo desde su infancia. Uno de los Esquema Maladaptativo que pudo haber desarrollado al no tener una personalidad resiliente fue el esquema de defectuosidad-vergüenza manteniendo creencias de que se es inferiormente defectuoso, imperfecto o inválido y de que no será amado por otros. Sin embargo, vemos que por el contrario desarrolló un factor resiliente contrario al esquema de defectuosidad mostrando una buena autovaloración producto de la relación socio-afectiva con personas significativas para ella. Otro esquema maladaptativo que pudo haber instaurado fue el de Dependencia – incompetencia lo cual es definida por Joung como la creencia que tiene una persona de ser incapaz de tener una ejecución tan buena como la de los otros en áreas como el colegio, trabajo, carrera, deporte. Estas personas se sienten estúpidas, ineptas y sin talento. Contrario a este esquema la sujeto de estudio contó con ciertas competencias individuales como la de tomar decisiones acertadas con respecto a su vida, tener la convicción de que se es eficaz en sus actividades laborales, buscar ayuda en los momentos en que lo necesitaba, saber hablar de sus conflictos con personas que podían ayudarla, entre otras. Estas competencias le permitieron salir fortalecida de todas las adversidades y tener una adaptación positiva al medio.

DEFINICION DE VARIABLES

RESILIENCIA

La resiliencia es la capacidad que tiene el ser humano para enfrentar, sobreponerse, y ser transformado por experiencias de adversidad, es decir, ser capaz de salir fortalecido ante las dificultades. (Sanchez, Balmer, y Col. 2002).

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

R E S I L I E N C I A	A (yo soy)	Afecto de otros
	U	Confianza de otros
	T	Me hacen sentir como un ejemplo a seguir (modelo ejemplar)
	O	Siempre me destacué por mis buenas calificaciones (inteligente)
	V	Por ser entusiasta siempre me gane el cariño de las personas a mi alrededor (entusiasta)
	A	Me ganaba el aprecio de mis jefes y eso me hacia sentir bien"
	L	Siempre me destaque por ser muy linda (atractiva)
	O	
	R	
	A	
	C	
	I	
	Ó	
	N	
A (yo estoy)	Convencía a mis hermanas para salir y si mi papá se enojaba asumía toda la responsabilidad (resolución de problemas)	
U	Disfrutaba al participar de los eventos políticos programados por mi familia	
T	Cada vez que participaba de alguna actividad, me sentía segura porque sabía que lo lograría (seguridad)	
O	A pesar de que mi padre era muy exigente los estudios universitarios fueron mi decisión (toma de decisión)	
R	Me di cuenta que debía poner un alto a la situación (asetividad)	
R	Ponía límites a las conductas de mis hijos	
E	Conservé mi independencia aún dentro del hogar de mis suegros (independencia)	
G		
U		
L		
A		
C		
I		
Ó		
N		
C I (yo puedo)	Hacía el papel de líder dentro de mi familia (liderazgo)	

O N M D P I E V T I E D N U C A I L A E S S H S (yo tengo) A O B C I I L A I L D E A S D E S	Mi padre me ayudaba con mis tareas y era exigente (apoyo de otros)
	Nos aliábamos cuando necesitábamos salir para conseguir un beneficio común (alianza)
	La elección de mi carrera universitaria fue acorde con las capacidades que reconozco en mí misma (autonomía)
	Siempre he buscado la superación a nivel laboral (espíritu de superación)
	Acudo a mi círculo de amistades cuando necesito ser escuchada (aceptación de otros)
	Busco ayuda profesional (psicoterapia) para orientar mis indecisiones (solución de problemas)
	Tomaba parte de la formación de mis hijos señalándole sus malas acciones
	Me encargaba pedirle cosas a mi papá para el resto de la familia (iniciativa)
	Me gustaba hacerle cariños a él sin importar que me mirara raro y no me correspondiera (afectiva)
	A mi segunda hermana le contaba mis cosas y ella me escuchaba
	Mi tía me ponía cantar y hablar en público y yo lo hacía
	Mis amigos siempre me expresaban lo importante que era para ellos
	Mi padre siempre me ayudaba con las tareas y con su exigencia me hacía ser siempre mejor
	Mis jefes siempre me delegaron funciones importantes y me ascendían debido a mi desempeño

METODOLOGÍA

PARADIGMA

La presente investigación es abordada desde los lineamientos del paradigma histórico-hermenéutico, proviene del verbo griego hermeneuein, que quiere decir interpretar.

El objetivo de este paradigma es la interpretación y comprensión de los fenómenos de la realidad. La elección de este se hizo debido que era de suma importancia para las investigadoras la observación e interpretación del sujeto de estudio, y de esta manera llegar a un conocimiento profundo de su experiencia de vida

Dilthey (citado en Sandoval, 2002) define la hermenéutica como “el proceso por medio del cual conocemos la vida psíquica con la ayuda de signos sensibles que son su manifestación”. Es decir que la hermenéutica tendría como misión descubrir los significados de las cosas, interpretar lo mejor posible las palabras, los escritos, los textos y los gestos, así como cualquier acto u obra, pero conservando su singularidad en el contexto de que forma parte

ENFOQUE

La presente investigación es abordada desde el enfoque fenomenológico, puesto que éste, trata de describir la experiencia de Luz Elena sin acudir a explicaciones causales, se focaliza sobre la experiencia vivida y está orientado a desarrollar conceptos y comprender las acciones humanas desde el punto de vista interno. Lo cual involucra la interpretación explícita de los significados y funciones de las acciones y explicaciones verbales principalmente (Sandoval, 2002)

La fenomenología supone dar una primacía a los fenómenos cotidianos de nuestra existencia por encima de la constancia de hechos y leyes inmutables y constantes; de igual modo, considera al individuo como ente activo y responsable de su destino, ya que dispone de una conciencia con estructuras esenciales que le permiten mediante la reflexión acceder al conocimiento liberándole de muchas reconcepciones (Jiménez, 2002).

MODALIDAD

La modalidad escogida por las investigadoras es la historia de vida, la cual busca la revisión exhaustiva de la realidad de un individuo para llegar a la comprensión de la experiencia humana, debido a que esta da lugar a la obtención de una completa información acerca del sujeto de estudio, siendo esta necesaria para la identificación de factores de resiliencia, la cual se presenta de manera progresiva en el individuo, y se desarrolla a partir de la interacción que éste tiene con el medio, es

decir, que no es una condición dada, sino que es producto de un proceso por eso se hace necesario conocer a profundidad las etapas de la vida del individuo a estudiar.

POBLACIÓN

Una mujer de 45 años de edad que asistió a un proceso psicoterapéutico.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Se tomó la historia clínica como punto de partida para la recolección de información y profundización de los datos más relevantes.

Se aplicó una serie de entrevistas semi-estructuradas que nos permitió recolectar información la suficientemente amplia para el desarrollo del estudio. Esta entrevista estará enfocada a cuatro categorías conceptuales mencionadas en los objetivos específicos: (Autovaloración, autorregulación, competencias individuales y habilidades sociales).

Por otra parte se hizo uso de su relato autobiográfico (autorrelato) de una manera amplia y detallada para en un primer momento identificar los factores resilientes con los que cuenta y posteriormente llegar a su comprensión

PROCEDIMIENTO

Documentarnos sobre la temática de resiliencia; revisión del estado del arte para ver las poblaciones donde se había trabajado y delimitar la población; contactar un psicoterapeuta indagando de su lista de pacientes dados de alta, sujetos con características resilientes; contacto con la sujeto de estudio informándole los objetivos a alcanzar y la forma de recolección de la información, solicitud de autorización de la paciente para participar en el proyecto y para obtener su historia clínica, diseño de las entrevistas semi-estructuradas y aplicación de las mismas, se hizo necesario la realización de una autobiografía por parte de la paciente para complementar la información obtenida con anterioridad y cualquier otro dato pasado por alto. Se realizó la triangulación a partir de las tres herramientas con las que se contaba (historia clínica, entrevista y autorrelato) para elaborar la historia de vida de la sujeto de estudio

RESULTADOS

PRESENTACION DE RESULTADOS

A partir de la historia de vida de Luz Elena creada por las investigadoras se destaca que desde el momento de su nacimiento se percibe como una hija deseada, aunque con pocas expresiones de afecto por parte de sus padres. El ambiente de carencia afectiva de parte de éstos, vivenciado desde sus primeros años, marcaron la historia de Luz y los sucesos que posteriormente experimentaría estarían teñidos por estas experiencias primarias.

Sin embargo tales carencias afectivas se vieron compensadas por unidades materiales -contó con un ambiente con facilidades económicas, comodidad y lujo-, dándole una base de seguridad mayor a Luz para ir desarrollando otras áreas que superan lo estrictamente relacionado con su supervivencia; esto se corrobora con el hecho de tener siempre suficientes empleadas y empleados que se encargaban de las labores del hogar (aseo, jardinería), vivir en un lugar privilegiado al norte de la ciudad, etc. Al tener casa, alimento, vestuario, educación, se vio provista de elementos que contribuyeron a formar su plataforma de seguridad mucho más sólida desde su primera infancia.

La suma de carencias afectivas fue endureciendo el carácter de Luz Elena, teniendo que sobreponerse tempranamente a situaciones adversas. Del mismo modo, las mismas condiciones de vida (intangible), sirvieron para desarrollar herramientas para “defenderse” de un ambiente hostil.

El padre de Luz Elena pasa a ser una figura central de identificación puesto que retomo de él carácter, templanza, autoridad, liderazgo, entre otras, que forjaron en ella una autopercepción de eficacia y fortaleza que la llevaron a actuar diferente al comportamiento de su madre, ya que la imagen que construye de ésta, durante su infancia y que prolonga para toda su vida, es la de una “víctima del sistema” al reconocerla como una persona maltratada por su padre y sometida a las decisiones de éste.

En esta misma dirección, esta imagen materna es todo lo opuesto al modelo resiliente que logra desarrollar Luz Elena, toda vez que su madre no fue capaz de expresar de manera asertiva la inconformidad e incomodidad que tenía para con su esposo debido a la sumisión a la cual estuvo sometida. Será también central el rol afectivo que juega esta mujer en la vida de Luz Elena, mostrándole una dimensión distinta de las relaciones humanas que no tuvo réplica en ningún otro de sus agentes sociales, puesto que la manera de demostrarle afecto partía del hecho de delegarle responsabilidades como la escogencia de los muebles y enseres de la casa, atribuirle la vocería de realizar cualquier petición, que al hogar se refería, a su padre.

Respecto a la imagen formada de sus hermanas esta resulta ser de debilidad y pasividad, reforzando la percepción de fortaleza y liderazgo que Luz Elena tiene de sí misma, tratando así de equilibrar los roles entre el sistema fraterno. Luz Elena asumió un papel activo frente a las dificultades, como un modo de compensar dichas debilidades, impulsándola a ser generativa en sus respuestas. Del mismo modo, se ve reforzada la idea de no depender de los otros para la solución de los problemas y convertirse en un sujeto que va en busca de alternativas frente a las dificultades.

Una fuerte experiencia vivida en su infancia fue el hecho de haber sido manipulada sexualmente en reiteradas ocasiones bajo su consentimiento por parte del chofer de la casa, tal situación es considerada adversa debido a que constituye un factor de riesgo para su autoconcepto y autoimagen puesto que pudo haber desarrollado el esquema maladaptativo de defectuosidad-vergüenza, es decir, sintiéndose defectuosa, sucia, rechazada y no deseada por los demás. Sin embargo llama la atención que luego de esta experiencia Luz Elena no cayó en estas creencias disfuncionales, ni en el polo de la tristeza o depresión, sino que por el contrario se adaptó positivamente manteniendo posteriores relaciones sentimentales sin caer en la promiscuidad. Esta situación se convirtió en una herramienta para combatir la adversidad.

Al momento de contraer matrimonio se repite el patrón familiar de "autoridad-sumisión" de su padre, buscando de forma no consciente un esposo que reúna las características introyectadas de su padre autoritario, poco afectivo, machista, indiferente, sin embargo en su vida familiar siempre trato de ser un ejemplo a seguir, brindando su apoyo incondicional a su ex esposo e hijos. Estos sucesos se pueden corroborar a través de las diferentes aproximaciones conceptuales de la resiliencia la cual expone que la autovaloración se manifiesta a partir de las manifestaciones de aprecio y cariño que las otras personas le demuestra; las expresiones de afecto y las buenas acciones que se hacen por los demás, así como las demostraciones de respeto propias y por los demás. Pese a todo su esfuerzo por tener una relación diferente a la de sus padres y al adquirir solamente fracasos en todos sus intentos se

dio cuenta que ese no era el estilo de vida que quería para sí, es decir, que haciendo una comparación con el papel desempeñado por su madre, su subordinación no se prolongo de manera absoluta y opta por poner un alto a la situación, buscando ayuda profesional y posteriormente divorciándose.

En el desarrollo del proceso resiliente de Luz Elena intervendrían algunos “factores protectores”, que operarían protegiéndola de la hostilidad encontrada en su entorno. Dichos agentes se agruparían en factores personales a saber: C.I adecuado, introspección, tendencia al acercamiento social, humor positivo, autonomía e independencia en las acciones emprendidas; factores cognitivos y afectivos a saber: empatía, autoestima positiva, motivación al logro, sentimientos de autoeficiencia y autoeficacia, orientación a la resolución de problemas; factores psicosociales familiares a saber: apoyo incondicional por parte de su tía paterna, comunicación abierta con la mayor de sus hermanas, buenas relaciones de amistad y de hermandad, buenas relaciones con sus padres, apoyo social de figuras cercanas; factores socioculturales a saber: sistemas de creencias y valores explícitos, sistemas de relaciones sociales, sistema político, sistema educativo.

Por lo tanto al contrastar tales factores protectores de Luz Elena extraídos de la información obtenida en su historia de vida y en función de las categorías conceptuales de autovaloración, autorregulación, competencias individuales y habilidades sociales de la teoría de la resiliencia, se busca dar respuesta al objetivo general de la presente investigación describiendo cómo se manifestaron los factores resilientes en la historia de vida de “Luz Elena”.

El primer factor resiliente es la Autovaloración el cual se manifestó a lo largo de toda su vida, esto es, si se ve en retrospectiva, el hecho que desde niña recibiera múltiples demostraciones de afecto, desde algunas menos adecuadas provenientes de su padre quien en condición de ex militar le hacía demandas rígidas y altamente exigentes como por ejemplo le imponía sacar buenas calificaciones en el colegio y en caso contrario le propiciaba insultos y humillaciones que le hicieran sentir indignación por ser su hija, pero por otro lado tangible y materialmente estaba pendiente de los cumpleaños dándole obsequios varoniles como carros, balones, pistolas, entre otros. Sin embargo también recibió afecto por parte de su familia paterna y materna, especialmente por su tía paterna, el cual se reflejaba en palabras bonitas, apoyo, seguridad, cariño, entre otros.

Todo lo anterior le permitía desarrollar en la sujeto una autoestima positiva y una adecuada percepción de si misma, debido a que fue una persona valorada y necesaria, gracias al afecto y apoyo recibido por parte de familiares.

De igual forma en su entorno familiar y en el contexto educativo la hacían sentir como un ejemplo a seguir. En su núcleo familiar ejercía el papel de hija parental, debido a que la madre le cedía ciertas responsabilidades importantes en su casa, como por ejemplo, escoger el color y forma de los muebles, decidir para donde se iban de viaje, ser la mediadora entre sus padres ante cualquier dificultad. De igual forma siempre se destacó entre sus hermanas ejerciendo el papel de líder.

Posteriormente en su vida profesional se ganaba el aprecio y respeto de sus jefes por su desempeño laboral y en su vida familiar siempre trato de ser un ejemplo a seguir, brindando su apoyo incondicional a su ex esposo e hijos. Estos sucesos se pueden corroborar a través de las diferentes aproximaciones conceptuales de la resiliencia la cual expone que la autovaloración se manifiesta a partir de las expresiones de aprecio y cariño que las otras personas le demuestran y las buenas acciones que se hace por los demás.

El segundo factor resiliente es la autorregulación lo cual se manifestó a lo largo de la historia de vida de Luz Elena en la capacidad de modular su comportamiento dependiendo de las circunstancias por las que se encontraba atravesando, lo cual comenzó a reflejarse, en una de las situaciones por la que pasó en su infancia, como lo fue poner un alto a la situación de abuso sexual que experimentó. Tal abuso sexual fue un factor de riesgo que pudo desatar en Luz Elena conductas promiscuas, homosexuales, o rechazar totalmente la figura masculina. Sin embargo se percibió una adecuada adaptación al medio puesto que pudo mantener relaciones sentimentales heterosexuales, decidir cuando y con quién tener relaciones sexuales (solamente con su ex esposo) y establecer vínculos sociales sanos y satisfactorios.

De igual forma poder escoger la carrera universitaria que quería sin ninguna influencia de carácter coercitivo por parte de sus padres o familiares, así como también participar espontáneamente en reuniones políticas, acorde con sus intereses. A nivel laboral era capaz de sustituir un trabajo estable por otro con

mejores expectativas profesionales, adoptando un estado de confianza en si misma que le permitía sentir seguridad de sus habilidades y capacidades. A nivel familiar ponía límites a la rebeldía y promiscuidad de sus hijos. También supo conservar su independencia mientras convivió con sus suegros al establecer límites entre sus deberes y responsabilidades propios y para con ellos; hasta llegar a tomar la decisión de divorciarse asumiendo las consecuencias de ser madre cabeza de familia. Estos sucesos se pueden corroborar a través de las diferentes aproximaciones conceptuales de la resiliencia la cual expone que la autorregulación se ve reflejada en la disposición a responsabilizarse por los actos, en la seguridad de que todo saldrá bien y en la disposición a asumir control ante la atracción por hacer algo indebido.

El tercer factor resiliente es el de competencias individuales, el cual se manifestó en la asertividad mostrada por Luz Elena al saber actuar en el momento adecuado sin afectar a las personas de su alrededor, manifestándose en el liderazgo ejercido dentro de su entorno familiar en donde ella juega el rol central replicando el modelo de su padre, quien le ayudaba en la realización de tareas y le exigía un buen desempeño académico lo cual pudo influir en su perseverancia, capacidad de tomar decisiones, solucionar problemas adecuadamente, entre otras.

Por otra parte, también utilizaba la creatividad, junto con sus hermanas, como estrategia para conseguir un beneficio común, el contar con el apoyo brindado por un miembro de la familia, como lo era su tía paterna afianza una vez más la seguridad en sí misma y la capacidad de brindar afecto a los demás, reconocer sus actitudes y

aptitudes hacia un campo del conocimiento determinado le permitieron desarrollar su percepción de autoeficacia y autoeficiencia, laboralmente emprendió una búsqueda de superación que reafirma su creencia de ser cada vez mejor a pesar de las dificultades y/o obstáculos (autoeficacia), si a lo anterior se le suma el hecho de contar con una red de apoyo estable como es su círculo de amistades y familiares afianza una vez más la capacidad de Luz Elena de establecer relaciones interpersonales que vayan en pro del fortalecimiento del autoestima. De igual forma supo determinar momentos adecuados para finalizar situaciones complejas por las que estaba atravesando, como lo fue terminar con sus relaciones sentimentales y divorciarse de su esposo.

Así mismo, busco ayuda profesional (psicoterapia) cuando se sintió agobiada por las circunstancias que estaba viviendo para encontrar una guía que la condujera hacia una solución beneficiosa. Estos sucesos se pueden corroborar a través de las diferentes aproximaciones conceptuales de la resiliencia la cual expone que las competencias individuales, sustentan la capacidad de buscar formas de resolución de conflictos, capacidad de hablar acerca de cosas atemorizantes e inquietantes, capacidad de encontrar la ayuda de otros cuando se hace necesario.

Como cuarto y último factor, pero no menos importante, se encuentra las habilidades sociales, lo cual hace referencia a la capacidad de establecer relaciones interpersonales que posteriormente se convierten en factores protectores externos frente a un devenir adverso para el individuo, lo cual se manifestó en la historia de vida de Luz Elena en las buenas relaciones que manejaba con sus compañeros de

clase durante su periodo escolar y universitario y últimamente con sus colegas del trabajo; en lo referido a la capacidad de expresión de afecto es notorio que Luz Elena no tuvo dificultad para manifestar positivamente sus sentimientos hacia los demás, a pesar de no haber aprendido esto de su entorno familiar inmediato puesto que dentro de la relación de sus padres no se evidenciaba ninguna muestra de cariño por parte de ninguno de sus miembros; una evidencia de ello es que Luz Elena manifiesta que le agradaba hacerle cariños a su padre sin importarle que éste la mirara raro y no le correspondiera.

A pesar de todas las complicaciones y dificultades en su familia siempre encontró camaradería y lealtad por parte de su hermana para confiarle algunos pensamientos y emociones que no hacía públicos, de igual forma contó con la presencia constante de su tía paterna, quien en la esfera socio-afectiva le favoreció el desarrollo de las habilidades sociales en la medida que la ponía a cantar y a hablar en público y ella lo hacía sin ninguna dificultad, facilitándole el expresarse sin atemorizarse y desarrollando credulidad y confianza en sí misma y esta condición se incrementaba toda vez que sus amigos le expresaban lo importante que era para ellos.

Su buen desempeño laboral se debe a las exigencias que desde niña recibió por parte de su papá ya que este le imponía obtener buenas calificaciones por lo que este la ayudaba con las tareas promoviéndole el principio el éxito se debe a la perseverancia

CONCLUSIÓN

Hoy en día la vivencia de acontecimientos traumáticos es un fenómeno frecuente. La experiencia pone de manifiesto cómo determinados sujetos tienen una capacidad especial de reponerse a dichos acontecimientos. En esa capacidad están implicados ciertos factores relacionados con el sentido de pertenencia al grupo y con la identificación personal del individuo como parte de una identidad grupal (Gómez y colaboradores, 2008). En esta investigación se analizó cómo se manifestaron los factores resilientes en una mujer que asistió a un proceso psicoterapéutico en la ciudad de Barranquilla.

Una vez expuesto los resultados se comprobó que la sujeto de estudio es resiliente en la medida en que presentó manifestaciones de factores resilientes - autovaloración, autorregulación, habilidades sociales y competencias individuales- a lo largo de toda su historia de vida, a partir de los devenires adversos por los cuales tuvo que atravesar.

Desde muy pequeña Luz Elena fue construyendo aptitudes, actitudes y respuestas resilientes que le hicieron resistir las adversidades de su vida y que además le permitieron construir y desarrollar sus proyectos a partir de sus desafíos. El hecho de no paralizarse frente a los obstáculos y generar respuestas activas, concretas y apoyadas en una fuerte autoestima, hacen que Luz Elena pueda generar cambios eficaces que dependen fundamentalmente de ella.

La presente investigación nos permitió conocer las manifestaciones de la resiliencia que pudieron darse a lo largo de una vida llena de adversidades como la de Luz Elena. En la revisión de previas investigaciones se pone de manifiesto la resiliencia a partir de cuatro factores como son la autovaloración, la autorregulación, las competencias individuales y las habilidades sociales, los cuales se desarrollan como un proceso longitudinal en la vida del individuo.

Para que el proceso de resiliencia se lleve a cabo, es necesario contar con la presencia de factores tanto internos como externos que cumplan la función de protectores ante la adversidad, permitiendo de manera posterior un desarrollo psicosocial positivo aún cuando hayan experimentado situaciones de vulnerabilidad y alto riesgo.

Ubicándonos dentro del marco de esta investigación y fundamentándonos en los resultados, Luz Elena cuenta con el primer factor resiliente como es la Autovaloración el cual se manifestó en la medida que demuestra tener una autoestima positiva y una adecuada percepción de si misma, como también ser una persona valorada y necesaria, gracias al afecto y apoyo recibido por parte de familiares y personas allegadas, como lo fue su tía, su familia paterna y las muestras menos adecuadas de cariño de su padre por medio de objetos y cosas materiales.

El segundo factor resiliente es la autorregulación lo cual se manifestó en la capacidad de Luz Elena de modular su comportamiento dependiendo de las circunstancias por las que se encontraba atravesando, lo cual se ve reflejado, al

poner un alto a la situación de abuso sexual que experimento, decidir cuando y con quien tener relaciones sexuales (con su ex esposo solamente), manteniendo un estado de equilibrio, lo que se traduce en adaptación positiva al medio.

De igual forma poder escoger la carrera universitaria que quería sin ninguna influencia de carácter coercitivo por parte de sus padres o familiares, así como también participar espontáneamente en reuniones políticas, acorde con sus intereses. A nivel laboral era capaz de sustituir un trabajo estable por otro con mejores expectativas profesionales, adoptando un estado de confianza en si misma que le permitía sentir seguridad de sus habilidades y capacidades.

A nivel familiar ponía límites a la rebeldía y promiscuidad de sus hijos. También supo conservar su independencia mientras convivio con sus suegros al establecer límites entre los deberes y responsabilidades propios y para con ellos; hasta llegar a tomar la decisión de divorciarse asumiendo las consecuencias de ser madre cabeza de familia.

El tercer factor resiliente es el de competencias individuales el cual se manifestó en la asertividad mostrada por Luz Elena al saber actuar en el momento adecuado sin afectar a las personas de su alrededor todo esto ligado al proceso de toma de conciencia y posterior decisión, manifestándose en el liderazgo ejercido dentro de su entorno familiar en donde ella juega el rol central replicando el modelo de su padre, quien le ayudaba en la realización de tareas y le exigía un buen

desempeño académico lo cual pudo influir en su perseverancia, capacidad de tomar decisiones, capacidad de solucionar problemas, entre otras.

Por otra parte, también utilizaba la creatividad, junto con sus hermanas, como estrategia para conseguir un beneficio común, el contar con el apoyo brindado por un miembro de la familia, como lo era su tía afianza una vez más la seguridad en sí misma y la capacidad de brindar afecto a los demás, reconocer sus actitudes y aptitudes hacia un campo del conocimiento determinado le permitieron desarrollar su percepción de autoeficacia y autoeficiencia, laboralmente emprendió una búsqueda de superación que reafirma su creencia de ser cada vez mejor a pesar de las dificultades y/o obstáculos (autoeficacia), si a lo anterior se le suma el hecho de contar con una red de apoyo estable como es su círculo de amistades y familiares afianza una vez más la capacidad de Luz Elena de establecer relaciones interpersonales que vayan en pro del fortalecimiento del autoestima.

De igual forma supo determinar momentos adecuados para finiquitar situaciones complejas por las que estaba atravesando, como lo fue terminar con sus relaciones sentimentales y divorciarse de su esposo. Así mismo, busco ayuda profesional (psicoterapia) cuando se sintió agobiada por las circunstancias que estaba viviendo para encontrar una guía que la condujera hacia una solución beneficiosa, en últimas, una persona que refleja claramente haber desarrollado el factor de competencias individuales de la resiliencia.

Como cuarto y último factor, pero no menos importante, se encuentra las habilidades sociales, lo cual hace referencia a la capacidad de establecer relaciones interpersonales profundas mostrada por Luz Elena, que se convierten en factores protectores externos frente a un devenir adverso de su vida, lo cual se ve reflejado en las buenas relaciones que manejaba con sus compañeros de clase así como también vale la pena destacar su proceso de psicoterapia y la red de apoyo con la que cuenta.

RECOMENDACIONES Y SUGERENCIAS

Luego de haber sido expuestos los resultados de la investigación, y de identificar las conclusiones más sobresalientes resulta necesario dar a conocer las posibles propuestas para el desarrollo de nuevas investigaciones, surgidas a partir de los resultados.

Se sugiere que a nivel del programa de psicología de la Universidad Simón Bolívar se motive a los estudiantes de pregrado a indagar nuevos conocimientos acerca de la temática de resiliencia, puesto que, en términos generales, la resiliencia en contadas ocasiones se ha visto como epicentro de alguna investigación con determinados grupos poblacionales; de esta manera, las poblaciones con las cuales se recomienda trabajar son aquellas que se encuentran en alto riesgo de vulnerabilidad o que han vivido algún tipo de adversidad; tal es el caso de sujetos con antecedentes de violencia intrafamiliar en su familia de origen y cómo éstos no repiten las mismas patrones disfuncional con su cónyuge e hijos, niños expuestos a un medio de consumo activo de sustancias psicoactivas, personas desplazadas, reinsertados, personas que han vivido en un ambiente familiar hostil, entre otros, porque dadas las adversidades de la vida, se puede identificar factores claves que se asocian con la personalidad resiliente.

De igual forma se recomienda que dentro del plan curricular de pregrado que maneja la institución, en lo que a la cátedra de metodología y/o proyecto de investigación se refiere, se ahonde en la presentación de propuestas de

investigación cualitativas -como por ejemplo, proporcionando bases teóricas a los estudiantes que trascienda las meras generalidades y que los lleven al campo de acción, a la practica a partir de la ejecución de talleres y participación en clase así como trabajos para entregar; a partir de esto los estudiantes pueden adquirir mucha más habilidad y aptitud para el análisis, la comprensión e interpretación de datos, sin quedarse con lo meramente observable dando como resultado el egreso de estudiantes más competitivos y más capacitados al mercado.

Hace falta realizar estudios desde la interioridad de los sujetos, que rescaten lo cualitativo y los significados construidos por cada uno. De esta manera se podrá acceder a información que tradicionalmente se escapaba de la mirada externa y así se podrá acercar a las emociones del sujeto, a su mirada interna, a su forma de percibir el mundo, a la forma de dar coherencia a los significados de su experiencia y a la manera de verse a si mismos, a entender que las realidades son una construcción de cada sujeto y que no existe independientes de él y que cada persona hace una lectura diferente de los fenómenos a los que se ve expuestos.

Dentro de los programas de prevención y promoción que ejecutan los estudiantes practicantes en el área de psicología comunitaria se incluyan talleres que promuevan la resiliencia, basándose en el diseño de estrategias que ayuden a identificar en la población los factores de riesgo que postergan el desarrollo de la personalidad resiliente, entorpeciéndolo; a partir de la observación de cada desastre o calamidad que sufre una comunidad, que produce dolor y pérdida de vidas y

recursos, muchas veces generando un efecto movilizador de las capacidades solidarias que permiten reparar los daños y seguir adelante.

Promover programas que estimulen la conducta resiliente en hogares comunitarios importantes a la hora de establecer proyectos que alcancen a los sectores populares, ya que juntos, darán una mirada al futuro con nuevas esperanzas y oportunidades fomentando los pilares resilientes.

Así mismo, dentro de las diferentes líneas de investigación que maneja la universidad, data un registro limitado de investigaciones bajo los lineamientos de metodología cualitativa en la modalidad de historias de vida, por lo cual se sugiere a la comunidad estudiantil incrementar la realización de investigaciones cualitativas, puesto que este tipo de investigación busca la interpretación y comprensión de los fenómenos de la realidad teniendo en cuenta el espacio vivido (espacialidad) , el cuerpo vivido (corporeidad), el tiempo vivido (temporalidad) y las relaciones humanas vividas (relacionabilidad o comunalidad) dando como resultante un alcance que trasciende la mera observación y lo que las hace una fuente rica en la obtención de información durante el proceso, relevantes para la creación de estrategias de intervención dentro del quehacer del psicólogo clínico siendo su fin último la comprensión del ser humano.

ANEXOS

BIBLIOGRAFÍA

ACERO, P., (2008). Resistencia, resiliencia y crecimiento postraumático. Elementos para una mirada comprensiva y constructiva de la respuesta al trauma. (Interpsiquis 2008) [documento de www]. URL

<http://www.psiquiatria.com/articulos/depresion/34054/>

AMAR, J., ABELLO, R., KOTLIARENCO, M., (2003, Julio) Factores psicosociales asociados con la resiliencia en niños colombianos víctimas de violencia intrafamiliar En: Investigación & Desarrollo ISSN 0121-3261., Vol. 11 N° 1.

AMAYA, A., (2007) El autoconcepto en niños víctimas de la violencia intrafamiliar., Ediciones Universidad del Norte

ARIAS, D., (2002, Diciembre) La resiliencia como perspectiva de desarrollo humano En: Perspectivas en Psicología ISSN 0121-3878., N° 5.

BARRIOS, A., (2005, Julio) Autoconcepto y características familiares de niños resilientes con discapacidad El caso de una población del Caribe colombiano En: Investigación & Desarrollo ISSN 0121-3261., Vol. 13 n° 1.

BORBARÁN, E., CONTRERAS, M., ESTAY, P., RESTOVIC, D., SALAMANCA, S., (2005). La resiliencia como un tema relevante para la educación de infancia: una visión desde los actores sociales. Universidad de Chile, Facultad de

Ciencias Sociales, Departamento de Educación, Carrera Educación Parvularia y Básica Inicial [documento de www]. URL

http://www.cybertesis.cl/tesis/uchile/2005/borbaran_e/html/index.html

http://www.cybertesis.cl/tesis/uchile/2005/borbaran_e/sources/borbaran_e.pdf

CÁCERES, I., FONTECILLA, M., KOTLIARENCO, M., (1996, Julio). Estado del arte en Resiliencia. Centro de estudios y atención del niño y la mujer CEANIM [documento de www]. URL

<http://www.resiliencia.cl/investig/estarte.doc>

<http://www.resiliencia.cl/estarte.pdf>

CARBELO, B., VECINA, M., VERA, B., (2006, Enero). La experiencia traumática desde la psicología positiva: Resiliencia y Crecimiento Postraumático. En: Papeles del Psicólogo ISSN 0214-7823 N° 1 Vol-27 [documento de www]. URL

<http://www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=1283>

CASTILLO, S., (2005) Diseño de un programa pedagógico itinerante que promueve la resiliencia en niñas desplazadas de la comunidad loma roja en la ciudad de Barranquilla

CÉSPEDES, M., (2004) Factores protectores como potencial resiliente en sujetos pertenecientes a una comunidad de desplazados en proceso de restablecimiento urbano., Ediciones Universidad del Norte.,

DE LAS SALAS, F., (2001) Redes sociales y resiliencia en jóvenes desplazados por la violencia política en el departamento del Atlántico., Ediciones Universidad del Norte.,

FERNÁNDEZ, E., FERNÁNDEZ, J., (2007). El daño psíquico en las víctimas de agresión sexual. En: VIII Congreso Virtual de Psiquiatría (Interpsiquis 2007) [documento de www]. URL

<http://www.uv.es/crim/cas/Secuelas.Psiquicas.pdf>

GÁMEZ, M.A., A., IGLESIAS, C., LÓPEZ, S., LOSANTOS, R., LLAQUET, L., MARCOS, E., MEDINA, J.L., MUÑOZ, I., PÉREZ-IÑIGO, J.L., RODRÍGUEZ-PALANCAS, SUÁREZ, R., (2008). Influencia de lo transcultural en la resiliencia. (Interpsiquis 2008) [documento de www]. URL

<http://www.psiquiatria.com/articulos/estres/34508/>

GIL, E., (s.f.). La Resiliencia una cursa al llarg de la nostra vida. [documento de www]. URL

<http://www.dulac.org/actes/0504%20EstherResiliencia.pdf>

GONZÁLEZ, W., (2004, Julio-Diciembre). Resiliencia y adolescencia. La desintegración de las instituciones es la desintegración del psiquismo En: El hombre y la máquina. ISSN 0121-0777., Año XVI N° 23

JIMÉNEZ, B., (2002). Metodologías orientadas a la comprensión y interpretación [documento de www]. URL

http://www.ice.urv.es/cursos/tesi_doctoral/metodologinves02.pdf

MEJÍA, R., (2003, Enero-Julio). Resiliencia: Ilusión or Realidad. En: Revista CES MEDICINA. Volumen 17 N° 1 [documento de www]. URL

http://www.ces.edu.co/Descargas%5CPubl_Med_Vol17_1%5CResiliencia.pdf

MELILLO, A., SUÁREZ, E., (2004) Resiliencia Descubriendo las propias fortalezas., 1ª ed. 3ª reimpresión., Buenos Aires., Paidós

MELILLO, A., (s.f.). Resiliencia: Conceptos Básicos. [documento de www]. URL

<http://www.ugr.es/~javera/pdf/2-3-AG.pdf>

OSPINA, D., JARAMILLO, D., URIBE, T., (2005, Marzo) La resiliencia en la promoción de la salud de las mujeres En: Investigación y Educación en Enfermería ISSN 0120-5307., Vol. XXIII N° 1.

PEREIRA, R., (2007). Resiliencia individual, familiar y social. (Interpsiquis 2007) [documento de www]. URL

<http://www.psiquiatria.com/articulos/tratamientos/28923/>

RIBERO, L., (2008). Guía práctica para la presentación de documentos escritos según normas APA [documento de www]. URL

http://www.adventista.edu.co/file.php/12/apa/CURSILLO_NORMAS_APA.pptx

SALAZAR, D., (2004). Resiliencia: De qué estamos hablando cuando hablamos de ella. (Interpsiquis 2004) [documento de www]. URL

http://www.psiquiatria.com/articulos/trastornos_infantiles/15629/

SÁNCHEZ, E., BALMER, C., COLMENARES, M., BELEGNO, L., MEJÍA, A., MEJÍA, C., OLAYA, M., VILLALOBOS, M., (2002) La resiliencia responsabilidad del sujeto y esperanza social., 1ª ed. 1ª reimpression., Cali., CEIC - Casa Editorial Rafue.

SANDOVAL, C., (2002, Diciembre) Investigación Cualitativa., Bogotá., ARFO Editores e Impresores.

YOUNG, E. JEFFREY, (1990) Terapia cognitivo para los trastornos de personalidad: una aproximación centrada en esquemas, Departamento de Psiquiatría, Universidad de Colombia, Colegio de Médicos y Cirujanos. Tercera Edición.

CRONOLOGÍA DE LA VIDA DE LA SUJETO DE ESTUDIO

FECHA	EDAD	EVENTO SIGNIFICATIVOS	ACADEMICO	EVENTOS FAMILIARES	TRABAJO	
1964		Nacimiento				
1965	1 año			Nacimiento hermana		
1968	4 años		Inicia su escolaridad (jardín)	Nacimiento segunda hermana		
1969	5 años	Padre compra casa propia				
1970	6 años	Viaje a Estados Unidos (visita a su tía paterna)	Pasa a un colegio mixto e inicia la primaria	Nacimiento tercera hermana		
1971	7 años			Operación de su madre (varices)		Ingreso de un conductor familiar
1972	8 años	Abuso sexual				
1975	11 años	Menarquía				
1976	12 años	Ordenes ilógicas		Muerte de su		

		del padre (saltar las escaleras)		hermana menor (pleuresía pulmonar)		
1977	13 años	Primer noviazgo Elección como reina del compañerismo				
1979	15 años	Decide no celebrar su quinceañero				
1980	16 años			Muerte su tía paterna		Muerte del conductor
1982	18 años	Segundo novio	Termina la secundaria			
1983	19 años		Comienza su carrera universitaria			
1984	20 años	Queda embarazada Decide casarse				

1985	21 años	Nacimiento de su primer hijo		Regresa 6 meses a su casa		
1986	22 años			Convive con la familia de su esposo durante 5 años		
1988	24 años		Termina su carrera universitaria		Comienza a trabajar	
1989	25 años			Muerte de su suegro		
1990	26 años	Nacimiento de su hija				
1991	27 años			Convive con su familia por un período de 5 años		
1996	32 años			Compra de apartamento propio		

ENTREVISTA N° 1

¿En qué fecha naciste/Dime cuál es tu fecha de nacimiento y qué edad tienes? Yo nací el xx de xxxx de 19xx, tengo 45 años

¿De dónde eres? Soy de Barranquilla, xxxx

¿A qué te dedicas? Soy Bacterióloga, especializada en Microbiología y en Gerencia de Salud

¿Cuál es tu estado civil? Soy divorciada desde hacen 6 años

¿Tienes hijos? Sí ¿Cuántos y qué edad tienen? Dos, un varón que es el mayor, tiene 22 años y una jovencita de 17 años

¿Por qué motivo inicias tu proceso de psicoterapia? Yo llegué por primera vez a psicoterapia porque me encontraba insatisfecha con mi relación matrimonial desde hacía muchos años ya

¿Cuánto tiempo llevabas sintiéndote así? Aproximadamente como seis años. Me sentía sola, triste, cansada, aburrida y hasta enferma, todas las tardes yo sentía como si me fuera a dar fiebre, me sentía calentureada, tenía que acostarme, no quería hacer nada, no quería salir con mi hija cuando me convidaba a salir, no tenía ánimos para nada y eso me estaba preocupando, yo me sentía muy mal por esa circunstancia; no sabía que hacer pensé que ir a consulta psicológica me ayudaría a afrontar el momento por el que estaba pasando

Además mientras estaba casada era como si no lo estuviera, porque mi ex esposo salía y entraba de la casa sin importarle lo que yo pensara. Después de muchos años de matrimonio sentía que no era lo que quería. Mi matrimonio era un fracaso, no sabía que hacer con mi relación conyugal, tenía muchas dudas por eso decidí buscar ayuda profesional

Entonces, ¿consideras la psicoterapia como un medio apropiado para aclarar tus inquietudes? Si claro, pienso que es importante buscar el momento y la persona apropiada para hablar de mis conflictos. Necesitaba actuar por mi, no anteponiendo el bienestar de los demás, ya era hora de no seguirle aguantando la indiferencia y frialdad de mi ex esposo

¿A qué crees tú que se debían estas conductas de tu ex esposo? Pues, puede ser porque él fue criado por una madre muy permisiva y poco afectiva para con él y además quedo huérfano de padre porque éste tuvo dos intentos de suicidio hasta que logro su propósito.

¿El papá de tu ex esposo como murió? Se suicidó, él tuvo dos intentos, la primera se metió en el mar para ahogarse y la segunda se tomó un diablo rojo y se destruyó todo el sistema digestivo, aunque no murió enseguida pero al final murió

¿Como reaccionó tu ex esposo por la muerte de su papá? Yo pensé que eso iba a hacer algo muy duro para él pero no, lloraba pero el dolor se le pasó rápido

Retomando lo de tu divorcio ¿Hace cuanto te divorciaste? ¿Cuánto tiempo llevabas de matrimonio cuando te divorciaste? Hace 8 años aproximadamente, llevaba 17 años de matrimonio

¿Por qué tomaste la decisión de divorciarte? Porque sentía que no era feliz, me sentía sola, sin amor, mi ex esposo era muy indiferente conmigo además creo que fue un mal padre en lo que a afectos se refiere y me duele porque mis hijos sienten que su padre no los quiere

¿Por qué no habías tomado la decisión del divorcio antes? Yo no quería mostrar en mi casa un fracaso en mi relación matrimonial, porque como mi papá era tan duro y yo siempre fui una mujer “tan fuerte” en mi casa, entonces yo no quería q

mi papá me fuera a recriminar: “fracasaste en tu matrimonio” y como la relación de mis padres no fue muy buena, yo quería demostrarles que yo “sí podía con una relación de pareja”. Además me daba pesar con mi ex pareja porque él era bueno en muchas cosas, siempre me dio lo material, me dio lo mejor a nivel económico y me apoyo en las especializaciones que tuve. Yo sabía que él no era malo sino inmaduro.

¿Te sentías preparada para el divorcio? Me daba muy duro pensar que iba a separar mi familia pero ya lo había meditado y lo mejor era la separación, estaba segura que todo iba a salir bien, una separación en ocasiones es la mejor decisión para una pareja con graves problemas de comunicación .

El divorcio era una decisión que iba a cambiar tu vida, ¿tuviste algún apoyo? Si, mi cuñada me apoyó, me decía que yo tenía todo el derecho de separarme, que su hermano era un sin vergüenza

¿Cómo reaccionaron tus otros familiares con tus planes de divorcio? Mis padres me recomendaron que lo pensara bien aunque respetarían mi decisión. Mi suegra me criticó y me dijo que iba a dejar a su hijo sólo, que iba a separar a la familia.

¿En algún momento llegaste a arrepentirte de haberte divorciado? No, pienso que ha sido una de las mejores decisiones que he tomado porque me sentía anulada por mi ex esposo, no era feliz y no quería pasar por la misma situación que mi mamá

TIPO DE CONTACTO	LUGAR	FECHA	FECHA DE CODIFICACIÓN
Entrevista Individual	Consultorio de Psicología		

1. Principales temas identificados.

Datos de identificación

Sucesos de su vida conyugal – toma de decisión del divorcio

Psicoterapia

2. Preguntas de investigación que se respondieron.

¿En qué fecha naciste/Dime cuál es tu fecha de nacimiento y qué edad tienes?

¿De dónde eres?

¿A qué te dedicas?

¿Cuál es tu estado civil?

¿Tienes hijos? ¿Cuántos y qué edad tienen?

¿Por qué motivo inicias tu proceso de psicoterapia?

¿Cuánto tiempo llevabas sintiéndote así?

Entonces ¿consideras la psicoterapia como un medio apropiado para aclarar tus inquietudes?

¿A qué crees tú que se debían estas conductas de tu ex esposo?

¿Hace cuanto te divorciaste? ¿Cuánto tiempo llevabas de matrimonio cuando te divorciaste?

¿Por qué tomaste la decisión de divorciarte?

¿Por qué no habías tomado la decisión del divorcio antes?

¿Te sentías preparada para el divorcio?

Era una decisión que iba a cambiar tu vida, tuviste algún apoyo?

¿Como reaccionaron tus otros familiares de tus planes de divorcio?

¿En algún momento llegaste a arrepentirte de haberte divorciado?

3. Qué información no se logró recoger.

Familia de origen

Infancia y Adolescencia

Educación

Vida social

Vida laboral

Sexualidad

Familia actual

4. Nuevas hipótesis.

A partir de la primera entrevista podemos observar que la sujeto de estudio presenta el factor resiliente de competencias individuales puesto que decide buscar ayuda para solucionar sus problemas conyugales y de no seguir aguantando el comportamiento hostil de su ex esposo, a partir de lo cual toma la decisión del divorcio asumiendo sus consecuencias, aguardando expectativas positivas y manteniendo el optimismo mostrando autorregulación.

5. Otros aspectos importantes que deben registrarse.

¿El papá de tu ex esposo como murió?

¿Como reaccionó tu ex esposo por la muerte de su papá?

6. Actividades para la próxima visita.

Llevar a cabo una segunda entrevista para indagar sobre familia de origen

ENTREVISTA N° 2

Cuéntame un poco de tu familia de origen, ¿cómo estuvo conformada? Mi familia estaba conformada por mi papá, mi mamá y mis dos hermanas y yo

Descríbeme a tu padre. Mi padre fue comunicador social, pero murió ¿Hace cuánto? Hace un año. Él era una persona autoritaria, dominante, violenta, agresivo, quien tuvo problemas con el alcohol, era una persona dura, estricta, inteligente, calculadora, muy pendiente de mis cosas sobre todo del colegio, la alimentación. Siempre le gustaba que después de clase asistiéramos a cursos de natación, ingles o música y todo el tiempo desvalorizaba a mi madre diciéndole: “cocinera, analfabeta, bruta” y le hacía cuestionamientos sobre muchas cosas difíciles para ridiculizarla en frente de nosotras sus hijas. Pero....nos compraba juguetes

¿Que clase de regalos te compraba tu padre? Mi padre nos compraba juguetes de hombre, carros, balones, trompos ni a mis hermanas ni a mi nos gustaba

¿Con qué frecuencia tomaba y cuál era su comportamiento en ese estado? Tomaba todos los fines de semana e incluso días de la semana y llegaba haciendo escándalos a la casa.

¿Como le demostrabas afecto a tu padre? Aunque para mi padre era mas significativo mostrarle mis buenas notas y mi excelencia academica , siempre me gustaba hacerle cariños a él sin importar que me mirara raro y no me correspondiera.

¿Tienes algún recuerdo significativo de tu padre? Recuerdo que nos levantaba a mis hermanas y a mí a altas horas de la noche a **saltar las escaleras**, no podíamos caer nos ni rasparnos porque inmediatamente nos criticaba. No nos permitía tener amigos ni ir a fiestas y si iba no me dejaba bailar. Cuando mi padre me regañaba,

inmediatamente me orinaba, yo le temía mucho, sobre todo para pedirle permisos y para mostrarle mis notas del colegio debido a su carácter. Además en épocas de fin de año no quería que ni mis hermanas ni yo nos felicitáramos con nadie y mucho menos que recibiéramos visitas, por eso nos ponía a cantar el himno nacional y nos mandaba a dormir antes de media noche; así el día primero de enero de cada año salíamos de la ciudad a pasear.

Descríbeme a tu madre. Mi madre siempre ha sido una mujer hogareña, entregada a las labores domésticas, sin autoridad para tomar decisiones, sometida a lo que mi padre dijera.

Describe como era la relación con tu madre. Era buena, ella me ha tenido mucha confianza siempre sobre todo para ponerme las quejas de todo lo que mi padre le hacía (la infidelidad con otras mujeres, los malos tratos que le daba, que no le daba el lugar que se merecía)

Cómo era la relación de tus padres. Compartían poco como pareja, nunca había caricias ni ninguna otra demostración de afecto entre ellos y quien hacía las veces de intermediaria entre los dos era yo.

Que rol crees que cumplías dentro de tu familia? De lider, porque yo era quien tenía que decir si se necesitaba algo en la casa, siempre me encargaba de pedir las cosas, yo era quien le decía a mi padre cuando queríamos cambiar de muebles, pintura o incluso salir de viaje a algún lugar. Pero lo que nunca me atreví a hacerle ver a mi padre fue su mal comportamiento hacia mi madre, mis hermanas y yo.

¿Como te sentías siendo líder dentro de tu casa? Siempre sentí que era algo que implicaba mucha responsabilidad,

Cuéntame un poco sobre tus hermanas, ¿qué edades tienen?, ¿a qué se dedican? Y ¿cómo es tu relación con ellas? Soy la mayor de tres hermanas, ellas tienen 44 y 40 años, aunque éramos cuatro, pero la menor de mis hermanas falleció a la edad de un año, cuando yo tenía doce años, de hecho ese fue uno de mis recuerdos más significativos

Habla de ese recuerdo. Ella muere de pleuresía pulmonar, empezó con una gripa, se apretaba, mi mamá insistía que mi hermana estaba mal pero mi papá ignoró la situación. Mi papá rechazaba a mi hermanita y no le gustaba que nosotras cargáramos a mi hermana

¿Cómo asumió tu familia esa pérdida? Todo esto fue muy doloroso para todos y en especial para mi madre porque mi padre siempre la rechazó, él no quería a la bebé porque siempre quiso tener un hijo varón, y creo que por esto mismo siempre nos compraba juguetes y algunas cosas de niño

¿Describe la relación que tienes con tus hermanas? Mis hermanas y yo siempre fuimos bastante unidas, a mi segunda hermana le contaba mis cosas y ella me escuchaba, también me hacían sentir como un ejemplo a seguir, y eso me gustaba. Yo las convencía para salir y si mi papá se enojaba asumía toda la responsabilidad y decía que todo era culpa mía

¿De que manera tus familiares te expresan afecto? Desde pequeña, mi familia paterna y materna me quería mucho, mi tía por parte de padre me compraba toda la ropa que necesitaba y me llevo a conocer los Estados Unidos a la edad de seis años, ella trabajaba en el colegio donde yo estudiaba. Cuando ella murió me dolió mucho porque yo la quería mucho y ella me adoraba como si fuera su propia

hija. También fui muy querida por mis padres, y aún a pesar del carácter y la forma de ser de mi padre, yo siempre sentí más afecto y preocupación por parte de él. Siento que a él le costaba decir que me quería, pero siempre estaba muy pendiente de mis cumpleaños, de cuando me enfermaba, de ayudarme en las tareas y de exigirme académicamente.

¿Cómo eran las condiciones económicas en tu familia? En la casa económicamente nunca faltó nada, mi padre fue un buen proveedor siempre. Había incluso dos carros en la casa y un conductor para llevarnos a mis hermanas y a mí al colegio o a cualquiera de las clases en las que estábamos, y de hecho él era hermano de una de las tantas mujeres que había tenido mi padre con la cual tuvo una hija un año mayor que mi segunda hermana.

TIPO DE CONTACTO	LUGAR	FECHA	FECHA DE CODIFICACIÓN
Entrevista Individual	Consultorio de Psicología		

1. Principales temas identificados.

Familia de origen

2. Preguntas de investigación que se respondieron.

Cuéntame un poco de tu familia de origen, ¿cómo estuvo conformada?

Descríbeme a tu padre

¿Que clase de regalos te compraba tu padre?

¿Con qué frecuencia tomaba y cuál era su comportamiento en ese estado?

¿Como le demostrabas afecto a tu padre?

¿Tienes algún recuerdo significativo de tu padre?

Descríbeme a tu madre

Describe como era la relación con tu madre

Cómo era la relación de tus padres

¿Que rol crees que cumplías dentro de tu familia?

¿Como te sentías siendo líder dentro de tu casa?

Cuéntame un poco sobre tus hermanas, ¿qué edades tienen?, ¿a qué se dedican? Y ¿cómo es tu relación con ellas?

Habla de ese recuerdo

¿Cómo asumió tu familia esa pérdida?

¿De que manera tus familiares te expresan afecto?

¿Cómo eran las condiciones económicas en tu familia?

3. Qué información no se logró recoger.

Educación

Vida social

Vida laboral

Sexualidad

Familia actual

4. Nuevas hipótesis.

en esta segunda entrevista se percibió factores protectores internos como la visión de liderazgo que tiene de si misma y externo como personas a su alrededor que le brindan cariño y seguridad que su vez su conforman su autovaloracion, siendo este último otro factor resiliente

5. Otros aspectos importantes que deben registrarse.

Indagar la manera como murió su padre

6. Actividades para la próxima visita.

ENTREVISTA N° 3

Háblame de tu experiencia académica. Mis estudios los realice en un colegio mixto muy bueno que costeo mi padre, quien también pago mis estudios universitarios de pregrado en bacteriología, siempre me destaque por ser una excelente estudiante tanto en el colegio como en la universidad, recibí menciones y honores. Fui muy sociable y amigüera con todos mis compañeros, los cuales me querían mucho. Desde que me gradué de la universidad comencé a trabajar, pero fue mi esposo quién costeo mis dos especializaciones.

Como fue tus estudios universitarios? Comencé haciendo un pre-universitario, luego cuando inicie mi carrera de Bacteriología me destaque por ser muy buena estudiante, nunca tuve problemas con materias

Cuéntame ¿como fueron tus prácticas profesionales? Fueron mi mejor acercamiento a la vida laboral, tanto así que mi desempeño se vio recompensado con un empleo que me ofrecieron en este lugar, ese sería el trabajo con el que iniciaría mi vida laboral, en él duré los años suficientes para adquirir la experiencia necesaria acerca de mi desempeño profesional.

¿Cómo ha sido tu vida laboral? Siempre me he destacado en todo los sitios donde he laborado, en mis anteriores empleos me he establecidos durante varios años pero luego me he retirado en busca de un mejor porvenir, y para emprender mejores cargos.

¿Define cómo han sido tus relaciones interpersonales? Desde niña siempre tuve muchos amigos que me invitaban a todas partes, pero como mi papá no me dejaba yo siempre tenía que ingeniármelas para ir. Estando en el colegio fui elegida reina del compañerismo durante una semana que disfrute muchísimo. Tenía muchos

admiradores mayores y menores que yo que me llamaban. Actualmente conozco mucha gente y tengo muchas amistades, pero comparto poco con ellos debido a mi trabajo. sin embargo considero que siempre están ahí y cuento con ellos.

¿Quiénes son esas personas con las que cuentas que te sirven de apoyo cuando tienes dificultades? De niña contaba con mi tía paterna y algunos amigos, pero desde que ella falleció sólo cuento con mis amigos de la infancia y algunos compañeros de trabajo

¿describe la relación que tienes con tus compañeros de trabajo? En todos los lugares donde he trabajado he mantenido relaciones muy cercanas y calidas con mis compañeros de trabajo, nos brindamos confianza y respeto

¿Como tus amigos te han demostrado su afecto? Ellos estuvieron muy pendiente de mi cuando mi tía murió, en las ocasiones especiales como mis cumpleaños, matrimonio, graduación, nacimiento de mis hijos también estuvieron pendiente

¿Como te podrías describir? ¿Qué cualidades crees que admiran de ti? En mi adolescencia era muy extrovertida, sociable, aunque todavía soy bastante amigüera, muy afectiva, espontánea recuerdo que en el colegio mi tía me ponía a cantar y a hablar en público y yo lo hacía sin ninguna dificultad, me gustaba interactuar con la gente sin importar la condición social. Pienso que pueden admirar de mí la perseverancia, solidaridad ser una persona entusiasta, el ingenio a la hora de resolver problemas

TIPO DE CONTACTO	LUGAR	FECHA	FECHA DE CODIFICACIÓN
Entrevista Individual	Consultorio de Psicología		

1. Principales temas identificados.

Educación

Vida social

Vida Laboral

2. Preguntas de investigación que se respondieron.

Háblame de tu experiencia académica

Como fue tus estudios universitarios?

Cuéntame ¿como fueron tus prácticas profesionales?

¿Define cómo han sido tus relaciones interpersonales?

¿Quienes son esas personas con las que cuentas que te sirven de apoyo cuando tienes dificultades?

Describe la relación que tienes con tus compañeros de trabajo

¿Como te podrías describir? Y ¿Qué cualidades crees que admiran de ti?

¿De que manera tus amigos te expresan afecto?

¿Cómo ha sido tu vida laboral?

3. Qué información no se logró recoger.

4. Nuevas hipótesis.

En esta tercera entrevista se observó como factor resiliente las habilidades

sociales puesto demuestra ser entusiasta, amigable, espontanea y segura de si misma y de que siempre contará con el apoyo y la confianza de los demás

5. Otros aspectos importantes que deben registrarse.

6. Actividades para la próxima visita.

¿Qué acontecimientos de tu infancia puedes

A que edad tuviste tu primera relación sentimental? Bueno, en ese entonces yo tenía 13 años y el 15, me acuerdo que era de la Guajira y físicamente no era muy bonito, pero a mi me gustaba. Duramos cerca de cuatro años de noviazgo, con altos y bajos dentro de la relación. Tengo conocimiento que él actualmente es médico. Luego yo lo deje pero como era muy rogada él siguió insistiendo por muchos años hasta cuando ya estaba casada pero nunca regresé con él.

Y antes de tu ex esposo cuantos novios tuvistes? Bueno, el primero fue la el Guajiro, luego conocí a Manuel y la verdad fue una relación puesto que solo duramos 6 meses. Aunque ya conocía -desde hacían 7 años- a Carlos el padre de mis hijos.

¿Mantuviste relaciones sexuales con alguno de ellos? La verdad es que nunca tuve relaciones sexuales con mis 2 primeros novios sólo con mi esposo, pero si confieso que en mi niñez tuve una experiencia parecida

¿Como así que tuviste una experiencia parecida? Cuando tenía 8 años había en mi casa un conductor que nos trasportaba a mis hermanas y a mi, un día él empezó a tocar mis genitales

Y como respondiste ante eso? Bueno, yo sentía que me gustaba y por eso lo seguí permitiendolo, sin embargo sabía que eso no estaba bien

Solo te tocaba los genitales?(se queda pensando) no el me decía que le hiciera sexo oral y yo accedía

Que piensas ahora de esa experiencia? La verdad es que aunque era muy niña se que estuvo mal, sin embargo no siento que odie a los hombres.

¿Como te conociste con tu ex esposo? Nos conocimos en el colegio, duramos siete años de amigos y él nunca se atrevió a decirme nada, yo sabía que gustaba de mí porque sus amigos me contaban luego nos hicimos novios porque en una fiesta él me robo un beso.

¿Como percibiste inicialmente a tu ex esposo? Muy tímido, introvertido, callado poco sociable

¿A qué se dedicaba tu ex esposo? Es arquitecto, pero también tenía negocios de manera independiente junto con su cuñado

¿Tenias conocimiento de estos negocios independiente de tu ex esposo? Si pero no abiertamente, sabía que era negocio donde ganaba mucho dinero, a mi nunca me gustó el trabajo que el tenia, de hecho le decía que los abandonará pero él me decía que si se retiraba lo mataban, cuando el empezó a tener mas dinero fue cuando se alejó mas de la familia

¿Cuando decides casarte? Cuando me casé estaba en embarazo pero yo no lo sabía, supuestamente nos casamos por amor, duramos un año de novios. Cuando me casé yo pensé que iba a tener una vida mucho mas social que iba a salir con él, que me iba a librar del régimen estricto de mi papá pero con mi esposo fue peor porque se portaba indiferente conmigo. Mis padres y los de él no asistieron al matrimonio

¿Porque no asistieron al matrimonio? Primero porque ellos decían que estábamos muy jóvenes, que no habíamos terminado la universidad, aunque llevamos una relación cordial

TIPO DE CONTACTO	LUGAR	FECHA	FECHA DE CODIFICACIÓN
Entrevista Individual	Consultorio de Psicología		

1. Principales temas identificados.

Infancia-Adolescencia

Sexualidad

Vida actual

2. Preguntas de investigación que se respondieron.

A que edad tuviste tu primera relación sentimental?

Y antes de tu ex esposo cuantos novios tuvistes?

¿Mantuviste relaciones sexuales con alguno de ellos?

¿Como así que tuviste una experiencia parecida?

Y como respondiste ante eso?

¿Solo te tocaba los genitales?

¿Que piensas ahora de esa experiencia?

¿Como te conociste con tu ex esposo?

¿Como percibiste inicialmente a tu ex esposo?

¿A qué se dedicaba tu ex esposo?

¿Tenias conocimiento de estos negocios independiente de tu ex esposo?

¿Cuando decides casarte?

¿Porque no asistieron al matrimonio?

3. Qué información no se logró recoger.

4. Nuevas hipótesis.

5. Otros aspectos importantes que deben registrarse.

6. Actividades para la próxima visita.

TIPO DE CONTACTO	LUGAR	FECHA	FECHA DE CODIFICACIÓN
Entrevista Individual	Consultorio de Psicología		

1. Principales temas identificados.

Familia Actual

2. Preguntas de investigación que se respondieron.

¿Define cómo han sido tus relaciones interpersonales?

¿Quiénes son esas personas con las que cuentas que te sirven de apoyo cuando tienes dificultades?

Describe la relación que tienes con tus compañeros de trabajo

¿Como te podrías describir? Y ¿Qué cualidades crees que admiran de ti?

De que manera tus amigos te expresan afecto?

3. Qué información no se logró recoger.

4. Nuevas hipótesis.

5. Otros aspectos importantes que deben registrarse.

6. Actividades para la próxima visita.

CATEGORÍA FAMILIA DE ORIGEN

CATEGORÍA A DEDUCTIVA	PROPOSICIONES AGRUPADAS POR TEMA	CATEGORÍAS INDUCTIVAS	CÓDIGOS
FAMILIA DE ORIGEN	Siempre fui muy querida por mis padres	AUTOVALORACIÓN	
	NO SE PRESENTA	AUTORREGULACIÓN	
	Hacia el papel de líder dentro de mi familia	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	
	Me encargaba pedirle cosas a mi papá para el resto de la familia	HABILIDADES SOCIALES	
PADRE	yo siempre sentí más afecto y preocupación por parte de mi papá	AUTOVALORACIÓN	
	NO SE	AUTORREGULACIÓN	

	PRESENTA	IÓN	
	Mi padre me ayudaba con mis tareas y era exigente	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	
	Me gustaba hacerle cariños a él sin importar que me mirara raro y no me correspondiera.	HABILIDADES SOCIALES	
MADRE	Ella me ha tenido mucha confianza siempre sobre todo para ponerme las quejas de todo lo que mi padre le hacía	AUTOVALORACIÓN	
	NO SE PRESENTA	AUTORREGULACIÓN	
	NO SE PRESENTA	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	
	NO SE PRESENTA	HABILIDADES SOCIALES	

HERMANAS	Me hacían sentir como un ejemplo a seguir	AUTOVALORACIÓN	
	las convencía para salir y si mi papá se enojaba asumía toda la responsabilidad	AUTORREGULACIÓN	
	Nos aliábamos cuando necesitábamos salir para conseguir un beneficio común	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	
	a mi segunda hermana le contaba mis cosas y ella me escuchaba	HABILIDADES SOCIALES	
FAMILIA PATERNA	Fui muy querida por mi tía	AUTOVALORACIÓN	
	Disfrutaba al participar de los	AUTORREGULACIÓN	

	eventos políticos programados por mi familia		
	El apoyo de mi tía siempre fue apropiado para cada momento de mi vida	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	
	Mi tía me ponía cantar y hablar en público y yo lo hacía	HABILIDADES SOCIALES	
INFANCIA Y ADOLESCENCIA	Siempre fui muy querida por mis familiares	AUTOVALORACIÓN	
	Cada vez que participaba de alguna actividad, me sentía segura porque sabía que lo lograría	AUTORREGULACIÓN	
	Mi tía siempre representó	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	

	un apoyo para mi vida		
	Mis amigos siempre me expresaban lo importante que era para ellos	HABILIDADES SOCIALES	
N	EDUCACIÓ	Siempre me destaque por mis buenas calificaciones	AUTOVALORACI ÓN
		A pesar de que mi padre era muy exigente los estudios universitarios fueron mi decisión	AUTORREGULAC IÓN
		La elección de mi carrera universitaria fue acorde con las capacidades que reconozco en mí	COMPETENCIAS INDIVIDUALES

	misma		
	Mi padre siempre me ayudaba con las tareas y con su exigencia me hacía ser siempre mejor	HABILIDADES SOCIALES	
R	CONDUCTO	NO SE PRESENTA	AUTOVALORACIÓN
		Me di cuenta que debía poner un alto a la situación	AUTORREGULACIÓN
		NO SE PRESENTA	COMPETENCIAS INDIVIDUALES
		NO SE PRESENTA	HABILIDADES SOCIALES
TRABAJO	Me ganaba el aprecio de mis jefes y eso me hacía sentir bien	AUTOVALORACIÓN	
	Sustituía un trabajo por otro sin temor a fracasar	AUTORREGULACIÓN	

	Siempre he buscado la superación a nivel laboral	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	
	Mis jefes siempre me delegaron funciones importantes y me ascendían debido a mi desempeño	HABILIDADES SOCIALES	
VIDA SOCIAL	Por ser entusiasta siempre me gane el cariño de las personas a mi alrededor	AUTOVALORACIÓN	
	Siempre adopte una postura de seguridad ante cualquier actividad, confiando en mis habilidades	AUTORREGULACIÓN	

	Acudo a mi círculo de amistades cuando necesito ser escuchada	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	
	Cuento con personas que saben darme el lugar que merezco	HABILIDADES SOCIALES	
D	SEXUALIDA Desde pequeña yo siempre tuve muchos admiradores, yo siempre me destaque por ser muy linda	AUTOVALORACIÓN	
	No quise tener relaciones sexuales con mis ex novios	AUTORREGULACIÓN	
	Busque el momento indicado	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	

	<p>para terminar las relaciones con mis ex novios</p> <p>Decidí tener relaciones sexuales solo con mi ex esposo</p>		
	<p>Mi psicoterapeuta me brindo la confianza necesaria para ventilar mis intimidades</p>	<p>HABILIDADES SOCIALES</p>	
<p>PROYECTO DE VIDA</p>	<p>Siempre trato de ser el mejor ejemplo para mis hijos</p>	<p>AUTOVALORACIÓN</p>	
	<p>A pesar de tener un trabajo estable siempre aspiraba algo mejor acorde con mis capacidades</p>	<p>AUTORREGULACIÓN</p>	

	Busco ayuda profesional (psicoterapia) para orientar mis indecisiones	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	
	Encuentro apoyo en un culto a Dios	HABILIDADES SOCIALES	
ESPOSO	Me sentí cómoda por ayudar a mi ex esposo a salir de sus deudas	AUTOVALORACIÓN	
	Sentí el deber de ayudar a mi ex esposo porque gran parte del dinero que el ganaba era invertido en cosas del hogar	AUTORREGULACIÓN	
	Decido divorciarme de mi pareja	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	

	<p>Mi esposo me demostraba su afecto a través de cosas materiales (carro, joyas, etc.)</p>	<p>HABILIDADES SOCIALES</p>	
HIJOS	<p>Me sentía bien al hacerle caer en cuenta a mis hijos de sus errores</p>	<p>AUTOVALORACIÓN</p>	
	<p>Ponía límites a las conductas de mis hijos</p>	<p>AUTORREGULACIÓN</p>	
	<p>Tomaba parte de la formación de mis hijos señalándole sus malas acciones</p>	<p>COMPETENCIAS INDIVIDUALES</p>	
	<p>NO PRESENTA</p>	<p>HABILIDADES SOCIALES</p>	
SUEGROS	<p>Me complacía mucho colaborar con los gastos de la casa,</p>	<p>AUTOVALORACIÓN</p>	

	esto me hacía sentir útil		
	Conservé mi independencia aún dentro del hogar de mis suegros (cancelaba mis deudas, cubría mis gastos, etc.)	AUTORREGULACIÓN	
	Rehuía de las circunstancias en que tenía que retornar a casa de mi(s) suegra(os)	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	
	Mi cuñada era una persona muy ecuánime aun ante las injusticias de su madre para conmigo	HABILIDADES SOCIALES	
FAMILIA ACTUAL	Me alejo de mi ex pareja porque bienestar	AUTOVALORACIÓN	

	emocional		
	Asumo las consecuencias de ser madre cabeza de familia	AUTORREGULACIÓN	
	Entiendo que mi ex pareja atenta contra mi bienestar emocional	COMPETENCIAS INDIVIDUALES	
	Conservo lazos estrechos de amistad con personas de mi pasado	HABILIDADES SOCIALES	

CATEGORÍAS Y CÓDIGOS PARA EL ANÁLISIS CUALITATIVO

FACTORES RESILIENTES EN HISTORIA DE VIDA

CATEGORÍAS	CÓDIGOS
FAMILIA DE ORIGEN	FAM-ORIG
PADRE	PAD
MADRE	MAD
HERMANAS	HERM
FAMILIA PATERNA	FAM-PAT
INFANCIA	INF
ADOLESCENCIA	ADOL
EDUCACIÓN	EDU
CONDUCTOR	COND
TRABAJO	TRB
VIDA SOCIAL	VSC
SEXUALIDAD	SEX
PROYECTO DE VIDA	PRY-VID
ESPOSO	ESP
HIJOS	HIJ
SUEGROS	SUE

FAMILIA

FAM-ACT

ACTUAL

HISTORIA DE VIDA

En la ciudad de Barranquilla el 22 de marzo de 1964, nació Luz Elena Lacouter. Su familia estaba formada por su padre, su madre y sus hermanas Laura Verena, María Verena y Valentina quien fallece de pleuresía pulmonar a la edad de un año. Su padre, Florentino Lacouter, fue ex militar y comunicador social, tuvo dificultades con el consumo de alcohol, con carácter fuerte y conductas rudas hacia su familia. Su madre Erika, una persona hogareña, entregada a las labores domésticas, sin autoridad para tomar decisiones, sometida a lo que su esposo dijera. Si se ve en retrospectiva se puede decir que Luz Elena al nacer encontró un ambiente de conmoción y de disfunción familiar que fue fundamental para la formación de su personalidad resiliente.

Desde su infancia sintió las manifestaciones de afecto expresadas por sus familiares y amigos, entre las que se destaca múltiples atenciones tenidas por su tía paterna quien en una ocasión la llevo a conocer los Estados Unidos en compañía de una de sus hermanas, esto le representó una experiencia sumamente gratificante debido al gran afecto que sentían mutuamente. Uno de los recuerdos más antiguos que tiene Luz Elena es haber sido levantada por su padre a altas horas de la noche a saltar las escaleras de su casa sin poder equivocarse porque éste la regañaba fuertemente haciéndola orinar, de igual forma cada fin de año les impedía felicitarse con familiares y recibir visitas de amistades, además las ponía a cantar el himno nacional y las mandaba a dormir antes de media noche.

La situación económica y posición social adquirida hasta ese momento, le permitió a la familia Lacouter gozar de algunos privilegios y comodidades como tener dos carros en la familia, uno para cada padre, y matricular a sus hijas en múltiples actividades extracurriculares que les garantizaran una excelente formación académica. En cierta ocasión, la salud de la señora Erika se vio afectada por un problema de varices, lo cual la llevo a ser intervenida quirúrgicamente, imposibilitando el quehacer de llevar a sus hijas en el carro hasta el colegio, se vieron en la necesidad de contratar un conductor para trasportar a sus hijas. Julio, el conductor, en muchas ocasiones manipulaba sexualmente a Luz Elena al año de haber sido contratado, desde que ésta tenía aproximadamente 8 años, a ella le agradaba lo que pasaba, también le hacia sexo oral, sentía que le gustaba pero también lo odiaba. Recuerda haber visto a su madre besándose con éste. Cosa que calló por muchos años. En algún tiempo ella tocaba a una vecina y la besaba y a una prima menor que ella y se excitaba. En la adolescencia se besaba con primas y una empleada domestica, pero luego de este suceso sintió que le dio asco.

Su primaria transcurrió de manera satisfactoria, sin que se preocupara demasiado por lo que ocurría a su alrededor. Es importante mencionar que Luz Elena estudió en la misma escuela donde trabajó su tía favorita. Su carisma y entusiasmo le permitió ser elegida reina del compañerismo y sus buenas calificaciones la hicieron una estudiante destacada y sobresaliente al interior de su institución educativa. De manera alterna a esta situación vivenció un hecho importante y triste en su vida como lo fue la muerte de su última hermana de un año, cuando esto ella tenía doce años. El padre no la quería porque él siempre quiso tener

un hijo varón, esto fue muy doloroso para todos en especial para su madre por que el padre siempre la rechazó.

En el transcurso de su bachillerato mantenía una relación de amistad con Carlos José y al tiempo un noviazgo con Camilo, su primer novio, esta relación duro 3 años porque él se fue para la Guajira. Luego mantiene una nueva relación sentimental con Manuel, sentía que lo quería y que era correspondida.

Durante la adolescencia mantuvo un contacto directo con eventos de naturaleza política celebrados por su familia paterna (primos) los cuales suscitaron en ella un marcado interés por las ciencias políticas más exactamente el derecho, interés que se esfumó porque temía llegar ser una “abogada acusadora”, razón por la cual adiciona una nueva posibilidad de estudio como es la Bacteriología.

La relación de Luz Elena con Manuel no fue duradera porque éste se fue para Venezuela, ésta se dio en el último año del bachillerato hasta el inicio de su carrera Universitaria. Luz Elena ingresó a los 19 años a la Universidad Metropolitana para iniciar sus estudios en Bacteriología tiempo en el cual establecería una relación sentimental con el que fuese su esposo y padre de sus hijos. Durante sus años como estudiante de Bacteriología sostuvo una relación de noviazgo con Carlos José por el lapso de un año, al término del cual deciden casarse sin la sospecha de su embarazo.

El día del matrimonio los padres de ambos no asistieron porque consideraban que no era prudente que se casaran porque aún no habían terminado sus carreras universitarias. Sin embargo éstos se casan, cada uno continua viviendo en casa de sus padres hasta que se dan cuenta que Luz está embarazada y se va a vivir junto con su esposo a casa de los padres de éste, tiempo después nace Mauricio su primer hijo situación que la motiva a regresar a casa de sus padres por tiempo de 6 meses. Luego, se regresa a casa de los padres de su esposo por 5 años.

En su interior permanecía cierta insatisfacción sobre algunas conductas de su pareja (indiferencia afectiva, infidelidad, malos tratos, etc.) puesto que éstas reducían su rol de esposa al de sujeto pasiva de la relación, excluyéndole todo los elementos de decisión y de empeño personal, así como de libre albedrio que hasta ese momento había cohibido. A esto se añadía la tendencia de la señora Eunice a cubrirle todas las deslealtades de Carlos José, su hijo y mediante la cual se explicaba el estilo de vida que éste llevaba. Todo lo anterior iba creando en Luz Elena interrogantes acerca del sentido de la vida que estaba llevando junto a su pareja, cuyas respuestas serian posteriormente piezas fundamentales de su identidad resiliente.

Durante este tiempo el padre de Carlos se suicida ingiriendo un diablo rojo destruyéndose todo el sistema digestivo provocando su posterior deceso.

En 1988 Luz Elena se gradúa como bacterióloga en la Universidad Metropolitana de Barranquilla y ejerce la bacteriología en el laboratorio donde realizó

sus prácticas profesionales. Tiempo después, se especializa en Microbiología y en gerencia en salud y posteriormente pasa a conformar una sociedad en una clínica. Dos años mas tarde, en 1990, nace su segunda hija mientras se encontraba conviviendo con su suegra desde la muerte del esposo de ésta, momento en el que decide regresarse a casa de sus padres.

Al terminar su carrera universitaria, Carlos José realiza negocios con su cuñado generándole ingresos que le permite comprar un apartamento e irse a vivir con Luz Elena y sus dos hijos. Luz pensaba que al independizarse como pareja y mudarse en un apartamento lujoso Carlos iba a cambiar su actitud indiferente y poco afectiva hacia ella; sin embargo esto no fue así, sino todo lo contrario puesto que el lujo y la ambición hicieron de Carlos una persona prepotente e indiferente con su familia. Tanto poder invadió la pobre autoestima que traía desde su infancia. Luz expresa “cuando el empezó a tener mas dinero fue cuando se alejó mas de la familia”

Por motivo de un mal negocio Carlos adquiere una deuda grandísima viéndose obligado a entregar todos sus bienes y enseres para el pago de ésta. Aunque Luz nunca estuvo de acuerdo con la forma alterna de adquirir dinero de Carlos, y, de hecho, en muchas ocasiones le solicitó que los abandonará, él siempre se justificaba asegurando que si se retiraba lo mataban, Luz Elena al convencerse de que su esposo no mostraba indicios de cambio comienza a contemplar la posibilidad de divorciarse de él pero no estaba seguro de ello, por tal razón decide buscar ayuda profesional e iniciar un proceso psicoterapéutico para ventilar los conflictos al interior

de su familia, como lo son los malos tratos de su esposo, la vida promiscua y los problemas con el alcohol de su hijo, la inestabilidad emocional de su hija, etc.