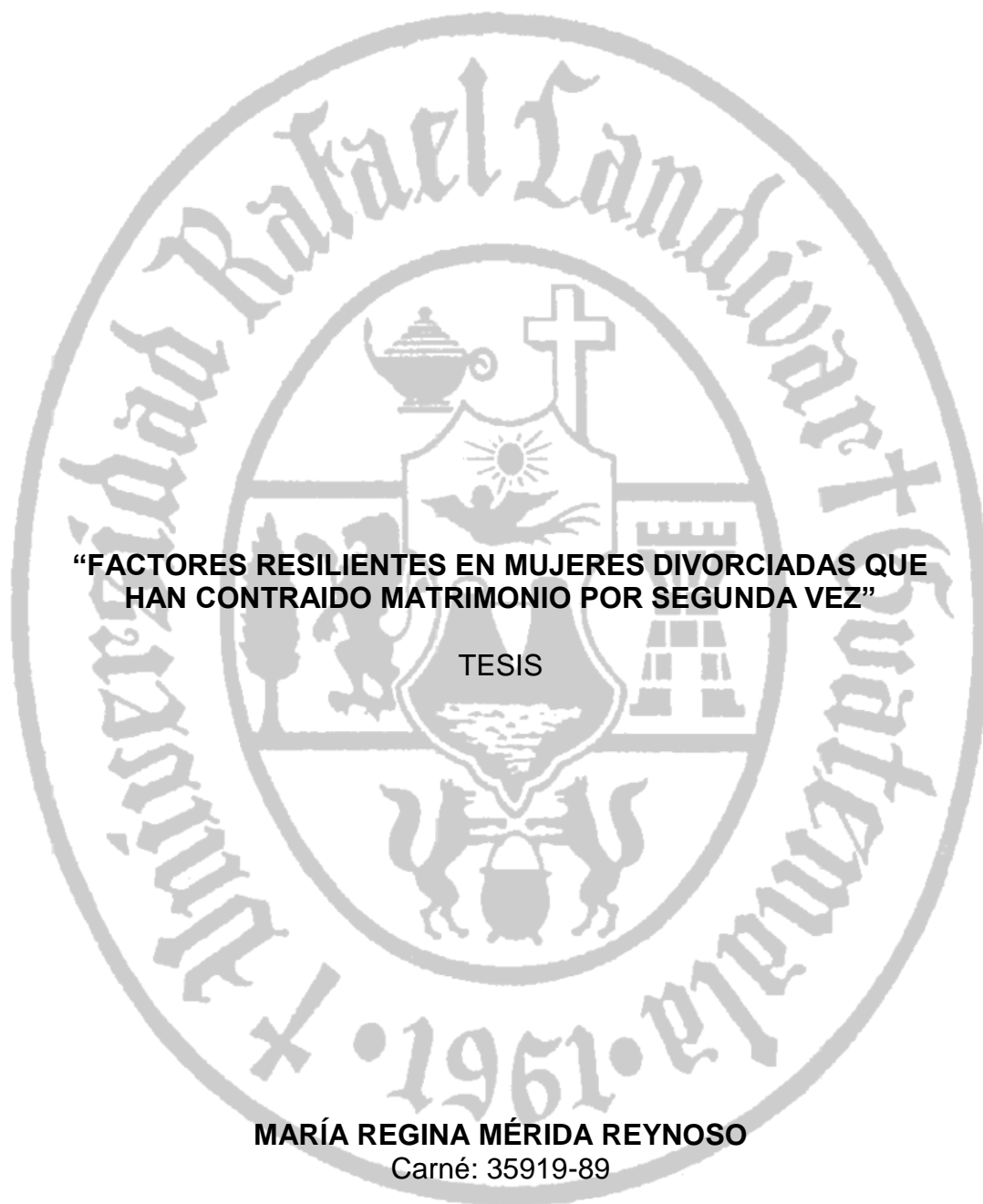


UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



**“FACTORES RESILIENTES EN MUJERES DIVORCIADAS QUE  
HAN CONTRAÍDO MATRIMONIO POR SEGUNDA VEZ”**

TESIS

**MARÍA REGINA MÉRIDA REYNOSO**  
Carné: 35919-89

Guatemala, noviembre de 2010  
Campus Central

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

**“FACTORES RESILIENTES EN MUJERES DIVORCIADAS QUE  
HAN CONTRAÍDO MATRIMONIO POR SEGUNDA VEZ”**

TESIS

Presentada al Consejo de la facultad de Humanidades

Por:

**MARÍA REGINA MÉRIDA REYNOSO**

Carné: 35919-89

Previo a optar al título de:

**PSICÓLOGA CLÍNICA**

En el grado académico de:

**LICENCIADA**

Guatemala, noviembre de 2010  
Campus Central

## **AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR**

Rector	P. Rolando Enrique Alvarado López, S.J.
Vicerrectora Académica	Dra. Lucrecia Méndez de Penedo.
Vicerrector de Investigación y Proyección	P. Carlos Cabarrús Pellecer, S.J.
Vicerrector de Integración Universitaria	P. Eduardo Valdés Barría, S.J.
Vicerrector Administrativo	Lic. Ariel Rivera Irias
Secretaria general	Licda. Fabiola de la Luz Padilla B.

## **AUTORIDADES FACULTAD DE HUMANIDADES**

Decana	M.A. Hilda Caballeros de Mazariegos
Vicedecano	M.A. Hosy Benjamer Orozco
Secretaria	M.A. Lucrecia Elizabeth Arriaga Girón
Directora del Departamento De Psicología	M.A. Georgina Mariscal de Jurado
Directora del Departamento de Educación	M.A. Hilda Díaz de Godoy
Directora del Departamento de Ciencias de la Comunicación	M.A. Nancy Avendaño
Director del Departamento de Letras y Filosofía	M.A. Ernesto Loukota
Representantes de Catedráticos ante el Consejo de la Facultad	Lic. Ignacio Laclériga Giménez Licda. María de la Luz de León

### **ASESOR DE TESIS**

Licenciada Magda Cifuentes de Ureta

### **REVISOR DE TESIS**

M.A. Georgina Mariscal de Jurado

Guatemala 16 de septiembre de 2010

Señores y Señoras  
Consejo Facultad de Humanidades  
Universidad Rafael Landívar  
Presente

Respetables Señores y Señoras:

Por este medio me permito saludarles, y a la vez informar a ustedes que he asesorado el trabajo de investigación para el informe final de tesis; **"FACTORES RESILIENTES EN MUJERES DIVORCIADAS QUE HAN CONTRAIDO MATRIMONIO POR SEGUNDA VEZ"**. Elaborado por la estudiante **MARÍA REGINA MÉRIDA** CARNÉ: 35919-89 de la Licenciatura en Psicología Clínica.

El mencionado trabajo cumple con los requisitos establecidos por la Facultad de Humanidades, por lo que solicito autorizar a la estudiante para que prosiga con los trámites correspondientes para el proceso de graduación.

Sin otro particular me suscribo de ustedes.

Respetuosamente,

  
Licda. Magda Cifuentes de Ureta  
13435



Universidad  
Rafael Landívar  
Tradición Jesuita en Guatemala

FACULTAD DE HUMANIDADES  
Teléfono: (502) 24262626 ext. 2440  
Fax: 24262626 ext. 2486  
Campus Central, Vista Hermosa III, Zona 16  
Guatemala, Ciudad. 01016

FHS/am-CI-127-10

Guatemala,  
12 de noviembre de 2010

Señorita  
**María Regina Mérida Reynoso**  
Presente.

Estimada Señorita Mérida:

De acuerdo al dictamen favorable rendido por la Revisora Examinadora de la Tesis titulada: **“Factores resilientes en mujeres divorciadas que han contraído matrimonio por segunda vez”**, presentada por la estudiante **María Regina Mérida Reynoso**, carné No. **35919-89**, la Secretaria de la Facultad de Humanidades AUTORIZA LA IMPRESIÓN DE LA TESIS, previo a optar al título de Licenciada en Psicología Clínica.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,

  
Licda. Lucrecia Arriaga Girón, M.A.  
**SECRETARIA DE FACULTAD**

\*am  
c.c.file

*En todo amar y servir*  
Ignacio de Loyola

## **AGRADECIMIENTOS**

A Dios, por darme la vida, la oportunidad y todo aquello que fue necesario para desarrollar y concluir esta etapa de mi vida.

A Carlos, mi esposo, por su paciencia, apoyo y comprensión, por darme siempre palabras de aliento y creer en mí.

A mis adorados hijos, a quienes deseo enseñar con mi ejemplo.

A mi papá, quien con su vida me enseñó el fruto del esfuerzo y el trabajo, el logro y el éxito, sé que estaría muy contento.

A las mujeres que generosa y abiertamente compartieron sus experiencias de vida y removieron esos recuerdos del pasado que permitieron realizar esta investigación y aprender en base a sus experiencias, ¡muchas gracias!

A mi compañera y amiga Roxana, por las eternas horas de amistad, de apoyo y de compartir juntas experiencias, conocimientos y vida.

A mi asesora de tesis, Magda Cifuentes de Ureta por compartir su conocimiento y ayudarme a concluir este trabajo de investigación.

## **DEDICATORIA**

A todas las valientes mujeres a quienes la vida les ha hecho atravesar un doloroso y desgastante proceso de divorcio y quienes con sabiduría y valentía han desarrollado las habilidades necesarias para levantarse y resurgir de esta adversidad siendo mejores personas.

## INDICE

Resumen

I. INTRODUCCIÓN	1
1.1 Divorcio	10
1.2 Nuevas nupcias	13
1.3 Resiliencia	15
1.3.1 Características de la Resiliencia	19
1.3.2 Factores Resilientes	25
2.1 Desarrollo Humano	28
2.2 Ciclos de vida	29
II PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	33
2.1. Objetivos	34
2.1.1. Objetivo general	34
2.1.2. Objetivos específicos	34
2.2. Elemento de estudio	34
2.3. Definición del elemento de estudio	35
2.3.1. Definición conceptual	35
2.3.2 Definición operacional	35
2.4. Alcances y límites	36
2.5. Aporte	36



III. MÉTODO	38
3.1 Sujetos	38
3.2. Instrumento	39
3.3. Procedimiento	40
3.4. Diseño	42
IV. RESULTADOS	45
4.1 Trayectorias Narrativas	57
V. DISCUSION DE RESULTADOS	63
Factores Resilientes más utilizados y significativos en los casos de estudio	65
VI. CONCLUSIONES	78
VII. RECOMENDACIONES	80
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	83
IX. ANEXOS	1
Anexo 1	2
1. Instrumento	2
Anexo 2	4
2. Entrevistas editadas	4
a) Narradora I	4
b) Narradora II	19
c) Narradora III	41
d) Narradora IV	60

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo analizar los factores resilientes presentes en mujeres divorciadas que han contraído matrimonio por segunda vez. Las participantes del estudio fueron cuatro mujeres que se encontraban al momento de la investigación entre treinta y cinco y cuarenta y cinco años de edad, que tenían como condición haber atravesado un divorcio y estar casadas por segunda vez.

Se utilizó la metodología de Investigación Cualitativa para elaborar estudios de casos. Para obtener la información necesaria se utilizó entrevistas semi-estructuradas, las cuales se transcribieron literalmente y luego se editaron en orden cronológico permitiendo hacer un análisis narrativo profundo, en base a este se realizaron gráficas de la trayectoria narrativa que indican el tono emocional de las mujeres del estudio a lo largo de la historia narrada, las gráficas de la trayectoria narrativa también muestran el momento en que se evidenció el inicio del uso de los factores resilientes.

Los resultados de la investigación mostraron que el factor resiliente presente en la totalidad de la muestra fue el de fortalezas intrapsíquicas, este factor fue además el más utilizado seguido por el factor habilidad para solucionar problemas. Los hallazgos del estudio reflejan que no es necesario cumplir con una serie de factores resilientes o utilizar cada uno de ellos para salir adelante. Los resultados sugieren que los factores resilientes son interdependientes ya que interactúan de manera que los recursos sociales pueden reforzar los recursos personales y los recursos personales pueden generar reacciones que fortalezcan las redes sociales de apoyo.

## I INTRODUCCIÓN

El divorcio es un fenómeno social cuyos índices de incidencia aumentan constantemente a nivel mundial. Guatemala es uno de los países con más alto índice de divorcio siendo superado únicamente por Inglaterra y Estados Unidos. (Hasta que el divorcio los separe, 2007).

Estos índices no parecieran ir de acuerdo con las características culturales de un país como Guatemala que en comparación con Inglaterra y Estados Unidos ha sido visto como un pueblo conservador, más tradicional y que le da más valor a la familia y por ende al matrimonio.

Pérez (2007) indica que la Corte Suprema de Justicia explica que la mayoría de los casos de divorcios que se conocen en los tribunales se deben a violencia intrafamiliar, derivada en su mayoría del alcoholismo. Le siguen la infidelidad por parte de uno de los cónyuges, y por último, la incompatibilidad de caracteres. Para las organizaciones que luchan por los derechos de las mujeres, las cifras de divorcios también están relacionadas con un alto índice de violencia intrafamiliar y maltrato.

El papel que ha jugado para la sociedad guatemalteca y sobre todo para las mujeres víctimas de maltrato y violencia intrafamiliar la divulgación del tema y el apoyo de diferentes organizaciones parecen ser factores que han contribuido a que más mujeres soliciten el divorcio.

Pérez (2007) citando a López, doctora en psicología y terapeuta familiar, confirma que esas son las principales causas de las separaciones que, como profesional, debe atender, y son también las que menos probabilidades ofrecen de rescatar la relación. “Son las que dejan una cicatriz más profunda, y es muy difícil que la pareja logre superarlo”, explica López.

Esta situación pudiera deberse a que la conducta agresiva por parte de uno de los cónyuges suele ser un patrón de conducta difícil de modificar especialmente porque la persona que la padece no recurre a los medios de ayuda adecuados y en muchos de los casos va acompañado con problemas de adicciones a alcohol y drogas.

Cada vez son más las parejas que acuden ante el juez para divorciarse. En los tres primeros meses del año 2007, los juzgados de Primera Instancia de Familia resolvieron mil doscientos treinta y ocho solicitudes de divorcio, de las cuales, 427 fueron procesos ordinarios -en los que una de las partes interpone la demanda- y 811 se dieron de forma voluntaria. En los últimos años, los procesos voluntarios de divorcio, en los que las dos personas logran ponerse de acuerdo, en términos de separación, son el doble de los ordinarios (Pérez, 2007).

Estos datos indican que cada vez son más las parejas que no están dispuestas a mantener una unión que implica conflicto tanto en el ámbito social, familiar, personal y emocional. No se estancan en la adversidad que conllevan los problemas conyugales. Por el contrario, deciden iniciar el proceso de divorcio en busca de una vida más saludable emocionalmente, superando los conflictos matrimoniales que se habían tornado insostenibles.

De acuerdo con el Centro Nacional de Análisis y Documentación Judicial de Guatemala (Cenadoj) según Pérez (2007), el promedio de casos por divorcios ordinarios (donde hay un litigio por una de las dos partes) y voluntarios ingresados en los juzgados de Primera Instancia de Familia de 2003 a 2005 fueron de unos 5 mil 700 por año, mientras que, de enero a septiembre de 2006, el número de casos de divorcio fue de 4 mil 122, tanto ordinarios como voluntarios. Mientras que para el 2007 y 2008 el número total de casos de divorcio se incrementó a 6,067 y 6,397 respectivamente según las estadísticas del Cenadoj.

La reforma del artículo 156 del Decreto Ley 106 del Jefe de gobierno, Código Civil mediante el decreto 27-2010 modifica la ley para que ambos cónyuges puedan solicitar el divorcio independientemente de quien haya abandonado el hogar, derecho que

anteriormente se otorgaba únicamente a quien se quedaba en el hogar. Esta nueva disposición podría influir en la modificación de las estadísticas respecto al divorcio, dando lugar a que las cifras se incrementen y por tanto más mujeres en Guatemala se encuentren atravesando un proceso de divorcio.

Guerra (2004) indica que en el Bufete Popular de la Facultad de Derecho de la Universidad de San Carlos, se atienden, en promedio, 10 nuevos casos de divorcio a la semana. La mayor parte de las parejas llegan ya con un acuerdo en algunos aspectos fundamentales de la separación: la situación de los hijos, cómo será la relación del padre con éstos, la pensión que se establece, si la mujer renuncia o no a la ayuda económica que le corresponde, y si hay bienes comunes.

Contrariamente, las demandas por incumplimiento de pago de pensión alimenticia prosiguen, por lo general, a los divorcios; esto indica que en Guatemala como en otras partes del mundo la mujer está inmersa en una serie de adversidades a lo largo de su vida matrimonial, no obstante después de ejecutado el divorcio la mujer sigue enfrentando adversidades y con ellas el conflicto e impacto emocional que estas situaciones conllevan.

La separación y el divorcio son situaciones que se repiten cada vez más tanto a nivel mundial como nacional tal como lo indican los estudios de las diferentes instituciones, implicando que hay un número creciente de mujeres divorciadas, de las cuales solamente algunas logran superar las adversidades que conlleva el desgastante proceso de separación y divorcio.

Algunas de las mujeres que han logrado superar la adversidad que implica un matrimonio conflictivo que concluye en un divorcio y las consecuencias que este último trae, presentan la capacidad y habilidades que les permiten afrontar situaciones desfavorables y salir adelante a pesar de haber estado inmersas en dichas situaciones adversas, manejar adecuadamente la crisis emocional que esto implica e incluso rehacer su vida matrimonial después de un primer fracaso marital.

En la actualidad se ha dado una importancia significativa a la psicología positivista. El estudio de los factores resilientes de esta investigación pretende dar un enfoque positivo y funcional a los estudiosos de la psicología con el fin de tener recursos y estrategias que aplicar en la práctica de su profesión con sujetos que encajan con las características de la presente investigación.

En las últimas décadas los estudiosos del tema han realizado en varios países latinoamericanos así como en Guatemala investigaciones aplicadas a diferentes poblaciones, los resultados de estas investigaciones favorecen a iniciativas de intervención en clínica en el tema de resiliencia, algunos de estas investigaciones se presentan en los siguientes párrafos.

Uno de los estudios referentes al tema de resiliencia fue realizado por Barrientos (2007), en donde aborda el tema de los factores resilientes en desplazados internos por el conflicto armado en Guatemala. El objetivo de esta investigación fue determinar los factores resilientes presentes en desplazados internos de la Comunidad Maya 9 de enero. La muestra seleccionada para dicho estudio estuvo conformada por seis personas de la comunidad, tres mujeres y tres hombres, comprendidos en edades entre 35 y 60 años, que tenían como condición ser desplazados, afectados por el conflicto armado interno en Guatemala y que hablan español. Seleccionada la muestra, se realizó una entrevista individual semiestructurada, y se completó con el relato de vida de los casos estudiados. A continuación se analizaron los relatos en busca de indicadores, los cuales se dividieron en Factores Resilientes Internos: Insight, Interacción, Iniciativa, Independencia, Espiritualidad y Creatividad. Los Factores Resilientes Externos que se buscaron fueron: red de apoyo social, lazos familiares, recursos materiales, religión y apoyo a instituciones. Los Factores de Riesgo de desplazados internos: Falta de red de apoyo social, pérdida de lazos familiares, muerte o consecuencias físicas de algún familiar, falta de recursos materiales.

Siguiendo con la idea de Barrientos, se concluyó en que los siete factores resilientes internos estaban presentes en la totalidad de la muestra, de los cuales predominaron independencia, creatividad, iniciativa, espiritualidad, interacción, estos se manifestaron

especialmente en las etapas de desplazamiento y resarcimiento. Los que se presentaron en menor intensidad fueron insight y sentido del humor, posiblemente por factores culturales. De los factores externos, los que se presentaron en mayor intensidad fueron la red de apoyo social y lazos familiares. Estos especialmente se evidenciaron durante el resarcimiento. La religión fue el que menos se manifestó. Los factores de riesgo fueron utilizados por estas personas para potencializar sus factores resilientes, los cuales según se conoció están presentes en estos sujetos.

Se hace interesante constatar que todos los factores resilientes internos a los que hizo referencia Barrientos en su estudio estuvieron presentes en la totalidad de la muestra con lo que se puede inferir el alto índice de factores resilientes internos que posee esta comunidad maya, así mismo llama la atención debido a las características culturales de las comunidades mayas que de los factores externos, haya sido la religión el factor resiliente que menos se presentó, sin embargo estas mismas características culturales pueden ser las que coadyuvaron al resultado de que los dos factores externos que se presentaron con mayor intensidad fueron la red de apoyo social y lazos familiares.

Por otra parte, Aldana (2005) realizó una investigación cuyo tema eran los factores resilientes en mujeres privadas de Libertad del Centro de Orientación Femenino (COF). El objetivo era determinar qué factores de resiliencia estaban presentes en este grupo. La muestra la constituyeron cinco mujeres del centro que fueron seleccionadas por la directora y subdirectora de dicho centro. Para la investigación se procedió a realizar entrevistas a profundidad, hoja de vida, y un cuestionario de expresiones de las mujeres con características resilientes: insight, independencia, capacidad de relacionarse, humor, iniciativa, personas significativas, creatividad y moralidad, según la propuesta hecha por Grotberg (1995) y adaptada para esta investigación. Se presentaron todos los factores resilientes. El más bajo fue el factor de personas significativas. Las mujeres del COF muestran alta frecuencia a manifestar factores resilientes. Se constató que un denominador común de la muestra es la participación y asistencia a grupos religiosos como un factor protector que les ayuda a superar experiencias negativas.

Aunque el estudio de Aldana identifica como un factor protector la participación y asistencia a grupos religiosos hay estudios que revelan que este puede ser un factor resiliente externo identificado como red de apoyo social, así mismo se puede inferir que dada su situación de privación de libertad de los sujetos de estudio sea el factor de personas significativas el más bajo.

Vásquez (2006) realizó otra investigación en la que se abordó las Características Resilientes en mujeres sobrevivientes de Cáncer de Mama. El objetivo en esta investigación fue analizar las características resilientes en mujeres que se encontraban en esta condición. Los sujetos que conformaban dicha investigación fueron ocho mujeres, todas sobrevivientes de cáncer de mama, en edades que oscilaban entre 34 a 53 años, diagnosticadas en estadio I, II o III, sometidas a cirugía y a terapias coadyuvantes (radioterapia y quimioterapia). Al momento de realizarse la investigación, se encontraban en tratamiento y remisión de 2 a 7 años, contaban con familia y una red vincular de apoyo, posición socioeconómica estable y profesaban su fe a un ser superior.

Se procedió a utilizar una entrevista semiestructurada que permitió determinar las características resilientes presentes durante el desarrollo de la enfermedad, tratamiento y posterior. Los indicadores propuestos fueron; superación del trauma, cierre de la herida, positivismo, autoestima, vínculos afectivos, establecimiento de metas, significado de vida, proyección social. Se constató que todos los factores mencionados estaban presentes en la totalidad de la muestra. Los resultados mostraron que para superar el trauma fue importante la detección temprana, un pronóstico favorable, obtener información, confiar en sus médicos y en sus propias capacidades y recursos internos.

Todas las sujetos manifestaron tener una actitud positiva y confiar en un ser superior, en los recursos externos tales como tratamientos, médicos, investigaciones personales, y en recursos internos como ser personas prácticas, no dejarse vencer fácilmente, sentido del humor, optimismo y coraje. Se observó alto nivel de autoestima, que



contaban con una red de apoyo vincular, así como la capacidad de tener metas y proyectos de superación personal o laboral y desarrollar objetivos específicos.

El estudio realizado por Vásquez revela que los indicadores resilientes que se proponían sí se encontraron presentes en los resultados del estudio, sin embargo vale la pena señalar que las características previas con que contaban dichas sujetos evidenciaban factores favorables como una red vincular de apoyo, una posición socioeconómica estable y profesar su fe a un ser superior los cuales pueden haber sido coadyuvantes al resultado.

Dehesa (2003) elaboró una investigación para la cual seleccionó un grupo de sujetos de la Escuela Futuro Vivo en edades comprendidas entre los 7 y 9 años. La investigación tenía como objetivo observar la frecuencia con que se presentaron los cuatro factores de resiliencia según Grotberg (1995), Yo estoy, Yo tengo, Yo soy, Yo puedo. La muestra estuvo conformada por 12 niños y 18 niñas de la escuela Futuro Vivo. Se utilizó el cuestionario de expresiones de niños con características resilientes de Grotberg, y un cuestionario para maestros para constatar el maltrato físico así como sus consecuencias en la conducta de los niños. Las conclusiones de este estudio indican que el 91% de los niños cuenta con factores de resiliencia y el 9% no poseen expresiones de niños resilientes. Se constató que muchos de ellos cuentan con personas de apoyo y apoyo religioso que reciben en la escuela.

El estudio de Dehesa permite constatar que pese a la situación adversa en que viven los niños sujetos de estudio como es el padecimiento del maltrato físico, un alto porcentaje de ellos hace uso frecuente de las expresiones resilientes propuestas y como se constató en esta investigación los niños contaban con factores resilientes previos como apoyo de personas y apoyo religioso, factores que son propuestos en otros estudios como parte de los factores resilientes.

A nivel internacional se han realizado diversas investigaciones referentes al tema de resiliencia, estas se han enfocado en diferentes poblaciones y abordado diferentes

conflictos. Éste es el caso de la investigación realizada por Aponte (2004), quien estudió la resiliencia en niños que han sufrido maltratados físico. Su estudio fue realizado con adolescentes del Hogar De La Niña Y adolescentes del Hogar San José De La Provincia De Trujillo, Perú. Dicho estudio buscaba establecer si existen diferencias significativas en la conducta de los dos grupos. Según Aponte, los estilos de afrontamiento ante las dificultades no son iguales en los seres humanos; ello varía de acuerdo a la cultura, edad, entorno familiar, pero también tienen que ver los recursos intrapersonales e interpersonales, por los cuales el individuo tendrá éxito o fracaso durante la vida. Las edades de los sujetos estaban comprendidas entre los once y dieciséis años. Los factores que se buscaron reconocer en las conductas fueron independencia, insight, interacción, moralidad, humor, iniciativa-creatividad. Los resultados del estudio reflejaron que en cuanto a Independencia e Interacción, existen diferencias a favor de las adolescentes mujeres, quienes se muestran más capaces para establecer límites entre ellas y su entorno, así como también relacionarse de manera satisfactoria, respecto a los adolescentes varones. En general la conducta resiliente que predomina en las adolescentes mujeres del Hogar de La Niña, representan un nivel medio, mientras que la conducta resiliente que predomina en los adolescentes varones del Hogar San José, representan un nivel bajo. Los niveles altos de la conducta resiliente se ubican en las áreas de interacción e independencia a favor de las adolescentes mujeres y creatividad tanto en las mujeres así como los varones. Mientras que los niveles bajos se ubican las áreas de Moralidad tanto en mujeres como en varones e Insight en los varones.

Los resultados de la anterior investigación nos señalan que los factores resilientes como la independencia, interacción y creatividad, así como establecer límites entre las adolescentes y su entorno, están presentes en las mujeres desde su adolescencia.

Las investigaciones realizadas en el tema de resiliencia también son abordadas por otros estudios comparativos, tal es el caso de la investigación realizada por Bach (2006), quien hizo un análisis comparativo de los niveles de resiliencia entre los alumnos del quinto año de secundaria del centro de estudios "Santo Domingo de

Guzmán” y del centro de estudios “Inca Garcilazo de la Vega” de los distritos de Chicama y Chiclín, Perú.

El objetivo de Bach fue comparar los niveles de resiliencia entre un grupo y otro y proponer recomendaciones para mejorar los niveles de resiliencia de los grupos. En la experiencia realizada con la población en estudio, se puede observar que dichos adolescentes presentan desintegración del núcleo familiar por muerte o ausencia de uno o ambos progenitores, presencia de maltrato físico y/o psicológico, escasos recursos económicos, ambientes de pobreza y exclusión social; que son acontecimientos sucesivos y acumulativos de riesgo; asimismo, un contexto contaminado generalmente por hábitos de consumo de alcohol y drogas. El estudio determinó que el Nivel de Resiliencia predominante en los alumnos de ambos sexos de ambos centros educativos, es de nivel medio, seguido por el nivel bajo, y el que se presenta en menor escala es el nivel alto de resiliencia. La mayoría de los estudiantes de sexo masculino del Quinto Año de Secundaria de ambos centros educativos presentan un Nivel de Resiliencia Medio y Alto, siendo la mayoría de las estudiantes de sexo femenino del Quinto Año de Secundaria de ambos Centros Educativos quienes presentan un nivel de resiliencia medio y bajo. Se determinó que no existen diferencias significativas en los niveles alto, medio y bajo de Resiliencia entre los alumnos de ninguno de los dos centros, ni diferencias significativas en los niveles entre grupos.

En conclusión, las investigaciones realizadas en el tema de la resiliencia, han coincidido en que los factores resilientes son determinantes para enfrentar situaciones adversas, sobreponerse y construir sobre éstas. También muestran que no se hace necesario contar con todos los factores resilientes; los diferentes grupos se vieron enfrentados a diferentes adversidades y factores de riesgo, cada uno de los grupos hizo uso de los recursos tanto internos como externos para superar la adversidad, esto sugiere que independientemente del contexto en que la persona se desenvuelva podrá hacer uso de los factores de los que disponga o al menos algunos de ellos, potencializándolos para salir adelante.

El conocer los factores resilientes permite desarrollarlos y potencializarlos. Estas investigaciones hacen énfasis en la importancia de conocer y utilizar dichos factores para beneficio de aquellas mujeres que pudieran acercarse a terapia después de atravesar un divorcio como herramientas para sobreponerse y construir sobre su misma adversidad, superando la crisis emocional y continuando con una vida emocionalmente más sana que además favorezca al restablecimiento de su capacidad para manejar una nueva relación de pareja e incluso una nueva relación matrimonial.

Con el fin de comprender más a profundidad el tema de los factores resilientes en mujeres divorciadas y que han contraído matrimonio nuevamente se profundizará en algunos temas relacionados como la etapa de vida que están viviendo actualmente las narradoras, el divorcio, nuevas nupcias , así como lo que los diferentes estudiosos de la resiliencia han concluido en sus investigaciones.

## **1.1 Divorcio**

Según Papalia, Wendkos y Duskin, (2004), el divorcio es un proceso, una secuencia de experiencias potencialmente estresantes que inician antes de la separación física y continúan después de ella. Incluso la terminación de un matrimonio desdichado es dolorosa, en especial cuando hay hijos. Amato, citado por Papalia et al. (2004) considera que aunque algunas personas se adaptan, el divorcio tiende a reducir el bienestar a largo plazo, en especial para el compañero que no inició el divorcio o no vuelve a casarse. Las razones incluyen la perturbación de las relaciones entre padres e hijos, la discordia con un antiguo cónyuge, las penurias económicas, la pérdida de apoyo emocional y tener que mudarse del hogar. Kitson y Morgan, citados por Papalia et al. (2004) afirman que el divorcio también produce sentimientos de fracaso, culpa, hostilidad y auto recriminación, así como altas tasas de depresión, enfermedad y muerte.

El proceso de divorcio tal y como lo describe Papalia conlleva una serie de situaciones conflictivas tanto a nivel emocional, social como económico, sin embargo, los cambios culturales de los últimos tiempos parecieran estar facilitando una adaptación y

recuperación en un período más corto de tiempo, pareciera que la idea respecto a la relación matrimonial “para toda vida” ha estado modificándose y cada vez más parejas comprenden que su relación se ha convertido en una relación disfuncional de tal manera que se llega a la conclusión que ya no es sano para ninguno de sus miembros continuar con una relación deteriorada e insatisfactoria que ha llegado al punto de causar más conflicto que satisfacción y bienestar familiar.

Anteriormente las mujeres solían responsabilizarse de sus padres y de su cónyuge, se manejaba la idea que el matrimonio era la solución al problema de la supervivencia y no se les enseñaba a desarrollar autonomía y otras metas personales. Para la mujer que se divorcia el resultado es generalmente penuria, empobrecimiento y desilusión. En promedio, la mujer divorciada y sus hijos menores que están en la casa experimentan, en el primer año después del divorcio, una disminución en su estándar de vida (Weitzman, 1985).

Actualmente el rol de la mujer como pareja ha sufrido cambios positivos en muchos de los casos, reforzando su autonomía al hacerse cargo parcialmente de las responsabilidades económicas y de supervivencia de la familia en general, cada día es mayor el número de mujeres que colaboran con la economía familiar trabajando fuera de casa, lo que implica no únicamente una ganancia económica sino a su vez una enriquecimiento de su “propio yo” ya que el aspecto laboral les brinda satisfacciones personales, una autoestima más sana, cierto grado de independencia e incrementa habilidades interpersonales, de negociación y de resolución de problemas entre otras. Respecto a lo señalado por Weitzman en cuando a las penurias y empobrecimiento que en promedio sufren las mujeres al divorciarse estos aspectos han sufrido cambios por lo mencionado anteriormente ya que las mujeres actualmente antes del proceso de separación ya habían asumido cierta responsabilidad económica en el hogar y desarrollado habilidades personales; un empoderamiento que les permite resurgir en un período más corto de tiempo aminorando el daño emocional al no dejarse hundir o arrastrar completamente por el conflicto producido por el divorcio. Por lo tanto podría

considerarse que lo que va a padecer la familia es una adecuación y reestructuración en diferentes áreas y aspectos.

Para Ericsson (1997) lo central en el proceso emocional del divorcio es recuperarse del matrimonio, abandonar y dar por terminadas las esperanzas y expectativas que se habían depositado en el cónyuge así como en el matrimonio; asimismo, reinvertir esperanzas y expectativas en el propio yo. Hombres y mujeres tendrán experiencias emocionales diferentes al divorciarse. Las mujeres depositan identidad, se les hace responsables del éxito del matrimonio, hacer a todos felices y protegerlos emocionalmente. Producto del divorcio pueden presentar culpa, ansiedad e incertidumbre. El terapeuta debe ayudarla a encontrar sus propias fuerzas, competencia y capacidad para salir adelante sola, hasta que ella decida otra cosa.

Ericsson aborda un punto medular para el proceso de recuperación del divorcio cuando se refiere a “abandonar y dar por terminadas las esperanzas y expectativas que se habían depositado en el conyugue así como en el matrimonio”; este proceso requiere de un reenfoque de la mujer hacia una perspectiva más funcional, realista y satisfactoria que deriva en un “reaprendizaje” que le permitirá salir adelante no únicamente de la problemática, sino salir a ser una persona más plena y con mayor conocimiento de sí misma, de las relaciones y de lo que implica un vínculo matrimonial satisfactorio para ambas partes, abandonando los ideales y las expectativas distorsionadas.

El divorcio es un proceso lleno de emociones fuertes que tienden a afectar los estados de ánimo y las conductas de los integrantes de la pareja y personas allegadas a estos individuos, establece Jiménez (s.f). Señala que durante el proceso de divorcio cada miembro de la pareja puede estar en una etapa emocional diferente y quizás uno de ellos no esté listo para llevar un nuevo tipo de relación. Para superar el conflicto emocional que generalmente sobreviene al divorcio, estos individuos necesitan una separación física, hacer cambios en su ambiente, encontrar un camino nuevo, saludable y en el que se sientan satisfechos consigo mismos.

Respecto a lo señalado por Jiménez a cerca de que cada miembro de la pareja está en una etapa distinta durante el proceso de divorcio parecía evidenciarse más sobretodo en aquel miembro de la pareja que toma la decisión de separarse, quienes con frecuencia ya han tenido un proceso de separación emocional antes de tomar la decisión terminar el vínculo matrimonial; al miembro de la pareja quien no tomó la decisión y quien en muchos casos no lo esperaba, es quien más necesita hacer cambios en su ambiente para ir procesando la idea de la separación, para lograr aceptarlo, asimilarlo y poder seguir adelante.

Los individuos mentalmente sanos requieren en promedio, de un lapso de dos años desde la separación para poder completar el divorcio psicológico, aunque no constituye una regla pues cada sujeto procede a su propio ritmo afirman Johnson & Alevizos (1978). Los autores establecieron que mientras más tiempo transcurra desde el divorcio, el ajuste es mejor; que quienes se vuelven a emparejar presentan una mejor adaptación; que los factores ligados a ésta se pueden agrupar dentro del área de la liberación y que la comodidad y satisfacción lograda con otra pareja también influye de manera positiva en el logro del ajuste post divorcio.

Si bien las estadísticas indican como lo afirma Johnson y Alevizos que el tiempo promedio para completar el divorcio psicológico por parte de los miembros de la pareja es de dos años, es imprescindible individualizar y respetar el tiempo que cada cual necesita para vivir y superar la separación emocional. Antes de aspirar a una nueva relación de pareja es necesario resolver los conflictos emocionales y no arrastrarlos a la nueva relación, para lograr un nuevo y satisfactorio vínculo.

## **1.2 Nuevas Nupcias**

Las nuevas nupcias, afirma Johnson citado por Papalia et al. (2004), “son el triunfo de la esperanza sobre la experiencia”. La alta tasa de divorcio no es una señal de que la gente no quiera estar casada. Más bien, a menudo refleja el deseo de estar felizmente casada y la creencia de que el divorcio es como una cirugía: doloroso pero necesario.

La perspectiva de Papalia respecto a las nuevas nupcias refiere a la forma en que las personas toman sus nuevas relaciones de pareja, tratando de mejorar su nueva relación en base a su experiencia. Una perspectiva positiva respecto a las relaciones matrimoniales, en vez de mantener un concepto negativo de la relación matrimonial como se da en algunos casos.

Papalia et al. (2004), citando a Bramlet y Mosher, indica que en Estados Unidos tres cuartas partes de las mujeres divorciadas vuelven a casarse en un lapso de diez años. Las mujeres jóvenes (menores de veinticinco) tienen más probabilidad de contraer nuevas nupcias que las mayores, pero también es más probable que vuelvan a divorciarse.

Las nuevas nupcias tienen mayor probabilidad que el primer matrimonio de terminar en divorcio. La probabilidad de un nuevo divorcio es mayor durante los primeros cinco años, en especial cuando existen hijastros según Parke y Buriel, a quienes cita Papalia et al. (2004).

Lo mencionado por Papalia pudiera ser más probable si es la etapa en la que alguno o ambos miembros de la pareja tienen hijos pequeños, es posible que estas dificultades estén relacionadas a las exigencias de los hijos menores que implican menor tiempo y atención a la nueva pareja por parte de la mujer y obligaciones por parte del hombre para con los hijos de la anterior pareja; incluso una relación más estrecha con la ex pareja debido a los hijos menores que puede significar mayor tensión y conflictos, situación que pudiera llevar a un desgaste en la nueva relación de pareja e incluso a un nuevo divorcio.

Otra de las posibles razones de un nuevo fracaso matrimonial pudieran estar relacionadas con el hecho de que una mujer joven, regularmente tiene una menor madurez emocional y por tanto no puede aplicarla a la nueva relación como lo haría una mujer de mayor edad, lo que la hace más probable a tener otro fracaso matrimonial.



### **1.3 Resiliencia**

Según Rossette y Dobbs (2002) desde hace más de veinte años los psicólogos estadounidenses han manejado el concepto de resiliencia, término tomado de la física que se usa para expresar la capacidad de recuperación de los materiales sometidos a condiciones extremas de esfuerzo. En este contexto se puede decir que la resiliencia es la característica mecánica que define la resistencia a los impactos. Tal como un objeto abollado recobra su forma primitiva si tiene la suficiente elasticidad, los seres humanos dotados de una resiliencia natural o adquirida serán capaces de salir de un agotamiento causado por estrés traumático u otras causas.

Siguiendo con las ideas expresadas por Rossette y Dobbs este término es utilizado para describir cierto conjunto de cualidades que favorece un proceso de adaptación creativa y de transformación, a pesar de los riesgos de la adversidad. Podría decirse que las personas que cuentan con un pensamiento flexible poseen la capacidad que los lleva a una mayor adaptación, que les permite ser resilientes. También refieren a la característica de la resiliencia de que puede ser tanto innata como adquirida, lo que permite ya sea potencializar las habilidades innatas o desarrollar aquellas que conforme a la persona o el contexto tenga a su disposición.

Este término también es usado en medicina, en la que la osteología acuña el concepto para expresar la capacidad de los huesos de crecer en el sentido correcto después de una fractura ( Bertrán, Noemí y Romero, 1998; en Lara 2,000).

Este concepto refiere a la característica de la resiliencia que indica que la persona logra construir en base a la adversidad, y que de no haber estado expuesta a la misma no hubiera necesitado desarrollar los factores resilientes que la lleva a alcanzar una vida más plena y satisfactoria en diferentes áreas.

Por otro lado, para las ciencias sociales, la resiliencia correspondería a la capacidad humana de hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y salir de ellas fortalecida o, incluso, transformado (Grotberg, 1996; en En Melillo y Suárez 2002). Esta

capacidad es sometida a prueba, o más bien dicho se activa frente a situaciones de estrés severo y prolongado, lo que generaría a su vez, una serie de condiciones que provocan mayor resistencia o vulnerabilidad.

El proceso de separación y divorcio es una de las situaciones de vida más adversas y más frecuentes en donde se manifiesta la capacidad de resiliencia del ser humano.

De este modo, la resiliencia se definiría como 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.

Cyrułnik (2001) utiliza para entender el fenómeno de la resiliencia, el concepto de "oxímoron", palabra en la que re-une dos términos con sentidos opuestos para generar un nuevo significado: la "oscuridad claridad", un "maravilloso sufrimiento", el "sol negro" de la melancolía, ya que considera que es necesario ver el problema desde sus dos caras. Desde el exterior la frecuencia de la resiliencia prueba que es posible la recuperación. Desde el interior se revela la división del hombre herido, lastimado, la cohabitación del Cielo y el Infierno, la felicidad en el filo de la navaja.

Dinámicamente el concepto de "oxímoron" que describe la escisión del sujeto herido por el trauma, es un mecanismo de desprendimiento psíquico, diferente de los mecanismos de defensa. Es un mecanismo que permite superar los efectos del padecimiento por medio de la división de uno mismo. La parte de la persona que ha recibido el golpe sufre y produce necrosis, muere; mientras que otra parte mejor protegida, aún sana pero más secreta, reúne, con la energía de la desesperación, todo lo que puede seguir dando un poco de felicidad y sentido a la vida (Cyrułnik, 2001). Esta división del yo, no se cicatriza totalmente, no se sutura, permanece en el sujeto compensada por los recursos yóicos que se enuncian como pilares de la resiliencia desde donde apuntala su recuperación.

El concepto del "oxímoron" de Cyrułnik describe un significado intrínseco en todo proceso de separación y ejemplifica lo que realmente sucede en el proceso de divorcio

en cual ambos miembros de la pareja deben pasar por la dura prueba de afrontar el dolor y el sufrimiento de la pérdida, reconociendo que ese sufrimiento será parte de su historia, que si bien deja una cicatriz esta llega a ser solamente el recuerdo de una etapa difícil de la que “aprendieron” a vivir con ella y a pesar de ello “descubrir y reconocer” la capacidad interna de recuperarse y salir adelante pese a la adversidad que conlleva la separación y el divorcio.

Usualmente cuando la mujer está inmersa en el punto más doloroso del proceso suele pensar que es lo peor que pudo haberle pasado, sin embargo muchos testimonios dan fe de que a veces esta dura experiencia las ha hecho resurgir siendo una persona más fuerte, con más conocimiento de sí misma, con seguridad, redescubriendo a una persona capaz, proactiva, dinámica, autónoma; por lo que se escucha alguna vez la expresión “si yo no hubiera vivido algo así, no sería la mujer que soy hoy”.

Hay estudiosos que se han dedicado a investigar el tema de resiliencia a profundidad y en diferentes poblaciones, éste es el caso de Kotliarenco y Dueñas (1996) quienes señalan que la resiliencia es una característica de gran complejidad, que envuelve una diversidad de factores que inciden en el resultado que se obtenga. Es necesario recalcar que los factores moderadores o protectores personales y sociales no actúan de manera aislada, no hacen sus aportes independientemente uno del otro. Todos los factores interactúan y de esta interacción, que es constante y específica para cada persona, surge o no el fenómeno de la resiliencia.

Continuando con la idea de Kotliarenco y Dueñas, la complejidad de la resiliencia no está dada únicamente por los factores implicados, sino también por la unicidad de la persona. Esto quiere decir que la resiliencia es el resultado único que surge como consecuencia de las diferencias individuales en el procesamiento interno del ambiente.

Existen una serie de factores resilientes que para cada persona suele ser diferente; cada cual usa aquellos factores que sean idóneos para ellos mismos, es decir, cada individuo crea “su propia receta” de factores resilientes ya que cada cual los usa de manera única, específica e individual lo que lo hace o no resiliente, entendiendo que

estos factores se combinan y complementan entre sí, por lo que no se hace necesario hacer uso de todos los factores resilientes sino pueden utilizarse aquellos con los que se cuenta o aquellos que se logran desarrollar.

Para Zukerfeld (1998), las experiencias personales de pérdidas significativas, violencias de distinto tipo, abusos físicos, emocionales y sexuales, enfermedades crónicas o estigmáticas y las experiencias del conjunto social derivadas del terrorismo de estado, de la exclusión socioeconómica, de la injusticia y de la corrupción, hacen necesario considerar lo inefable, lo inenarrable, lo escindido. Se trata en realidad de aquello que es componente universal del funcionamiento psíquico -lo inconsciente escindido, pero que en determinadas condiciones de vivencia traumática comanda las percepciones y devasta tramas representacionales incrementando la vulnerabilidad somática y el pasaje al acto. Se trata de marcas que no se evocan pero que se activan, de memorias no declarativas que se expresan en descargas. Daría la impresión que la patogénesis estaría ya determinada y es ineluctable.

Según lo señalado por Zukerfeld la resiliencia es una capacidad innata que se activa ante un evento traumático que sobrepasa a la persona y pareciera surgir de forma inconsciente ante dicho hecho y provoca una reacción que permita proteger al yo.

Investigaciones que han abordado otras poblaciones la definen de igual manera como la capacidad humana de enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad (Grotberg, 1995; Luthar et al. 2000). En el caso de niños, como señala Melillo (2001), se observó que todos los sujetos que habían resultado resilientes tenían por lo menos, una persona (familiar o no) que los había aceptado 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. Sostiene que todos los estudios realizados en el mundo acerca de los niños desgraciados comprobaron que la influencia más positiva para ellos era una relación

cariñosa y estrecha con un adulto significativo. O sea que la aparición o no de resiliencia en los sujetos depende de la interacción de la persona y su entorno humano.

Tal y como señala este estudio en el caso de los niños el factor más determinante para el desarrollo de la resiliencia suele ser contar con el apoyo de un adulto significativo, el factor apoyo a la persona es un factor utilizado frecuentemente por los adultos también para desarrollar la resiliencia, sin embargo, los adultos pueden hacer uso de otros factores resilientes, mientras que para los niños este factor es de vital importancia.

La resiliencia como potencial humano incita a confirmar que la vida es un proceso de auto corrección que permite mejorar y alcanzar el bienestar. Hace encontrar mayor coherencia entre lo que se ha vivido y aún se vive, y motiva hacia la trascendencia.

Rivas (2007) señala que la resiliencia se quedaría seccionada sin el ulterior paso a la trascendencia de sí mismo. Define al espíritu como el poder irresistible y el misterio de la fuerza de la vida, eje ordenador del mundo, la vida y el pensamiento, que se enraíza en la consciencia personal y confiere sentido a las adversidades y a los objetivos del proyecto existencial: ayuda a establecer valores, los ideales y a vislumbrar la orientación de la misión vital del hombre.

Podría decirse según Rivas que el uso eficaz de la resiliencia es hacer de la adversidad un crecimiento personal que permita reorganizar los objetivos de su proyecto de vida de acuerdo a una mayor consciencia de sí, de sus ideales y valores.

### **1.3 .1Características de la Resiliencia**

Entre las características de resiliencia, Rivas (2007) considera que la capacidad de expresar y comunicar las emociones, los afectos y el dolor; la asertividad, que lleva a superar los sentimientos de vulnerabilidad, angustia y dependencia compulsiva, consolidan un pilar decisivo de la resiliencia, la autonomía y autoestima.

Las personas que cuentan con el apoyo de amigos, familiares, profesionales de la psicología o de alguna persona significativa que les escuche y a quienes puedan

expresar su sentir, hablar de su sufrimiento, su soledad, sus problemas, es decir, hacer catarsis, liberan en esas conversaciones una cantidad considerable de tensión y emociones negativas que les permite clarificar sus sentimientos, ideas, opciones y valía propia mientras las van expresando, que a su vez significa esa sensación de “contar con alguien” al ser escuchado.

Grotberg et al., en Kotliarenco, Cáceres y Álvarez (1996), opinan que existen características que favorecen el desarrollo de la resiliencia, las cuales se mencionan a continuación.

- Ambiente facilitador: incluye acceso a la salud, educación, bienestar, apoyo emocional, reglas y límites familiares, estabilidad escolar y del hogar, entre otros.
- Fuerza intrapsíquica: incluye la autonomía, el control de impulsos, el sentirse querido, la empatía.
- Habilidades interpersonales: incluye el manejo de situaciones, la solución de problemas, la capacidad de planeamiento.

Una persona puede ser resiliente, puede tener la fortaleza intrapsíquica suficiente y las habilidades sociales necesarias, pero si carece de oportunidades para educarse o trabajar, sus recursos se verán limitados.

Si bien para Grotberg una serie de factores positivos que forman un ambiente facilitador con los que una persona puede contar en el momento de atravesar una adversidad favorecen el desarrollo de la resiliencia y que el desarrollo de la misma se verá limitado de no contar con ellos, la experiencia indica que aquellas personas que cuentan con algunos factores resilientes englobados en la fuerza intrapsíquica y habilidades interpersonales pueden salir adelante transformando el ambiente hostil y/o limitante en un ambiente facilitador, creando a partir de su realidad un ambiente funcional que les brinde mayor bienestar, creando oportunidades necesarias de trabajo y estudio, o aquellas que resultaran necesarias para salir adelante.

Así mismo, Wolin y Wolin, en Kotliarenco et al. (1996) proponen una explicación para el fenómeno de la *resiliencia* en niños y adolescentes, para lo cual desarrollan un esquema basado en las etapas del ciclo vital. El primer círculo de la resiliencia se centra en la infancia o niñez; el segundo, en la adolescencia y el tercero, en la adultez.

Estos autores desarrollan la noción de "siete resiliencias": introspección, independencia, interacción, iniciativa, creatividad, ideología personal y sentido del humor.

1. Introspección: Entendida como la capacidad de examinarse internamente, plantearse preguntas difíciles y darse respuestas honestas.

Durante la niñez, la introspección se manifestará como la capacidad de intuir que alguien o algo no están bien en su familia. Los niños resilientes son capaces de contrarrestar la reflexión distorsionada de la familia, situar el problema donde corresponde, reduciendo la ansiedad y la culpa.

Durante la adolescencia, la introspección corresponde a la capacidad de conocer, de saber lo que pasa a su alrededor y es fundamental para comprender las situaciones y adaptarse a ellas.

En la adultez, la introspección se manifiesta como la sabiduría, la comprensión de sí mismo y de otras personas, con aceptación de las dificultades, sin culpar a los demás.

2. Independencia: Se refiere a la capacidad de establecer límites entre uno mismo y ambientes adversos.

En la niñez, esta capacidad se expresa manteniéndose alejado de las situaciones conflictivas.

En la adolescencia, la independencia se manifiesta en conductas como no involucrarse en situaciones conflictivas.

En la adultez, esta capacidad se expresa en la aptitud para vivir en forma autónoma y de tomar decisiones por sí mismo.

3. Capacidad de interacción: Se refiere a la capacidad de establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas.

En los niños, se expresa como una facilidad para conectarse, ser querido.

En los adolescentes, se manifiesta en la habilidad para reclutar pares y de establecer redes sociales de apoyo.

En los adultos, esta capacidad se manifiesta en la valoración hacia las relaciones interpersonales, la intimidad y los rituales.

4. Capacidad de iniciativa: Se refiere a la capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos.

En los niños esto se refleja en las conductas de exploración y actividades constructivas.

En la adolescencia, aparece la inclinación al estudio, práctica de deportes y actividades extraescolares como hobbies y trabajos voluntarios.

En los adultos, se habla de generatividad, que alude a la participación en proyectos comunitarios, sentimientos de autorrealización, capacidad de liderazgo y enfrentamiento a desafíos.

5. Creatividad: Corresponde a la capacidad de imponer orden, belleza y un propósito a las situaciones de dificultad o caos.

Durante la niñez, esta capacidad se expresa en la creación y los juegos que permiten revertir la soledad, el miedo, la rabia y la desesperanza.

En la adolescencia, se refleja un desarrollo de habilidades artísticas como escribir, pintar, bailar, producir artes.

Los adultos creativos son aquellos capaces de componer y reconstruir.

6. Ideología personal: También se entiende como conciencia moral.



En los niños, esto se manifiesta en que son capaces de hacer juicios morales desde muy temprana edad, de discriminar entre lo bueno y lo malo.

En la adolescencia, se caracteriza por el desarrollo de valores propios y establecer juicios en forma independiente de los padres. Además, se desarrolla el sentido de la lealtad y la compasión.

En la adultez, se manifiesta como la capacidad de servicio y de entrega hacia los demás.

7. Sentido del humor: Se refiere a la disposición del espíritu a la alegría, permite alejarse del foco de tensión, relativizar, positivizar, elaborar de un modo lúdico, encontrar lo cómico entre la tragedia.

En la niñez, se desarrolla a través del juego. En la adolescencia, se desarrolla por su capacidad de reír, de moldearse y de jugar. En el adulto, reconoce el aspecto divertido, alegre y juega.

Respecto a la introspección podría decirse que uno de los aspectos más importantes en cuanto al concepto que vierte Wolin y Wolin es el que se refiere al darse respuestas honestas, ya que las personas suelen quedarse únicamente en la etapa de un “examen interno profundo” sin lograr encarar con honestidad aquellos aspectos que se descubren que no son tan agradables y que requieren de una intervención responsable y ser honestamente consiente para superarlos y propiciar las situaciones que faciliten a descubrir de forma consciente, concreta y honesta estos aspectos.

Por otra parte la independencia se refiere aprender a decidir para cada uno lo que es más conveniente y saludable, tomando decisiones propias e incluso “aprender a decir no”, aprendiendo a decirlo liberándose de la culpa o sentimientos de inadecuación por el hecho de decir no ante una situación que de otro modo constituiría ir en contra de los propios deseos.

En cuanto a lo que Wolin y Wolin describen como capacidad de interacción es importante resaltar la capacidad de establecer vínculos íntimos con otras personas que se traduzcan en una real, concreta e íntima red de apoyo. Se hace importante comprender que la persona que contaba con esta capacidad de interacción busque desarrollarla ya que constituye uno de los factores resilientes de mayor relevancia.

Otro punto de vital importancia en lo referente a la iniciativa es tomar acción hacia cualquier actividad que permita tener contacto con otros, que provoque sentimientos de autorrealización que los lleve a sentirse cómodos consigo mismos y eleve su autoestima.

Referente a lo mencionado por Wolin y Wolin respecto a la creatividad, otra cualidad de esta es que puede ser vista como la fuerza que impulsa a crear alternativas nuevas, diferentes, originales e idóneas para quien hace uso de ellas. La creatividad facilita a la persona a actuar con genialidad y fluidez de ideas y ayuda a crear nuevas formas de resolver.

La ideología moral que plantea Wolin y Wolin refiere a un conjunto de valores y creencias éticas que constituyen recursos importantes en los cuales las personas pueden apoyarse en su proceso de recuperación tras la adversidad. El hecho de desviar la atención de sí mismo y de sus propios problemas hacia una entrega a los demás provoca una satisfacción por sentirse útiles; se descubre que aun atravesando un momento difícil en la vida se posee la capacidad de ayudar y darse a otros.

Respecto al sentido del humor, está conformado por una capacidad que puede desarrollarse, la capacidad de reír a pesar de las circunstancias adversas, problemáticas y hasta caóticas; encontrar el aspecto divertido aun en esas situaciones, disminuye la tensión, relaja el ambiente y evita el derrumbarse elevando el estado de ánimo al menos por un lapso corto para tomar nuevas fuerzas y retomar los problemas con un sentimiento diferente que se traduciría en mayor objetividad.

### 1.3.2 Factores Resilientes

Grotberg (1995), quien lleva largo tiempo desarrollando el “Proyecto Internacional de Resiliencia”, considera que existen factores de resiliencia los cuales define como la forma concreta y práctica en que se expresan las diferentes resiliencias y se pueden reconocer en la forma en que la persona habla y en las afirmaciones que hace. Estos factores se pueden clasificar en tres categorías:

Los que tienen que ver con el apoyo que la persona cree que puede recibir: expresan perspicacia e interrelación, los que tienen que ver con las fortalezas intra psíquicas de la persona: expresan autonomía y cierta forma de interrelación, los que tienen que ver con las habilidades de la persona para relacionarse y para resolver problemas: expresan, además de interrelación, creatividad, iniciativa y ética.

Grotberg reúne los factores resilientes en tres grandes aspectos de forma muy concreta y acertada, las habilidades de la persona para relacionarse y para resolver problemas, el apoyo que puede recibir y la capacidad de introspección y autonomía que son tres grandes e imprescindibles ejes para poder desarrollar la resiliencia, es decir conocerse a sí mismo, ser congruente con lo que se es y se quiere, ser autónomo y tener la capacidad de resolver problemas; un apoyo externo como es la familia, amigos, comunidad o alguna persona significativa que suele ser uno de los factores más importantes tanto para niños como adultos.

Por otra parte, en el mismo tema, Fiorentini (2002) señala que existen siete factores que caracterizan la resiliencia, los cuales son:

- Insigth o capacidad de examinarse interiormente y plantearse preguntas difíciles para luego darse respuestas honestas.
- Independencia: Hace referencia a la capacidad de establecer límites entre sí mismo y ambientes adversos, de mantener la distancia física y emocional con respecto a las demás personas sin aislarse.

- Interacción es decir lograr establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas, y de balancear la propia necesidad de simpatía y aptitud de brindarse a otros.
- Iniciativa de hacerse cargo de sus propios problemas y de ejercer control sobre de ellos.
- Creatividad en el sentido de crear orden, belleza y objetivos, partiendo del caos y del desorden.
- Sentido del humor, entendido como una predisposición del espíritu a la alegría que le permite a la persona alejarse un poco del foco de tensión para de esta manera relativizar, positivar y elaborar de una manera lúdica. Es decir encontrar lo cómico entre la tragedia.
- Espiritualidad, entendida como un particular servicio o creencia de Dios, que acentúa determinadas verdades de la fe.

Fiorentini así como Wolin y Wolin plantean similares factores resilientes, sin embargo Fiorentini puntualiza y señala ciertos aspectos tales como el balance entre establecer lazos íntimos con la propia necesidad de simpatía; mantener la distancia física y emocional con los demás sin aislarse; ejercer control sobre los propios problemas; crear a partir del caos y el desorden; así como la espiritualidad como un creencia en Dios o en un ser superior, que constituyen el punto medular de cada uno de los factores, darles el sentido en la medida justa, lo que los hace realmente eficaces.

Las investigaciones indican que existen varios factores que se conjugan para hacer posible la construcción de resiliencia, según Ceballos (1995) éstos son:

- Factores resilientes internos: como la autoestima, la fe, el optimismo, la responsabilidad, la empatía, la capacidad de elegir o de cambio y las competencias cognoscitivas.
- Las destrezas sociales interpersonales como la persistencia, el buen humor, el control de impulsos, la capacidad de establecer lazos con otras personas y la habilidad de comunicación.

- Apoyos y recursos externos: como el apoyo emocional fuera y dentro de la familia, un ambiente educacional abierto y de apoyo, modelos sociales que promuevan la superación, acceso a servicios de salud y educación, organizaciones de carácter religioso o político.

El aporte de Ceballos respecto a los factores resilientes a diferencia de los otros teóricos presentados anteriormente es que hace referencia al optimismo, las competencias cognoscitivas, persistencia, la capacidad de elegir y la capacidad de cambio, modelos sociales que promuevan la superación. Dichos factores fortalecen la capacidad de resiliencia aportando elementos nuevos pero no menos importantes que los mencionados anteriormente que persiguen el fin de ayudar a la persona a emerger eficaz y exitosamente; sin embargo Ceballos también refiere que estos factores son interdependientes ya que al interactuar se refuerzan unos a otros, lo cual resulta idóneo, sin embargo, la experiencia ha demostrado que aún sin esa interacción las personas que cuentan con al menos algunos de ellos logran salir adelante.

De esta forma, las distintas combinaciones de estos factores pueden fácilmente promover el desarrollo mental saludable de las personas a pesar de las condiciones adversas de sus vidas. Estos factores son interdependientes ya que interactúan de manera que los recursos sociales puedan reforzar a los recursos personales y a su vez las características personales puedan generar reacciones que fortalezcan las redes sociales de apoyo.

Se puede concluir que los estudios han demostrado que la resiliencia no es un fenómeno inusual ni extraordinario, muy al contrario es un fenómeno común que surge a partir de funciones y procesos adaptativos normales del ser humano. Es la capacidad del individuo de identificar y activar sus habilidades potenciales para enfrentar la adversidad que se le presente, encaminado a la superación personal. La persona posee y adquiere factores resilientes que le confieren la capacidad para reponerse de las adversidades y lograr una transformación positiva a través de ésta. La resiliencia es una

oportunidad diferente de afrontar los fenómenos que día a día las mujeres que atraviesan un proceso de divorcio experimentan. Los estudiosos del tema de la resiliencia han abordado el tema enfocado en diferentes poblaciones así como diferentes conflictos.

Estas investigaciones hacen énfasis en la importancia de conocer y utilizar dichos factores para beneficio de aquellas mujeres que pudieran acercarse a terapia después de atravesar un divorcio como herramientas para sobreponerse y construir sobre su misma adversidad, superando la crisis emocional y continuando con una vida emocionalmente más sana que incluso favorezca al restablecimiento de su capacidad para manejar una nueva relación de pareja e incluso una nueva relación matrimonial.

## **2.1 Desarrollo Humano**

El desarrollo es un proceso de cambio en la habilidad que tienen las personas para adaptarse a nuevas situaciones.

El desarrollo dura toda la vida. Cada período del ciclo de vida se ve afectado por lo que sucedió antes y éste a su vez afectará lo que esté por venir. Cada período varía y tiene sus propias características. El desarrollo es multidimensional y multidireccional, ocurre a lo largo de múltiples dimensiones en interacción biológica, psicológica y social, cada una puede desarrollarse en diferente medida. El desarrollo también sucede en diferente dirección. A medida que la gente gana en un área, al mismo tiempo puede perder en otra. Las personas buscan maximizar las ganancias y minimizar las pérdidas aprendiendo a manejarlas o a compensarlas.

El ser humano tiene la habilidad de desarrollar habilidades a lo largo de la vida, cada experiencia y suceso que vive invariablemente afectará los períodos siguientes ya que estas experiencias con seguridad se verán reflejadas.

Siguiendo la idea de Papalia et al. (2004), cada persona se desarrolla dentro de múltiples contextos, circunstancias y condiciones definidas en parte por la biología, el tiempo, el lugar, el contexto socio-cultural. Los científicos han encontrado diferencias

significativas entre las cohortes en el funcionamiento intelectual, el desarrollo emocional de las mujeres y la flexibilidad de la personalidad en la vejez.

## **2.2 Ciclos de Vida**

Schaie (1978), citado por Papalia et al. (2004), propuso un modelo de etapas del desarrollo cognitivo para todo el ciclo vital, desde la niñez hasta la edad adulta tardía. Este modelo se refiere a los usos del intelecto en desarrollo dentro del contexto social.

Describe siete etapas, las que consideran objetivos muy importantes en varios momentos de la vida, los cuales van desde la adquisición de información y habilidades (lo que necesito saber) pasando por la integración práctica del conocimiento y las habilidades (cómo usar lo que sé) hasta la búsqueda de significado y propósito (por qué debo saber).

Las siete etapas son:

1. Etapa adquisitiva (niñez y adolescencia): Niños y adolescentes adquieren información y habilidades que les serán útiles o les servirán de preparación para participar en la sociedad.
2. Etapa de logros (entre 18 a 21 años y los 30): Los adultos jóvenes ya no adquieren conocimientos sólo para utilizarlos, sino que emplean lo que saben para conseguir objetivos, como estudiar una carrera y tener una familia.
3. Etapa ejecutiva (30 a 40 años hasta la edad adulta intermedia): Las personas situadas en la etapa ejecutiva, que puede coincidir con las etapas responsable y de logros, son responsables de sistemas sociales (por ejemplo, organizaciones gubernamentales o empresariales) o de movimientos sociales. Sostienen complejas relaciones en diversos niveles.

4. Etapa responsable (39 a 60 años): Las personas de edad mediana emplean la mente para resolver problemas prácticos asociados a responsabilidades frente a los demás, como miembros de la familia o empleados.

5. Etapa reorganizadora (fin de la edad adulta intermedia, comienzo de la edad adulta tardía): Las personas que se jubilan reorganizan sus vidas y las energías intelectuales alrededor de actividades significativas que remplazan el trabajo pago.

6. Etapa reintegradora (edad adulta tardía): Los adultos mayores, que pueden haberse apartado del mundo social y cuyo funcionamiento cognitivo puede estar limitado por cambios biológicos, con frecuencia son más selectivos con las tareas a las que dedicarán sus esfuerzos. Se enfocan en el propósito de lo que hacen y se concentran en tareas que tienen el máximo significado para ellos.

7. Etapa de legado (vejez avanzada): Cerca del final de la vida, una vez completada la etapa reintegradora (o simultáneamente), las personas ancianas pueden dar instrucciones para la disposición de sus posesiones más preciadas, hacer los arreglos para el funeral, contar historias orales o escribir las historias de su vida como un legado para sus seres queridos. Todas estas tareas involucran el ejercicio de competencias cognitivas en contextos sociales y emocionales.

No todas las personas atraviesan estas etapas en la época prevista. El modelo de etapas de vida propuesto por Schaie refleja el desarrollo cognitivo respecto al desarrollo social, sin embargo los eventos significativos que viven las personas influyen y modifican estas etapas, adaptándose en forma conveniente a las circunstancias por las que estén atravesando, adicionalmente a eso, las pautas y parámetros sociales han variado de manera significativa en los últimos años, modificando así el contexto social, otorgando ahora más libertad y flexibilidad a cada persona para su propio desarrollo, no enmarcando en una estructura rígida cada uno de los ciclos, permitiendo así que cada persona desarrolle su ciclo vital según sus propios requerimientos, exigencias y necesidades. Un acontecimiento como el proceso de separación y divorcio llevan a la pareja a reorganizar su vida comparativamente con los reajustes que propone Schaie



en la etapa reorganizadora y que los confrontan con retos inevitables que obligan a evaluar y reordenar las ideas en su entorno social, que demuestran la capacidad resiliente del ser humano para enfrentar este tipo de acontecimientos y salir adelante.

Las mujeres que participaron en la presente investigación se encuentran en las dos siguientes etapas de vida: la adultez temprana (20 a 40 años) y la adultez intermedia (40 a 65 años). Durante estas etapas, según indica Papalia et al. (2005), se presentan determinadas características referentes al desarrollo físico, cognoscitivo y psicosocial.

- **Adultez Temprana:** en esta etapa la condición física llega a su cima y luego disminuye ligeramente sus elecciones del estilo de vida influyen en la salud. Respecto al desarrollo cognoscitivo y el juicio moral adquieren mayor complejidad. Se toman decisiones educativas y profesionales. Refiriéndose al desarrollo psicosocial durante esta etapa los rasgos y los estilos de personalidad se hacen relativamente estables, pero los cambios que pudieran ocurrir respecto a esta pueden ser influidos por los acontecimientos de la vida. A su vez se toman decisiones acerca de las relaciones íntimas y estilos de vida parentales. La mayoría de personas se casan y se convierten en padres.
- **Adultez Intermedia:** en esta etapa la persona puede tener lugar a cierto deterioro de las habilidades sensoriales, la salud, el vigor y la destreza. Las mujeres experimentan la menopausia. En el aspecto cognoscitivo durante este ciclo la mayoría de las habilidades mentales básicas llegan a la cima. La experiencia y las habilidades prácticas para la solución de problemas es alta. La producción creativa puede declinar, pero mejorar su calidad.

Si bien Papalia describe una serie de acontecimientos que marcan un deterioro en los aspectos físico y cognoscitivo esto pareciera estar relacionado en alguna medida con el tipo de personalidad de cada individuo, ya que se puede observar algunas personas que no toman en cuenta de manera relevante estas disminuciones en su capacidad ya que tales disminuciones no marcan una diferencia en su diario vivir, por otra parte atraviesan de una etapa a la otra sin darle crédito a esta baja en las habilidades; potencializan aquellas áreas en las que se sienten más hábiles y lejos de sentirse

derrotados por los acontecimientos se siguen empoderando y utilizan el aprendizaje y la experiencia para mejorar, sin embargo pareciera que otro tipo de personalidad se viera influenciada por esta baja en sus capacidades lo que los lleva a estancarse, a darles mayor relevancia y permiten que sean una influencia negativa en su desarrollo y aprendizaje que resulta en una baja en su calidad de vida.

Para algunos el éxito profesional y la capacidad adquisitiva llegan a su máximo, en otros puede ocurrir el agotamiento o el cambio de carrera. Respecto al desarrollo psicosocial el sentido de identidad continúa desarrollándose, puede ocurrir una transmisión estresante de la madurez. La doble responsabilidad de cuidar a los hijos y a los padres ancianos puede ocasionar estrés. La partida de los hijos deja el nido vacío.

La responsabilidad que se asume de hacerse cargo de los padres ancianos implica una serie de cambios en el funcionamiento del hogar y en cada uno de los estilos de vida de cada uno de los miembros de la familia, por lo que este aspecto debe de manejarse en un entorno de mucha comunicación y empatía tratando de evitar en lo posible los cambios muy drásticos en la educación parental, así como responsabilidades y horarios, esto con la finalidad de ocasionar la menor cantidad de estrés posible y hacer de este acontecimiento algo agradable en el hogar y satisfactorio para la vida familiar. Por otra parte a la llegada de la fase de nido vacío la familia atraviesa una etapa de cambio, la disponibilidad de tiempo aumenta y las responsabilidades familiares disminuyen, por lo que los padres tienen que reenfocar su atención hacia ellos mismos y hacia la pareja, así como dedicarse a nuevas y satisfactorias actividades para continuar con un desarrollo positivo de su vida y no dejar que este acontecimiento frene su desarrollo o deteriore su estilo de vida.

Según las diferentes teorías presentadas respecto al desarrollo humano y a los ciclos de vida en los que se encuentran los mujeres de esta investigación, se infiere que las personas son influenciadas en sus estilos de vida según una serie de factores como lo son los biológicos, intelectuales, contextuales y a esto a su vez ejerce influencia en cómo reaccionan ante las diferentes circunstancias en la vida en base a experiencias vividas y el efecto que las mismas han tenido en la persona.

## II PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En Guatemala el número de divorcios aumenta considerablemente, detrás de las cifras existe un problema social que afecta a las familias guatemaltecas. En promedio, cinco mil divorcios ocurren anualmente desde el año 2,000. En 1999, Estados Unidos ocupaba el primer lugar a escala mundial en las cifras de divorcios, en el segundo puesto estaba Inglaterra y el tercer puesto era ocupado por Guatemala. En ese mismo año, un estudio de la Secretaría de Planificación y Desarrollo Institucional del Juzgado Primero de Primera Instancia de Familia, demostró que cada vez más mujeres promovían las demandas de divorcio (Hasta que el divorcio los separe, 2007).

Los casos de divorcio aumentan en la sociedad guatemalteca y a su vez se incrementa el número de mujeres que después de un divorcio restablecen su vida matrimonial contrayendo nuevas nupcias. Algunas de estas mujeres presentan las habilidades que les permiten atravesar y afrontar situaciones desfavorables y salir adelante a pesar de haber estado inmersas en una situación adversa como es el proceso de divorcio. Superan la crisis emocional que regularmente conlleva este proceso y algunas deciden rehacer su vida matrimonial a pesar de un primer fracaso marital. La capacidad innata de resiliencia en las personas es desarrollada en algunas de estas mujeres, a diferencia de otras que no logran desarrollar ante la situación de un divorcio estos factores resilientes.

Según Brooks y Goldstein (2,004) en la resiliencia se busca potenciar las fortalezas internas para que actúen como mecanismos de protección, pero a la vez como fuerzas centrífugas que impulsen al sujeto a superar y aprovechar las experiencias adversas, para aplicarlas a su proyecto de vida. Consideran los autores, que la médula del desarrollo de la resiliencia es incentivar el autoconocimiento de las cualidades y capacidades del individuo.

Puesto que los estudiosos del tema han determinado que el ser humano tiene recursos internos que ayudan a la adaptación, y que dichos recursos se relacionan con los factores de resiliencia, se considera importante conocerlos y analizarlos debido a que puedan proporcionar soporte y ayuda a mujeres que han atravesado un divorcio, para que estas mujeres desarrollen sus habilidades y potencialidades, descubran sus fortalezas tanto internas como externas y fortifiquen un campo de acción para su vida e incluso una nueva experiencia matrimonial.

El identificar los factores de resiliencia que presentan las mujeres permite encontrar un enfoque positivo que contribuye a mujeres divorciadas a superar situaciones adversas, readaptarse y rehacer su vida.

Por tanto, esta investigación se plantea la siguiente interrogante: ¿Cuáles son los factores de resiliencia presentes en mujeres divorciadas que han contraído matrimonio por segunda vez?

## **2.1 Objetivos**

### **2.1.1 Objetivo General**

Analizar los factores de resiliencia presentes en las mujeres divorciadas y que han contraído matrimonio por segunda vez.

### **2.1.2 Objetivos Específicos**

Determinar si el factor apoyo a la persona está presente en las mujeres divorciadas que han contraído matrimonio por segunda vez.

Conocer si el factor fortalezas intrapsíquicas de la persona está presente en las mujeres que conforman la muestra.

Describir si el factor habilidad de la persona para relacionarse se presenta en estas personas.

Establecer si en este grupo de mujeres seleccionadas se muestra el factor habilidad para resolver problemas.

## **2.2 Elemento de estudio**

Factores de Resiliencia.

## **2.3 Definición del Elemento de Estudio**

### **2.3.1 Definición Conceptual**

Resiliencia es la habilidad para resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse, y acceder a una vida productiva y significativa. La resiliencia se refiere a una combinación de factores que permiten a un ser humano afrontar, superar las adversidades de la vida y construir sobre ellos (Rodríguez, 2001).

Por otra parte, en relación a los factores indicadores de resiliencia, Grotberg (2003) manifiesta que son la forma concreta y práctica en que se expresan las diferentes resiliencias y se pueden reconocer en la forma en que la persona habla, en las afirmaciones que hace. Estos factores se pueden clasificar en tres categorías:

- Los que tienen que ver con el apoyo que la persona cree que puede recibir: Expresan perspicacia e interrelación.
- Los factores que tienen que ver con las fortalezas intra psíquicas de la persona: Expresan autonomía y cierta forma de interrelación.
- Los factores que tienen que ver con las habilidades de la persona para relacionarse y para resolver problemas: Expresan, además de interrelación, creatividad, iniciativa y ética.

### **2.3.2 Definición operacional**

En esta investigación se identificarán los factores de resiliencia por medio del análisis del instrumento semiestructurado que se utilizó para entrevistar a las mujeres cuyas narraciones conforman esta investigación, la cual se adjunta en los anexos.

- a) El factor apoyo a la persona (perspicacia e interrelación) se identifican por medio de las preguntas 10, 11, 27, 30, 31 y 32.
- b) El factor fortalezas intrapsíquicas (autonomía y cierta forma de interrelación) se observan en las preguntas: 12, 15, 16, 17, 21, 25, 26, 27, 28, 29 y 33.
- c) El factor habilidad de la persona para relacionarse y resolver problemas se analizan por medio de las preguntas: 7, 9, 13, 14, 19, 20, 22, 25, y 27.

## **2.4 Alcances y límites**

En esta investigación se estudian los factores resilientes de las mujeres comprendidas en un rango de 35 a 45 años, que han atravesado un divorcio y han establecido una nueva relación matrimonial. Los resultados de esta investigación aplican a mujeres cuyas características sean similares a las de la muestra estudiada.

Una de las limitantes de esta investigación es la escasa bibliografía específica del tema disponible en Guatemala. Esto puede deberse a que la resiliencia es un tema relativamente nuevo y poco conocido en el país.

## **2.5 Aporte**

En el presente estudio se utilizó la trayectoria narrativa, esta facilita la expresividad de los sujetos de estudio respetando sus percepciones, sus criterios a cerca de sus vivencias de los sucesos experimentados, brindando la oportunidad de hacer un análisis más profundo y realizar descubrimientos prácticos que usualmente no se encuentran en la teoría. Por tanto, lo enriquecedora que resultó ser la trayectoria narrativa, a pesar de no ser un tipo de investigación comúnmente utilizado en esta área, sugeriría ser idónea en los estudios de psicología clínica para servirse de la valiosa información obtenida la cual permite un análisis detallado y exhaustivo que pone al descubierto nuevas variables a ser investigadas.

La presente investigación busca identificar los factores de resiliencia que permitan a profesionales y estudiosos de la psicología encontrar enfoques positivos que contribuyen a mujeres divorciadas de alrededor de los cuarenta años a superar situaciones adversas, readaptarse y rehacer su vida. Conocer los factores resilientes que poseen estas mujeres constituye una herramienta con la cual trabajar con estos pacientes, quienes conforman un grueso considerable de los posibles casos a tratar en clínica, debido a que después de un divorcio es frecuente que las mujeres busquen apoyo psicológico.

Los resultados de esta investigación pueden brindar apoyo a aquellas mujeres que atravesando un proceso de divorcio se identifiquen con los casos presentados y encuentren en ellos la universalidad que les permita entender que sus historias son no casos aislados y puedan “darse cuenta” que son capaces de salir adelante al igual que las mujeres cuyos casos se analizan en este estudio.

### III MÉTODO

#### 3.1 Sujetos

En la presente investigación se trabajó con un grupo conformado por cuatro sujetos de género femenino que estaban divorciadas y que al momento de la investigación se encontraban casadas por segunda vez a quienes a lo largo de la investigación llamaremos “mujeres o narradoras” indistintamente. Las edades de estas mujeres oscilaban entre treinta y cinco y cuarenta y cinco años. Este grupo de mujeres tienen un nivel académico universitario y condición socioeconómica estable.

Los datos de las mujeres del estudio son los siguientes:

Narradora	Edad al momento del estudio	Años que duró el primer matrimonio	Años que ha durado el segundo matrimonio	Número de hijos del primer matrimonio	Número de hijos del segundo matrimonio
I	45	20	5	4	0
II	44	8	11	3	0
III	42	12	10	3	0
IV	36	6	4	2	0

Las mujeres de la investigación se seleccionaron pues poseían la características necesarias para la misma conformando una muestra conocida como casos típicos, los cuales constituyen un tipo de muestreo no probabilístico, en donde se seleccionan los individuos, sistemas u organizaciones que poseen las situaciones que se estudian o analizan (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).



### **3.2 Instrumento**

Martínez (1999), define la entrevista como un instrumento que adopta la forma de diálogo coloquial o entrevista semiestructurada, complementada posiblemente con algunas otras técnicas y de acuerdo con la naturaleza específica y peculiar de la investigación que se va a realizar.

Para Achaerandio (1992), la entrevista es una técnica de investigación muy empleada en diversos campos como la psicología, es un proceso dinámico de comunicación entre dos personas, cada una de ellas aporta a la entrevista no solamente sus conocimientos e información, sino también, principalmente sus emociones, percepciones, sus intereses, expectativas, etc. La entrevista no estructurada es más libre, lleva generalmente preguntas abiertas y no estandarizadas. A diferencia del cuestionario esta es más profunda porque puede complementar respuestas.

Por esta razón el instrumento utilizado para la presente investigación consistió en una entrevista semiestructurada elaborada por la investigadora con el fin que persigue la investigación. Dicha entrevista consta de treinta y cinco preguntas que buscan identificar los indicadores de factores resilientes que estas mujeres poseen y los que tienen que ver con las habilidades de la persona para relacionarse y resolver problemas, los factores que se refieren a las fortalezas intra psíquicas de la persona y los que tienen que ver con el apoyo que la persona puede recibir. Esta entrevista fue validada a través de una aplicación piloto.

La entrevista semiestructurada se realizó en forma individual y a las treinta y cinco preguntas se agregarán algunas otras que pudieran contribuir a recabar la información necesaria según el relato personal de cada narradora con el fin de obtener la información necesaria que lleve a encontrar indicadores de las factores que contribuyeron a estas mujeres a superar la adversidad en el proceso de divorcio, así como aquellos factores resilientes que pudieron contribuir a rehacer su vida matrimonial.

### 3.3 Procedimiento

- Se inició con la selección del tema de la investigación.
- Se procedió a establecer los objetivos de la misma.
- Se recabó la información necesaria para conocer el tema a fondo.
- Se elaboró un instrumento el cual fue validado por medio de una aplicación piloto.
- Se seleccionó a un grupo de cuatro mujeres divorciadas y que contrajeron matrimonio nuevamente, que oscilan entre las edades de treinta y cinco y cuarenta y cinco años.
- A continuación se entrevistó a cada uno de las mujeres mediante una entrevista semiestructurada que constó de treinta y cinco preguntas en las que se buscó recolectar información respecto a los datos personales, anécdotas, eventos y aquellos datos que permitieron encontrar los indicadores de los factores que tienen que ver con el apoyo que la persona cree que puede recibir y que expresan perspicacia e interrelación, los factores que tienen que ver con las fortalezas intrapsíquicas de la persona que expresan autonomía y cierta forma de interrelación y aquellos factores que tienen que ver con las habilidades de la persona para relacionarse y para resolver problemas que se relacionan con la capacidad de interrelación, creatividad, iniciativa y ética.
- Las entrevistas fueron registradas por medio de grabaciones de audio con el consentimiento de las participantes.

- Se planteó inicialmente una entrevista semiestructurada, aún así en el transcurso de las entrevistas se pudo observar que la narración de sus historias permitía recabar información importante, de manera que de esas narraciones surgieron algunas nuevas preguntas según se hacía necesario; por esta razón se respetó el ritmo de de las narradoras y se les permitió extenderse en la descripción de sus experiencias.
- Se transcribió la entrevista de cada narradora participante tal y como se expresaron, por esta razón la transcripción presenta modismos, frases y expresiones con la idea de transmitir la forma precisa de su forma de expresarse se transcribió fielmente su narración.
- Se prosiguió con el análisis profundo de la información e identificación de factores resilientes en la información obtenida mediante la entrevista.
- Se realizó una análisis de las narraciones después de la transcripción, para presentar los resultados se editaron las entrevistas y se organizó la información en base a una secuencia de los hechos para ir construyendo una trayectoria narrativa, la cual se complementó con gráficas que señalan los momentos claves que denotan el tono emocional de las narradoras a lo largo de su experiencia de separación, divorcio, nuevas nupcias y su vida actual y en las que también se evidencian los factores resilientes con los que contaban para superar este evento en sus vidas.
- Se elaboró la discusión de resultados, contrastando la información obtenida mediante las narraciones con lo descrito en el marco teórico y enriqueciéndolo con los datos emergidos a lo largo del trabajo de campo y el análisis de la información.
- Seguidamente, con base a toda la información recaudada, la revisión y análisis de las narraciones, lo percibido durante las entrevistas, lo señalado por las

mujeres narradoras a cerca de sus experiencias a lo largo del proceso de divorcio y después de este, se realizaron las conclusiones y recomendaciones pertinentes.

### **3.4 Diseño**

Para la realización del presente estudio se utilizó la metodología de investigación cualitativa. Para Pérez (1998) la investigación cualitativa es un método de investigación que en sus diversas modalidades (investigación participativa, investigación de campo, participación etnográfica, estudio de casos, etc.), tiene como característica común referirse a sucesos complejos que tratan de ser descritos en su totalidad, en su medio natural. No hay consecuentemente, una abstracción de propiedades o variables para analizarlas mediante técnicas estadísticas apropiadas para su descripción y la determinación de correlaciones. Los investigadores cualitativos estudian la realidad en su contexto natural, tal como sucede, intentando sacar sentido de, o interpretar, los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas implicadas.

Por otra parte, Martínez (2001) define la investigación cualitativa como un paradigma (conjunto de supuestos sobre la realidad, sobre cómo se conoce, los modos concretos, métodos o sistemas de conocer la realidad). El objetivo del paradigma en que se apoya la investigación cualitativa es el proporcionar una metodología de investigación que permita comprender el complejo mundo de la experiencia vivida desde el punto de vista de las personas que la vive. De aquí que el objetivo principal del investigador sea el de interpretar y construir los significados subjetivos que las personas atribuyen a su experiencia. La investigación cualitativa trata, por tanto, del estudio sistemático de la experiencia cotidiana.

Merriam (1998), señala que el enfocarse en el individuo como una manera de investigar algún aspecto del comportamiento humano es la que caracteriza el estudio psicológico de casos. Por tanto la metodología cualitativa y el estudio de casos fueron seleccionados para el presente estudio, para Colás (1997) a esta metodología se la ha

identificado tradicionalmente con el estudio de casos, que es una forma de elección de sujetos u objetos para ser estudiados. Se caracteriza porque presta especial atención a cuestiones que específicamente pueden ser conocidas a través de los casos. La elección del caso se realiza para avanzar en la comprensión de aquello que nos interesa. Pretende aportar luz sobre algunas cuestiones o el refinamiento de alguna teoría. Se eligen porque se piensa que la comprensión de ellos llevará a un mejor entendimiento teórico, al ser mas extensiva la recogida de información.

De acuerdo con León (1997), el estudio de casos normalmente sin controles, no permite establecer relaciones ni generalizaciones, sin embargo, puede presentar informaciones de una relevancia tal que obliguen al planteamiento de nuevas hipótesis no consideradas hasta entonces o que fuercen a la revisión de conocimientos bien asentados.

Para el presente estudio se consideró apropiado el análisis cualitativo, se entiende por análisis cualitativo de datos aquél que opera sobre textos. Por textos entendemos las producciones humanas que expresan las acciones humanas. Los diversos modos de expresión se organizan en lenguajes. Las expresiones son los mecanismos por los que la subjetividad del interlocutor se manifiesta ante sí mismo y ante los demás, suministrando el indicio más directo y revelador de la estructura de la subjetividad y del sentido de las acciones. (Buendía, Colás y Hernández, 1998)

Continuando con la idea de Colás, el análisis de datos no es una etapa precisa y temporalmente determinada en una fase concreta de la investigación, como sucede en los análisis cuantitativos. Trabaja con los datos de forma exhaustiva y a lo largo de todo el proceso de investigación. Para Morales (2002) en el análisis cualitativo, los datos, textos verbales o escritos, se dividen o segmentan en unidades relevantes y significativas, manteniendo conexión a su vez con un objetivo más global.

El presente estudio utilizó un análisis narrativo mediante trayectorias narrativas basadas en la edición de las de las historias de las narradoras las cuales se editaron guardando un orden cronológico. Buendía (1998), indica que la investigación narrativa se interesa

por la forma en que los seres humanos se hacen comprensibles a través del lenguaje. Morales (2,002) citando a Bruner (1986), señala que la narrativa es uno de los modos naturales de funcionamiento cognitivo, una forma característica de ordenar la experiencia y construir la realidad. La narrativa se convierte por tanto en un principio organizador de la acción humana. La investigación narrativa tiene como peculiaridad que el investigador recoge datos sobre los sujetos a través de ellos, mediante preguntas que plantea al los participantes.

Para Colás (1998), el análisis narrativo no se limita a un tratamiento mecánico de datos, implica una actividad reflexiva, interpretativa y teórica sobre la información, por estas razones el uso del análisis narrativo constituyó un método apropiado y enriquecedor en el presente estudio, que permitió como bien mencionaba Martínez anteriormente, interpretar y construir los significados subjetivos que las personas atribuyen a su experiencia y con ello se logró la comprensión de dichas experiencias y un mejor entendimiento teórico corroborando lo indicado por Colás.

## IV RESULTADOS

Los resultados de este estudio se obtuvieron mediante las narraciones de las cuatro mujeres, dichas narraciones se obtuvieron mediante la entrevista semiestructurada con la que se entrevistó a cada una de las narradoras, al momento de la entrevista las narradoras habían terminado su proceso de divorcio, lo habían superado y habían logrado rehacer una nueva relación matrimonial.

Seguidamente de las entrevistas transcritas, se analizaron las narraciones, se editaron y de esta edición se pudieron obtener las historias de las narradoras ordenadas en un período que ellas percibieron como el inicio y motivo de la ruptura, el período de divorcio y finalmente la resolución del mismo donde cada una de ellas describe como se sintió y como percibieron aquellas habilidades, eventos o personas que las ayudaron a salir adelante.

En base a la información se realizaron cuatro gráficas en las que se presenta la trayectoria narrativa de cada una de las mujeres; en las gráficas se señala el tono emocional de las mujeres a lo largo del proceso de separación y divorcio y la posterior recuperación de este evento, en ellas se evidencia no únicamente el tono emocional sino aquellos factores resilientes que les permitieron superar la adversidad y el estado emocional en el que se encontraban.

En esta investigación se entienden los factores de resiliencia como las habilidades de las mujeres que habiendo atravesado una serie de eventos adversos a raíz de su divorcio, les permitieron afrontar las adversidades, adaptarse, hacer los cambios que fueron necesarios, superarlas, aprender y construir en base a ellas, convirtiéndose en mujeres más completas y satisfechas con ellas mismas según ellas refieren.

Los indicadores de factores resilientes que se han venido describiendo se identificaron mediante el análisis de las expresiones de las mujeres, dichos factores refieren al apoyo que recibieron, las fortalezas intrapsíquicas, la habilidad de interrelación y la habilidad para resolver problemas.

Las narraciones de las mujeres evidencian su capacidad para superar las adversidades que sufrieron a lo largo del período de divorcio e incluso antes, y muestran los diferentes factores que ayudaron a superar dicha experiencia.

Uno de estos factores es el **apoyo a la persona**, este factor constituyó para la mayoría de los casos uno de los factores más importantes para superar esta experiencia, este factor refiere a que la persona cuenta con personas o al menos una persona significativa que le brindó apoyo en uno o varios aspectos durante su proceso de divorcio, con quienes cuenta y que fueron de vital importancia en ese momento pues le brindaron ayuda física, económica o emocionalmente.

El siguiente fragmente ejemplifica la presencia de este indicador en las narraciones de las narradoras entrevistadas:

*(...) mis amigas...esta amiga mía, un día llegó con una tarjeta de crédito y me dijo aquí te dejo una tarjeta de crédito, puedes firmar lo que querrás, si podés pagar lo pagás, si no lo voy a pagar yo, pero por favor, no te vayas a doblar por hambre...para una navidad llegó como con ocho regalos...ya sé que no tenés ni un regalo para vos debajo del árbol, así que aquí están tus regalos, y efectivamente no había ni un regalo para mí debajo del árbol...ella se había tomado la molestia de tener ese alcance... (Narradora II)*

*Tengo un vecino, un señor grande, y cuando oía que este señorcito (su ex esposo) llegaba a mi casa, me llamaba por teléfono, mira aquí tenemos pizza, vente a comer conmigo y me llegaban a sacar de mi casa para que yo no me quedara y evitar el momento de conflicto ...mira fijate que voy a salir a caminar porque no te venís conmigo, entonces son cosas que no te olvidas, porque en esos momentos estás con una carencia y al final lo único que te están transmitiendo es, tú me importas y quiero que estés bien , una manifestación de cariño, que te puedo decir así como esa hay miles... siempre tuve apoyo, menos de la persona que yo quería que fuera, pero del resto de todos. Eso sí no lo viví gracias a Dios, creo que corrí con mucha suerte por lo que he oído...mi familia incondicional, incondicional en todo sentido, en apoyo, en*



*compañía, en presencia, en economía en todo, todo, no me dejaban ni de noche, ni de día, me llamaban, me buscaban...pero siempre siempre estuvieron presentes; y con mis amigas también, yo nunca sentí el rechazo del grupo de los amigos que te quitan... entonces no te puedo decir en un momento en especial, pero mi mamá y mi hermana eran incondicionales, de 24 horas, de veras...para mí, mi papá era una pieza clave en toda mi vida, él fue un apoyo, no te imaginas, él siempre estuvo conmigo, siempre me dijo, mientras yo esté nunca te va a faltar nada hija, y de verdad...siempre me protegió, pero nunca me quitó responsabilidades...es la persona más incondicional que he tenido en toda mi vida...me daba mucha estructura, me quedé sola muy joven, y con muy mala pareja, entonces el que siempre me dio esa estabilidad de que no estaba sola en esta vida fue él. (Narradora II)*

*Mi amiga fue como un ángel para mí, un ángel caído del cielo porque su amor me dio mucho valor a mí, a pesar de que uno sabe que puede salir adelante, a pesar de que uno sabe de que eres capaz, nunca dejas de tener miedo de tomar decisiones tan significativas, tan duras, porque no te ves involucrada solo tú sino tus hijos, ella fue un ángel para mi vida... ella me dio mucho, mucho apoyo...mi mamá y mi papá incondicionalmente. (Narradora IV)*

Para otras mujeres este factor no estuvo presente según lo describen en sus relatos:

*(...) fue un proceso muy solitario en mi caso, la postura la dijo mi hermana, más claramente que cualquier otra persona, me dijo...yo no voy a tomar lados, y así como ella tomó esa postura así el resto de mi familia, para eso no cuentas conmigo, me pararon en seco y eso me dolió mucho...es muy duro, mi sufrimiento era muy solitario, no me quedaba otra más que asumir la responsabilidad... mi papá también fue duro, pero fue muy realista conmigo, él nunca estuvo de acuerdo con mi matrimonio antes de, y le tuve que dar la razón en muchas ...yo tuve que vérmelas.(Narradora I)*

*(...) no se aceptaba esto, entonces no tuve apoyo, apoyo emocional, nada, moral , apoyo económico, nada, y mi papá le dije una vez mire papa me voy a separar y él me dijo: esta es su casa en sentido figurado, y hasta allí llegamos, como quien dice aquí no*

*hay apoyo de nada... no tuve apoyo...entonces no tenía quien, ...no tuve apoyo de nadie, yo estaba sola...por lo que considero no tener amigos reales. (Narradora III)*

En estos dos casos se pone de manifiesto que el **factor apoyo a la persona** no estuvo presente por parte de sus amigos o familiares, sin embargo para una de narradoras el apoyo a la persona lo recibió por parte de sus terapeutas, ya que recibió ayuda psicológica a lo largo de su edad adulta, el apoyo psicológico constituyó un recurso para sustituir el apoyo de la familia y amigos.

*Adopté una posición de que lo tenía que sacar, y como yo iba al psicólogo desde los veintiún años, y allí tenía treinta y dos, estamos hablando de once años que yo seguía, interrumpía ciertas etapas y él decía que iba a buscar ayuda y yo seguía, entonces yo siento que yo ya estaba bastante avanzada como que en cierto apoyo, no apoyo sino que qué era lo que tenía que suceder y trabajarlo, verdad, para aceptarlo, para verme no como divorciada, sino como soltera, soy una mujer soltera, no divorciada, porque es una palabra muy gruesa esa de divorcio. (Narradora III)*

Respecto al factor resiliente de las **fortalezas intrapsíquicas** fueron identificadas algunas narraciones que evidencian que este factor estuvo presente en los casos de las mujeres entrevistadas.

El factor de las **fortalezas intrapsíquicas** incluye la autonomía, autocontrol, autoestima alta, capacidad para tomar decisiones, positivismo y empatía. Este factor demuestra también la capacidad de relacionarse eficazmente consigo mismo y con otras personas. Este factor se pone de manifiesto en los relatos hechos por las narradoras de este estudio.

*(...) al enterarme de su infidelidad por supuesto que cambió mi reacción por completo...y eso aceleró el fuego para que yo dijera pinta tu rayita, pon tus límites y tienes toda tu vida por delante, toma una decisión y eso fue, ultimadamente dije, tengo que cerrar ese capítulo, porque mientras eso esté abierto me va a estar afectando, es*

*parte de vamos a decir darle la bienvenida a mi nueva vida es cerrar y dejar bien cerradito el pasado, ese era mi fin más que nada. (Narradora I)*

*(...) pero a la única que le iba a hacer daño con eso era a mí, entonces como que realicé que es más sano cerrar el círculo que seguir adelante...me metí a cursos de mi carrera, al rato ya estaba yo trabajando también en lo que a mí me gusta, y así no me refiero tanto a lo social, sino que más bien a mi trabajo que es lo que me fascina y entonces encontré como que mi escape en eso también...explicaciones a los niños... entonces aprendí muchísimo de él, muchísimo de mí, y la cosa es aprender de las cosas y salir adelante...y aprendí una palabra muy importante, que hasta la fecha la uso mucho, "flow", o sea no trates de controlarlo, lo que te venga, viene, y tómalo con calma, por más oscuro que esté el día de hoy mañana será otro día, entonces tranquila....yo decía es que esto no está bien, entonces por ejemplo: las quejas, el echarle la culpa a él, de todo lo que no está bien, bueno por lo menos en mi caso...entonces en algún momento yo tengo que tomar la responsabilidad de todo lo que me está pasando, dejar de echar la culpa y una vez más tomar control, tomar control del pensamiento negativo, restarlo y convertirlo en algo positivo...descubrí otro mundo por ...cosas que antes de yo ni siquiera hubiera considerado (Narradora I)*

*No me quedaba otra más que asumir la responsabilidad...la responsabilidad es mía, desde el matrimonio, yo tome la decisión y todo es consecuencia de una decisión que yo tomé...eso fue mi manera de decir que no se vale echarle la culpa a nadie, aquí la única que tiene el poder soy yo...crecí más en ese año que lo que había crecido en los últimos veinte, crecí muchísimo, a muchos niveles... me di cuenta de lo poderosa que soy, uno cuando está en pareja tiende a asumir mucha de la personalidad de la pareja...y se nos olvida esta parte de que si uno no está bien, el otro no está bien, se nos olvida...entonces para mí en ese sentido fue bello, porque me redescubrí a mí misma, me di cuenta de todo lo fregona que soy, honestamente me dije wow Raquel de lo que te has estado perdiendo...a la vez el decir todo depende de ti, lo tienes aquí y adelante y te juro que sentí que nada me podía detener, como empoderamiento, sentí, poder sobre mí misma, súper a todo dar, un positivismo, un energía muy evidente que*

*todo mundo lo veía , yo parecía un imán...soy un poco más realista...mucho más consciente de mis debilidades, de mis necesidades, pero a la vez realista, en el sentido de que no me voy a conformar con cualquier cosa, si algo no me parece, lo voy a decir no me voy a quedar con la boca callada, y si tengo que poner un límite severo lo hago y con mucha más facilidad que hace quince años, yo ya , el peor miedo que pude haber tenido que era el de quedarme sola, ya lo pasé, y no pasó nada, ya lo confronté, aquí estoy vivita y coleando...pero la persona que tiene ese proceso en consciencia se da cuenta con más facilidad cuando la incomodidad choca con uno, ahora trato de no dejar cosas pendientes, de ir cerrando mis circulitos, conforme voy viviendo, voy tratando de cerrar todos los circulitos porqué es imposible resolverlos todos pero si da una paz interna tremenda. (Narradora I)*

*La parte profesional, crecí de una manera, impresionantemente fuerte, de repente yo tenía lista de espera ....Yo soy la nutriente yo soy bien cariñosa, muy empática, soy firme, por eso te digo que soy casi casi la mamá a nivel emocional y él ha encontrado una estabilidad emocional que creo que nunca la había tenido, por eso, le llamo la atención sin arriesgar a que él sienta que no lo amo. (Narradora I)*

*Un día rompí, dije hasta aquí, y hasta aquí y eso a mí me dio mucha paz, y mis hijos ya estaban lo suficientemente grandes como para poder llevar una relación directa con su papá porque ya eran adolescentes todos... Y mi objetivo era ser económicamente solvente, y totalmente independiente en todo sentido, entonces ahí empecé a ser ese paso, entonces cuando él llegaba a mi casa, como era un columpio, venía , iba, venía, entonces empecé a dejar de recibir ese jueguito, que cuando me llamaba por teléfono que estaba arrepentido a no sé qué horas de la madrugada, que estaba arrepentido, que siempre si era a mí a la que quería y no sé qué, ya no, ya no empecé a tener eso, eso se acabó, ahí empecé a caminar hacia delante.(Narradora II)*

*Creo que por mis cambios, maduré muchísimo, yo crecí muchísimo, entonces a lo mejor antes tenía yo, o lo miraba de la misma manera de hacer las cosas, pero yo no lo podía expresar de la misma manera, más clara, ahora como que lo puedo expresar, puedo provocar un cambio real tanto en él como en mí, antes yo a lo mejor tenía la idea*

*pero no podía expresarla para que la otra persona me entendiera, siento más claridad a través de lo que yo viví, conmigo misma y con mi habilidad de expresión. (Narradora I)*

*Aprendí que en tu vida todo lo que va contra tu dignidad y tu integridad no vale la pena nada, porque tarde o temprano se acaba, se deteriora y se acaba, lo único que vas a hacer es prolongar el tiempo de desgaste y erosión emocional, si yo hubiera tomado la decisión con él cuando empecé a tener los problemas de mujeres, de faltas de respeto, de todo esas cosas que hubo, hubiera terminado igual, pero hubiera salido menos lastimada. (Narradora II)*

*Yo me siento querida, y creo que tenemos una relación en la que los hijos de ambos perciben que sus papás están en una buena relación, si, tanto mis hijos, como los hijos de él, si, creen que nos hacemos bien mutuamente. (Narradora II)*

*La actitud te diría yo, siempre he tenido una buena actitud...soy muy luchadora, perseverante, siempre creo que hay un mañana mejor, aunque esté lloviendo negro, pero mañana se va a despejar y va a estar bonito el día... y la verdad es que no me doy por vencida, aunque me estés apaleando, lo que querrás, pero no, y si tengo que picar piedra , pues pico piedra, pero sé que llegarás...yo me siento cómoda conmigo misma, primero me considero una persona muy luchadora, muy luchadora, muy solidaria, muy leal, muy muy solidaria de verdad muy leal, si te quiero de verdad te quiero y si no te quiero no te quiero, pero no te hago daño, me quito, conciliadora, no me gusta pelar, tengo que buscar la armonía, soy muy familiar, soy responsable voy a decir, que me siento muy satisfecha y muy orgullosa de mis logros, muy luchadora de verdad, no me dejé caer. (Narradora II)*

*Yo siento que me liberé de algo porque mis hermanas como juzgaban, criticaban, nos sentábamos a hablar del mundo entero. Yo siempre dije que no pertenecía allí, y al separarme de toda la familia como que hubiera ganado. Yo no siento que perdí, mis hijas crecieron en un ambiente más sano...Que soy buena amiga, honesta, yo ayudo, y soy fiel, no critico, no hablo mal. (Narradora III)*

*Madurás, ves tus errores, ves las cosas buenas que has hecho, te da la oportunidad de voltear a ver para atrás y decís hójole, eso no vuelvo hacer, o esto lo voy a volver a hacer porque me salió muy bien...soy una persona llena de defectos, pero llena de virtudes también, soy una persona con un muy buen corazón, extremista, soy una persona en la que tu podés confiar mucho, confiable, eh, muy positiva, en la que tu podés reclinarte, tu como pareja mía, eh, soy una persona que apoya mucho, positiva, buena, soy una persona muy correcta, muy noble, muy fiel, sumamente fiel...muy trabajadora, de carácter fuerte, no soy volátil, como mi ex, soy muy estable, sensible....Pues mucha fortaleza, yo siento que es más que cualquier otra cosa fortaleza de espíritu, que aquí o en la China yo voy a seguir siendo la misma persona por cuanto voy a salir adelante (Narradora IV).*

Como se evidencia en las narraciones el factor de **fortalezas intrapsíquicas** está presente en la totalidad de los casos, evidenciando que todas se sienten mejor consigo mismas luego de conocerse más, ser independientes y demostrarse toda su capacidad para salir adelante solas.

En esta investigación se presenta también **el factor de las habilidades de interrelación y solución de problemas** que incluye el manejo de situaciones, la capacidad de planeamiento y la habilidad para solucionar problemas, lo que implicar contar con iniciativa y ser creativos en la solución de los problemas. EL factor de habilidades de interrelación también se refiere a la habilidad para relacionarse, la empatía y asertividad.

Las personas con estas habilidades logran relaciones satisfactorias y duraderas, encuentran un balance entre sus necesidades y las de los demás, muestran interés y simpatía por otros pero también por sí mismos en una. Las personas que manejan el factor de las **fortalezas interpersonales y de habilidad de resolución de problemas** logran establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas, y logran un balance entre la propia necesidad de simpatía y aptitud de brindarse a otros, son persistentes y tienen buen humor y habilidad de comunicación.

*Yo lo veía como tener un proyecto de vida en común y trabajar ese proyecto de vida, por supuesto que todo lo básico mantener la comunicación, el amor, la vida sexual, creo que esos eran temas importantes...creo mucho en la familia y en la unión familiar, me desvivo por el bien de la familia, en ese sentido creo que antes pequé un poco en irme fuera de la realidad, ha cambiado mucho mi concepto de lo que es el matrimonio. (Narradora I)*

*Mira lo primero que hago, es que yo si ventilo mis problemas con la persona con la que los tengo...sí, yo definitivamente, y no lo hago cuando estoy enojada, eso si no lo hago, no soy impulsiva, me enojo, contigo ahorita y lo más seguro es que me dé la media vuelta y me calme, cuando ya me calme vengo aquí y te digo tal cosa, y te lo planteo, mira me molesto esto, expreso realmente lo que creo, quiero y pienso. (Narradora II)*

*Yo les decía cualquier cosa me llaman y los voy a traer (a sus hijos cuando se iban con su papá), nunca los regañaba o les hablaba mal para evitar que después ya no me lo contaran, cosas así, empecé, no te podría decir como lo he ido solucionando y dejé de usar a su papa para trabajar como familia...les dije a mis hijos, los permisos aquí y en la casa de tu papá los doy yo, las regla las pongo yo, las condiciones las pongo yo, no me importa donde, todo soy yo, y eso ayudó, porque entonces ya a mí no me afectaba lo que él hiciera o no hiciera, lo hacía yo. (Narradora II)*

*Resolver en el momento...entonces me toca quedarme callada que a mí me cuesta, yo no soy peleonera, pero si me gusta resolver, no me gusta quedarme con cositas, entonces me toca quedarme callada y buscar el momento apropiado y retomar el tema, y hay muchas cosas que me tengo que recordar a mi misma que yo no puedo hacer cambiar a mi pareja, lo tengo que aceptar como es. (Narradora II)*

*Pues cumplís un objetivo porque creo que en la vida tenés una misión, una meta que Dios te ha puesto, como el ajedrez, en alguno momento estás aquí y tenés que desarrollar algo...todo te va a dar crecimiento y experiencia y aprendizaje de todo índole, creo que laboralmente no son decisiones de vida, pero las más importantes, casarme, divorciarme y volverme a casar y elegir que calidad de vida quiero tener en*

*esta nueva vida. Tu sos la que vas marcando qué si y qué no, cuando tenés una segunda relación. Tenés que sacrificar, en algunos momentos tu pareja, en algunos momentos tus hijos, en algunos momentos tú...yo manejo mucho la libertad del ser humano, entonces en la libertad del ser humano, yo te dejo a ti decidir y actuar, aunque eso no esté en la misma sintonía que yo estoy. (Narradora II)*

*Yo lo que quería es estar bien para mis hijos y lo que quería era que mis hijos estuvieran bien, y lo único que yo quería era paz entonces nos pusimos de acuerdo más que todo en lo que era la pensión alimenticia y ya, y lo manejé con amor, no con el hígado, con amor por mis hijos. (Narradora IV)*

*Digo momentito, esto lo hiciste mal... entonces la gente cree está enojada, y no estoy enojada pero soy muy clara y seria para decirte las cosas porque ahora no es hora de chiste, es hora de estar seria. (Narradora IV)*

*Esta parte de la congruencia que te contaba, yo antes pasaba por alto muchas estupideces, frivolidades, cosas que para mí no tenían importancia, las hacía de lado, porque no son importantes, ahorita reconozco que es una frivolidad pero mentalmente lo voy anotando como referencia para el día que se presente algo un poquito mayor pueda yo recurrir a este ejemplo. (Narradora I)*

*Yo solucioné muchos problemas, dije yo hasta aquí llegué, ya mi objetivo como te digo era ser económicamente solvente para decir un día mirá tu fuera, nunca más le volví a recibir una llamada telefónica, nunca más , es nunca más, entonces para mí ese fue un gran alivio. (Narradora II)*

*La que inicia soy yo, si por él fuera no, pero en el momento del conflicto hay un momento en el que los dos nos callamos, sabemos que no vamos a resolver nada y la que busca que hablemos las cosas y resolvamos soy yo, yo diría que el 90%, y a Dios gracias a diferencia de el otro... (Narradora I)*



*Conforme se iba presentando, poco a poco, fui anticipando, ya veía venir ciertas cosas entonces yo preparaba a los niños psicológicamente o empezaba a enseñarles a cuidarse porque yo no sabía que desmadres se volvían en esa casa. (Narradora II)*

*Cada uno le tenía que poner un alto a la parte que le corresponde porque yo no le puedo poner el alto a la familia o a los hijos, es él el que le tiene que poner el alto, así como yo le tengo que poner el alto a los míos en respeto y en consideración hacia él, el caso es que le dije toma una decisión pero de verdad, porque yo no voy a volver a pasar por un divorcio, por ese deterioro, por nada de eso, así que decide que querés hacer, pero así como estamos viviendo no vamos a seguir, y nunca más volvimos a tocar el tema pero hubo un cambio de actitud de parte de él.(Narradora II)*

*Una porque soy leal, no importa lo que esté pasando la otra persona la voy a apoyar, no la voy a juzgar, en el bien. Siempre les digo a mis hijos, siempre los voy a apoyar en el bien...Si cometes un crimen no te voy a ayudar, te voy a tratar de dirigir lo que sea mejor para tu consciencia. No me voy a convertir en tu cómplice. Soy buena amiga pero soy firme también. (Narradora I)*

*(...) no, no tan rapidito, eso sí aprendí, busco el momento oportuno, eso lo aprendí en el segundo matrimonio, a hablar en el momento oportuno yo he cambiado en el sentido de que le doy este espacio, el tiempo, ya conozco el tiempo cuando está en la cumbre y cuando ya va bajando, la verdad es que nunca nos enojamos por algo trascendental. (Narradora II)*

*Te puedo contar que hoy por hoy él es mi mejor amigo, lo quiero muchísimo, mi esposo y mi ex esposo se llevan muy bien, yo me llevo muy bien con su nueva novia y con las parejas que ha tenido pues porque mis hijos pasan tiempo con él, y con ella y nos llevamos bien, y yo digo: ¿por qué tuvimos que pelear casados y ahora no? Y no, es reconfortante ver a mis hijos con esa plena paz. (Narradora IV)*

*Hay cambios en tu vida enormes, pero todo es de saber manejarlo con amor y de pensar las cosas antes de hablar ...eso aprendí, a que no siempre puede hacer uno*

*mismo su voluntad, a respirar antes de hablar, a tener mucha paciencia, a medir tus palabras...primero escucho, yo soy una persona muy pensante, entonces trato de descifrar las cosas, y trato de ver qué es lo que él me quiere decir a mí , porque es muy distinto a lo que tú me dices y como lo veo yo y como lo ves tú. (Narradora IV)*

Como se evidencia tres de las narradoras desarrollaron el **factor de habilidad para interrelacionarse y resolver problemas**, una de las narradoras no presenta este tipo de fortalezas, muestra una actitud contraria a las otras tres narradoras, esta situación también se evidencia en sus narraciones.

*(...) en el sentido de cómo que yo soy de muy poca relación y por la forma que yo he sido... aparte de por la empresa que ya manejo ochenta empleados, yo pongo distancia, aunque tengan años de trabajar.*

*Con ciertos amigos que tenemos y que me ven tanto en el área de trabajo como afuera, no les gusta como soy, no porque yo critique o quiera perfección en las personas, sino que yo no soy muy dada, y la gente tal vez crea que me creo más y siento que no, yo cuando puedo ayudar apoyo, pero al no ser yo dada, no ser confianzada, al no aguantar en una reunión hasta que dan vuelta a las ollas porque yo digo ya me voy ya me voy aunque seamos muy amigos, siento que no soy buen vista, a saber o no les gusta en el lugar que estoy o no les gusta mi forma de ser, por lo que considero no tener amigos reales...después de todo lo que he vivido yo digo que soy dura, soy estricta, como que ya no tengo necesidad de aguantar muchas cosas, es malo, y ahorita casualmente estoy empezando a trabajar eso para ablandarme un poco, y a ver desde otra perspectiva las cosas, porque el haber crecido tanto como persona, como económicamente y sentirme como no aceptaba porque crecí o porque la gente no acepta que crecí...cuando yo hablaba de divorcio cuando nos separábamos, que era cuando yo utilizaba a mi hermana y a mi mamá, en que vénganse para acá y todo eran procesos bien difíciles y lo lograba al fin que saliera y todo. (Narradora III)*

Otro factor que la ayudó a salir adelante según refiere esta narradora fue el **factor económico**.

(...) pero en ese entonces yo ya tenía poder adquisitivo y yo mandaba por decirlo así, le dije puedes seguir viviendo en esta casa, incluso puedes dormir en la misma cama, piensa uno tontamente por sus hijos, pero relaciones maritales nunca más... Ya cuando me divorcié yo ya tenía poder económico y me valían ya todos, al ver la actitud de ellos, cuando sintieron era porque yo ya estaba divorciada, no tuve apoyo... pero tal vez yo no tenía lo suficiente para creer que podía mantener a mis hijas, buscar buenos colegios y todo, pero yo pienso que lo que a mí me dio más fué que me mantenía sola... bueno yo empecé a manejar mi casa desde el tercer año de matrimonio. (Narradora III).

Como evidencia la narración, en este caso la solidez económica constituyó uno de los recursos utilizados por esta narradora para salir adelante, este factor fue mencionado por la narradora a lo largo de su relato evidenciando que no todas manejan los mismos factores resilientes, pero hacen uso de los recursos disponibles y desarrollan diferentes factores en base a sus características personales.

#### **4.1 Trayectorias Narrativas**

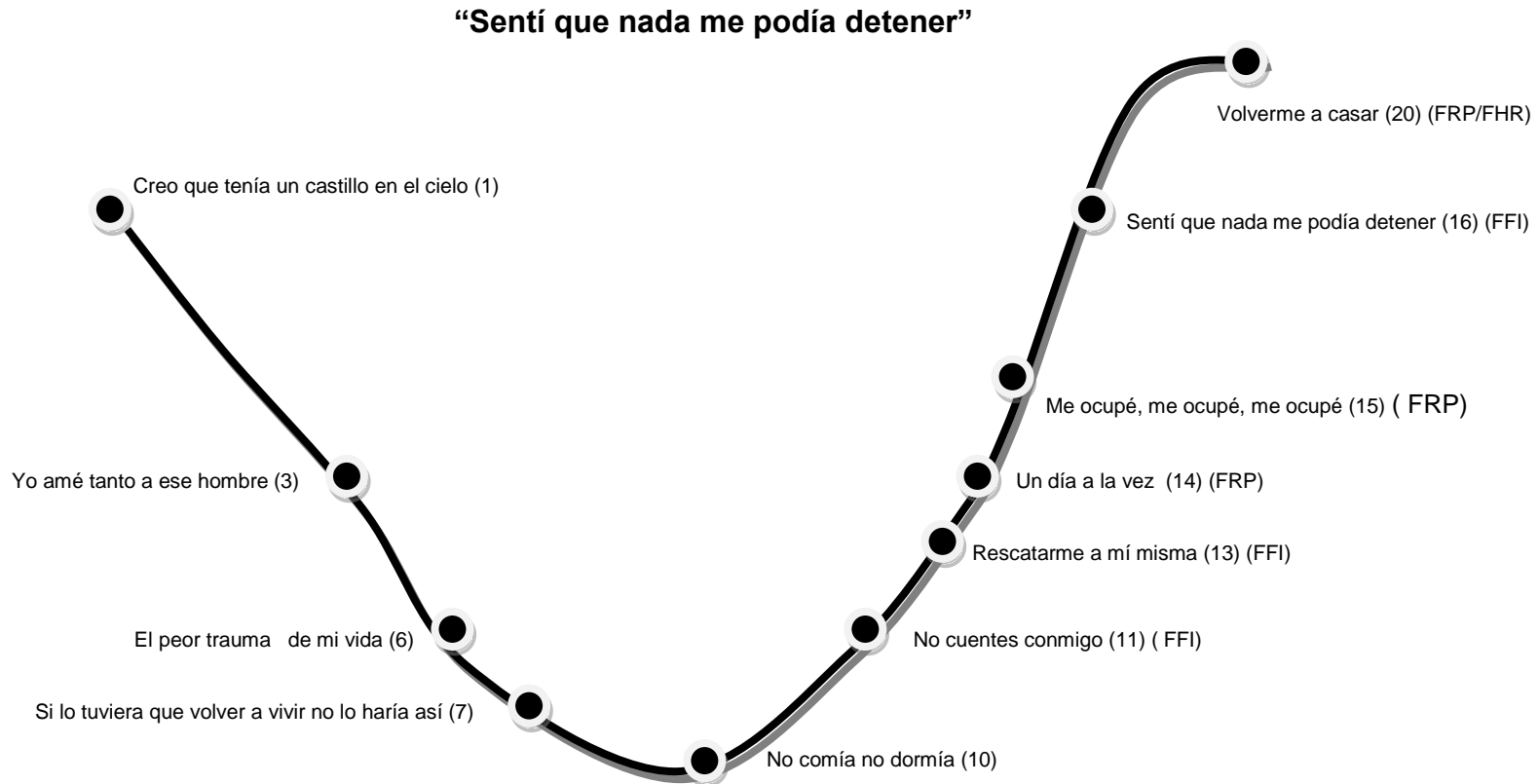
A continuación se presentan las trayectorias narrativas de las mujeres del presente estudio. Estas se desarrollan en orden cronológico desde el inicio del proceso de separación y divorcio que las narradoras relataron hasta después de sus segundas nupcias.

En estas gráficas se muestra el tono emocional de las narradoras a lo largo de su proceso de divorcio, las trayectorias inician en el momento en que se encontraban más conflictuadas debido a los motivos que las llevaron a tomar la decisión de divorciarse. Las gráficas evidencian una baja considerable en el estado anímico de las mujeres al momento del divorcio; se evidencia cómo los factores resilientes fueron presentándose logrando recuperarse y salir adelante. El número señalado entre paréntesis corresponde al número de párrafo de la edición de las narraciones de las mujeres, véase anexos. El momento en el que se identificaron los factores resilientes,

así como los factores resilientes que cada una de las narradoras presentó en sus narraciones se identifican en las gráficas mediante los siguientes símbolos y siglas:

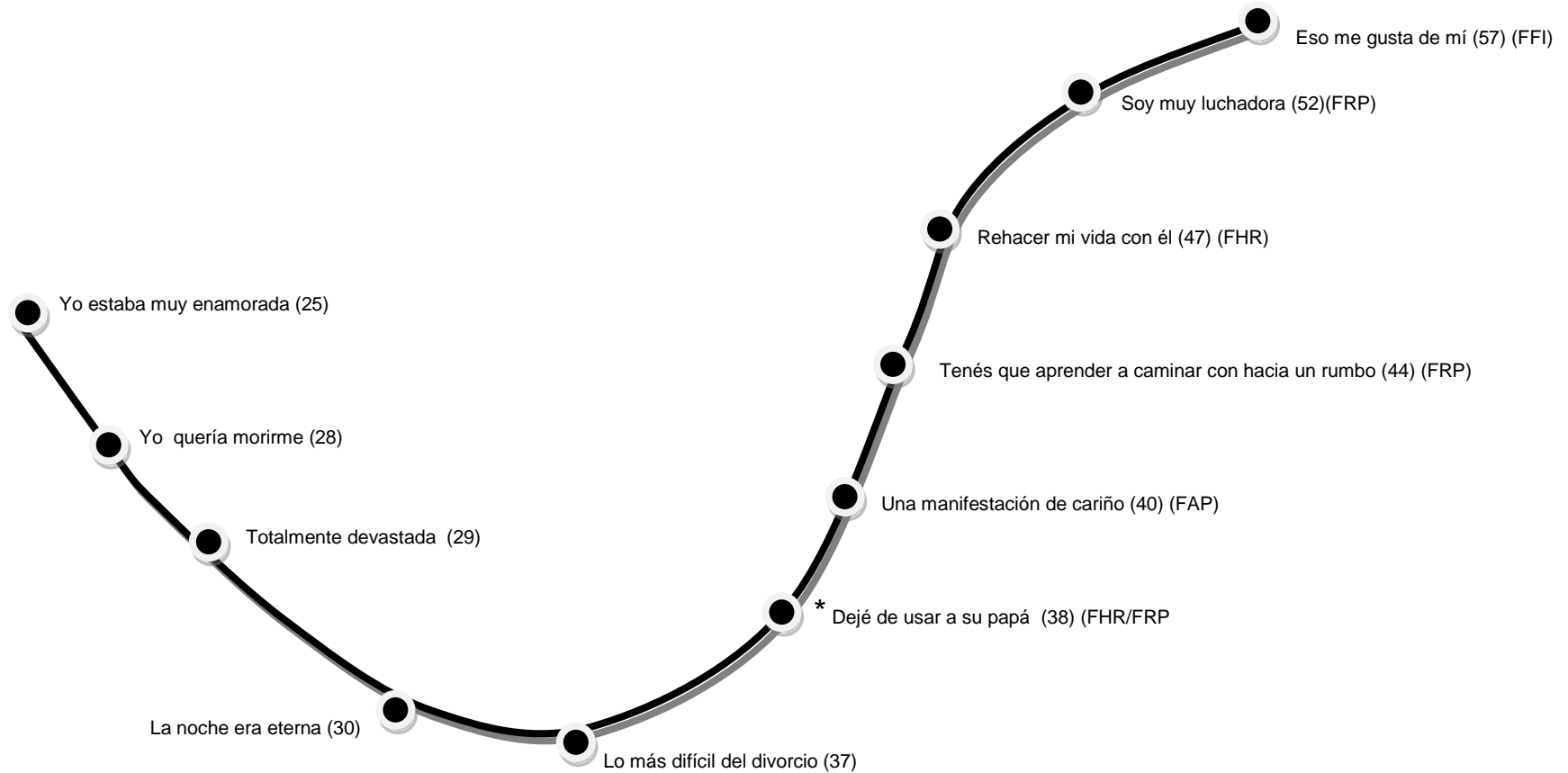
- “\*”: Momento en el que se evidencia el surgimiento de los factores resilientes en el relato.
- FFI: Factor fortalezas intrapsíquicas.
- FAP: Factor apoyo a la persona.
- FHR: Factor habilidad para relacionarse.
- FRP: Factor Habilidad para resolver problemas.
- SE: Solidez Económica

### 4.1.1 TRAYECTORIA NARRATIVA NARRADORA I



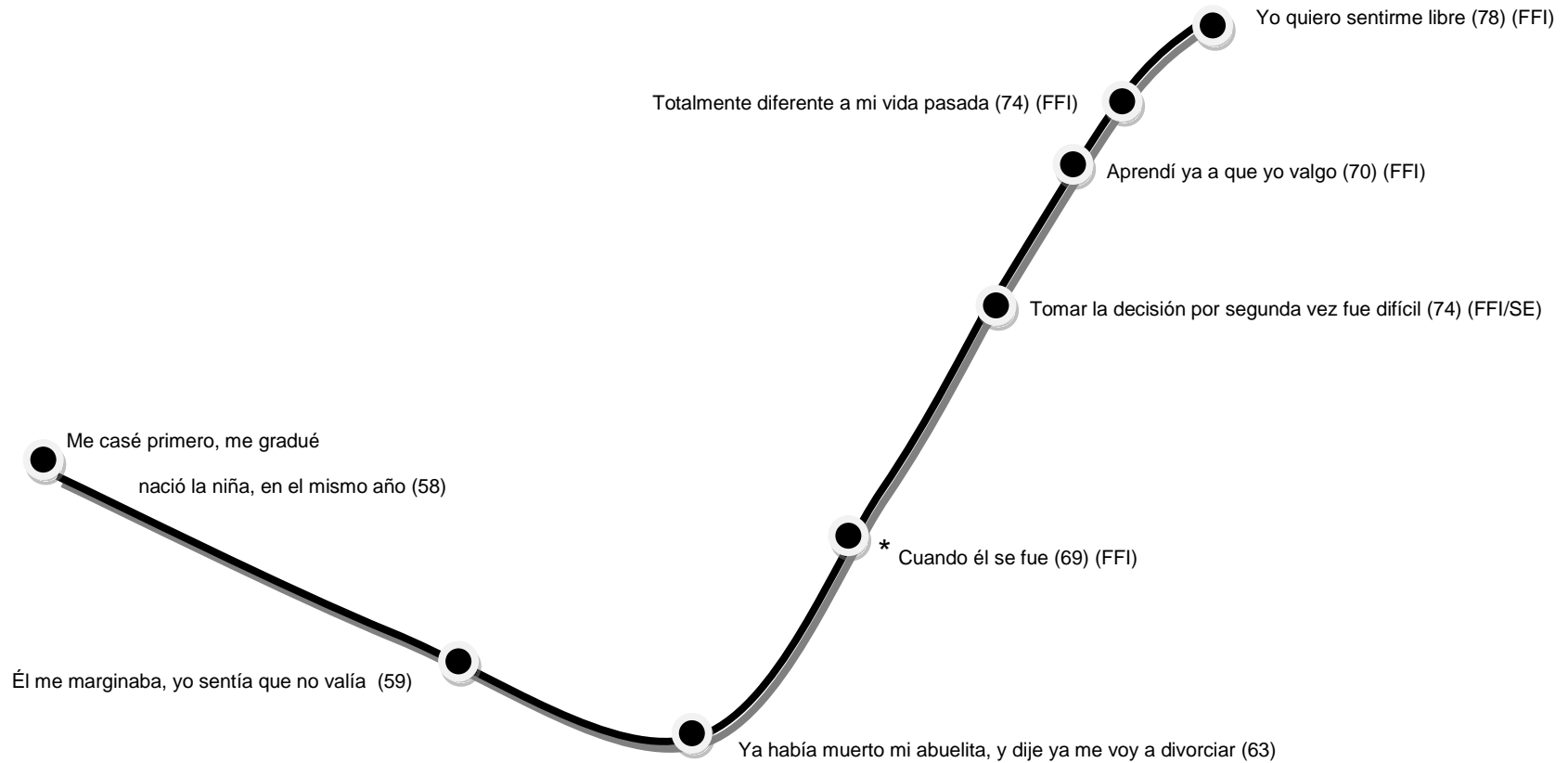
## 4.1.2 TRAYECTORIA NARRATIVA NARRADORA II

**“Aprendí que en tu vida todo lo que va contra tu dignidad y tu integridad no vale la pena nada”**



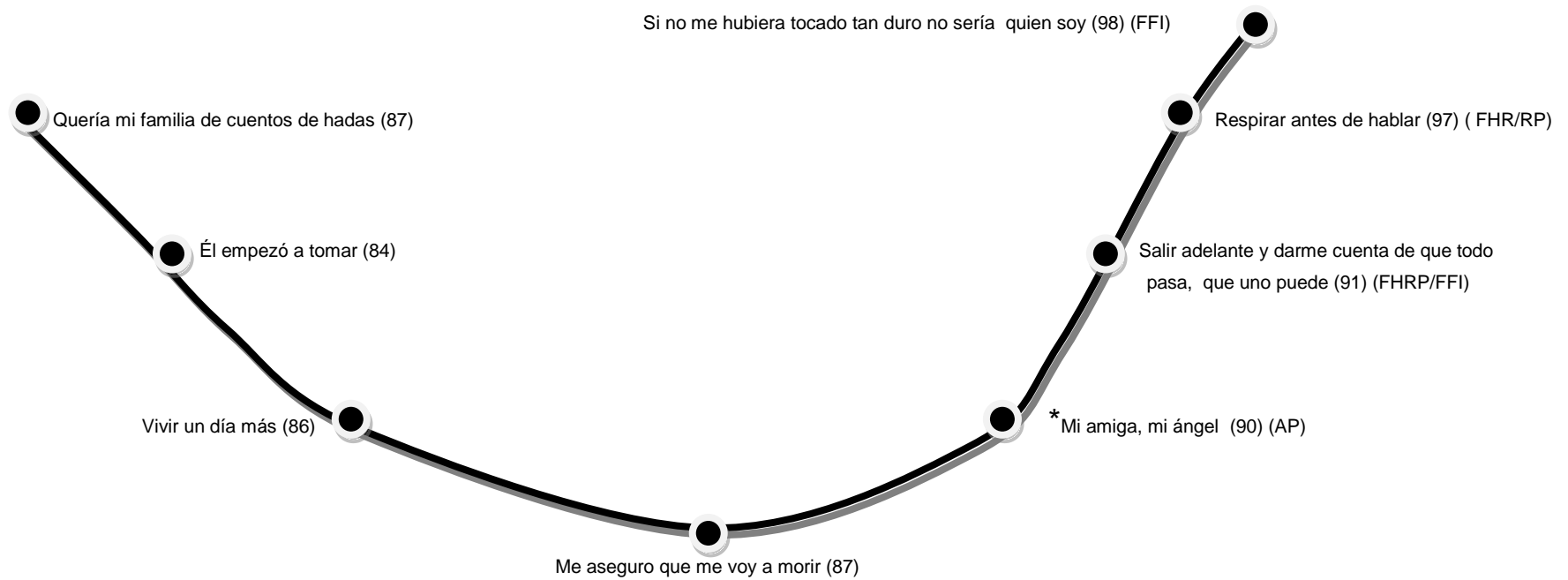
### 4.1.3 TRAYECTORIA NARRATIVA NARRADORA III

#### “Aprendí que yo valgo”



#### 4.2.4 TRAYECTORIA NARRATIVA NARRADORA IV

**“Si no me hubiera tocado tan duro no sería la persona que soy hoy”**





## V DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Este estudio pretende conocer si existen indicios de factores resilientes en cuatro mujeres divorciadas que han contraído matrimonio por segunda vez.

En esta investigación se entienden los factores de resiliencia como las habilidades de las mujeres que han atravesado un proceso de divorcio y les han permitido afrontar esta adversidad, superarla, adaptarse e iniciar una nueva relación matrimonial.

Para Rodríguez (2,001) resiliencia es la habilidad para resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse, y acceder a una vida productiva y significativa. La resiliencia se refiere a una combinación de factores que permiten a un ser humano afrontar y superar las adversidades de la vida y construir sobre ellas.

Esta afirmación cobra sentido cuando se examinan los casos de las narradoras que se han estudiado en esta investigación, quienes atravesaron un matrimonio conflictivo, un complejo proceso de divorcio, logrando después de dicho proceso rehacer su vida de pareja y contraer nupcias nuevamente, restableciendo distintamente una relación matrimonial después de vivir situaciones adversas que en algunos casos fueron traumáticas de acuerdo a lo que ellas describen.

Se alcanzó observar como a partir de estas vivencias desfavorables lograron sobreponerse, fueron fortalecidas y renovadas a raíz de éstas y las utilizaron a favor para hacer cambios en sus vidas que les han hecho sentirse personas más seguras, más plenas y fuertes según expresan en sus relatos, demostrando haber construido a partir de su experiencia de divorcio y sentir haber “crecido” como personas.

Todas las narradoras de este estudio fueron abrumadas por la experiencia de divorcio, lastimadas emocionalmente e incluso abusadas físicamente en dos de los casos, provocando problemas psicológicos, conductuales, emocionales, económicos y de salud, al punto que en dos de los casos manifestaron haber tenido pensamientos de muerte e incluso ideación suicida (plan específico o idea de suicidio) en uno de ellos, esta narradora recibió tratamiento farmacológico por un período de alrededor de siete meses según indicó para tratar su depresión, en general en alguna parte de sus relatos todas refieren haberse sentido deprimidas.

Después de estos eventos lograron superar la tribulación y fueron capaces de continuar viviendo mas plenamente e incluso tener una nueva relación matrimonial que en todos los casos consideran es una mejor relación y más satisfactoria según describen las participantes en sus narraciones.

Los indicadores de factores resilientes que se han venido describiendo se identificaron mediante el análisis de las expresiones de las mujeres durante la entrevista semiestructurada realizada, dichos factores refieren al apoyo que recibieron, las fortalezas intrapsíquicas, la habilidad de interrelación y la habilidad para resolver problemas. Es importante señalar que todo este proceso de descubrir cuáles son los factores resilientes presentes en las narradoras inicia a partir del proceso de divorcio e incluso antes de este según describen las participantes del estudio.

Para Papalia et al. (2004) el divorcio es un proceso de experiencias estresantes que inician antes de la separación física y continúan después de ella. Incluso la terminación de un matrimonio desdichado es dolorosa, en especial cuando hay hijos, situación que se corroboró mediante la descripción de las mujeres de sus experiencias de divorcio.

El atravesar por un proceso de divorcio posterior a una conflictiva relación matrimonial permitió a las mujeres de este estudio desarrollar algunos factores resilientes, cada una de ellas hizo uso de diferentes factores como bien mencionan algunos estudiosos del tema, no todas las sujetos utilizaron todos los factores propuestos en el estudio, sin embargo fue suficiente utilizar algunos de ellos para salir adelante.

El siguiente cuadro describe los factores más utilizados por cada una de las mujeres y que fueron significativos para cada caso, evidenciando lo mencionado anteriormente. El cuadro permite observar como cada una de las mujeres hizo uso de los diferentes factores dependiendo de sus características personales, de las brindadas por el contexto en el que se desarrollaron o de los requerimientos que sus experiencias demandaban.

## FACTORES RESILIENTES MÁS UTILIZADOS Y SIGNIFICATIVOS EN LOS CASOS DE ESTUDIO

Los números entre paréntesis “()” corresponden a referencias de las narraciones, véase anexos.

CASO I	CASO II	CASO III	CASO IV
A-1	B-1	C-1	D-1
“Me dijeron no cuentas conmigo” (11)	“Dejé de usar a su papá” (38)	“Cuando él se fue” (69)	“Un ángel para mí” (90)
Factor resiliente: Fortalezas intrapsíquicas.	Factor resiliente: Habilidad de la persona para relacionarse y resolver problemas.	Factor resiliente: Fortalezas intrapsíquicas, solidez económica y apoyo a la persona.	Factor resiliente: Apoyo a la persona.
En este caso la narradora al no contar con el apoyo de su familia fortalece su autonomía y empieza a valerse por sí misma.	La narradora toma la iniciativa, y decide solucionar los problemas que se presentaban y tomar las decisiones por ella misma.	En este caso se evidencia que el apoyo con el que siempre contó por parte de su terapeuta facilitó consolidar su autonomía, convirtiéndola en una persona independiente en diferentes sentidos.	Para este caso el apoyo emocional que le brindó su mejor amiga marcó el inicio de su resiliencia.
		La solidez económica se resalta en este caso ya que la narradora menciona puntualmente que este fue un factor preponderante para toma de decisiones y comenzar su propio camino al lado de sus hijas.	
A-2	B-2	C-2	D-2
“Rescatarme a mí misma” (13)	“Una manifestación de cariño”. (40)	“Tomar la decisión por segunda vez fue muy difícil” (74)	“Salir adelante y que todo pasa ,darme cuenta de que uno puede” (91)

CASO I	CASO II	CASO III	CASO IV
Factor resiliente: Fortalezas intrapsíquicas.	Factor resiliente: Apoyo a la persona.	Factor resiliente: Fortalezas intrapsíquicas y solidez económica.	Factor resiliente: Habilidad para relacionarse y resolver problemas, fortalezas intrapsíquicas.
El relato evidencia que dejó de buscar ayudas externas y tomó la iniciativa haciendo uso de la independencia y creatividad.	En este caso evidencia el relato la importancia del apoyo de personas significativas en el momento idóneo para poder seguir adelante.	La autonomía e independencia económica favoreció a la narradora en la toma acertada de decisiones respecto a su nueva relación matrimonial.	La narradora identificó su prioridad, trabajó en base a eso, logró autocontrol, hace uso de una buena comunicación y reconoce que los problemas la fortalecieron y le ayudaron a madurar.
A-3	B-3	C-3	D-3
“Un día a la vez” (14)	“Aprender a caminar hacia un rumbo”. (44)	“Aprendí que yo valgo” (70)	“Respirar antes de hablar” (97)
Factor resiliente: Resolución de problemas.	Factor resiliente: Apoyo a la persona y fortalezas intrapsíquicas.	Factor resiliente: Fortalezas Intrapsíquicas.	Factor resiliente: Habilidad para interrelacionarse y resolver problemas.
La narradora muestra como decidió manejar los problemas para resolverlos eficazmente en vez de permitir que la sobrepasaran.	El apoyo oportuno de las personas a su alrededor le dieron la oportunidad de hacer insight, tener iniciativa y establecer metas claras.	La narradora pudo “darse cuenta” mediante el conocimiento de sí misma desarrollado en algunos cursos de desarrollo personal, el potencial con el que contaba y mejorar su autoestima.	Para esta narradora el haber aprendido de sus errores pasados en su manera de abordar los problemas de pareja, le permitió asumir una actitud más acertada para resolver las situaciones que se van presentando en su vida permitiéndole no únicamente resolver situación que la hace sentirse más satisfecha con ella misma.
A-4	B-4	C-4	D-4
“Me ocupé, me ocupé, me ocupé” (15)	“Rehacer mi vida con él”. (47)	“Totalmente diferente a mi vida pasada” (74)	“Si no me hubiera tocado tan duro no sería la persona que soy hoy” (98)
Factor resiliente: Resolución de problemas.	Factor resiliente: Habilidad para interrelacionarse.	Factor resiliente: Fortalezas intrapsíquicas.	Factor resiliente: Fortalezas intrapsíquicas.

CASO I	CASO II	CASO III	CASO IV
Para este caso el trabajo, las actividades sociales y diferentes ocupaciones le permitieron ocupar su tiempo y mente en asuntos positivos y productivos que le brindaron satisfacciones y le ayudaron a salir adelante.	Se evidencia su habilidad para interrelacionarse y considerar su vida con una nueva pareja.	Este caso muestra como mediante el aprendizaje basado en su experiencia matrimonial previa y el proceso de divorcio logra manejar las situaciones de su vida actual de una manera acertada y eficaz.	El caso cuatro describe su experiencia de divorcio como un medio que le permitió crecer como persona y convertirse en una mujer más completa y satisfecha de sí misma.
A-5	B-5	C-5	D-5
“Sentí que nada me podía detener” (16)	“Soy muy luchadora” (52)	“Yo quiero sentirme libre” (78)	
Factor Resilientes: Fortalezas Intrapsíquicas.	Factor resiliente: Habilidad para resolver problemas.	Factor resiliente: Fortalezas intrapsíquicas.	
El haber tomado el control de su vida, dejar de compartir decisiones o depender de su ex pareja y salir adelante sola, le permitió a la narradora darse cuenta de todo su potencial, favoreciendo su autoestima y el logro de nuevas metas personales.	En este caso la narradora destaca sus habilidades creativas, no sobredimensiona las situaciones adversas, se enfoca en salir adelante y dirigirse constantemente hacia las metas propuestas hasta alcanzarlas, sin escatimar el esfuerzo que conlleve.	La narradora muestra autonomía como una de los principales factores que utilizó para salir adelante.	
A-6	B-6	C-6	D-6
“Volverme a casar” (20)	“Eso me gusta de mí” (57)		
Factor resiliente: Habilidad para relacionarse y resolver problemas.	Factor resiliente: Fortalezas intrapsíquicas y habilidad para resolver problemas.		

CASO I	CASO II	CASO III	CASO IV
<p>El caso relata como el haber desarrollado habilidades de comunicación y empatía le permiten a la narradora iniciar una nueva relación haciendo uso de sus habilidades para resolver exitosamente los problemas que se presentaban en esta nueva etapa.</p>	<p>La narradora evidencia el logro en cuanto a conocimiento de sí mismo, el establecimiento de sus prioridades y la asertividad.</p>		

**Fuente: Análisis propio.**

El anterior cuadro evidencia que el factor más utilizado por las mujeres de este estudio fue el **factor de fortalezas intrapsíquicas**, seguido por **la habilidad para resolver problemas**. Para otras la solidez económica fue señalada como un factor que favoreció para salir adelante, no únicamente como un factor económico sino como un medio para demostrarse su capacidad en diferentes áreas que las hizo empoderarse y lograr rehacer su vida satisfactoriamente.

El relato de las mujeres evidenció como después del proceso de separación y divorcio, las narradoras empezaron a utilizar las habilidades y factores resilientes que ayudaron a cada una de ellas a superar lo traumático del proceso de divorcio y empezar a rehacer su vida nuevamente, haciendo uso de estos factores que lograron desarrollar partiendo de la necesidad, dificultades o carencias a las que se vieron sometidas a raíz del divorcio, permitiéndoles enfrentar los nuevos retos que la vida les presentó de una manera más eficaz partiendo de los aprendizajes obtenidos mediante las experiencias vividas según refieren.

Una de las narradoras catalogó su experiencia de divorcio como “el peor trauma de su vida” después de la infidelidad de su esposo con una persona de la total confianza de la narradora, la narradora tuvo que seguir viviendo bajo el mismo techo con su esposo por un período de aproximadamente seis meses, fingiendo que no sucedía nada con el objeto de que los niños pudieran terminar su año escolar y así poder volver a su país de origen, haciendo por su parte lo posible para evitar conflictuar a sus hijos, sacrificando su propio bienestar para protegerlos al menos durante ese período, viviendo su sufrimiento y conflicto emocional sola y en silencio.

Otra de las narradoras describió su divorcio como una “enfermedad general” y haber deseado morirse evidenciando el malestar físico y emocional que este evento provocó en ella. La narradora menciona el deseo de proteger siempre a sus hijos aún si eso implicaba sacrificios.

Por su parte otra de las narradoras quien sufría violencia física incluso desde el noviazgo, manifiesta que la parte más difícil de su divorcio fue ver sufrir a sus hijas apoyando lo descrito por Papalia, quien refiere que el proceso de divorcio es una

experiencia dolorosa especialmente cuando hay hijos, a pesar de que en el matrimonio se vivían experiencias conflictivas y estresantes, las mujeres describen lo difícil y conflictivo de este proceso en especial lo referente al sufrimiento de sus hijos.

Una última narradora corrobora una vez más durante el relato de su experiencia de divorcio haber pensado al iniciar sus conflictos de pareja en salvar y mantener la relación matrimonial por considerarlo lo mejor para su hijo, anteponiéndolo en ese momento a su conflicto emocional y sacrificándose ella, hasta que la situación se volvió insostenible por la adicción al alcohol de su pareja, evidenciando como bien menciona Papalia que este conflicto se vive antes, durante y después del divorcio ya que ésta narradora fue quien después de este evento fue diagnosticada con trastorno depresivo mayor y debió someterse a terapia psicológica y farmacológica .

En los fragmentos narrativos de las mujeres entrevistadas se pudo observar que la totalidad de las narradoras manifiesta haber vivido experiencias perturbadoras y dolorosas durante el proceso de divorcio, antes y después de este y en uno de los casos incluso desde el noviazgo. Es importante hacer notar que en la mayoría de los casos los hijos son un factor importante en la forma de llevar este proceso pues son en ellos en quien piensan en el momento de tomar decisiones difíciles que implican dolor emocional no así en uno de los casos a quien sus hijos no le interesaban según relata, su deseo de morir era mayor que la preocupación por ellos constatando de esta manera lo profundo del conflicto y deterioro emocional sufrido por las narradoras del estudio.

Empero a lo doloroso y emocionalmente perturbadores que fueron los matrimonios y/o los procesos de divorcio de las narradoras, la totalidad de ellas lograron superar este evento traumático de sus vidas, salir adelante, mejorar como personas según refieren y a su vez mejorar sus nuevas relaciones de pareja y rehacer su vida matrimonial, considerando el segundo matrimonio mejor que el primero, atribuyéndole esto en gran parte a lo aprendido de los errores cometidos en el pasado con sus primeras parejas según expresaron.



Respecto a la capacidad mostrada por las mujeres para superar la experiencia de divorcio y rehacer su vida matrimonial se logró identificar que están presentes los factores resilientes presentados anteriormente. Uno de estos factores es el **apoyo a la persona**, respecto a este Grotberg (1995) considera que es una de las tres categorías en las que se pueden clasificar los factores de resiliencia, este factor que expresa perspicacia e interrelación, esto le permite a la persona afirmar que cuenta con personas a su alrededor en quienes puede confiar y le quieren incondicionalmente, que le ayudan cuando está enfermo, en peligro o necesita aprender.

Se considera que el **apoyo** emocional fuera y dentro de la familia, los modelos sociales que promuevan la superación, redes de ayuda social y en el seno de estas redes la aceptación incondicional como persona constituye uno de los factores resilientes que favorecen a las personas a superar situaciones desfavorables, situación que se constató en dos de los casos de este estudio y que las narradoras señalaron como algo que fue clave en la superación del divorcio y lo que este implicó para ellas.

Para la narradora II el **apoyo social** fue clave para superar este evento en su vida, manifiesta haber recibido apoyo económico y especialmente emocional de las personas a su alrededor, de sus amigas, vecinos, familia y en especial de su padre quien refiere como la persona la que la hizo sentir que no estaba sola en la vida, describiendo el apoyo recibido como uno de los factores que la ayudó a salir adelante. (Ver cuadros B-2 y B-3)

La narradora IV refiere haber recibido el **apoyo** de sus padres, el cual consideró importante y en especial el de una amiga a quien cataloga como “un ángel” en ese momento, siendo esto un factor trascendental para superar la experiencia traumática que vivía en ese momento de su vida según describía. (Ver cuadro D-1)

Contrariamente en los otros dos casos no se manifiesta el **apoyo a la persona** que pareció ser clave en la otra mitad de las narradoras, esto muestra que aunque este factor no estuvo presente en estas narradoras, ellas lograron salir adelante después de la adversidad. (Ver cuadro A-1) Estas mujeres manifestaron que fue un proceso que califican de muy solitario al no haber contado con el apoyo de familiares ni amigos a

diferencia de las dos primeras narradoras mencionadas anteriormente quienes expresaron la dificultad que tuvieron al no tener este factor resiliente, dejando ver que aún continúan dolidas de la falta de apoyo o la negación directa de el mismo que recibieron por parte de sus familias y amistades. No así las otras mujeres quienes describieron con especial afecto, gratitud e importancia el haber podido contar con este factor resiliente.

En dos casos descritos se pone de manifiesto que el **factor apoyo a la persona** no estuvo presente por parte del círculo social más cercano, sin embargo en uno de los casos el factor apoyo a la persona lo obtuvo por medio de sus terapeutas ya que asistió a terapia a lo largo de su vida adulta, esto evidencia que sentirse apoyado por una persona no implica que esta sea un familiar o amigo cercano, por lo que se puede concluir que el factor apoyo a la persona es uno de los factores resilientes más utilizados para salir adelante. (Ver cuadro C-1)

De la misma manera en que el apoyo a la persona fue uno de los factores resilientes presentes en este trabajo de investigación, las **fortalezas intrapsíquicas** fueron identificadas como otro de los factores que contribuyeron a la superación del divorcio y todos los conflictos que este evento trajo a sus vidas.

Respecto a este tipo de fortalezas Grotberg et al., en Kotliarenco, Cáceres y Álvarez (1996), opinan que favorece el desarrollo de la resiliencia, incluye la autonomía, el control de impulsos, el sentirse querido, la empatía que se expresa como estar dispuesto a hacerse responsable de sus actos y estar seguro que al final todo saldrá bien. Incluye el manejo de las situaciones y la capacidad de planeamiento. Así mismo, Wolin y Wolin, en Kotliarenco et al. (1996) agrega que las **fortalezas intrapsíquicas** expresan también cierta forma de interrelación, estas fortalezas permiten afirmar que se es una persona por la que los demás sienten aprecio y cariño, se puede mostrar feliz cuando ayuda a los demás y les demuestra afecto, la persona es respetuosa de sí misma y de los demás, también expresan ética – moralidad, y tiene una aptitud para vivir en forma autónoma y tomar decisiones por sí misma.

Esto se pone de manifiesto en los relatos hechos por las narradoras de este estudio, ellas describieron que a pesar de haber soportado muchas situaciones difíciles y haberse esforzado por mantener sus matrimonios y evitar el divorcio con el fin de mantener familias integradas para evitarles dolor a sus hijos y sostener esta posición por un largo tiempo en la mayoría de los casos , hubo un momento en el que pusieron límites, lograron reconocer su valor como personas, reconocer sus fortalezas y cambiaron su posición y su actitud.

El siguiente fragmento ejemplifica la presencia de este indicador en las narraciones de las mujeres entrevistadas: ... *“al enterarme de su infidelidad por supuesto que cambió mi reacción por completo...y eso aceleró el fuego para que yo dijera pinta tu rayita, pon tus límites y tienes toda tu vida por delante, toma una decisión...darle la bienvenida a mi nueva vida es cerrar y dejar bien cerradito el pasado, ese era mi fin más que nada”* (Narradora I)

(Ver cuadro A-5)

Las narradoras expresaron haber tomado responsabilidad por sus vidas al determinar que el divorcio era lo que correspondía en esos momentos de su vida después de haber atravesado cada una diferentes pero conflictivas experiencias matrimoniales con el fin de mantener y salvar su matrimonio llegaron a un punto en el que decidieron hacer cambios que consideraron eran necesarios y favorables, tanto para ellas como para sus hijos y que incluían la separación y divorcio con el fin de mantener su integridad física y moral, recobrar su autoestima perdida por la constante violencia emocional e incluso violencia física en dos de los casos, resolviendo hacer cambios que fueron dolorosos como ninguna otra experiencia en su vida según coinciden las cuatro mujeres, pero en busca de mejorar sus vidas al alejarse de estas relaciones matrimoniales que se tornaron o iniciaron conflictivas como en el caso III. (Ver cuadro C-2)

La narradora II describe haber tomado control de su vida sin culpar a nadie por lo que le estaba sucediendo y al haberlo hecho se sintió “empoderada” comentó, ser consciente y realista de sus necesidades y ya no conformarse, perdió el miedo de sentirse sola y

en la actualidad le es más fácil tomar decisiones difíciles, se siente capaz de ir resolviendo y “cerrando círculos” según refiere, lo que le produce mucha paz interna. Luego de su divorcio refiere haber crecido profesionalmente y haberse sorprendido a sí misma de lo fuerte que es. Expresa ser actualmente mejor pareja y vivir más plenamente su relación a pesar de estar consciente que no es perfecta. (Ver cuadro B-1)

Otra de la narradoras confirma lo descrito por Grotberg (2002) y Kotliarenko (1996) respecto a la capacidad de planeamiento, en su narración describe haber tomado un día la decisión de fijarse una meta y haber empezado a caminar hasta alcanzarla, hoy se describe como un persona totalmente independiente y satisfecha con su nueva relación en la intenta no repetir los errores que cometió en su primera relación. (Ver cuadros A-2 y B-3))

Dos de las narradoras mencionan en su relato que el estar segura que al final todo saldrá bien, fue un factor que influyó para que ella pudiera salir adelante así como sus actitudes de lucha y perseverancia y la certeza de que mañana iba a ser mejor. Las narradoras expresan no darse por vencidas lo que las hace sentirse muy cómodas y seguras de ellas mismas.

Otra de las narradoras pone de manifiesto su autonomía al haber tomado la decisión de divorciarse, asumir la responsabilidad sobre esas decisiones, poner límites cuando se hace necesario y demandar lo que cree justo. Las decisiones que tomó la llevaron a crecer profesionalmente, a ser más firme, más realista y más consciente de sus necesidades así como sus debilidades. Además de la autonomía esta narradora incrementó sus habilidades en el área de las relaciones no solo con los demás sino que con ella misma, aumentando su autoestima al reconocer que tiene tantos defectos como virtudes, a sentir que es una persona en la que se puede confiar, es positiva y capaz de brindar apoyo y es una mujer estable, esta relación consigo misma le permitió descubrir que era una persona con mucha fortaleza de espíritu tal como refiere, que la hace pensar que ella es capaz de salir adelante ante cualquier situación y lugar. (Ver cuadro A-5)

Algunas narradoras contaron con el **factor apoyo a la persona**, la totalidad las narradoras presentaron el factor de **fortalezas intrapsíquicas**, junto a estos factores resilientes en esta investigación se presentan también el **factor de las habilidades de interrelación y solución de problemas**, que incluye el manejo de situaciones, solucionar problemas y la capacidad de planeamiento. Para Grotberg (2,005) además de expresar interrelación, creatividad, iniciativa y ética; permiten al sujeto afirmar que puede hablar sobre cosas que le asustan o inquietan, puede buscar la manera de resolver los problemas y controlarse cuando se desea hacer algo peligroso o que no está bien. Menciona que los narradoras con estas fortalezas buscan el momento apropiado para hablar con alguien o para actuar, y encuentran a alguien que les ayude cuando lo necesitan.

Las personas que manejan el factor de las **fortalezas interpersonales y de habilidad de resolución de problemas logran** establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas, y balancean la propia necesidad de simpatía y aptitud de brindarse a otros, son persistentes y tienen buen humor y habilidad de comunicación.

Una de las narradoras manifiesta haber desarrollado la capacidad de tomar la iniciativa, haber logrado encontrar el momento adecuado para hablar y para actuar sobre todo con sus hijos, con lo que logró establecer lazos más íntimos y mejorar la comunicación y encontrar un equilibrio a su necesidad de quedar siempre bien y de darse a los demás con límites siendo constante y perseverante con estas nuevas habilidades que fue desarrollando. (Ver cuadro B-4)

Otra narradoras manifiesta que a pesar de que en su primer matrimonio tenía comunicación profunda y espiritual con su pareja, ha aprendido en su segundo matrimonio a buscar el momento oportuno para hablar, darse su espacio, organizar sus ideas ya que antes se le dificultaba transmitir sus ideas de manera clara y directa ahora en cambio se toma el tiempo necesario, espera a que todo esté en más calma y así logra una comunicación más asertiva. (Ver cuadro A-6)

Una de las narradoras manifiesta que lo que la motivó a lograr cambios en su forma de comunicación, ya que anteriormente en su afán de ser clara y directa daba la impresión de estar enojada, actualmente comprende que todo puede manejarse pensando las cosas antes de hablar, con paciencia y midiendo las palabras. Este logro en su habilidad de comunicación se hace evidente incluso en su relación con su primer esposo, con quien mantiene una relación estrecha de amistad que le satisface ya que expresa que es reconfortante ver en sus hijos una sensación de paz consecuencia de la buena relación actual de sus padres. Esto evidencia un crecimiento positivo tanto en las habilidades interpersonales como de solución de problemas para esta narradora. (Ver cuadro D-3).

Por otra parte la narradora III parece no haber utilizado la **habilidad de interrelación** en el desarrollo de su resiliencia, la cual, sin embargo, logra eficazmente por otros medios. Uno de estos pudo haber sido el apoyo de la terapia psicológica que recibió a lo largo de sus años de matrimonio, dicha terapia la ayudo a superar los conflictos en momentos críticos, fortalecerse y crecer emocionalmente según refiere. Otro factor que considera que la ayudó a salir adelante y a lograr un cambio significativo en su vida fue la solidez económica, situación que las otras narradoras no expresaron tan puntualmente como en el caso de esta narradora, aunque si manifiestan que coadyuvó a la superación de la adversidad; en su vida actual esta, narradora se considera una persona exitosa y productiva que ha logrado superar la adversidad que le represento un matrimonio violento y conflictivo. (Ver cuadros C-1 y C-2)

La resiliencia como potencial humano incita a confirmar que la vida es un proceso de auto corrección que permite mejorar y alcanzar el bienestar. Hace encontrar mayor coherencia entre lo que se ha vivido y aún se vive, y motiva hacia la trascendencia. Esto es algo que las narradoras expresaron constantemente a lo largo de sus narraciones. (Ver cuadros A-5, B-6, C-4, C-5, D-4)

En los siguientes fragmentos se evidencia lo mencionado anteriormente por las narradoras entrevistadas:

*(...) aprendí que en tu vida todo lo que va contra tu dignidad y tu integridad no vale la pena nada, porque tarde o temprano se acaba, se deteriora, lo único que vas a hacer es prolongar el tiempo de desgaste y erosión emocional, si yo hubiera tomado la decisión con él cuando empecé a tener los problemas...hubiera terminado igual, pero hubiera salido menos lastimada...(Narradora I)...conocí en ese momento que estaba yo en un proceso de rescatarme a mí misma, cosas bien bonitas que pasaron en mi vida y que no hubieran pasado si yo no hubiera estado cursando por este momento tan difícil, bien dice Hellen Keller que la fortaleza del ser humano solo se logra a través de mucha tribulación y sufrimiento, o sea no viene fácil...(Narradora I) ...”crecí en todo sentido, intelectual, emocional, espiritual, hacia el prójimo, en todo, yo veo el desarrollo que yo he tenido, definitivamente eso me marco....me independicé...(Narradora II)...yo no hubiera podido aprender lo que aprendí, si no me hubiera tocado tan duro no sería hoy la persona que soy.(Narradora IV)*

Tal y como se evidencia en cada uno de los relatos de las mujeres estudiadas, todas presentan los factores resilientes propuestos en este estudio: **fortalezas intrapsíquicas, el apoyo a la persona y la habilidad de la persona para relacionarse y resolver problemas**, los cuales potencializaron a raíz de la experiencia que describen como la más dolorosa y traumática en sus vidas: el proceso de divorcio. Tomaron conciencia de su nueva realidad que propició un mayor conocimiento de sí mismas y de sus capacidades, tomaron la decisión de responsabilizarse de su vida y sus actos; estas habilidades, si bien presentes en cada una de ellas como una aptitud innata fueron desarrolladas y perfeccionadas a partir de las experiencias que afrontaron a raíz de su separación y divorcio, dichas habilidades utilizadas oportunamente les permitieron convertir su vida en una más satisfactoria y plena, que les ha permitido concluir que sus experiencias aunque conflictivas y difíciles les permitieron ser las mujeres en las que se han convertido hoy, lo que las hace sentirse satisfechas consigo mismas según refieren.

## VI CONCLUSIONES

- a) Se determinó que el factor apoyo a la persona sí está presente en las mujeres divorciadas que han contraído matrimonio por segunda vez. Estuvo presente a lo largo de la narrativa de la mayoría de los casos, poniendo de manifiesto que el mayor número de ellas contaban con un apoyo social positivo que coadyuvó a establecer a su actual relación matrimonial.
- b) Así mismo se destacó la importancia que tuvo para todas las narradoras el apoyo social de sus propios hijos como un incentivo que las llevó a tomar acciones que se tradujeron en mejoras sustanciales en su estado de ánimo, su productividad y su autonomía para poder volver a ser funcionales.
- c) Se determinó que el factor fortalezas intrapsíquicas sí está presente en las mujeres que conforman la muestra. Se observó que su experiencia matrimonial previa fue primordial para darse cuenta de qué priorizar en la nueva relación, qué mejorar, qué evitar, qué dejar pasar en esta nueva relación, formando relaciones más compatibles a sus expectativas actuales derivadas del aprendizaje obtenido a raíz de sus primeras experiencias matrimoniales.
- d) Se estableció que el factor habilidad de la persona para relacionarse está presente en las mujeres que conforman la muestra. Todas las narradoras del estudio se involucraron en actividades que les permitieron desarrollar nuevas relaciones y formar vínculos con nuevas personas, observándose en estas relaciones el factor de la habilidad para relacionarse e interrelacionarse dentro de sus fortalezas para superar las adversidades.
- e) Las narradoras a pesar de sus experiencias negativas, del dolor surgido durante todo el proceso de su problemática emocional no perdieron el anhelo de encontrar una nueva pareja, lo que las llevó a utilizar sus habilidades para relacionarse sentimentalmente, en lugar de deprimirse, abandonarse o



simplemente conformarse a quedarse solas, es decir mostraron apertura frente a un potencial candidato para ser su nueva pareja tal cual ocurrió.

- f) Se determinó que el factor habilidad de la persona para solucionar problemas está presente dentro del grupo de estudio seleccionado para el estudio. Las mujeres modificaron la forma de abordar los problemas, que implicó un incremento en su inteligencia emocional derivada de una mayor comprensión de sus propias ideas y emociones aumentando su eficiencia para resolver los problemas al tomar la iniciativa, incrementando su autonomía en los aspectos más importantes de su vida como el laboral, emocional, familiar, social y económico.
- g) Se observó la habilidad de negociación que desarrollaron a raíz de las situaciones adversas que tuvieron que atravesar durante todo el proceso desde que su relación anterior recae hasta que inician una nueva, convirtiéndose en personas más asertivas. Ya que ahora son capaces de reconocer y pedir lo que necesitan o desean, buscando el momento oportuno para expresar con ideas más claras, más puntuales y más comprensibles esas necesidades.
- h) Los resultados de la investigación reflejan que no es necesario cumplir con una serie de factores resilientes o utilizar a cada uno de ellos para salir adelante, los hallazgos del presente estudio nos llevan a concluir que utilizar solamente algunos de ellos pueden bastar para resurgir de la adversidad utilizar lo aprendido y ser una persona más eficaz.
- i) Los factores resilientes son interdependientes ya que interactúan de manera que los recursos sociales puedan reforzar a los recursos personales y a su vez las características personales puedan generar reacciones que fortalezcan las redes sociales de apoyo.

## VII RECOMENDACIONES

- La presente investigación refleja que el factor apoyo a la persona constituyó uno de los primeros factores utilizados por las mujeres del estudio para el restablecimiento de su vida después del divorcio y el inicio de una posible nueva relación por lo que se recomienda al terapeuta hacerle ver a la paciente la importancia de proveerse de los recursos humanos que puedan ser de ayuda en el momento que sea necesaria.
- En el estudio se observó que uno de los factores resilientes importantes para las narradoras, para ser personas más adaptadas y persistentes fue el cultivar, desarrollar y fomentar lo relativo a las relaciones interpersonales, dicho de otra manera el apoyo social es un factor determinante para superar la crisis provocada por el divorcio, por lo que se sugiere que este es un aspecto importante que debe ser abordado como un hábito que debe trabajarse para aumentar la confianza en sí mismas tendiendo a maximizar sus capacidades y valores y con ello poder construir una red de apoyo social y tener éxito al relacionarse con una potencial pareja.
- Las conclusiones del presente estudio mostraron que establecer nuevas prioridades es algo preponderante para lograr una mejor relación matrimonial, por tal razón se recomienda llevar a las pacientes que asisten a terapia de pareja a realizar un análisis profundo de los aspectos que en realidad son necesarios para esa pareja, reorganizándolos según el nivel de importancia, reconociendo aquellos que verdaderamente hacen sentido a cada una de las parejas según sus ideas, valores y creencias por medio de un desarrollo intrapersonal que las lleve a identificar los aspectos primordiales para dar sentido a su relación y cuáles pueden quedar en un segundo término.
- En base a lo evidenciado en los resultados del presente estudio se recomienda desarrollar la asertividad e incrementar la autonomía de cada miembro de la

pareja así como el respeto a la autonomía del cónyuge como puntos de apoyo para aquellas parejas que asisten a terapia durante su primer matrimonio, debido a que se evidenció que esos factores fueron fundamentales para el logro de una segunda relación matrimonial, entendiéndose que de haberse implementado en el momento oportuno hubiera podido ser clave para evitar el divorcio.

- Se sugiere hacer énfasis en mantener una o varias ocupaciones que le permitan a las mujeres desarrollar sus habilidades interpersonales y ocupar su mente, su tiempo, sentirse productivas, ir alcanzando pequeños logros, vincularse con otros y recuperar la valía, reconocerse eficiente, lograr una autoestima elevada y sentirse una personas eficaces.
- Hacer saber al paciente que el proceso de duelo y recuperación de cada persona es diferente e individual, esto implica que cada persona le tomará un tiempo determinado que no es comparable con otras personas. Aclarando siempre que a pesar de que no es comparable con el proceso de nadie más, es necesario que tenga un tiempo recomendable para reincorporarse social, laboral o en otras áreas importantes de su actividad para involucrarse e interesarse en amplia gama de actividades, lograr ser socialmente eficaz incrementando la funcionabilidad en casi todas las áreas de su vida y lograrse sentirse más satisfecha.
- El presente estudio podría ampliarse mediante nuevas investigaciones que podrían abordar la perspectiva masculina para complementar la visión desde ambos puntos de vista respecto a los factores resilientes que son utilizados por ambos sexos para abordar la problemática de pareja, el divorcio y nuevas nupcias y poder aplicarse en clínica en terapia de pareja.
- Esta investigación hace énfasis en la importancia de conocer y utilizar dichos factores para beneficio de aquellas mujeres que pudieran acercarse a terapia

después de atravesar un divorcio como herramientas para sobreponerse y construir sobre su misma adversidad, superando la crisis emocional y continuando con una vida emocionalmente más sana que incluso favorezca al restablecimiento de su capacidad para manejar una nueva relación de pareja e incluso una nueva relación matrimonial.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aldana, G. (2005). Factores Resilientes En Las Mujeres Privadas De Libertad Del Centro De Orientación Femenino COF. Tesis Inédita. Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Aponte, R. (2004). Conducta Resiliente Entre Adolescentes Del Hogar De La Niña Y Adolescentes Del Hogar San José De La Provincia De Trujillo. Tesis Inédita. Universidad Cesar Vallejo. Perú

Barrientos, L. (2007). Factores Resilientes En Desplazados Internos Por El Conflicto Armado En Guatemala. Tesis Inédita. Universidad Rafael Landívar. Guatemala.

Bach, J. (2006). Análisis Comparativo De Los Niveles De Resiliencia Entre Los Alumnos Del Quinto Año De Secundaria Del C.E.P. "Santo Domingo De Guzmán" Y Del C.E.E. "Inca Garcilazo De La Vega" De Los Distritos De Chicama Y Chiclín. Tesis Inédita. Universidad César Vallejo, Perú.

Brooks, R. y Goldstein, S. (2004). El Poder De La Resiliencia. New York: Contemporary Books.

Buendía, L., Colás, P., Hernández, F. (1998) Métodos de investigación en Psicopedagogía. Madrid: Mc Graw-Hill.

Ceballos, S. (1995). La Resiliencia. ¿Y Eso Para Qué Sirve? Y Entonces ¿Cómo Podemos Construirlo?. Revista Crítica. No. 105

Ceballos, S. (1995) La Resiliencia..¿ Y Eso Para Qué Sirve? Y Entonces ¿Cómo Podemos Construirlo?. Revista Crítica. No. 105; Guatemala.

Cyrułnik, B (2002). Los Patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida. México: Gedisa.

Dehesa, M. (2003). Resiliencia En Niños Sobrevivientes De Maltrato Físico. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar. Guatemala

Ericsson, B. (1997). Therapeutic Mediation: A Saner Way of Disputing, Journal of the American Academy of Matrimonial Lawyers, Volume 14. 2. P.37

Fiorentini, A. (2002). Resiliencia. (En Red) Disponible En: [www. http:66.34.95.89](http://www.http:66.34.95.89) Editorial Resiliencia.

Grotberg, E. (2002). Nuevas Tendencias En Resiliencia. En Melillo y E. Suárez Ojeda (Compiladores), Resiliencia: Descubriendo Las Propias Fortalezas. P 115. Buenos Aires: Paidós.

Guerra, H. (2004). Divorcio, Cuando El Amor Se Acaba. En Las Relaciones De Pareja No Todo Es Luna De Miel. Prensa Libre. (En red) [Http://www.Prensalibre.Com/Pl/2004/Septiembre/12/97356.Html](http://www.Prensalibre.Com/Pl/2004/Septiembre/12/97356.Html)

Hasta Que El Divorcio Los Separe. (2007, 25 De Junio), Prensa Libre, P. 56.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2,003). Metodología de la investigación. (3era. Ed.). México: Mc Graw Hill.

Ramo Familia: Violencia Intrafamiliar; Juicios Ordinarios y Voluntarios de Divorcio; Orales de alimentos; Paternidad y Filiación 2007-2008. (2,009, Abril) Informador Estadístico del OJ, número 8.

Kotliarenco,E y Dueñas, S.(1996). Resiliencia: Construyendo en adversidad. Santiago de Chile: Ceanim.

La Disolución Matrimonial y su Terapia. (En red) disponible en:  
<http://www.sexología.com/artículos/matrimonio/disoluciónmatrimonialysuterapia>

Lara, E.,Martinez ,C.,Pandolfi,P. (2,000) Resiliencia: La esencia Humana de la transformación frente a la adversidad. (En red) <Http://apsique.com/deliresiliencia>.

León, O., Montero, I. (1997). Diseño de Investigaciones. Madrid: Mc Graw Hill.

Martínez, M. (1999). La Nueva Ciencia: Su desafío, lógica y método. México: Trillas.

Melillo E., Suárez,O. (Compiladores). Resiliencia: Descubriendo Las Propias Fortalezas. Buenos Aires: Paidós.

Morales, A.(2002) Efectos psicosociales del conflicto armado en jóvenes Ixiles internos en el Instituto Indígena Santiago. Tesis Inédita. Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2,004). Desarrollo Humano. Colombia: Mc Graw Hill.

Pérez, G. (1998). Investigación cualitativa: retos e interrogantes. Madrid: La Muralla.

Pérez (2007) A Los Jóvenes No Les Gusta Esperar. Prensa Libre. (En Red) Disponible en: <http://www.PrensaLibre.Com/PI/2007/Febrero/11/1632.Html>

Rivas, R. (2007). Saber Crecer. Resiliencia Y Espiritualidad. México: Urano.

Rodríguez, D. (2001). El Humor Como Indicador De Resiliencia En Melillo y E. Suárez Ojeda (Compiladores) Resiliencia: Descubriendo Las Propias Fortalezas. P 115. Buenos Aires: Paidós.

Rossette, P., Dobbs, B. (2001). La Resiliencia. El arte de resurgir a la vida. México D.F.:Lumen.

Vásquez, C. (2006). Características Resilientes En Mujeres Sobrevivientes De Cáncer De Mama. Tesis Inédita. Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Weitzman, L.J. (1985): The Divorce Revolution. The Unexpected Social and Economic Consequences for Women and Children in America (The Free Press, Collier MacMillan Publishers, No.34.504 pp.

Werner, F. (1998). El concepto de resiliencia familiar: crisis y desafío. Sistemas familiares. 14.p 11-14.

Zukerfeld, E. (1998). Psicoanálisis actual: tercera tópica, interdisciplina y contexto social, presentado en el III Congreso Argentino de Psicoanálisis. (En red) Disponible en <http://www.elpsicoanalisis.org.ar/numero1/resiliencia1.htm>



# **ANEXOS**

## **ANEXO I**

### **INSTRUMENTO**

#### **Entrevista semiestructurada para mujeres divorciadas que han contraído matrimonio por segunda vez.**

**Instrucciones:** responda a las siguientes preguntas de la forma más amplia y sincera posible.

1. ¿En cuál rango de edad se encuentra?
2. a. 35 - 40                      b. 40 – 45
3. ¿Cuántos años tiene de casada?
4. ¿Cuántos años duró su primer matrimonio?
5. ¿Cuántos hijos tiene de su primer matrimonio?
6. ¿Cuántos hijos tiene de su segundo matrimonio?
7. ¿Cuántos años transcurrieron entre su divorcio y su actual matrimonio?
8. ¿Cómo tomó la decisión de divorciarse?
9. Cuénteme, ¿cómo fue su proceso de divorcio?
10. Puede mencionar ¿cuáles fueron las mayores dificultades durante el divorcio y cómo las manejó?
11. ¿De qué manera manifestaron su apoyo sus amigos y familiares en su proceso de divorcio?
12. ¿Recuerda algún momento en el que alguna persona significativa haya sido primordial para la superar la situación que se presentaba en ese momento?
13. Durante el divorcio regularmente ocurren muchos cambios en la vida de las personas, ¿cómo se adaptó usted a esos cambios?
14. ¿Cómo reaccionaba cuando las cosas durante el proceso de divorcio no salían como usted esperaba?
15. ¿Cómo resolvió los problemas que enfrentó durante el proceso de divorcio?
16. ¿Cómo resumiría sus aprendizajes de esta experiencia?

17. ¿Qué cambios cree que ha hecho en base al aprendizaje que tuvo de su experiencia de divorcio?
18. Después de su divorcio, ¿hubo algo positivo que haya influido en su vida?
19. ¿Cuáles eran sus ideas sobre el matrimonio?
20. ¿Encuentra alguna diferencia en la forma en que acostumbraba resolver los problemas familiares en su primer matrimonio y la forma en la que los ve y resuelve actualmente?
21. Describa cuál es su reacción cuando surge alguna dificultad con su pareja.
22. ¿Cuál piensa que es la forma en que abordó los problemas en su primer matrimonio que ha cambiado decisivamente en este nuevo matrimonio?
23. ¿Cómo describiría la comunicación con su pareja actual contrastando el tipo de comunicación en su anterior matrimonio?
24. Cuando surge un conflicto en la relación matrimonial regularmente uno de los cónyuges es quien suele iniciar el proceso de reconciliación, con su pareja actual, ¿quién es quién lo inicia y cómo acostumbran resolverlos?
25. ¿Cómo definiría la relación de pareja en su nuevo matrimonio?
26. Cuando usted se siente deprimida por algún conflicto personal, ¿cómo lo maneja?
27. ¿Qué la hizo decidirse a casarse nuevamente?
28. En su criterio, ¿Cuáles son las cualidades tuyas que le ayudaron a sobreponerse durante y después del divorcio?
29. ¿Recuerda alguna otra situación en la que haya tenido que tomar una decisión muy importante como la del divorcio? Cuénteme sobre esta experiencia.
30. ¿Cómo cree que la perciben a usted las demás personas?
31. ¿Cómo se describiría a usted misma?
32. ¿A quién admira usted por su capacidad de sobreponerse a las dificultades?
33. ¿Cuáles son las cualidades que admira en esta persona?
34. ¿Cuáles son las cualidades que admira de sí misma?

## ANEXO 2

### ENTREVISTAS EDITADAS

#### NARRADORA I

*I “Creo que tenía mi castillo construido en el cielo”.*

*“Creo que tenía mi castillo construido en el cielo”.*

(1)Yo me fui a vivir a Estados Unidos por él, yo me enamoré de él, me casé con él y su trabajo nos llevó a Estados Unidos, pero él es de diferente religión, de diferente modo de pensar, de diferente cultura, yo abandoné todo por seguir a mi marido y no me arrepiento, pero si fue muy duro a la hora de la separación porque de pronto me di cuenta que todo mi proyecto de vida se lo había entregado a nuestra relación...al principio en lo que nos fuimos adaptando, su concepto de la mujer ideal, como me fui yo acoplando, yo diría que en los últimos 10 años no habían mucho conflicto a nivel práctico, cotidiano, de hecho yo le ayudaba a él a hacer sus discursos espirituales, nuestras pláticas eran de la palabra de Dios, la función de la mujer, del hombre, principios, valores, integridad, si se muere alguien, no es así que lastima, no , es una revisión profunda de lo que esa persona aportó en la tierra y el aprendizaje, otro rollo. Yo lo veía como tener un proyecto de vida en común y trabajar ese proyecto de vida, por supuesto que todo lo básico mantener la comunicación, el amor, la vida sexual, creo que esos eran temas importantes, a la vez yo creo que tenía mi castillo construido en el cielo, yo pensé que una vez que uno estuviera casado, que le ibas a echar todas las ganas a la relación para salir adelante. Por supuesto que rodeada de divorciadas en mi vida, mis padres también fueron divorciados, pero yo todavía creía mucho en que una vez que te casabas ya le ibas a echar todas las ganas con esa persona, por algo soy cáncer, creo mucho en la familia y en la unión familiar, me desvivo por el bien de la familia, en ese sentido creo que pequé un poco en irme fuera de la realidad, ha

cambiado mucho el concepto de lo que es el matrimonio. Quizá porque la fe y la religión también han cambiado y la globalización.

*“No era una mujer perfecta, también tengo muchas debilidades”.*

(2) Mi comunicación con mi primer esposo era profunda, el es espiritual, muy espiritual, nuestras pláticas eran muy profundas, nos entendíamos a otro nivel, pero a nivel práctico me di cuenta con los años que no nos entendíamos bien, en realidad, malinterpretó muchísimas de mis acciones, o pudiera ser también, que es lo que más se allega a la realidad, que no me quería entender, porque yo fui casi casi la mujer perfecta, fui una súper mamá, súper esposa, la casa impecable, su ropa bien planchadita, no tenía de donde agarrarse conmigo y de hecho hasta la fecha, toda su familia y toda la comunidad donde él se mueve, me adoran, una comunidad muy cerrada, me adoran, al grado que a mi hijo mayor le tuve que hacer ver que yo no era una mujer perfecta, que también tengo muchas debilidades.

*“Yo amé tanto a ese hombre “*

(3) Yo amé tanto a ese hombre, quizás no desde mi parte sana, que yo nunca pensé que me iba a ver en un shock en mi realidad de ese tamaño. Uno estando casada se imagina, que sería si no estuviera casada con él, pero no nunca lo imaginé como sucedió, en un momento dije me quedo aquí en Chicago, tengo mi vida hecha en fin, pero no sucedió como yo lo hubiera imaginado.

*“La monogamia en acto, no existe”*

(4) Nos damos cuenta que el hombre, la monogamia, existe solo en el ideal de la iglesia católica y la judía, no de la musulmana, pero realmente la monogamia en acto, no existe. A lo largo de la historia del hombre y del hombre sobre la tierra, la monogamia no es ni siquiera en la época de las cuevas, el hombre no es de una sola mujer, es triste.

## **II El peor trauma de mi vida**

*“Tengo que cerrar ese capítulo”*

(5) Él me mandó a volar a mí, prácticamente me echó de la casa, él hubiera estado feliz que prácticamente hubiéramos estado todos los años del mundo yo en México, y él en Estado Unidos y ni en cuenta, entonces yo fui la que promovió el divorcio. Al yo enterarme de su infidelidad por supuesto que cambió mi reacción por completo, porque mi primer año yo todavía estaba en Chicago, yo todavía tenía esperanzas de que íbamos a reconciliarnos, cuando yo me entero de la infidelidad y del grado y de la profundidad de la relación, no es que algo se haya muerto dentro de mí pero yo vi la posibilidad de reconciliarnos mucho más remota.

*“El peor trauma de mi vida”*

(6) Lo catalogo como “el peor trauma de mi vida ” las razones que él me dio como que para mí no tenían mucho sentido, terminó siendo que se enamoró de otra mujer, solo que esa mujer fue mi mano derecha durante cinco años en el negocio mío, yo tenía un negocio, entonces fue como doble traición.

*“Si lo tuviera que volver a vivir, no lo haría así “*

(7) Si lo tuviera que volver a vivir, no lo haría así por mí, yo por pensar tanto en mis hijos, yo creo que eso profundizó mi sufrimiento. La vida seguía como siempre, él llegaba, ya hacía la comida, todo estaba así, pero a nivel intimidad, nada, casi no me dirigía la palabra, él se llevaba a los niños al cine, y ellos me pedían que yo fuera y yo no no, en parte por la máscara ante los niños y en parte por el rechazo tan frío y tan cruel por parte de él hacia mí, yo seguía enamoradísima de él, yo lo quise muchísimo, muchisisísimo.

...esos seis meses fueron bien duros, estando viviendo bajo el mismo techo con él. En Diciembre que pidió el divorcio, el ya estaba buscando apartamento, entonces al día siguiente que como que recobré un poquito, dije de todas maneras ya habíamos

hablado del año en México, dame chance de que los niños salgan del colegio, para que no sea un shock para ellos, ahorita pues yo no me meto contigo, tú no te metas conmigo pero por los niños mantengamos todo como está por los niños, después yo me voy a México tú te quedas y ponemos a la venta la casa y así fue, fue durísimo, durísimo.

.....y eso aceleró el fuego para que yo dijera pinta tu rayita, pon tus límites y tienes toda tu vida por delante, toma una decisión y eso fue, ultimadamente dije, tengo que cerrar ese capítulo, porque mientras eso esté abierto me va a estar afectando, es parte de vamos a decir darle la bienvenida a mi nueva vida es cerrar y dejar bien cerradito el pasado, ese era mi fin más que nada...yo podía tener la esperanza toda la vida, pero a la única que le iba a hacer daño con eso era a mí, entonces como que realicé que es más sano cerrar el círculo que seguir adelante.

*“Miedo, miedo, miedo”*

(8) Explicaciones a los niños, decirles por qué la situación estaba como estaba, yo determiné que no les iba a mentir, tampoco les iba a voluntariar la información, pero si ellos preguntaban algo yo no les iba a mentir, conforme han ido creciendo mis hijos llegan a una etapa que me hacen preguntas y yo se las respondo con la verdad, quizás no les respondo todo, pero si les respondo con la verdad, entonces ese tipo de conflictos, y ahora qué le digo, cómo le hago y fui decidiendo conforme fui llegando a cada puente se puede decir, sobre todo con mi hija número dos. (Conforme va sucediendo al principio estás completa, vives rodeada de desafíos, son muchos miedos, miedo a que va a ser de mi vida, como le voy a hacer para mantener a mis cuatro hijos, miedo, miedo, miedo.

*“Te quitan el piso y de repente estas cayendo en un abismo”*

(9)...porque por supuesto que la economía también, cambia, todo se vuelve un caos con la separación o por lo menos en mi caso, es como que te quitan el piso y de repente estas cayendo en un abismo, muchas noches de llorar y llorar y llorar.

Yo lo que hice fue que me fui de Chicago y regresé a mi lugar de origen, no teníamos muchos amigos en común en mi pueblo, y los amigos que si teníamos eran amigos de él de muchísimos años entonces yo tampoco les iba a hablar cosas de él, mucho de ese deshago es necesario y yo no lo tuve, solo en las terapias.

*“No dormía, no comía”*

(10) El shock fue cuando me llevé mis hijos a México, para ellos el cambio fue duro, pero fue bonito la parte de amueblar la casa, estar con los primos, yo siempre les dije que nos íbamos a tomar un año para ir a México, entonces ellos creían que era eso, yo tampoco les dije que la separación era definitiva, yo tenía la esperanza de volver, entonces fue como un aventura, yo estaba desecha, trataba de que ellos no se dieran cuenta, no siempre lo lograba pero la mayor parte de tiempo me veían bien, por lo menos entera. Bueno bajé de peso, estaba hecha lata, no dormía, no comía, pero si mal mal, he de haber estado unos tres meses desde que me fui de Chicago a que llegué a México.

*“No cuentas conmigo”*

(11) Fue un proceso muy solitario en mi caso, la postura la dijo mi hermana, más claramente que cualquier otra persona, me dijo mira: lo que te sucedió con él, no estoy contenta con él porque te hizo mucho daño, pero tienes que entender que una relación de muchos años, nunca va a dejar de ser el padre de mis sobrinos, y lo estimo, entonces no me pidas que tome lados porque yo no voy a tomar lados, y así como ella tomó esa postura así el resto de mi familia, o sea yo estoy aquí y te apoyo para lo que quieras pero si tú crees que voy a estar aquí para estarte oyendo peladeces de tu ex, no cuentas conmigo, me pararon en seco y eso me dolió mucho, pero a la vez creo que



fue la postura más sana, porque me forzó a mí a mirar hacia adentro y salir adelante, o sea el hombre no es malo, fuimos víctimas de circunstancias, seguir el proceso del perdón.

Es muy duro, mi sufrimiento era muy solitario, no me quedaba otra más que asumir la responsabilidad, yo pequé de echarme la culpa, como que me fui al otro extremo de decir toda la responsabilidad es mía, desde el matrimonio, yo tome la decisión y todo es consecuencia de una decisión que yo tomé y todo es yo yo yo, eso fue mi manera de decir que no se vale echarle la culpa a nadie, aquí la única que tiene el poder soy yo.

...mi papá, mi papá también fue duro, pero fue muy realista conmigo, él nunca estuvo de acuerdo con mi matrimonio antes de, y le tuve que dar la razón en muchas cosas que él quiso hacer ver y yo no estaba lista para verlo, entonces me ayudó a mí a entender mas a mi papá, a acercarme a él. Su apoyo fue moral, emocional, no económico, yo tuve que vérmelas.

### **III Este proceso de rescatarme a mí misma, reconstruirme a mí misma.**

*“Eso es lo que yo viví, morí y volví a nacer”*

(12)...mis valores, me apoyé mucho en mi fe, recuerdo las primeras noches en México y yo inconsolable llorando inconsolablemente, diciéndole a Dios mi vida no es nada, estoy en tus manos, y tú has conmigo lo que quieras, mi vida no es mía, me entregué y esa fue mi oración y al poco tiempo me puse a rescatarme a mí misma, pero fue *como un renacer*, eso es lo que yo viví, morí y volví a nacer.

*“Este proceso de rescatarme a mí misma, reconstruirme a mí misma”*

(13) Entonces ahora sí que tuve que rescatarme a mí misma, a reconstruirme a mí misma, encontrarme a mí misma y poco a poco fui saliendo, en mi pensar nunca iba a rehacer mi vida al lado de otro hombre, eso lo tenía bien alejado de mi mente, mi rollo era más bien estar sola con mis cuatro hijos y estar bien, mi preocupación eran mis hijos.

Habían días, que yo tenía que concientizar que tenía que ser positiva, mi ser, también por la depresión, estaba negativa muchos días, pero aún en ese estado yo decía es que esto no está bien, entonces por ejemplo: las quejas, el echarle la culpa a él, de todo lo que no está bien, bueno por lo menos en mi caso, yo noté que cuando estaba deprimida tendía a quejarme más de las cosas con las cuales yo no estaba contenta en mi vida y en eso yo le echaba la culpa a él, porque si no hubiera sido porque él me mandó a volar yo no estaría en la situación en la que estoy, entonces se vuelve como un círculo vicioso, entonces en algún momento yo tengo que tomar la responsabilidad de todo lo que me está pasando, dejar de echar la culpa y una vez más tomar control, tomar control del pensamiento negativo, restarlo y convertirlo en algo positivo.

.....yo sabía que si yo no estaba bien míos hijos no iban a estar bien, estar clara, estar estable , consciente de sus necesidades, estable emocionalmente más que nada, a eso me refiero con lo de estabilidad.

Yo siempre fui muy científica, muy escéptica hacia cosas de energía, yo era más bien que para llegar a la c tienes que pasar por a y b, todo era metódico, y en este proceso de rescatarme a mí misma descubrí otro mundo por completo , que es la parte esta de “flow”, de dejarte llevar por el momento, de aprender a vivir el momento, y a aprender a vivir el conflicto pero solo cuando es real, si el conflicto es imaginario no lo quiero, al principio no te das cuenta, pero aprendes a darte cuenta, dices eso no es real , no me pertenece, no lo quiero, ciao y así vas poco a poco, me metí a clases de iriología, me volví experta en flores de Bach, terapeuta en flores de Bach, y a otro tipo de terapia, cosas que antes de yo ni siquiera hubiera considerado, una amiga, se volvió una buena amiga mía, yo sabía que existían los psíquicos, pero yo no me iba a acercar a ellos, en parte por mi fe y en parte por esta parte metódica y científica que tengo yo, me cambió un montón de cosas que yo tenía encerradas, conocí en ese momento que estaba yo en un proceso de rescatarme a mí misma, cosas bien bonitas que pasaron en mi vida y que no hubieran pasado si yo no hubiera estado cursando por este momento tan difícil, bien dice Hellen Keller que la fortaleza del ser humano solo se logra a través de mucha tribulación y sufrimiento, o sea no viene fácil.

*“Un día a la vez”*

(14) Al rato ya estaba yo trabajando también en lo que a mí me gusta, y así no me refiero tanto a lo social, sino que más bien a mi trabajo que es lo que me fascina... gracias a Dios yo me di cuenta de eso, y dije tengo que sacar esto, tengo que controlar esto, y así fue como tuve que hacerlo poco a poco y con la ayuda de terapia, me di cuenta de muchísimas cosas, que las cosas que van mal no solo es culpa de uno, son cincuenta cincuenta, entonces aprendí muchísimo de él, muchísimo de mí, y la cosa es aprender de las cosas y salir adelante , es como el lema de los alcohólicos anónimos, un día a la vez, y aprendí una palabra muy importante, que hasta la fecha la uso mucho, "flow", o sea no trates de controlarlo, lo que te venga, viene, y tómallo con calma, por más oscuro que esté el día de hoy mañana será otro día, entonces tranquila. Fue un día a la vez, fueron cambios muy duros, pero lo fui tomando un día a la vez, y conforme se fueron presentando las cosas las iba resolviendo, día a día. Si mis hijos hacían una pregunta yo les respondía sin mentirles, el día de mañana ellos no me pueden reclamar, a la fecha me lo agradecen sobre todo los grandes.

*“Me ocupé, me ocupé, me ocupé”*

(15) Sabía que necesitaba ayuda profesional, y la busqué, la encontré, me ocupé, me ocupé, me ocupé y gracias a Dios yo creo que por eso logré salir adelante.

Me metí a cursos de mi carrera, al rato ya estaba yo trabajando también en lo que a mí me gusta, y así no me refiero tanto a lo social, sino que más bien a mi trabajo que es lo que me fascina y entonces encontré como que mi escape en eso también.

En la parte profesional, crecí de una manera, impresionantemente fuerte, de repente yo tenía lista de espera a diestra y siniestra, estaba dando terapia de lunes a viernes, y en los fines de semana dando talleres, a veces nos íbamos a Acapulco, también convivía con mis hijos en la medida que me permitía mi trabajo.

*“Sentí que nada me podía detener”*

(16) Crecí más en ese año que lo que había crecido en los últimos veinte, crecí muchísimo, a muchos niveles. Es bello, de verdad es bello, en el sentido de que me di cuenta de lo poderosa que soy, uno cuando está en pareja tiende a asumir mucha de la personalidad de la pareja, mucha de la manera de pensar, de hecho es parte del matrimonio, casi casi se convertiste uno con tu pareja, y se nos olvida esta parte de que si uno no está bien, el otro no está bien, se nos olvida, o más bien no nos enseñan, entonces uno deja de hacer muchas cosas, sobre todo como mujer, te embarazas, tienes hijos, toda tu vida gira en torno a la necesidad de los hijos, el papá, la casa y te olvidas de ti misma, la parte espiritual, humana, intelectual, entonces para mí en ese sentido fue bello, porque me redescubrí a mí misma, me di cuenta de todo lo fregona que soy, honestamente me dije wau Raquel de lo que te has estado perdiendo, entonces sí mucho dolor, sufrimiento, el darme cuenta de muchas cosas más, pero a la vez el decir todo depende de ti, lo tienes aquí y adelante y te juro que sentí que nada me podía detener, como empoderamiento, sentí, poder sobre mí misma, súper a todo dar, un positivismo, un energía muy evidente que todo mundo lo veía, yo parecía un imán. La gente me buscaba mucho, y buscaban no tanto por hacer algo, solo por estar en mi presencia, yo nunca había sido tan alegre, tan positiva, antes de eso la vida había sido muy seria, pinche nerda científica. De repente wow, ni se diga el pegue, los hombres, bueno no pasaba un viernes que yo no tuviera tres citas diferentes, actividades y me costaba trabajo decidir a cuál quería ir. La parte social, vino por ende, no lo busqué, vino a mí y me la pasaba súper a todo dar. Si fue una etapa en ese sentido feliz, me atrevería a decir que hasta feliz.

*“El peor miedo que pude haber tenido que era el de quedarme sola, ya lo pasé, y no pasó nada”*

(17) Soy un poco más realista, ya no construyo castillos en el cielo y si lo hago estoy consciente de eso, no cuesta nada, pero eso no quiere decir que voy a querer vivir en ese castillo, mucho más consciente de mis debilidades, de mis necesidades, pero a la vez realista, en el sentido de que no me voy a conformar con cualquier cosa, si algo no

me parece, lo voy a decir no me voy a quedar con la boca callada, y si tengo que poner un límite severo lo hago y con mucha más facilidad que hace quince años, yo ya , el peor miedo que pude haber tenido que era el de quedarme sola, ya lo pasé, y no pasó nada, ya lo confronté, aquí estoy vivita y coleando, al superar ese miedo no me confronta tanto otras situaciones en mi vida, una de mis palabras favoritas es la congruencia, la congruencia es lo que hablo, siento, pienso digo y hago está en armonía, se dice fácil, pero es una lucha constante, pero la persona que tiene ese proceso en consciencia se da cuenta con más facilidad cuando la incomodidad choca con uno, y esa incomodidad puede ser porque te vino un comentario que no puede ser porque te volteó a ver feo y en ese momento no te diste cuenta, entonces ahora alguien me voltea a ver feo y si me interesa esa persona o esa relación, le digo oye porque me ves feo, mientras que antes no me gustaba perder el tiempo con eso, ahora trato de no dejar cosas pendientes, de ir cerrando mis circulitos, conforme voy viviendo, voy tratando de cerrar todos los circulitos porqué es imposible resolverlos todos pero si da una paz interna tremenda, me voy a la cama tranquila aunque me acabe de pelear con mi marido, o sea duermo tranquila, porque también lo pongo en contexto, antes tenía que concientizar este proceso, era un esfuerzo, ahora me viene con mucha naturalidad, no lo pienso, me ha ayudado mucho a resolver por poquitos.

... esta parte de la congruencia que te contaba, yo antes pasaba por alto muchas estupideces, frivolidades, cosas que para mí no tenían importancia, las hacía de lado, porque no son importantes, ahorita reconozco que es una frivolidad pero mentalmente lo voy anotando como referencia para el día que se presente algo un poquito mayor pueda yo recurrir a este ejemplo, yo tengo una debilidad, que soy exageradamente no rencorosa, al grado de que se me olvidan las cosas, he tenido que concientizar mas esas cositas para que me ayuden a convencer a la otra persona el día de mañana de lo que le estoy tratando de decir, mientras que antes yo me ponía histérica, trataba de explicar y expresarme, pero no tenía los ejemplos, es que me lo hiciste la semana pasada ¿a qué hora? pues es que ahorita no me acuerdo, o sea, ahora no y otras cosas que según yo no iban a suceder siempre terminaron sucediendo, algunos

patrones se repiten, ahora si entiendo a la gente que no le gusta el conflicto, gente que evade también entiendo, tengo mucho mas tolerancia a eso hoy que hace diez años.

Ahora veo el conflicto, es como la científica, que si tú ves un error de uno más uno dos, y si no lo dice ahí desde ahí hay algo que no está bien y de ahí todo lo que se construya d no lo manejaba así, yo lo tomaba como que yo lo acepté a él y él me aceptó a mí, siempre queriendo mejorar pero siempre de ambas vías, teníamos ciertas normas, no discutíamos frente a los niños, fuimos estableciendo normas de cómo llevarnos, con mi actual matrimonio no, él es más explosivo, más volátil, he tenido que usar mucho más mi inteligencia y me estresa, no te voy a decir que no, y sobre todo con los niños y hasta con su papá, la mayor le pasa, ella ha madurado en muchas cosas, pero con los más pequeños todavía me encuentro atrapada a mí misma dependiendo de la postura del papá, ahora con mi marido presente me pasa lo mismo, y ahora que ya lo tengo claro si me atrevo a decirle a los niños, si, es un hombre neurótico pero eso no quita que es un hombre bueno, que nos quiere mucho, que nos ha dado, antes yo nunca hubiera dicho es neurótico, porque es algo fuerte, pero así es él.

*“Te acepto con tus debilidades y fortalezas”*

(18) La necesidad mía, en la vida había sentido que una persona me quisiera como me quiere este hombre, de alguna manera yo también sentí mucho abandono por parte de mis papás y ahí yo sentí un compañerismo, mi familia es unida pero cada quien con su rollo, sin embargo nos juntamos y es alegrísimo todos nos llevamos, todos en mi familia de origen somos muy solitarios, muy independientes, pero yo si añoro mucho la familia, me gusta, entonces cuando se me presentó la oportunidad yo dije no, que flojera, mucho trabajo, no, no me quiero enganchar, yo estaba viviendo la vida loca, un pretendiente por acá otro por allá, flores, regalos, pero él , es buen corazón, me enterneció muchísimo, y yo le dije enamorada no estoy, pero lo que sí le puedo prometer es que con el tiempo te amaré y así ha sido, porque yo cuando te acepto como amistad como pareja te acepto con tus debilidades y fortalezas, cero bolas solo que me hagas una súper majadería entonces si no , pero si no no me peleo con nadie,

muchos dicen que soy tolerante, si, pero es mi empatía, entonces cuando tu entiendes perdonas.

*“Siento más claridad a través de lo que yo viví”*

(19) Ahora la que inicia el proceso de reconciliación tras el conflicto soy yo, si por él fuera no, pero en el momento del conflicto hay un momento en el que los dos nos callamos, sabemos que no vamos a resolver nada y la que busca que hablemos las cosas y resolvamos soy yo, yo diría que el 90%, y a Dios gracias a diferencia de el otro , si yo tengo la razón, o ve mi punto de vista me lo dice y corrige, para él y ante mí, no es tan orgulloso como mi primer esposo. Claro que vuelve a cometer el error y le recuerdo, soy como la mamá, en esa parte sí, la parte emocional, en el primer matrimonio era más pareja, ahora soy más y...creo que por mis cambios, maduré muchísimo, yo crecí muchísimo, entonces a lo mejor antes tenía yo, o lo miraba de la misma manera de hacer las cosas, pero yo no lo podía expresar de la misma manera, más clara, ahora como que lo puedo expresar, puedo provocar un cambio real tanto en él como en mí, antes yo a lo mejor tenía la idea pero no podía expresarla para que la otra persona me entendiera, siento más claridad a través de lo que yo viví, conmigo misma y con mi habilidad de expresión.

... lo que pasa es que me entró mucha inseguridad al darme cuenta de que realmente el otro no me conocía, como decir no hay pretexto para que el día de mañana me digas no entendí tu punto de vista... según yo él me entendía, ahora yo puedo balancear más las cosas, ya tengo la apertura de esta parte energética porque no puedo llamarlo de otra forma, puedo ver con más claridad, ejemplo: él tiene un rollo con su ex que yo le digo si no sales de eso no vas a liberar esa energía y no vas a poder saltar a la siguiente etapa, y es bien sencillo, si tu corazón está ocupado con algo y no estás dando la entrada a otra cosa nueva estás atorado, entonces vengo diciéndoselo, diciéndoselo, sin tener nada concreto porque como le explicas a una persona que está atorado energéticamente, es difícil entonces resolvieron el conflicto hace menos de un mes, y ha sido como diez saltos para adelante este mes, ahora ya sabe, ¿te das cuenta de lo que te estaba tratando de decir? Si, qué razón tenías, entonces eso yo a lo mejor

lo hubiera percibido pero no lo hubiera podido expresar, entonces soy más eficiente, soy mejor pareja.

*“Volverme a casar”*

(20)...volverme a casar, lo pensé mucho, yo siempre digo que somos producto de las decisiones que vamos tomando en el camino.

No tenía nada que perder, lo que hablaba de cómo ha cambiado la percepción del matrimonio, dije si no funciona me divorcio, pero no voy a vivir al lado de un hombre sin estar casada.

... porque el hombre no te va a ver igual, es como unión libre, no va a sentir el mismo compromiso. No por mí yo sé que sí me entrego y soy fiel y soy leal, pero él no lo va a ver igual, no se va a comprometer y yo no puedo estar jugando porque tengo cuatro hijos.

Uno es por él, que él se comprometiera conmigo que en verdad vamos a ser pareja y que le echamos ganas. Le tengo que dar ejemplo a mis hijos, un matrimonio espiritual, y para mis hijos en su cabecita él ya se había comprometido conmigo, esas fueron las dos razones más grandes.

*“Cuando me propongo algo me pongo el reto y ahí estoy”*

(21) Yo soy la nutriente, él viene de una familia con mucha disfunción familiar, conozco su familia desde hace muchos años en México, conozco la dinámica familiar, es un hombre con una necesidad emocional tremenda y yo soy bien cariñosa, muy empática, soy firme, por eso te digo que soy casi casi la mamá a nivel emocional y él ha encontrado una estabilidad emocional que creo que nunca la había tenido, por eso, le llamo la atención sin arriesgar a que él sienta que no lo amo, le costó mucho aceptar eso, porque al primer conflicto creyó que lo iba a abandonar, lo iba a mandar a volar. A él le paso abandono emocional por parte de los padres, las mujeres, relaciones bien raras pero todo por parte de la misma bronca emocional desde que estaba chiquito,



entonces tenemos un equilibrio bonito, tiene una capacidad para hacer negocios tremenda, es ingeniero textil, yo no he disfrutado de los beneficios porque desde que estamos juntos esta súper atorado, tenía una mega empresa y le robaron, ¿y me dijo me aceptas sin nada? Y yo yo dije pues yo le hecho ganas. Es trabajador, noble, tiene un carácter de la fregada, viene de una familia francesa tipo de esas autoritarias de las que el papá dice y no se le cuestiona y yo le digo oye eso es del siglo pasado, si se merecen una pequeña explicación los niños de porqué les dices esto y él no cree eso cree que es porque yo lo digo y si se le dice algo es falta de respeto, entonces esa es mi lucha, es constante el conflicto, es importante pero no como otras cosas, eso es lo que estoy trabajando ahorita en nuestra relación , la que tiene la parte de claridad, soy yo, el se enamoró de mí y yo pensé que no iba a volverme a casar y el mi hizo la oferta de cuidarme, de velar por mis hijos, de ser mi fiel compañero y yo dije ¿ por qué no? Yo soy de pareja, me gusta la familia, le hecho ganas y no abandono fácilmente, cuando me propongo algo me pongo el reto y ahí estoy.

*“Tras el rescate de mi misma he aprendido a equilibrar eso”*

(22) Soy una persona con una madurez tanto emocional como intelectual superior al promedio, me ha tocado vivir cosas que no son muy comunes, a todos nos toca, pero a mí desde muy pequeña me expuso a muchas culturas, mucho viaje, desde niña, y eso formó parte de mi desarrollo y desde ahí ya vengo diferente, genéticamente tiene que ver, mientras más vivo más creo en eso, vengo de raíz fuerte, físicamente somos sanos, mi familia a pesar de que soy producto de papás divorciados, y una familia grande muy estable a nivel emocional, y eso me brindó estabilidad emocional, económicamente estable también, que también da autoconfianza , entonces de entrada yo vengo con bendiciones, que están un poquito más allá del promedio y bien dice el dicho, a quien mucho le toca, mucho le toca dar y en gran parte ese fue mi lema con mi primer marido y es parte eso fue lo que me hizo darle mucho a él y a la comunidad, me siento muy afortunada por todo lo que me ha dado la vida que yo entendía la responsabilidad de dar de regreso, pero exageraré, ja ja. Tras el rescate de mi misma he aprendido a equilibrar eso. Si me siento una persona fuera de lo común.

...como una persona rara, diferente, buena onda, llevadera, interesante, me pueden contar todo, se sienten súper conmigo, soy muy discreta, llevadera, deportista, me invita a jugar golf voy, el que me detiene es mi marido, en cuanto a mis amigas me detiene mi marido, él es sumamente posesivo, me quiere para él solito, esa es la queja más grande de mis amigos y mi familia.

*“¿Cómo lo manejaría él?”*

(23)...admiro al tío de mi ex, es un persona espiritual, ha tenido que vencer un montón de obstáculos y a la fecha cuando estoy en un dilema de que no le encuentro pies ni cabeza, pienso en ¿cómo lo manejaría él? y principios de p a pa, y no sucede nada en la vida personal o noticias que no le ponga el principio o valor que se está viendo o necesita fortalecerse, es impresionante.

*“Soy buena amiga pero soy firme también”*

(24) Mi empatía, mi discreción, soy buena amiga.....una porque soy leal, no importa lo que esté pasando la otra persona la voy a apoyar, no la voy a juzgar, en el bien. Siempre les digo a mis hijos, siempre los voy a apoyar en el bien, a mi hija la mayor para darte un ejemplo de cómo no lo apoyo un día la descubrí comiendo brownies con marihuana del colegio, le dije, vivíamos en la florida en ese entonces, yo encuentro una sustancia ilegal aquí y le hablo a la policía y que vengan por ti y que te lleven, cero tolerancia, a eso me refiero en el bien. Si cometes un crimen no te voy a ayudar, te voy a tratar de dirigir lo que sea mejor para tu consciencia. No me voy a convertir en tu cómplice. Soy buena amiga pero soy firme también.

## **NARRADORA 2**

### **I Un conflicto muy serio**

*“Yo estaba muy enamorada de él”*

(25) El tenía muchas mujeres y me dijo que ya no quería continuar, que quería la separación, entonces él me pidió, yo estaba muy enamorada de él para decirte la verdad, si, me da pena contarlo...si, dije sí, no te quiero y no te quiero.

...bueno, yo estaba embarazada de la más chiquita de mis hijos, tenía como siete meses de embarazo cuando empecé a recibir llamadas telefónicas de la novia de él, donde ella me informaba que ellos era novios, él entró en una etapa de desequilibrio muy fuerte, emocionalmente, muy violento, mucho alcohol, mucha fiesta, mucha parranda, mucho todo, y, cuando me enteré, te voy a contar de cuando me enteré hasta que me divorcié legalmente, nació mi hija, el día que nació mi hija, él no estaba, estaba de fiesta, al fin apareció, recibí una llamada telefónica de una que se supone que era mi amiga, porque él había hecho una fiesta en mi casa para dar la bienvenida de la chiquitilla, de ahí ellos habían salido en un carro y tuvieron un accidente muy fuerte y una de ellas era la novia de él que habían llevado a mi casa y a él lo andaban localizando porque ella estaba muy enferma y andaban preguntando por él, entonces llegaron al hospital a preguntar que donde estaba y yo dije que ni enterada estaba de donde estaba él, a y entonces ahí le hable, le dije que esa no era vida, que yo no quería y me dijo que no que ya había pasado, que ahora se iba a portar bien, eso fue en Octubre del 85, en Noviembre del 85 él loqueó y se fue de mi casa a mediados de mes, como el 15 de Noviembre y pasamos separados ese fin de año y todo eso, el año siguiente se peleó con la novia que tenía, entonces digamos, cuando estaba de novio entonces no te quiere nada y luego cuando se le bajaba el amor entonces empieza a cantinearte otra vez, después se vuelve a enamorar de otra o de la misma y así se pasa el tiempo, entonces en lo que descubris que eso es así, el iba y venía y así hasta que conoció realmente a la que fue su segunda esposa, el lleva cinco matrimonios, cinco o seis por ahí, entonces cuando él me pidió a mi formalmente el divorcio, el se quería

casar con esta muchacha entonces el me dijo que quería divorciarse para casarse con esta muchacha, y le dije que perfecto, que no tenía ningún inconveniente en firmarle los papeles, lo único que revisaríamos que minuta iba a quedar para el divorcio, bueno hubo un poco de tira y encoje en función de la casa y los niños poco mas era la casa que mi papa me había dado el terreno y como un ochenta por ciento del valor de la casa pero como me había casado con bienes mancomunados él reclamaba el 50% de la propiedad y finalmente cedió y la propiedad se quedó a nombre mío y ya me divorcié, luego se casó inmediatamente, ya ahí ya.

*“El comportamiento de él no cambiaba”*

(26)...tenía muy chiquita mi hija, entonces me separé en un periodo de tiempo estábamos en un periodo que si que no, que si te quiero, que no te quiero, que me gustas, que si me voy a portar bien, que no me voy a portar bien y así nos pasamos hasta el 89 y todavía después del ochenta y nueve siguió con el juego él, pero ya estábamos divorciados...

...regresaba físicamente a vivir conmigo y se portaba bien unos meses, luego volvía a agarrar camino, siempre era él el que tomaba la decisión de agarrar camino y volvía a irse y después volvía a decirme que si y que probábamos y que no sé qué y que no sé cuantos y así nos pasamos como dos o tres años.

... bueno al principio, en la etapa de reacomodo, bien, pero luego volvíamos a tener los mismos problemas porque el comportamiento de él no cambiaba nunca, seguía siendo exactamente igual, el era una persona soltera, casada y descarado entonces se volvía un conflicto muy serio.

*“Mentira tras mentira”*

(27) No habían problemas porque no vivías una realidad, como te explico, que yo lo veo ahora, lo que pasa es que si me enojaba porque el aquel estaba de un color u otro color, él te juega, el es la persona que tu quieres que sea, entonces, no tenés mayor cantidad de dificultades porque mientras él está contigo no estás enterada de lo que

hace en la calle porque lo que te llega a contar es mentira, mentira tras mentira tras mentira, lo que pasa es que él es una persona conflictiva, entonces llegaba con problemas del trabajo, porque mi papá, porque siempre es un tercero el que tiene la culpa, me hizo, porque mi mamá, porque mi hermano, porque el trabajador, porque esto o lo otro.

...es que yo creo que nunca resolví los problemas, nunca vi que había un problema, nunca me enteré que yo tenía un problema.

## **II Estás totalmente devastada**

*“Yo ahí quería morirme”*

(28) ...como te digo, yo estaba totalmente enamorada de él, entonces sufrí la separación física la sufrís, el desengaño lo sufrís, adicionalmente a eso yo creo, bueno no, nunca lo conocí, nunca supe con la persona que estaba casada hasta que me empecé a divorciar, empecé a ver el verdadero hombre que él es, es una persona que es totalmente de mi desagrado, en principios, en valores, en comportamiento, en conducta, en todo, mucho problema con los niños también, mucho, porque somos muy diferentes y muy opuestos, entonces lo que en una casa se trata de hacer con disciplina y con reglas y con patrones de estudio de comportamiento y de valores, en la otra casa totalmente diferente, entonces los niños entraban en un conflicto, el totalmente permisivo y yo era una ogro completamente, muy golpeada por los niños también en ese sentido porque los niños solo querían estar con su papá, primero económicamente más limitada que él, entonces ahí es donde te digo que me retiré del magisterio para empezar a tener más ingresos que me permitiera a mí cubrir las necesidades de mi casa completamente...si fue un período muy difícil y te digo yo muy deprimida, muy deprimida, yo ahí quería morirme literalmente, yo le rezaba mucho a Dios, que me hiciera algo pero que me llevara.

...a mis hijos los metí, pero yo no, no tenía para eso (terapia) y económicamente nunca he sabido pedir porque mis papás me hubieran podido ayudar si yo les hubiera pedido

pero yo trataba siempre de salir adelante y hacer las cosas con lo que yo podía, entonces a mis hijos si los puse en terapia, creo que me hubiera caído muy bien, ahora que ha pasado el tiempo creo que debimos haber estado todos más tiempo en terapia.

*“Estás totalmente devastada”*

(29) Estás totalmente devastada... no te puedo decir en una, sino que era, cuando tú te estás divorciando te sentís tan mal, tan mal, es como que estuvieras enferma general, entonces no es en una situación específica sino que es todo el tiempo, todo el día, todo, es como un año entero en el que estás totalmente devastada, es espantoso, eso si no se lo deseo a nadie, de verdad, para mí el divorcio es lo más feo que puede sufrir un ser humano, porque la pérdida de un familiar, de un ser muy querido para ti, hay un vacío, pero hay un amor que te recompensa, en el mismo vacío hay un amor, pero en lo otro pasan por tu integridad, por tu ser entero, no sé, a mi me pasó.

*“El día era eterno, la noche era eterna, todo era eterno”*

(30) Lo que me costó fue dejar a los niños, especialmente cuando se enfermaban, la parte más difícil, me costó acostumbrarme a que mis hijos se los llevaran, que él se los llevara, eso si me costó, al principio era espantoso el día era eterno, la noche era eterna, todo era eterno.

*“Económicamente ni mejore ni empeoré mucho”*

(31) No me pasaron muchos cambios, mira la casa era propia, así que seguí viviendo en la misma casa, bueno me cambié a una casa más lujosa y más grande cuando iba a nacer la chiquitilla, pero en diciembre disparó adentro de la casa entonces si ya se fue, y después me dijo que ya no iba a pagar la casa y si quería que la pagara yo, entonces me regresé a una casa propia, lo que pasa es que la casa era muy chiquita, y de ahí no me volví a salir de esa casita hasta que me cambié a donde vivo actualmente pero era otra casa de mis papás, entonces mi papá me dijo: mira se me desocupa esta casa porque no te venís a vivir a esta casa porque es más grande, y me pasé, así que en eso nada me cambió, en economía, como te digo pues tampoco me daba mucho estando

con él, lo que él siempre ha sido para darse a él, entonces si tu sos la persona que está con el entonces recibís los beneficios, pero él no te va a dar a ti para que tú estés bien, entonces económicamente ni mejore ni empeoré mucho, lo único es que si cubría ciertas cosas , súper, y todo eso, en cambio en la pensión alimenticia, no. Si me fui a trabajar, eso sí fue cambio, yo no trabajaba, el trabajo que me consiguieron de maestra, que esto fue diciembre, y uno de los amigos me dijeron venite a trabajar con nosotros que son dueños de un colegio, y ahí empecé a trabajar dos o tres años, regresé a la universidad, eso mis papas me ayudaban económicamente con lo que me hacía falta, ese es el tiempo que mi amiga me dio la tarjeta, creo que dos años trabajé, y de ahí si ya me di cuenta de que ahí no iba a prosperar, entonces me salí y me puse a trabajar en ventas porque no tenía una profesión, y dije aquí me genero mi propio salario, empecé a trabajar en ventas y después a ventas a una empresa, me pasaron a administración y ya ahí hasta aquí.

*“Solo esa vez fui a pedir ayuda y nunca más”*

(32) ...suponete si mis hijos no tenían zapatos o pedirle ayuda que mire fíjese que él se los lleva, porque se los llevaba a bares a niños de cuatro cinco años, en lugar de llevárselos a jugar a los columpios, se los llevaba de parranda con él, a los bares o restaurantes con la patojas que él andaba y les decía que por favor le hablaran para que las cosas fueran de otra forma, pero eso si no , nunca, digamos que lo que yo recibí es que me seguían invitando, que me llamaban (los suegros), lo que realmente necesitas para recuperarte y salir otra vez, eso si no, siempre lo excusaban, siempre lo disculparon, bueno no me daba la pensión alimenticia, no me pagaba colegios ni eso tipo de cosas y yo le decía a la señora, no para que ella lo pagara, no sino para que le hablaran pero me decía que eso era problema de su hijo, solo esa vez fui a pedir ayuda y nunca más, la siguiente vez que llegue ya estaba divorciada y ya estaba vuelta a casar y no había pagado el colegio de mi hijo en todo el año cuando me llegó la cuenta a mí en Agosto, se debían veinte mil, entonces llegué con el papá directamente, entonces me dijo: tú que es lo que esperas de mí, nada le dije yo, solo vengo a informar

porque esto se va a volver un problema serio, entonces quiero que sepa las dos versiones, no le estoy pidiendo absolutamente nada, vengo en carácter informativo.

*“Sin un hogar integrado”*

(33)...por supuesto, me ayudó mucho que él se casara, porque para mí el hombre casado si no existe, entonces el dejó de estar dentro de, emocionalmente dejó de ser una posibilidad la reconciliación, me costó mucho, ponerme el título de que iba a ser divorciada, porque volvés, contra todo el esquema que tú traes en tu vida, te querías casar, creíste que te ibas a casar, que iba a durar para toda la vida, y ahí sí que él si no es para toda la vida, cuesta mucho, aceptar que esa va a ser tu realidad, luego cuesta mucho que tus hijos van a crecer sin papá o sin un hogar integrado.

*“Divorciada empecé a conocer que realmente es un hombre sin límites, sin principios, sin valores”*

(34)...los vas viviendo conforme te van cayendo, todavía me siguen cayendo y seguís, uno a la vez, el que viene lo vas resolviendo, como te digo yo a él lo conocí cuando ya estaba divorciado, y por supuesto nunca tomé ninguna precaución, ni cuando estuve casada, ni a la hora de firmar, yo creía que él era la persona con la que yo me había casado, entonces esa solo existía en mi cabeza, entonces ya divorciada empecé a conocer que realmente es un hombre sin límites, sin principios, sin valores, mala, una persona mala, entonces ahí empecé a tomar cierto tipo de precauciones para prevenir no tanto a mí, sino a mis hijos, en situaciones futuras que les pudieran pasar, por supuesto que no los pude prevenir, no pude proteger como a mí me hubiera gustado hacerlo, yo rompí relación con él, ¿en qué año? creo que en el 94 como es variable, es inestable completamente, tuve un problema con mi hija, porque a mi hija la sacaron del colegio, y el tiene un colegio, entonces él quería que yo metiera a la niña en el colegio de él, lo cual dije que no, definitivamente dije que no, tuvo que haber sido en el 96, entonces le dije que no, que no la metía ahí, y me llamó un abogado, hizo que el abogado me intimidara, que me iban a demandar si no metía a la niña en el colegio que



él quería y todo lo demás, entonces le dije hasta aquí llegué, bueno no dije nada, yo me dije a mi misma, hasta aquí llegué.

*“Ahí empecé a caminar hacia delante”*

(35) ... eso me duró como dos años y medio tres por ahí y de ahí ya, yo siento que a mí me costó estabilizarme yo, pero ahí ya cuando me estabilicé ya, esa parte me costó, como yo está muy inestable, ellos estaban inestables, si emocionalmente, lo que más me costo es que él se llevaba a mis hijos. Sobre todo porque eso era un caos, lo que yo no quería que mis hijos vieran, existieran, convivieran, todo, yo no quería esa vida para mis hijos...tiempo, tiempo y me acuerdo una vez que mi hermano se estaba divorciando, al mismo tiempo que yo, el no vivía aquí, una vez vino a Guatemala, yo lo vi muy bien, lo vi bien, y lo sentí bien, todo y yo no, seguía en el círculo entonces le dije: ¿pero qué hiciste, cómo estás mejor que yo? Y entonces me dijo: yo solo te voy a dar un consejo, se leal a ti misma, si no lo querés , no lo hagas, si crees que no es correcto no lo hagas, si no crees que no es correcto no cedas, si crees que tenés que caminar en un paso y camina en una dirección, pone un paso y después otro paso, pero hacia una dirección, entonces te marca un punto, pensá que querés, y mi objetivo era ser económicamente solvente, y totalmente independiente de él, yo quería ser totalmente independiente de él en todo sentido, entonces ahí empecé a ser ese paso, entonces cuando él llegaba a mi casa, como era un columpio, venía , iba, venía, entonces empecé a dejar de recibir ese jueguito, que cuando me llamaba por teléfono que estaba arrepentido a no sé qué horas de la madrugada, que estaba arrepentido, que siempre si era a mí a la que quería y no sé qué, ya no, ya no empecé a tener eso, eso se acabó, ahí empecé a caminar hacia delante.

*“Es que juega sucio”*

(36) Yo solucioné muchos problemas, yo, no familiares, porque aparte están mis hijos, porque mis hijos nunca rompieron nexos hasta el año pasado. Como en el año 96 o 97 que fue el problema de mi hija que perdió una clase, de plano que en el colegio no la querían y todo, entonces ahí vinieron unos insultos, una serie de llamadas del abogado,

dije yo hasta aquí llegué, ya mi objetivo como te digo era ser económicamente solvente para decir un día mirá tu fuera, nunca más le volví a recibir una llamada telefónica, nunca más , es nunca más, entonces para mí ese fue un gran alivio, y te contagia, te mete en un círculo negativo, problemático, es que juega sucio, suponete les decía cosas a mis hijos que no eran ciertas, una vez le fue a decir a mi hija que yo quería que se fuera de la casa, la pobre estaba sufriendo intensamente y no se atrevía a decirme a mí que yo no quería que ella estuviera en mi casa , y a mí me fue a decir que como yo estaba con Carlos ella no quería estar conmigo y yo estaba sufriendo y la niña estaba sufriendo y yo dije a qué horas toco el tema porque a qué horas le abro la puerta para que me diga sí mamá me quiero ir, y al final no sé en qué momento hubo un juego de palabras, salió el tema, y me dijo tu querés que me vaya y yo le dije a mí me dijeron que tú querías irte y en fin nos hizo pasar un mal momento, le quitó un tiempo el apellido a mi hija, los usaba para tapar las quemadas de canilla de las esposas, en fin un desastre, y un día dije rompí, hasta aquí, y hasta aquí y eso a mí me dio mucha paz, y mis hijos ya estaban lo suficientemente grandes como para poder llevar una relación directa con su papá porque ya eran adolescentes todos.

*“Ha sido lo más difícil de vivir del divorcio”*

(37) Otra etapa muy difícil para mí fue cuando se fue mi hijo de mi casa, a eso si fui a terapia, para aceptar eso y al final de cuentas el psicólogo con quien estuve me explicaba que el problema de mi hijo no era que tuviera un problema conmigo, el problema de mi hijo es que era que sentía que si él no protegía y cuidaba a su papá, a su papá le iba a pasar algo, entonces él asumió la responsabilidad de cuidar y proteger a su papá, no estoy muy enterada de que sucedía en esa casa, en esa familia, porque no lo comenta mucho sino que eventualmente lo saca , pero creo que vivió cosas como irlo a sacar a bares y cosas así. Ahora vive solo, la grande también quería irse a vivir con él porque esa mi hija uuy, parrandera, noviera, malas amistades, en fin, y él le tapaba todo, solo la pequeña no se quiso ir, ella siempre prefería quedarse conmigo, pero la grande siempre fue la consentida de su papá, entonces ella siempre se iba con su papá porque la consentía. Esa etapa del manejo de la adolescencia de mis hijos ha

sido lo más difícil de vivir del divorcio, como hacer que los hijos o como ayudar o cómo guiar a tus hijos en dos mundos tan diferentes en principios y valores, en actividades, lo que yo decía que era incorrecto, en la otra casa era lo correcto entonces cómo ayudarlos a ellos a vivir en esos dos mundos, eso sí me costó. ¿Cómo lo iba solucionando?

*“Dejé de usar a su papá”*

(38) Conforme se iba presentando, poco a poco, fui anticipando, ya veía venir ciertas cosas entonces yo preparaba a los niños psicológicamente o empezaba a enseñar a cuidarse porque yo no sabía que desmadres se volvían en esa casa, yo les decía cualquier cosa me llaman y los voy a traer, nunca los regañaba o les hablaba mal para evitar que después ya no me lo contaran, cosas así, empecé, no te podría decir como lo he ido solucionando y deje de usar a su papa para trabajar como familia , en conjunto hacia los niños, ponete está mal en el colegio, hagamos la misma estrategia los dos, eso se acabó, cuando yo vi que él me jugaba la vuelta y lo que yo hacía me lo hacía al revés, o se volvía contra mí deje eso, totalmente, entonces ahí, les dije a mis hijos, los permisos aquí y en la casa de tu papá los doy yo, las regla las pongo yo, las condiciones las pongo yo, no me importa donde, todo soy yo, y eso ayudó, porque entonces ya a mí no me afectaba lo que él hiciera o no hiciera, lo hacía yo... en la casa de él no, pero ahí mi hijo me ayudaba porque me contaba, y con todo el dolor de mi corazón cumplía, mi hija sabía, ella dejaba de, y su papá le decía; yo te estoy dando permiso, si pero es que mi mamá me dijo que no.

*“Yo había vivido en un mundo muy bonito, el me hizo conocer la maldad”*

(39)...me hizo ver una realidad que o no conocía, yo había vivido en un mundo muy bonito, me hizo conocer la maldad, no la había conocido, te voy a decir la verdad, ya tengo casi 46 años y solo lo que está relacionada en esa dirección es de donde yo conozco la maldad, de mi círculo, de mi núcleo, no. Ese deseo de destruir de lastimar, de hacer daño, ni el trabajo, no te digo me relaciono solo con gente buena, pero como que te alejas y no, no me gustas, ni yo te gusto y mantengamos la relación laboral, ya

sabes que hay gente malintencionada, te cuidas un poco y te proteges, pero no conozco esos niveles solo ahí.

## **II Aprendí que en tu vida todo lo que va contra tu dignidad y tu integridad no vale la pena nada**

*“Una manifestación de cariño”*

(40) Uy si, y mis amigas por decir, te voy a contar, porque de los papás uno espera ciertas cosas, de la familia en general, pero ponete esta amiga mía, un día llegó con una tarjeta de crédito y me dijo aquí te dejo una tarjeta de crédito, puedes firmar lo que quieras, si podés pagar lo pagas, si no lo voy a pagar yo, pero por favor, no te vayas a doblar por hambre, oíste, por favor, lo que quieras. Y si la usé, siempre la pagué, pero si la use, a veces no tenía para al final del mes, son cosas que no esperabas. Para una navidad llegó como con ocho regalos, a mi casa, puchicas le digo ¿y vos? Ya sé que no tenés ni un regalo para vos debajo del árbol, así que aquí están tus regalos, y efectivamente no había ni un regalo para mí debajo del árbol, había para mis hijos, había para él, pero no había para mí, porque él no me había comprado ningún regalo, y ponete la Navidad de mis papás se habría en la casa de mis papás, entonces no tenía yo ningún regalo de mis papás en mi casa, y cabal cuando fue la hora de abrir, yo era la que más regalos tenía porque ella se había tomado la molestia de tener ese alcance por decir, o sea.

Tengo un vecino, que tenía, amigo de mi papá, un señor grande, y cuando oía que este señorcito llegaba a mi casa, me llamaba por teléfono, mira aquí tenemos pizza, vente a comer conmigo y me llegaban a sacar de mi casa para que yo no me quedara y evitar el momento de conflicto o tocaba el timbre y entraba a la casa, mira fijate que voy a salir a caminar porque no te venís conmigo, entonces son cosas que no te olvidas, porque en esos momentos estás con una carencia y al final lo único que te están transmitiendo es, tú me importas y quiero que estés bien, una manifestación de cariño, que te puedo decir así como esa hay miles, pero siempre era así, yo nunca sentí eso de rechazo. Siempre tuve apoyo, menos de la persona que yo quería que fuera, pero del resto de

todos. Eso si no lo viví gracias a Dios, creo que corrí con mucha suerte por lo que he oído.

...sí, sí, eso si no lo conocí (abandono de parte de los amigos) gracias a Dios eso si no lo conocí, no sufrí una cosa más otra cosa, inclusive recibí apoyo de la familia de él, de su mamá. Muy en el principio, en la etapa que no está definido si te vas a divorciar o no te vas a divorciar, la señora me llamaba y me buscaba siempre y cuando no implicara que ella o la familia de él cubrieran alguna necesidad de mis hijos.

Mi familia incondicional, incondicional en todo sentido, en apoyo, en compañía, en presencia, en economía en todo, todo, no me dejaban ni de noche, ni de día, me llamaban, me buscaban, me llamaban los fines de semana, con mi hermana o con mis papás, de vacaciones me iba con mis papás, y que año nuevo me iba con mis papás, pero siempre siempre estuvieron presentes; y con mis amigas también, yo nunca sentí el rechazo del grupo de los amigos que te quitan, o te separas de tus amigos porque te divorciaste, no, o que tus amigas te hacen el feo porque creen que les vas a quitar el marido, pasa mucho con patojas divorciadas, no, eso no lo conocí, no, no, lo que me pasó ponete, yo tenía el grupo de mis amigas, mis amigas con las que empecé la vida, ellas eran solteras porque yo me casé muy joven, entonces ellas estaban todavía solteras, si cuando yo conocí a Carlos (actual esposo) ellas estaban todavía solteras, total, eran solteras de fiesta, de parranda...siguen siendo mis amigas, mis amigas del colegio.

...entonces no te puedo decir en un momento en especial, pero mi mamá y mi hermana eran incondicionales, de 24 horas, de veras.

...al principio, lo que te digo mis amigas, mis familia, me llegaban a traer, aunque fuera a hacer mandados, porque yo no me fui a parrandear, no me dio por loquear y buscar gente, no, yo no hacía mucha vida, ponete yo me iba a la casa de una de ellas, porque mis amigas en ese sentido se adaptaban a mi vida, no yo a la vida de ellas, ellas estaban conmigo de 4 a 7 de la noche, a las 7 agarraban parranda, pero en la tarde nos íbamos a almorzar a la Antigua, a la casa de alguna de ellas a ver una película, pero no

de parranda y vámonos en la noche y dejemos a los niños, no...nos íbamos las tres adultas y los tres chiquillos, nunca deje tirados a mis hijos. Y con mis hermanos, me llamaban, tenés niños este fin de semana, no, entonces porque no te venís conmigo o venite a almorzar aquí a la casa, cosas así, pasaba mucho tiempo con ellos.

...para mí, mi papá era una pieza clave en toda mi vida, él fue un apoyo, no te imaginas, él siempre estuvo conmigo, siempre me dijo, mientras yo esté nunca te va a faltar nada hija, y de verdad, entonces yo sabía que tronara lo que tronara yo estaba protegida, siempre, siempre, siempre, siempre me cuidó, siempre me protegió, pero nunca me quitó responsabilidades, ponete, nunca me lo quitó, yo sabía que si mis hijos se me enfermaban, él podía cubrir la enfermedad, pero si yo quería comprar un vestido me decía: trabaja pues, y te compras el vestido, pero nunca me sentí desamparada, nunca, en ese sentido, si en la persona más incondicional que he tenido en toda mi vida.

*“Me daba mucha estructura”*

(43) ...a mis papás (admira por sus cualidades)... la mayor que admito yo son la sabiduría, sí, sí, bueno, mi papá ya murió, pero era muy sensato, muy acertado, muy acertado de vida, mi mamá menos, si mi mamá es más emotiva, mas apasionada, mi papá mas objetivo, si tu llegabas con mi papá y le planteabas una situación, la que fuera, por lo general, te sabía guiar en el camino que al final de cuentas te llevaba a lo bueno, aunque hubieras seguido el otro camino, después te dabas cuenta que si hubieras seguido ese camino hubieras llegado a donde deberías de haber llegado, ja ja ja, si, , no solo te lo digo yo, sino cualquier persona que lo hubiera conocido, mucha sabiduría de vida, mucha filosofía de vida, y muy objetivo, entonces creo que me hace mucha falta. Me daba mucha estructura, me quedé sola muy joven, y con muy mala pareja, entonces él que siempre me dio esa estabilidad de que no estaba sola en esta vida fue él.

*“Tenés que aprender a caminar con hacia un rumbo”*

(44)... ya era una niña, te estoy hablando que yo tenía 22 años, y maduré, definitivamente maduré, crecí en todo sentido, intelectual, emocional, espiritual, hacia el prójimo, en todo, yo veo el desarrollo que yo he tenido, definitivamente eso me marco.

... me independicé, sería la primera, yo, yo soy totalmente independiente, emocionalmente pues no verdad, tengo nexos con mi familia, con mis hijos, con Carlos, con muchas gentes pero, aprendí a tener estabilidad propia, dejar de tener estabilidad en un tercero, eso sí. Entonces digamos, cuando me divorcié, yo creo que si no hubiera tenido el apoyo y el cariño de la gente que tuve a mi alrededor, hubiera terminado mal, creo que hubiera terminado atentando contra mí, horrible, espantoso. Ese desbalance nunca más lo volví a tener, nunca, no sé si algún día lo voy a volver a tener, pero no quisiera volverlo a vivir. Aprendí que en tu vida todo lo que va contra tu dignidad y tu integridad no vale la pena nada, porque tarde o temprano se acaba, se deteriora y se acaba, lo único que vas a hacer el prolongar el tiempo de desgaste y erosión emocional, si yo hubiera tomado la decisión con él cuando empecé a tener los problemas de mujeres, de faltas de respeto, de todo esas cosas que hubo, hubiera terminado igual, pero hubiera salido menos lastimada, de inestabilidad, de incertidumbre que viví, suponete, Carlos, mi esposo, cuando le sucedió, él tomó una decisión y se acabó, él está menos lastimado, él tomó esa decisión y empezó a caminar para el otro lado. Yo no tomé esa decisión, otra cosa que aprendí es que las decisiones trascendentales no se toman en momentos de conflicto, pero si no tomas decisiones, no salís nunca de eso, entonces hay que hacer pausas, ver, analizar, tomar la decisión, si en el camino te das cuenta que te equivocaste, entonces toma el rumbo, para donde querrás, pero tenés que aprender a caminar con hacia un rumbo, sino caminas en círculos, y no avanzás en lo más mínimo.

*“La vida no es al lado de un hombre, tú deshiciste la tuya al lado de un hombre, ahora rehacela”*

(46)...no quería volver a saber nada de nadie, de nada, de nada, punto. Ja ja, no iba volver a rehacer mi vida, casi era un insulto, ¿cómo me podés desear eso?, mi mamá una vez me dio una cátedra, yo estaba muy deprimida, me dijo: bueno hija ahora a rehacer tu vida, y le dije, ¿cómo se te ocurre?, no , me dijo, la vida no es al lado de un hombre, tu deshiciste la tuya al lado de un hombre, ahora rehacela, la que querrás, pero rehacela, tú tenías una buena vida y la deshiciste ahora, volvela a hacer, y tenía razón.

*“Rehacer mi vida con él”*

(47) Querer tener una vida en pareja, rehacer mi vida con él, yo creo que si no lo hubiera conocido a él, o tal vez hubiera conocido a otra persona pero básicamente era la relación que yo llevaba con él, me hizo aceptar que si quería vivir en pareja, decir que si hay otra vida en pareja, que la vida en pareja es buena, la aprendimos juntos, pero si yo no hubiera tenido una buena calidad de vida no hubiera ni siquiera remotamente pensado. Yo comencé a salir con Carlos porque quería romper esa barrera de no querer salir con nadie y de no conocer a nadie. Dije este se ve bueno y además es re aburrido, re deportista , con este no corro peligro en lo más mínimo porque no me gusta para nada, ja ja ja, entonces no me va hacer daño, no me va a hacer nada que yo no quiera hacer, no me va a lastimar , entonces empecé a salir a tomar café con él, salí con él un año, de ahí falleció su papá y mi hermano al mismo tiempo, el se desapareció por obra del Espíritu Santo, un día amaneció y se desapareció, durante ese tiempo conocí a dos o tres personas que me empezaron a enamorar, salí, pero es que Carlos siempre me dijo que él no quería nada formal, entonces no corrías peligro de llegar, en cambio el otro pobre creo que llevábamos como un mes y ya quería casarse y yo ah es que yo quisiera conocerte a ti para casarme contigo me dijo, no me estaba proponiendo matrimonio, pero él creía que yo era una persona entre las cualidades y virtudes que veía en mí con las que él quería hacer ese tipo de vida...en cambio Carlos no quería nada formal.



... mira lo primero que hago, es que yo sí ventilo mis problemas con la persona con la que los tengo.... sí, yo definitivamente, y no lo hago cuando estoy enojada, eso si no lo hago, no soy impulsiva, me enojo, contigo ahorita y lo más seguro es que me dé la media vuelta y me calme, cuando ya me calme vengo aquí y te digo tal cosa, y te lo planteo, mira me molesto esto, expreso realmente lo que creo, quiero y pienso, indistintamente que tú hagas lo que querrás hacer, yo doy mucha libertad de acción, tanto a mis hijos como a Carlos, y Carlos es una gente muy reservada , vive como en dos mundos, él dice que no, pero yo así lo percibo, yo al principio si quería que formáramos una familia integrada, como a los tres años de casados yo le dije a Carlos mira vamos a terminar separándonos, aquí solo tenemos dos personas a los que le interesa, a nadie más, una sos tú y la otra yo, y hay cinco gentes que van a luchar por que esto se rompa, mas la pareja tuya, mas la pareja mía, porque cuando uno se vuelve a casar, tú te casas, con tu marido, y con la familia de tu esposo con la ex mujer, con la familia de la ex mujer y con los hijos de él y él con todo lo mío, porque toda esta gente de alguna manera vive contigo aunque físicamente no vivan contigo, todo el día la tenés metida dentro de tu casa y cada uno le tenía que poner un alto a la parte que le corresponde porque yo no le puedo poner el alto a la familia o a los hijos, es él el que le tiene que poner el alto, así como yo le tengo que poner el alto a los míos en respeto y en consideración hacia él, el caso es que le dije toma una decisión pero de verdad, porque yo no voy a volver a pasar por un divorcio, por ese deterioro, por nada de eso, así que decide que querés hacer, pero así como estamos viviendo no vamos a seguir, y nunca más volvimos a tocar el tema pero hubo un cambio de actitud de parte de Carlos, a trabajar más la relación de pareja,

*“No había comunicación, simplemente no hubo”*

(48) Bueno en mi matrimonio anterior, no había comunicación, simplemente no hubo, eso te lo puedo decir hoy, no mientras lo viví, con mi pareja actual, normal, cordial, respetuosa, íntima (la comunicación), mientras no sea tema de sus hijos, media vez sea el tema de sus hijos, no hay comunicación.

Yo creo que yo sí tenía comunicación, pero ahí tiene mucho que ver el receptor también verdad, o cómo tu se lo podás transmitir a esa persona, con el primer matrimonio, en el actual hay una situación normal....días buenos, días malos... y cuando los problemas o las situaciones que nos afectan como pareja yo si los abordo, aunque me tarde un mes en tocarle el tema, ya aprendí que no es frontal ....media vez su mundo no se cambie, no le altera mucho lo que esté pasando alrededor, yo puedo llegar histérica. Pero si lo dejo ver su televisión, o sea, no peleo con él, bueno, no pregunta, no cuestiona, no quiere enterarse porque estás de mal humor, no le voy a quitar su comodidad, no se lo voy a quitar. Ahora, yo no soy suponte, de las que pelea, y te quita el habla, o te dejan de saludar o que si voy a servir la cena, como sola y no le digo o mando a la muchacha a decir que ya está servida, no, en esas cosas, no, no entiendo como la gente es así, solo no le dirijo mucho la palabra, no platico, no platico.

Cuando soy yo la que está enojada, es que a mí se me quita el enojo a los tres minutos media vez te lo haya dicho, solo lo dije y se acabó, pero si no te lo he dicho puede durar lo que me tarde en lograr decirlo...depende, depende que sea lo que me enoje, nosotros no nos enojamos tanto la verdad, sino, bueno cuando yo soy de la gente que cuando yo estoy enojada se lo digo, él cuando está enojado, le tarda una semana el enojo, y a la semana se le pasa el enojo y saber que le paso... eso si aprendí, busco el momento oportuno, eso lo aprendí en el segundo matrimonio, a hablar en el momento oportuno.

*“Uno no está en ese nivel”*

(49) El amanece y ya está contento, el si pelea que te quita el habla, que llega y no saluda, así, eso me parece ridículo, ni que fuéramos niños, ja ja ja, no lo entiendo , me parece ridículo, ya sé que eso dura una semana exacta, el pelea con toda la casa, con mis hijos, la empleada, no es que pelee, si no habla con nadie, es un ser extraño que vive ahí y eso dura exactamente una semana como reloj, a la semana amanece que quiere estar contigo y que te quiero mucho, y que no se qué, porque a mí me va subiendo, puede que yo no haya estado enojada, pero esa conducta me va subiendo,

porque es grosero, verbalmente muy hiriente, entonces evito, hablo lo que tengo que hablar, porque no me expongo al comentario que va haber, porque cuando habla es bien grosero, y te mira con ojos de odio le digo yo, duro, feo, entonces lo evito totalmente, para decirte que ni entro al cuarto a dormir, hasta que ya se durmió, evito al 100%,lo que pasa es como se duerme rápido.

Un día amanece contento, entonces ya te quiere hablar y quiero estar contigo y ya te quiero todo verdad, entonces ahí empieza el con un comportamiento de acercamiento, en algún momento de ese comportamiento yo se lo digo...hasta que él lo resuelve internamente, podés volver a tener esa comunicación con él, al principio ponete, en ese tiempo yo trataba de hablar, me parecía ridículo el asunto, además cuando éramos novios en teoría, seguía llegando a mi casa y yo decía para que viene de mal humor, seguía llegando poner mala cara, yo no entendía eso ja ja ja ja, entonces como hemos hablado le decía que me parecía ridículo ese comportamiento y segundo que la gente no resuelve los problemas así, pero en general yo creo que los hombres no hablan de los problemas, ellos ya se les acabó el problema con el mundo y ya quieren ellos que tu estés al mismo nivel que ellos y uno no está en ese nivel, entonces ahí si le digo: me molesta, mira no me gusta, y si tú crees que solo porque ya te sonreíste ya estamos todos contentos.

A cambiado lo que no te imaginas, yo he cambiado en el sentido de que le doy este espacio, el tiempo, ya conozco el tiempo cuando está en la cumbre y cuando ya va bajando, la verdad es que nunca nos enojamos por algo trascendental o que valga la pena crear un conflicto de ese tamaño, no hay problemas de fondo, cuando viene y yo veo que el ya va bajando, si vale la pena pelear o seguirle el rumbo...pero como él nunca te lo dice, el si no te dice mucho, ahí lo resuelve en su período de de vacaciones, así le digo. Cuando no quiero pelear le digo: ¿ah, estamos de vacaciones? Ahí te veo la próxima semana

*“Me siento contenta de haberlo hecho”*

(50) ...a mí me gusta, si, me siento bien, cómodos, es una buena relación, apoyo mutuo, hay amor, hay comprensión, hay respeto, integración, intimidad, hay todo, yo te digo la verdad, me siento muy a gusto, me siento contenta de haberlo encontrado, me siento contenta de haberlo hecho, sí. Yo lo que percibo de él es que está a gusto y si se lo pregunto siempre dice que está bien. Lo siento a gusto, no te voy a decir que no hay ningún problema, pero lo siento a gusto. Yo me siento querida, y creo que tenemos una relación en la que a pesar que los hijos, los hijos de ambos perciben que sus papás están en una buena relación, si, tanto mis hijos, como los hijos de él, si, creen que nos hacemos bien mutuamente. Y ellos se sienten cómodos, para mis hijos, no se los hijos de él, para mis hijos costó muchos años, pero han entendido que como habla Carlos, o el tono de voz, a veces esos comentarios no tienen mala intención, y los hijos de él perciben que yo podré ser enojada lo que tu querrás porque todas las mujeres dicen que somos enojadas, pero que en ningún momento hay una mala intención hacia su papá o que lo deje de querer o que de cuidar o de estar por él.

*“Mi mamá es con la única persona que puedo llorar”*

(51) Voy a ver a mi mamá (cuando se siente triste)...si lo cuento, siento una gran descarga cuando lo cuento....también a Carlos (segundo esposo)...mi mamá, es que mi mamá es con la única persona que puedo llorar, antes lloraba mucho, eso también se me quitó con el divorcio, ahora lloro mucho por ti, pero no por mí, por un tercero, una película o me contás un problema y me pongo a llorar, pero que yo te cuente mis problemas llorando, muy difícil, se me llenan los ojos de agua pero no lloro, pero con mi mamá no, llevo con mi mamá y por eso es que no voy a veces, a mí se me nota mi estado de ánimo en los ojos, si me conoces, entonces mi mamá me dice, ¿qué te pasa, tu venís triste decime qué te pasa? Hasta la muchacha me dice qué le pasa, todos se dan cuenta, en los ojos.

*“Soy muy luchadora”*

(52) La actitud te diría yo (cualidades que ayudaron a sobreponerse al divorcio), siempre he tenido una buena actitud... soy muy luchadora, perseverante, siempre creo que hay un mañana mejor, aunque esté lloviendo negro, pero mañana se va a despejar y va a estar bonito el día..., y la verdad es que no me doy por vencida, aunque me estés apaleando, lo que querrás, pero no, y si tengo que picar piedra, pues pico piedra, pero sé que llegarás, tengo siempre objetivos claros siempre tengo objetivos claros, todo el tiempo no los tengo que andar contando, ni diciendo a nadie, pero ya si funciona internamente sobre objetivos y metas en tres etapas en corto, mediano y largo plazo, yo si trabajo mi vida así y creo que todo lo que he logrado lo he logrado a través de ese esquema. En cada esquema de mi vida, laboral, como hermana, como hija, en todo en desarrollo personal, en ese patrón

...yo creo que siempre lo tuve, lo perdí o lo nuble y después ya volví a trabajar así. Y sé que salgo, no sé cómo pero de que salgo, salgo...yo sí creo que Dios te ayuda mucho, a veces parece que sí, pero no, si es así me tiene bien engañada ja ja ja, pero si siento que ahí esta porque la verdad me ha llovido sobre mojado pero si, no soy de ir mucho a misa, pero yo si percibo mucho el apoyo, y durante esa etapa de divorcio ya estaba en un hoyo negro negro negro, eso si no se me olvida, y me puse a llorar como loca y le pedí mucho a Dios que me ayúdame a sanar, y me sano, me entro paz en ese momento, si les preguntas a mis hijos te van a decir que ellos e recuerdan de mi llorando, si, si yo creo que por eso se me quito lo chillona.

...casarme (una decisión tan difícil como la de divorciarse)...hay decisiones trascendentales, una es divorciarte, otra casarte, son de las más importantes, en tu vida, la elección de pareja, cuando tu tenés una buena elección de pareja con una persona bastante semejante a ti, tu vida va a tener problemas, pero va tener calidad, cuando tu elegís mal, lo vas a pagar el resto de tu vida, toda la vida te va a rebotar de alguna manera las malas acciones de la otra persona.

*“Elegir que calidad de vida quiero tener en esta nueva vida”*

(53) Otra decisión importante, pues los cambios de trabajo no, tu trabajas en una parte, pues cumplís un objetivo porque creo que en la vida tenés una misión , una meta que Dios te ha puesto, como el ajedrez, en alguno momento estás aquí y tenés que desarrollar algo, para algo te ha puesto esto, no sabes para qué, pero para algo es, cuando se acaba tu tiempo de estar ahí, pues te vas para otro lado, todo te va a dar crecimiento y experiencia y aprendizaje de toda índole, creo que laboralmente no son decisiones de vida, pero las más importantes, casarme, divorciarme y volverme a casar y elegir que calidad de vida quiero tener en esta nueva vida. Tu sos la que vas marcando que si y que no, cuando tenés una segunda relación. Tenés que sacrificar, en algunos momentos tu pareja, en algunos momentos tus hijos, en algunos momentos tú.

*“La libertad del ser humano”*

(54) Aguada creo yo (la perciben), si todo el mundo dice lo mismo, que no tengo autoridad, creen que autoridad y mal modo son sinónimos, y no, entonces yo te voy a decir que me ayudés ... es mas el otro día hablábamos de una amiga y me decían tu tenés que ser como ella (una mujer malhumorada),hablando del abogado, ja ja ja...en algunas cosas...no siempre, en alguna cosas si y otras no (logra lo que quiere), pero es lo que te digo, yo manejo mucho la libertad del ser humano, entonces en la libertad del ser humano , yo te dejo a ti decidir y actuar, aunque eso no esté en la misma sintonía que yo estoy .

...ah no, no, no, si vas a pasar encima mío, es porque yo te lo estoy permitiendo, por lo que tú querrás (por alguna razón), pero si no, te pongo un límite, me quito y te digo no.

*Me siento cómoda conmigo misma*

(55)... ¿cómo me describo yo? A mí me gusto yo, ja ja ja, que te puedo decir, yo me siento cómoda conmigo misma, primero me considero una persona muy luchadora, muy luchadora, muy solidaria, muy leal, muy muy solidaria de verdad muy leal, si te quiero de verdad te quiero y si no te quiero no te quiero, pero no te hago daño, me quito,

conciliadora, no me gusta pelar, tengo que buscar la armonía, soy muy familiar, soy responsable, eso no es bueno siempre, ja ja, si porque cuando sos responsable te quita mucha libertad de acción, porque tu quisieras a veces ser irresponsable, pero tú mismo, en esta parte laboral, ponete yo hoy no tengo ganas de venir, pero ahorita me tengo que quedar trabajando porque siento la presión dentro de mí de lo que debo de hacer, no es lo que quiero hacer, pero si no no paso feliz el fin de semana porque sé que dejé algo que tengo que haber hecho, y que no lo hice, así que esa parte me gusta y a veces me complica un poco, ja ja ja... alegre, yo soy una persona muy alegre, muy positiva, muy cariñosa, muy expresiva, y lo que no me gusta es que todo mundo sabe que no soy, y eso te muestra, si, y eso puede ser usado en tu contra a veces o a favor tuyo a veces, ja, ja , ja si me muestro como realmente soy, muy ingenua , soy muy crédula, yo te tengo confianza, de verdad yo te tengo confianza, no creo que me vas a ser nada malo, hasta que me lo probas, pero de primas a primeras yo no desconfío de ti..si pero no tomas precauciones, pero si me querés hacer daño vas encontrar como, mira eso si lo aprendí con ese hombre, vas a encontrar siempre el nicho donde me vas a poder hacer daño, ja ja ja, no hay , no, es que el que te quiere hacer daño va encontrar como, entonces como vas a vivir atormentada con que te van a hacer daño...yo la filosofía de mi vida te voy a decir cuál es, aparte de lo que te dije de la confianza, para mí el hacer el bien, yo tengo un núcleo verdad, me levanto, me vengo a trabajar, salgo a las siete ocho de la noche, entonces lo que me quede del día yo tengo para hacer todo lo que yo quiera hacer, entre las cosas que tengo que hacer de mi casa, súper, estar con mis hijos, estar con mi esposo, ver a mis papás, ver a mis hermanos, ver a mis amigos, todo, entonces digo, el día que de ocho a diez me voy a ver a mis amigos, todo lo demás no lo hago porque no tengo más disponibilidad de tiempo, solo eso tengo para hacer mi vida personal, eso no me agrada, te soy honesta, pero es el único tiempo que tengo, entonces trato de hacer de mi hacia los demás cuando estoy en los círculos en los que interactúo entonces ellos lo ven como símbolo de debilidad, ponete que yo aquí le traiga un plato de comida a alguien, yo estoy ayudando a una persona, yo creo que vine a este mundo a hacer algo, y trato de vivir mi vida para los demás y por supuesto para mí también, pero no me interesa solo ser yo.

*“Soy totalmente independiente”*

(56)... Carlos nunca quiso agarrar ese papel, nunca me dijo bueno, ya saliste de donde tu mamá aquí estoy yo venite para acá, no, nunca, nunca, nunca, quiso agarrar ese rollo , a él para que se haga responsable de mí, he peleado yo, yo soy muy independiente y el es muy independiente, y juntos hacemos una pareja, pero eso de que él es responsable de mí, eso ha sido bien peleado, aquí tu y yo, si tu tenés que velar por mí y yo por ti, no, por eso cuando me dijiste ¿es independiente?, siiii, soy totalmente independiente ja , ja , ja no sé si me veo, pero si soy totalmente independiente.

*“Eso me gusta de mí”*

(57)...te voy a decir, que me siento muy satisfecha y muy orgullosa de mis logros, muy luchadora de verdad, no me dejo caer , no es que haya tenido una vida muy sufrida, no, pero si he tenido una vida, complicada por la mala decisión de haberme casado con ese señor, familiarmente con mis hijos y con mi ser entero, porque me pone obstáculos, aunque no directo pero todo tiene que estar levantando y saliendo y levantando, ahora pues ya no levanto a mis hijos porque ya se levantan solos, pero la que iba poniendo el ritmo y la pauta era yo para que ellos nunca se cayeran sino siempre estuvieran levantados, eso me gusta de mi.

Me gusta mi carácter, es que soy alegre, me divierto, disfruto, siento, me gusta sentir, cuando estoy contenta estoy contenta, cuando estoy triste estoy triste pues pero, siento, siento intensamente, si, ja ja ja.

Juego bien el papel de ser tu amiga o si soy tuyo, lo que tu querrás que sea tuyo, soy tuyo, con lealtad y soy confiable, y eso me gusta, creo que eso es difícil de encontrar, soy una persona que trata de darte más apoyo en tus malos momentos, que en tus buenos momentos, si yo sé que alguien está pasando malos momentos estoy más pendiente de ese alguien aunque tal vez pases seis meses(sin comunicarse) si yo sé que estas bien tal vez no te dirijo la palabra porque no tengo tiempo para andarte



llamando ja ja ja , pero si estas mal trato de estar presente, si. Veo a la gente muy igual también, a mi la calidad de la gente está en el interior, no en el exterior, No en lo que tenés, eso si no me quita, condicionada por tu interior la vida, pero si sos yo te gusto no me importa quién seas, hasta tu belleza física está condicionada por tu interior, tu podés ser la más linda del mundo, pero si yo te oigo o te veo con un comportamiento que para mí es desagradable, perdiste, perdiste. Entre las cosas que no me gustan de mí que soy muy aguantadora, yyy, te doy muchas largas, no pongo el alto rápido, te dejo ir mucho, pero cuando te lo pongo, te lo puse y se acabó.

### **NARRADORA 3**

#### **I Yo siento que fui atrapada**

*“Yo siento que fui atrapada”*

(58) En primer lugar fue un noviazgo con muchos conflictos, en maltrato psicológico y maltrato físico, yo me casé a los diecinueve años, pero, de los diecinueve a los veintiuno empecé a buscar ayuda psicológica porque desde el primer día tuvimos, o sea al estar casada el primer día vi a dónde había llegado y que no sabía dónde estaba y eso que esta persona se casó conmigo por venganza porque yo lo trataba muy mal en el noviazgo digamos, y como que quería desquitarse de algo o qué sé yo y mucho maltrato físico y qué sé yo, aparte que llegué directamente a casarme con él porque ya iba embarazada y ¿por qué quedé embarazada? por ser tomada a la fuerza y aquí y allá y entonces yo quedé embarazada inicié una relación sexual antes del matrimonio pero forzada, y no podía librar, era algo que yo no entiendo, todavía los psicólogos me dicen ¿usted por qué se casó? yo todavía no entiendo, cómo fui atrapada, porque yo siento que fui atrapada, no me explico ¿por qué me casé, por qué no hablé de lo que estaba sufriendo pero puede ser que todo eso sea la misma falta de confianza con los padres, que no tuve apoyo de ellos, tengo dos hermanas mayores que yo, no tenía confianza en decirles porque siempre vivimos en competencia, entonces cualquier falla de alguna ya empezábamos en lugar de apoyarnos a echarnos como que más leña al

fuego con los papás, entonces yo no tuve apoyo entonces como que yo por eso yo nunca dije nada, personas ajenas a mi casa, personas con quien yo tuve alguna relación antes me decían no te casés, yo te reconozco a tu hijo, yo esto, yo lo otro, porque sabían que yo iba a la boca del lobo, porque éramos del mismo barrio todos, y no dije, ya metí aquí metí la pata y yo ahora ¿qué hago? Pero desde el primer día que mi mamá hizo reunión y todo, pienso que dije: ¿dónde estoy, qué estoy haciendo? Pero si algo puedo decir es que nunca rechacé mi embarazo porque dije: sola o acompañada yo salgo, entonces empecé a tratar, yo a veces planchando o haciendo algo decía: algo hice mal, ¿qué estoy pagando? Y lo voy a pagar hasta donde aguante mi vida, mi cuerpo, y pasó un año, pasó dos años, sufriendole a mi suegra y sufriendole a él, porque viví con mi suegra dos años, y a los dos años dije yo: para mí ya pagué y empecé a buscar porque tuve que empezar a trabajar porque él sirvió de fiador y él no tenía realmente una estabilidad económica o ni preparación porque nunca quiso terminar la universidad tampoco, yo el año que me casé estaba graduándome prácticamente, porque en el colegio y todos se portaron bien y se hicieron los locos de que yo estaba embarazada y pude terminar, yo no entendía que pasó ahí pero sentía que un ángel estaba conmigo porque nadie me molestaba ahí, me gradué, me casé primero, me gradué y nació la niña, en el mismo año todo.

## **II Era un error haberme casado con él**

*“Él me a orillaba, me marginaba, él trataba de humillarme y hacerme como que yo no valía nada”*

(59) Siempre, ese fue hasta el último día de estar aquí, hasta el último día, ahora el físico no sé tendría que sentarme y analizar hasta que año, pero todavía esperando a la segunda niña, no sabíamos que estaba embarazada y me golpeó, con la primera me pegó antes de que supiéramos que estaba embarazada, siendo novios, pero ya después ya no, pero cuando ya nació, sí, pero él me orillaba, me marginaba, él trataba de humillarme y hacerme como que yo no valía nada.

.....porque prácticamente se adueñan de la vida de uno, como que uno fuera, él me decía a mí cómo quería que yo saliera vestida, yo no podía elegir mi ropa, gracias a Dios como dice un dermatólogo, que bueno que te dio algo, porque he tenido la cara un poco mala, gracias a Dios no te hizo tan fea, porque él era celoso, acomplejado y todo, entonces él quería verme como no se qué y yo me ponía lo que él me decía, yo llegué a ese extremo, a vestirme como me decía, y si no yo sentía que no estaba cumpliendo con lo que tenía que cumplir una mujer casada.

*“Para eso pasaron doce años”*

(59)...no es que yo hubiera puesto dos años, es que yo iba, yo le enyuguaba sus camisas, él no comía pan de un día anterior, yo salía tempranito a traerle el pan a la panadería, yo lo atendía como rey dos años a pesar del maltrato y esto y lo otro, pero a los dos años dije no, ya pagué.

A los dos años dije hasta aquí, yo no voy a permitir eso y un poco lo que era maltrato físico, el psicológico siempre fue duró me insultaba, me decía que como yo no quería tener nada con él, que yo tenía amantes, tenía esto o lo otro, si estaba mi familia en mi casa él se portaba pesado, me hizo la vida de cuadritos, y yo con mi abuelita y mi familia como eran re católicos me decían si te querés divorciar que agarre un mazo cada uno y cuando quede alguno muerto ya están divorciados, de esa base vengo, feliz porque me encanta mi religión pero ya no estoy en mi religión como debo estar, son nuestras bases y por eso no me divorciaba, por eso yo iba buscaba ayuda para que me dijeran que hacía para resolver mi matrimonio y ayudarme y en los tres psicólogos que visité, mi último diagnóstico habiendo asistido él también ahí, me decía el psicólogo por qué me había casado, que qué estaba haciendo ahí (matrimonio) y divorcio, que mi vida ya no iba ni para adelante ni para atrás, y bueno si ya estoy de aquí para allá y no quería por mi religión pero quiero y no quiero porque no podía seguir viviendo con esa vida, pero para eso pasaron doce años, pero al final que me separé fue que el último año, estamos hablando en el año once, nosotros estamos en comercio, yo lo jalé inclusive a donde estoy yo y todo y todo y una clienta me dijo: ¿mire usted es esposa

de ese señor? Si le dije, es que él tiene otra mujer, pero ella era cliente de muchos años, a bueno le dije, pero hacé algo me dijo, y no hice nada.

...siento que no, pero yo tenía un empleado de confianza que le dije: ¿mira, por qué no? ¿por qué no se separa de él? Cuando él se enteró él le contó a mi esposo, porque todos trabajamos juntos, como compañero de trabajo se podía decir, le dijo mira esto y esto y él se puso en el avispero, entonces ya empezó a estar a la expectativa, y yo lo que hice fue que después de un par de meses, le dije yo: yo tenía muchos problemas con él en el sentido de la relación marital, ya la relación no tenía ningún significado para mí ya me había arruinado como mujer, entonces para mí eso ya había terminado, no es que yo lo hubiera suspendido sino que yo quería que terminara, vine yo y cuando supe eso le dije quiero hablar contigo, por supuesto que yo en esta esquina y él en la otra punta de la mesa, le dije quiero decirte que yo te quiero y te respeto, porque el final de tanto vivir con la gente uno siente algo, pero en ese entonces yo ya tenía poder adquisitivo y yo mandaba por decirlo así, le dije puedes seguir viviendo en esta casa, incluso puedes dormir en la misma cama, piensa uno tontamente por sus hijos, pero relaciones maritales nunca más, y cuando yo sabía que salía él los viernes, que me empecé a fijar lo que me decía esta señora, él se iba a las ocho de la noche del viernes y regresaba a las cuatro de la mañana del sábado y yo me daba cuenta, pero no me daba cuenta porque cuando él salía el viernes yo agarraba a mi chiquita la metía al cuarto y me dormía, y él dormía en la cama de mi chiquita, entonces no me daba cuenta, pero lo que yo quería es que él no llegara a mi cama porque a saber donde andaba, entonces cuando ella me dijo, yo ya no hice eso, dejé a la chiquita en su cama y me empecé a dar cuenta de a qué hora llegaba, nunca fui a ver, ella me dijo en dónde y a qué hora y todo, no lo hice, pero lo observé en mi propia casa, cuando le dije eso me dijo: que estaba bien, creo que me preguntó y le dije ya aguanté mucho y creo que ya había muerto mi abuelita, y dije ya me voy a divorciar, pero cómo, yo siempre pensé que no me iba a librar de él, porque yo me separaba de él y me encontraba en la calle y me decía o te casás o regresás conmigo pero me decía unas palabras horribles y yo vivía atemorizada. Nos separábamos diez meses, once meses y luego regresaba otra vez. Tres veces me separé, había otra persona que le decía a la mamá, mire mamá,

cuando mire que ella se separe me llama y ella le avisaba y él me empezaba a buscar otra vez, pero yo decía no yo tengo a mis hijas, yo no puedo tener otra vida pero como siempre me quiso, inclusive me buscó cuando yo estaba casada por segunda vez y le pedí que ya no me buscara porque si yo estuviera casada con él no le gustaría que saliera con nadie y finalmente se fue y ya no me buscó.

*“Yo luché, yo siempre, siempre luché por no divorciarme”*

(60) Cuando yo hablaba de divorcio cuando nos separábamos, que era cuando yo utilizaba a mi hermana y a mi mamá, en que vénganse para acá y todo eran procesos bien difíciles y lo lograba al fin que saliera y todo, pero como siempre estaba esperándome en algún lado o me amenazaba y todo o sea, o no creí poder librarme de él, yo estaba segura que iba a ser mi cruz para toda la vida, yo decía algo hice en mi vida pasada porque ya en esta no puedo decir que mas hice, y si fue muy difícil, y cada vez que había pláticas de separación o de algo, él se mostraba violento, agresivo, con maltratos, que yo era una aquí, yo era una cualquiera, que yo andaba saliendo con alguien, el me ponía que yo era amante de todo el mundo, con quien yo medio levantaba la vista entonces ya era conmigo, entonces todo ese proceso se trabajó antes, yo siempre pensé en separarme aún teniendo solo la primera niña, porque yo no se lo decía a mi mamá sino a mi abuelita, cuando mi abuelita me decía lo que me decía entonces yo regresaba y decía bueno, me daba oraciones, que rezara, que pidiera, que perdonara, para volver a reiniciar mi vida y así lo hacía y claro que yo siento que si lograba, pero yo decía no puede ser, yo estoy tratando, pero él no está haciendo nada, y yo luché, yo siempre, siempre luché por no divorciarme, que había hecho una mala elección, pero que íbamos a salir, aunque fuera yo la que mantuviera la casa, como decía mi mamá, este tonto con una mujer cuando él vivía en un hotel cinco estrellas y le daban todo, pero no era todo mama le decía yo, porque la relación no era la misma, si se iniciaba porque cuando yo lo perdonaba y todo, yo trataba de ser la mujer que quería ser y todo, pero mi cuerpo decía qué te pasa, ¿verdad?, y luego dónde está, entonces ya nuestra relación marital no podía funcionar, porque a pesar de que yo lo perdonaba no podía funcionar porque empezaba bien pero, se va muriendo tal vez

algún pequeño sentimiento que pudo haber existido, hasta que tu decís yo estoy aquí con este pero a saber quién es, y aparentar porque es otro error muy grande que uno vive en la vida que hay que estar aparentando porque que hay tal reunión y ahí va uno con pareja verdad, pero gracias a Dios en las bodas de mis hermanos y todo era más fácil porque yo me separaba y tenía amigos y primos y todo, y me daba las grandes parrandeadas porque sino a estar sentada que solo para decir que tenía pareja pero no bailaba con él ni nada.

*“Yo siempre tuve como que fases en las que teníamos que estar bien y después otra vez divorcio”*

(61) Realmente, no era que yo estuviera abajo, porque él no tenía ni un buen trabajo, entonces yo hacía ventas en mi casa y todo, pero tal vez yo no tenía lo suficiente para creer que podía mantener a mis hijas, buscar buenos colegios y todo, pero yo pienso que lo que a mí me dio más, bueno yo empecé a manejar mi casa desde el tercer año de matrimonio...yo llevaba la plata más fuerte, pero yo no pensaba en divorciarme, yo sé pues dije, me tengo que divorciar de esto no me libro, en mi mente, tengo que luchar, mi abuelita me decía que no, perdonaba, luchaba, mis psicólogos me decían: esa era el punto y así , yo siempre lo tuve como que fases en las que teníamos que estar bien y después otra vez divorcio, después otra vez mal así, pero yo desde el tercer año yo ya tuve poder, económico.

...si yo tuve la tercera, la realidad no sé cómo pasó, yo siempre soñé con un tercer niño, y decía yo será posible que vaya a tener otro niño, yo no quería, no fui persona de evitar hijos, y gracias a Dios no me los mandaba o no sé, cuando yo ya vi, vino María Andrea y dije esta es la última etapa, si se puede o no se puede, nos unió mucho la niña, y un carácter y una dulzura de la chiquita que, pero aún así volvían los arrebatos de él, las malas formas, él siempre le gustó mucho el fut, entonces él los domingos no quería ni salir, entonces como yo manejaba decía pregúntele a su papá si va a salir sino nos vamos, oír misa desayunar o algún lado a jugar y él se quedaba y antes de que él tuviera carro, pasaba mi cuñada y mi hermano o mi mamá y nos íbamos, o sea el toda la vida los domingos fue fut. Entonces era otra cosa que lo distanciaba a uno, él no

miraba a sus hijas, entonces todo eso, uno va siendo más independiente y a disfrutar sin ellos.

Entonces...de que yo tuve más poder o no, realmente yo llegué a un límite a los dos años, ya pagué, no tengo que estar pagando más, empecé a parármele a enfrentarlo, pero fue cuando yo no trabajaba pero salí de donde mi suegra, con mi suegra no podía. Y eso que me pase a un lugar, un apartamentito se podía decir a la vecindad de su mamá, pero que yo ya me sentía como más protegida, ya uno es más gallito verdad.

Todo el mundo me decía viví en un cuartito pero no con tu suegra porque toda la vida va a haber problema, pero si el poder y la fuerza fue creciendo conforme, por ejemplo, yo no tenía carro, pero yo ya trabajaba y ganaba bien, me daban el carro de la empresa, me decían mirá, yo pedía que las niñas me las llevaban al almacén porque yo tenía que hacer algunas compras de zapatos o algo, entonces yo ya decía mirá, ahorita que salgamos vamos a pasar comprando los zapatos de las patojas, no me decía, ahhh no decía yo, pues bajate porque ni el carro es tuyo, ni el dinero con que voy a comprar los zapatas, entonces ya me iba a la zapatería.

...sí, yo lo manejaba todo, los colegios, el nunca estuvo de acuerdo con los colegios de mis hijas, nunca estuvo de acuerdo con nada, ni a las reuniones de colegio iba nunca, ellas parecían que fueran de solo mamá.

La religión y bueno lo que te dicen es que no te puedes separar y no te puedes separar...él le embargaron el sueldo y yo empecé a buscar trabajo y no conseguía nada hasta que me dijo mi hermana, venite al negocio y aquí necesitamos una persona de confianza y ahí empecé a trabajar, que él no estuvo de acuerdo tampoco nunca, pero no le pregunté por qué le dije: mirá os estamos muriendo de hambre y no estás para opinar ya, entonces fue donde empecé a trabajar y yo ya me había parado, aún así había esa violencia, el me agarraba a traición, me pegaba a traición, digamos me pegaba de atrás, me halaba del pelo de atrás y yo ni siquiera pensaba que me iba a pegar, ya estando trabajando, entonces poco a poco yo iba ganando valentía y

ganando valentía hasta que ya no me dejé tocar mas, pasaron unos cuatro años antes de que ya no me dejara, no era tan frecuente, pero cuando era , era violenta la cosa.

*“Solo para evitar más problemas”*

(62)No había comunicación, solo era discusión y órdenes, imposiciones, pleitos todo el tiempo, por la más mínima cosita, y hubo un tiempo en que yo no decía nada porque sentía que me caía, luego cambió la cosa, ya cuando yo ya trabajaba y me mantenía, me sentía con más poder y derecho de decir las cosas, pero ni así podía hablar, tenía que decir lo que me convenía solo para evitar más problemas, mentía, no, no, ahí no había comunicación, él solo peleaba, así fue siempre, desde el primer día o antes.

*“Logré manejar mi casa...aunque hubiera maltrato”*

Hubo rebeldía de la hija mayor definitivamente me costó, luché con ella y todo, pero como yo lo miraba como que siempre fui muy mamá y papá a la vez, porque como él para mí no pintaba, entonces yo siempre hice los papeles y cuando él las regañaba fuerte le decía, bueno le estás enseñando o la estás regañando, les decía váyase para su cuarto y yo interrumpía la clase que le estaba dando porque no me gustaba el trato que él les daba, entonces yo logré manejar mi casa casi dentro, aunque hubiera maltrato, pero yo manejaba mi casa desde casi el tercer año de matrimonio.

*“Ya había muerto mi abuelita, y dije ya me voy a divorciar”*

(63) Tuve algunos problemas cuando me separaba pero los arreglaba porque decía yo: no puede ser, entonces ya ese último año vivimos diez meses en esa situación, de no tener relaciones, pero era como dormir con el enemigo porque él no se dormía, y yo decía a qué hora este me acribilla porque era muy impulsivo, y me empecé a divorciar porque ya no estaba mi abuelita, mi mamá tampoco me aceptó mi divorcio, pero mi abuelita era la que yo sentía que se moría si lo hacía, entonces empecé a buscar cómo divorciarme y abogado y todo, y le dije por qué no nos divorciamos mejor, pero él no decía nada porque ya sabía que yo sabía que tenía otra y me decía pues si tenés dinero para pagar el divorcio, fui con el abogado y le dije que no fuera a decir nada de



lo de reconciliación que dicen los abogados, no vaya a ser que se arrepienta pero lo hizo porque me dijo que lo tenía que hacerlo, pero firmó, en Noviembre de ese año, le dije no esté esperando que esté la firma porque ya tomó una decisión váyase, si quiere ver a sus hijas, porque nos estábamos poniendo de acuerdo en una pensión porque él no quería dar pensión aunque no viera a sus niñas, estaba negociando a sus hijas, y yo le dije que estaba bueno porque yo tenía cómo mantenerlas, y el abogado dijo que eso no era posible y a mí no me importaba si me daba o no dinero, y gracias a Dios, porque yo nunca creí poderme librar de él y me libré, pero fue poco a poco, cuando él sabía que yo sabía de la otra relación.

... Mis hijas, el enterarse ellas, porque yo a pesar de que ellas veían cómo era él, yo nunca les hablaba mal de él, yo a pesar de que lo considero una persona muy dañina y todo, nunca fui persona, y hasta la fecha pienso yo que en ciertos arrebatos puede uno decir ciertas cosas pero nunca puse a mis hijas miren ese es un nada que ver o nada, ellas vieron todo el maltrato y la forma de vida que llevábamos... pero yo siento que no fue tanto por ellas, sino por mi religión, no existía la palabra divorcio, en mi familia no había divorcio, entonces las engañamos, él se iba a ir a Estados Unidos y se fue, y entonces mi chiquita que tenía cuatro años decía mi papito está en los Ángeles, y vino un primo de ellas, hijo de mi hermana y dijo: yo vi a tu papá y está aquí, ahhhh fue un drama terrible y ya me senté con ellas y les dije que su papito ya no iba a regresar pero lloraron... yo poniéndome como hija, aunque sus papás sean lo que sean son sus papás y siempre quieren que estén juntos. Entonces ellas a pesar que sabían que su papá era brusco, violento que me pegó muchas veces en frente de las niñas y todo, ellas siempre querían a su papá en la casa, y eso fue lo más difícil, mentí y porque el se fue como que se iba de viaje, eso fue lo más difícil del divorcio, mis hijas y el aceptar verme divorciada, yo no podía verme como una mujer divorciada.

*“Me costó aceptarlo”*

(64) Como trabajando mi mente, que eso no servía, no funcionaba, pero dentro de mí estaba frustrada porque yo sabía que había tenido un fracaso en mi vida, desde siempre, pero me costó aceptarlo y además de eso la gente, de que la gente cree que

uno les va a quitar el marido y de que pasaron montón de cosas que si cuesta ser una persona divorciada, joven, tenía 32 años.

*“Mi familia nunca lo aceptó, yo estaba sola”*

(65) Mi familia nunca lo aceptó, mi mamá en las diferentes separaciones que tuve durante el matrimonio, me quiso mandar a Estados Unidos para apoyarme como si andate, pero yo no tenía el pasaporte de mis hijas, nunca me fui porque no pensaba dejar a mis hijas, por eso nunca tomé la decisión de irme, pero hubo una vez que si me apoyó, pero al ver realmente que cómo era él, y que era un error haberme casado con él, pero como no se aceptaba esto, entonces no tuve apoyo, apoyo emocional, nada, moral, apoyo económico, nada, y mi papá le dije una vez mire papa me voy a separar y él me dijo: esta es su casa en sentido figurado, y hasta allí llegamos, como quien dice aquí no hay apoyo de nada, en la segunda vez que me separé... no tuve apoyo.

En amigos, tengo un círculo muy cerrado, no tengo amigos, no me gusta, soy muy poca de amigos, no sé por qué pero yo tuve una amiga de los básicos, otra con la que me gradué y un medio grupito, pero no soy de amistades entonces no tenía quien, una amiga en quien refugiarme, si tengo una, pero era una amistad de que cada seis meses nos platicábamos y nos contábamos todo, nos servía como para sacar algo pero después nos volvíamos a distanciar, entonces no, no tuve apoyo de nadie, yo estaba sola... soy de muy poca relación y por la forma que yo he sido, la gente dice, hay, aparte de por la empresa que ya manejo ochenta empleados, yo pongo distancia, aunque tengan años de trabajar. Con ciertos amigos que tenemos y que me ven tanto en el área de trabajo como afuera, no les gusta como soy, no porque yo critique o quiera perfección en las personas, sino que yo no soy muy dada, y la gente tal vez crea que me creo más y siento que no, yo cuando puedo ayudar apoyo, pero al no ser yo dada, no ser confianzuda, al no aguantar en una reunión hasta que dan vuelta a las ollas porque yo digo ya me voy ya me voy aunque seamos muy amigos, siento que no soy bien vista, a saber o no les gusta en el lugar que estoy o no les gusta mi forma de ser, por lo que considero no tener amigos reales.

...no sé, tal vez ir haberle dicho a mi hermana y romper la relación con mi mamá (la decisión más difícil además del divorcio) mi mamá no es que la apoyara a ella, (hermana) es que yo le dije a mi mamá, cuando mi mamá murió vinieron unas primas me dijeron: mira Lis sabemos lo que pasó, no queremos que te vayas a sentir culpable por no ver a tu mamá, tú lo que hiciste fue lo que sentiste en ese momento, me trajeron un libro muy lindo de oraciones, lo que hiciste fue por defender a tu hermana con la que no tenías conflicto todavía, y era válido, tu mamá no tenía por qué haberte hecho esto...

*“ Hubo trauma interno”*

(66)... me costó aceptar ser divorciada, que me costó muchas cosas pero a la larga como que me había sacado la lotería, hubo trauma interno, es lo que digo yo, pero a nadie se lo decía, yo nunca dije: estoy frustrada por ser divorciada, nunca a nadie.

*“Frustrada por ser divorciada”*

(66) ...entonces la verdad que fue un paso que cuesta mucho.....adopté una posición de que lo tenía que sacar, y como yo iba a l psicólogo desde los veintiún años, y allí tenía treinta y dos, estamos hablando de once años que yo seguía, interrumpía ciertas etapas...

### **III Aprendí que yo valgo**

*“Al final ya no los necesité”*

(67)...voy a hablar con Byron y ustedes se van a sentar acá y yo le voy a decir: te tenés que ir y al oír esa ofensa se va a ir, y así era como lo lograba sacar yo en mis intervalos que me separé. Ya al final ya no los necesité, fue en los intervalos, pero en el puro divorcio no, yo ya estaba como que más madura tal vez, más segura y pienso que no necesité de mayor cosa sino que de saber que cuando me dijeron mire el anda con fulana, yo se los entré a decir a ellos, que miren de tal y tal cosa y nos dio risa y no hablamos más, y él estaba ahí también porque trabajamos todos entonces nadie dijo

nada, pero pienso que si ellos me apoyaron o que se yo, mi paño pudieron haber sido ellos dos prácticamente.

*“Esta es mi carta de salvación”*

(68) Aquí prácticamente todo salió como en ruedas por el hecho que él sabía que yo sabía que había otra relación y yo no hizo problema, se lo dije a mis hijas...fue un divorcio de común acuerdo no habían bienes, porque la casa que estaba haciendo no estaba a mi nombre gracias a Dios, porque quería que la pusiéramos a mi nombre y la hubiera tenido que partir a la mitad, entonces no había nada que dividir, ni bienes, ni nada, entonces no hubo problema, y como ya era de común acuerdo no hubo problema, yo lo que sentía es que no iba a firmar, era mi sufrimiento, pero de ahí, todo lo que ayudó fue que alguien llegara a decirme a mí eso, y yo no hice nada, no.

Entonces todo ese proceso creo que lo viví antes, el cómo separarme era problema, no había aceptación de su parte y todo lo que se me facilitó fue esta etapa donde él ya andaba con alguien.

*“Cuando él se fue”*

(69) Cuando él se fue la verdad es que yo nunca me pudiera haber imaginado que bonito era estar sola otra vez, que me hiciera falta, nunca, de hincarme y darle gracias a Dios, creo que todavía lo sigo haciendo, porque yo no me hubiera podido haber imaginado lograr estar separada de él, aparte por las creencias a parte por todo, pero cuando yo empecé a salir con mis hijas solas, que yo sentía una paz increíble que a veces digo para qué me volví a casarme porque nosotros vivíamos una paz, hacíamos lo que queríamos, íbamos, veníamos, me disfruté mucho a mis hijas, que a ellas les afectó mucho que me volviera a casar porque mi vida entera era para ellas, yo salía del trabajo y venía por mis hijas a donde yo tuviera que ir, nunca las dejaba, y ellas siempre iban a todos lados aunque fueran reuniones de adultos porque yo las venía a traer.

A parte de que yo mantenía ya casi un ochenta por ciento la casa, porque me iba muy bien, en los colegios de mis hijas todo lo cubría yo, yo me manejé mucho con la

psicóloga del colegio de mis hijas cuando yo me separaba, cuando yo tenía ciertos procesos, yo iba a hablar al colegio para que las apoyaran, mis hijas nunca bajaron sus notas, cuando él se fue, siempre fueron buenas estudiantes.

*“Cambié todo”*

(70) Como que se fue un x de la casa, pero aquí todo sigue funcionando cambié todo, dije vida nueva, todo nuevo, yo sentía como que había que hacer limpia de todo, así lo vi, de alguna forma no lo daba a conocer así con mis amigas o mis conocidos, pero yo en la casa me veía la felicidad que tenía, de que me había librado de tremenda cosa, y tremenda familia que lamentable era la de él.

Todavía conservaba dos tías, las fui a buscar solo una la pude encontrar y la otra me dijo que no aceptaba mi matrimonio, nunca más volví a poner un pie allí por supuesto, era una mi tía que era como mi mamá.

*“Soy una mujer soltera”*

(70) Yo iba a buscar ayuda (psicológica) yo siento que yo ya estaba bastante avanzada como que en cierto apoyo, no apoyo sino que era lo que tenía que suceder y trabajarlo, verdad, para aceptarlo, para verme no como divorciada, sino como soltera, soy una mujer soltera, no divorciada, porque es una palabra muy gruesa esa de divorcio, es muy fea, y la gente que la hace más fea, o en mi círculo, pero yo hasta después lo analizo y digo yo ¿cómo me llegué a pensar que yo no valía nada estando a la par de él y así, pero ya después, pero te hacen sentir tan así que tú te lo crees, yo lo creía.

*“Tomar la decisión por segunda vez fue muy difícil”*

(71) Tomar la decisión por segunda vez fue muy difícil porque yo tenía una vida en la cual, yo tomaba todas las decisiones, yo era la que disponía, yo todo. Eso es otro que me costó casarme, a parte yo ya tenía poder adquisitivo, yo hacía y deshacía, ya tener que preguntar ¿mira qué opinas de esto? o ¿cómo decírselo? porque en el matrimonio anterior yo mentía en todo...en esta etapa ya fue diferente porque él valoraba, además

que ya había visto y vivido el hostigamiento de la pareja anterior, entonces no se metía mucho...pero a mí me costó mucho en primer lugar, pensar en volverme a casar, yo no quería, pero tampoco quería una vida de rato nada más. Cuando él me dijo porque no nos casamos, él se divorció también al año que yo me divorcié, entonces si pasamos muchos tiempos solos porque él vivía con sus hijos, porque ella le dejó los hijos.

Después de tres años de haber perdido a su familia me dijo ¿cuándo nos casamos? Ayyy, no sé le dije yo, mis hijas, la segunda no estuvo de acuerdo, mira mamá dijo, tan bien que nos trata y no vaya a ser que cambie y quiera mandarnos, la verdad es que no, ella era chiquita, pero es así, le dije: mire mi hija qué hombre le va a pedir a uno que se case teniendo tres hijas, jalándose un problema cuando podía ser solo amante, si me está pidiendo matrimonio, ¿no crees tú que sea algo bueno? Mmm tenés razón, entonces casate pues, así, como que si pidiera el consentimiento de mi hija. Y yo le dije a él, si tu familia está de acuerdo yo me caso, si no no, porque para romper ya las dos familias ya no el ser amigos, nos ha ayudado a enfrentar muchas situaciones entre los hijos de él y mis hijas y la familia y todo...yo pienso que el habernos conocido tanto a servido para que funcione un poco, un 80% o un 70% nuestro matrimonio, porque nos tratamos de entender porque tenemos vidas con problemas serios los dos en el pasado.

### *“Aprendí a platicar”*

(72)... ahora ya tengo diez años de casada y como a los seis empecé a hacer cambios, que también lo traumaron a él, a pesar que yo lo hacía suave y dulcemente, platicándolo, porque aprendía a platicar, a decir las cosas con modo diferente porque él es machista a morir también y servido extremadamente, cuando empezaba a trabajar le decía mira... pero para eso tuvo que pasar un proceso que le costó mucho, y yo entenderlo, porque mis hijas casi que ahorcaban pero no decían nada, cuando me decían algo yo les decía, en mi matrimonio no se metan, ustedes no participen, porque si yo hago tal cosa yo sé porque la hago, si es algo que les afecte a ustedes díganmelo, de lo contrario no lo acepto. Pero me costó mucho cambiar todo eso me costó entenderlo, no me hace click real, dice la Biblia te someterás...pero también hombre no

tienes esclava, y me ha costado cambiar, a veces caigo en el error ese y mal acostumbro y me cuesta salir de eso.

*“Aprendí que yo valgo”*

(73) ...muchas veces pienso que no perdí esos años, no los veo como perdidos porque tengo tres niñas que para mí es lo mejor que pudo pasar en mi vida, o sea, no puedo decir ayy perdí doce años y pude haber hecho esto y esto, no, nunca...yo creo que todavía hace seis años que yo empecé a recibir unos cursos de desarrollo personal, yo no sabía quién era y que yo merecía muchas cosas en la vida, siento que no me dejaba ver que yo había aprendido algo, simplemente mi libertad, me libré de algo, no sé si decir si aprendía algo, simplemente no caía en la cuenta mientras me divorciaba que yo merecía algo, que yo merecía ser, que Dios me había hecho única e irrepetible, eso lo puedo decir yo ahorita, porque aprendí ya a que yo valgo, yo soy, aunque sea irreal para los demás, pero tengo derecho a decir lo que pienso, pero en ese entonces era una liberación, era el escape, y si sentí la gloria, ahorita una amiga que se separó y no lo aceptó al fin de cuentas porque no se ubicó y está viviendo peor la vida ahora con él, y yo digo esta ¿qué le pasó?, pero no todos los casos son iguales, estamos preparadas muy distintas, tu no podés aconsejar a nadie, separate o no , no se puede. Una vecina me dijo ¿qué hizo para deshacerse de su marido? Yo no me deshice de él le dije, deme tips me dijo, y yo no le puedo aconsejar, yo no soy partidaria de eso, ni porque mi hija se divorció, ni porque yo me divorcié voy a decir mi hija que bueno que se divorció, no, yo no soy partidaria del divorcio y todavía les digo a mis hijas, ni porque uno esté bien casada, yo no voy a aceptar que hayan esos desórdenes, y no soy ejemplo ahorita, ¿qué les puedo decir de la experiencia de divorcio? Que no se debe vivir con alguien que no es merecedor de la vida de uno, ni que sea dueño de la vida de uno.

*“Totalmente diferente a mi vida pasada”*

(74) Nosotros platicábamos muchas cosas incluso antes de casarme pero donde me cuesta es que los dos estamos trabajando y aportando, de que el tiempo, yo no puedo estar aquí esperando como la esposa amante, porque me tiene que dar mi espacio...nuestra relación conyugal totalmente diferente a mi vida pasada, nada que ver, él es una persona muy...le gustó siempre mucho platicar desde el principio. ¿Qué quería yo para sentirme bien como mujer? Y todo, me costó por mis hijas, yo hice arreglos para que no llegaran a mi cuarto como en mi casa, ellas llegaban a cualquier hora mami miramos una película, la ponían y se acostaban en mi cama, cómo hice el cambio, hice micos y pericos para tener privacidad en mi matrimonio. Lo que a mí se me facilitó es porque ellas lo querían a él, ya había una relación desde antes y lo respetaban, porque con otro me hubiera costado mucho, los hijos en el segundo matrimonio, sufren mucho. Aprendí después de cinco años de casada a saber quién era yo y qué merecía como persona. Yo me cansé de dar, no ser siempre yo, pero no lo aprendí, pero no lo puse en práctica hasta después.

*“Ya no estoy en lucha”*

(75) Todavía me manejo mucho con impulsos, y como que uno no deja el pasado y uno siente que ya va a regresar a lo mismo, pero al pasar de los años, porque al principio los dos como que cedíamos, ninguno de los dos quería caer en ningún error para no decir esto no funcionó, entonces como que los dos nos protegíamos y nos cubríamos, ya después de los cinco años, ya hasta peleábamos, y yo decía ¿qué nos pasó?, qué está pasando?, gracias a Dios yo empecé a ver, a tratar de aprender muchas cosas en mi vida personal que fue donde yo pude manejar.

Para aprender a decirle que ya no a su familia, uuyyyyyy, fue un proceso muy largo, muy fuerte...ya luché para tener a la familia unida con nosotros, no se pudo, por los papás para tenerlos unidos a nosotros, son gente muy diferente, no se pudo, son gente muy especial, muy diferente, de poca sociabilidad por decirlo así, son evangélicos entonces más nos distanciaron muchas cosas...entonces al tener esas dos vidas uno



se divide, sufre más a pesar de que la segunda vuelta es muy buena, dices aquí metí la pata, aquí ya no la voy a meter... volver a hacer un segundo matrimonio y qué esta es una batalla más grande que el primero...dentro de que lo hago pero no me parece y trato de aceptar y trabajarme a mí misma, no está pasando nada, que vaya, que haga, porque él me dice tu vas a ser siempre parte de mi...así es que si me cuesta, yo a veces manejar situaciones pero las vamos resolviendo dentro de lo que cabe ...lo que quiero yo es paz.

*“No tiene ni comparación con lo que fue la primera vez”*

(77)...completamente diferente...ahora es otra cosa, como estamos juntos todo el día y hay tanto que hablar del trabajo y todo, y él alega a veces pero lo oigo como oír llover, y ya cuando pienso que es mejor momento, ya voy yo y soy la que empiezo a hablar, mira que esto que el otro, pero si tengo que ser yo la que trate de hablar de lo que se tiene que hablar. No hablamos mucho de nosotros, mas del trabajo, de los problemas y que si su familia y sus hijos y en fin todos los problemas, pero si se habla, decimos lo que pensamos o queremos y ahí vamos viendo como arreglamos las cosas, o que si se hace algo, o se compra algo, en fin lo que vaya saliendo, pero si no tiene ni comparación con lo que fue la primera vez.

...él se cierra y cómo ve que yo no hablo ni digo nada, pasa un día, pueden pasar dos, tres y él dice que soy yo la que me cierro, entonces los dos estamos en ese plan de que yo no doy mi brazo a torcer, entonces digo yo:¿ podemos platicar, podemos decir algo?, ¿y por qué no hablas tú?, porque no, tú fuiste la que último dijo no sé qué, entonces un día le dije, tú tienes que pensar en que tú eres tú y yo soy yo, no puedo pensar lo que tu pensás ni tú lo que yo pienso, por lo menos tratá, él siempre ha sido de la opinión de que si la mujer se va que él no la va a ir a traer, él tiene su ego bien alto, entonces yo pienso, bueno ¿vamos a hacer algo, no vamos a hacer algo, o se va a componer esto?.

*“Yo quiero sentirme como libre”*

(78) Yo la defino como bien (la nueva relación de pareja), logramos convivir horas de horas juntos, y eso ya es bastante, sé que cuesta mucho, mi hija me dice mamá ¿qué te pasa? Si a cada rato te está contradiciendo, hija, tengo veinticuatro años de trabajar con él, y aunque él me contradiga de todas formas lo sigo haciendo y lo oigo, y le debato...he ganado mucho, es una buena relación, yo digo que de un cien, tenemos un ochenta por ciento, aún viendo todos los bombardeos que tenemos alrededor, su familia, la crisis que están pasando, y yo me estoy portando mal realmente, pero quiero que me deje ahorita fresca, pero yo quiero sentirme como libre de no hacer algo que yo no quiero hacer, y yo si lo hablo, tú sabes que yo te quiero mucho...la realidad es que pienso que llevamos un buen matrimonio, pienso que de lo que vivieron mis papás, mis hermanos, sus hermanos, nuestro matrimonio es muy estable, no digo que no pueda cambiar, pero dentro de lo que yo puedo manejar y ver y percibir y convivir, logramos muchas cosas de convivencia juntos, muchas muchas y que ante todo somos amigos, y eso es para mí algo muy importante en la pareja.

*“Cuando me siento triste y no puedo manejar cierta situación, yo me quedo calladita y me encierro”*

(79)...Y es que eso lo aprendí un poco con él, cuando trabajábamos de jefe a empleado digamos, si tú me traes un problema, tráeme de una vez la solución, haber cómo lo resolvemos, o sea yo aprendí de él en cierta forma, yo decía: ¿me va a ayudar? no, no me va a ayudar, ¿me va a resolver? no, no me va a resolver...No, para mí no, yo tengo de amigas de que yo cuente, cero, cuando yo llegué con María Olga mi psicóloga, me decía es que Lis, tu sueltas todo, era una salida porque yo toda la vida lo guardé.

Era una necesidad, y me siento rica hablando ahí así sean cinco, siete personas que hay en mi vida, ya no me afecta, ya aprendí como quien dice, bueno yo aprendí con otros psicólogos a soltarlo, porque yo siempre dije toda la verdad desde que decía, desde donde puede venir mi problema, en mi niñez, ¿qué fue? Y todo, todo lo saqué, y María Olga me dice yo te he podido ayudar porque tú hablas, y dices y se mira genuino.

...Si, pero porque voy a tener la solución, yo lo comparto con Dios, y con quien sé que me va a resolver, pero con quien sé que no me va a resolver no, no pierdo mi tiempo. Menos con el esposo, porque el esposo muy pocas veces te va a resolver, no es porque no pueda resolverte, ellos tienen otro punto de vista, el hombre por naturaleza es, hasta como padre, la madre es incondicional, el padre es condicional, si sacas esto, te doy esto, en cambio la mamá da todo sin esperar nada a cambio.

### *“Ser luchadora”*

(80) El ser positiva, el estar siempre agarrada de Dios y decirle yo sin ti no puedo hacer nada, y él ha sido mi fortaleza, a pesar de que no soy como quisiera ser en ese aspecto, y el ser luchadora, proactiva, querer ser grande, yo siempre quise ser grande siempre quise a pesar de que ya no pude estudiar porque ya no quise realmente, me justificaba, y como en el comercio yo logré salir adelante no me interesó más, mis hijas me decían Mami no te da pena que no entraste a la U, y estoy en un nivel y me puedo desenvolver y no me siento mal por ser solo perito, mi familia y mis papás se graduaron de la universidad...luchar, ser yo misma...mis hermanas dicen: esta Lis se puso una caparazón donde nadie se le acercaba, nadie la tocaba y nadie nada, pero mis amigas empezaban, las pocas, vos salí a parrandear porque ellas eran solteras, yo le decía: si quieren echarse los tragos vengan a la casa porque yo tengo hijas, yo era como cuidadosa de mi persona, yo quería que no me vieran en cualquier lugar, yo quería ser grande no tanto en lo económico, aunque si es importante, pero grande en el sentido de que te miren como una persona bien cabal, bien nítida, cuidada, a pesar de ser divorciada, y que yo de adolescente fui tremenda, yo quería ser grande así como verme en otro punto...entonces a mí me ayudó mucho ponerme esa caparazón y que nadie me tocara...mi mamá a mí desde pequeña me rechazó, o sea la ausencia de mi mamá, yo la amaba e hice hasta lo imposible para que me viera, ser vista por ella y no me miraba, entonces cuando me dejó por este problema que yo sé que no es por mi hermana...en realidad ellas me dañaban, cuando decidí poner esa caparazón como dicen ellas, e irme aislando desde hace trece años, yo siento que me liberé de algo porque mis hermanas como juzgaban, criticaban, nos sentábamos a hablar del mundo

entero. Yo siempre dije que no pertenecía allí, y al separarme de toda la familia como que hubiera ganado. Yo no siento que perdí, mis hijas crecieron en un ambiente más sano....después de todo lo que he vivido yo digo que soy dura, soy estricta, como que ya no tengo necesidad de aguantar muchas cosas, es malo, y ahorita casualmente estoy empezando a trabajar eso para ablandarme un poco, y a ver desde otra perspectiva las cosas, porque el haber crecido tanto como persona.

*“Soy fiel, no crítico, no hablo mal”*

(81)...tal vez a mí misma (se admira)...bueno de los tanto años que trabajé con mi esposo, el ver tantas cosas, en lo económico y todo, nunca toqué lo que no era mío ...por esa honestidad y lealtad es que yo estoy donde estoy ahorita, el valoró todo eso, pudo ver en mí eso, y que fui honesta y les enseñó a mis hijas, si yo debo algo y no voy a poder pagar, yo no me escondo, no me oculto. ....y que soy buena amiga, honesta, yo ayudo, y soy fiel, no critico, no hablo mal.

## **NARRADORA 4**

### **I Alguien que te diga a lo que vas al matrimonio**

*“Quería mi familia de cuento de hadas”*

(82) Para toda la vida, esas eran mis ideas, yo quería mi familia de cuento de hadas eso es lo que yo quería, y tener muchos hijos y ser feliz, eso es lo que yo quería, lástima que no hay una escuela...quien ponga una escuela de cómo actuar en los problemas, pero que no sea ni tu mamá, ni tu papá, porque ninguno de los dos los vas a escuchar. ¿Cómo actuar en los problemas, cómo ser mediadora, cómo ser madre?, lineamientos, alguien que te diga a lo que vas al matrimonio.

*“Gallito de pelea”*

(83) Me recuerdo que peleábamos a veces, yo como que era gallito de pelea, ¡que horrible!, como pude, y estupideces y uno dice como no me quedé con la boca callada, porque no solo era él el del problema, yo también por supuesto, su problema era más evidente, pero yo también tenía un carácter del carajo, yo me enojaba por cualquier cosa pero como que fuera gallito de pelea ¡horrible!

**II “Hay tristeza, hay vacío...sentía que estaba en un pozo”.**

*“Él empezó a tomar”*

(84) Fue una decisión fácil y muy difícil, fácil porque se tornó mi matrimonio en algo invivable, y yo sabía que tenía que tomar la decisión, yo traté varias veces de persuadir que no pasará, pero tenía que pasar porque él empezó a tomar, y eso ya estaba fuera de mi control, entonces hubo un poco de violencia las últimas veces entonces yo dije no, hasta aquí y por eso es que te digo que fue una decisión muy difícil pero era fácil porque era algo que tenía que pasar.

*“Duro para uno de mujer que todavía ama”*

(85)...cólera, mucha cólera y frustración, enojo...ahora en mi divorcio a pesar de los pesares mi divorcio fue más tranquilo, como te digo yo traté de hacer más las cosas con el corazón que con el hígado y tocarle a él esa parte, no su hígado sino su corazón. Tú hiciste esto, tú ahorita no lo ves, pero más adelante lo vas a ver, tú hiciste esto y yo hice esto, y tratamos que para todo ellos, todo en base a mis hijos, era algo neutro totalmente entre él y yo, algo que los dos amábamos, tratemos de hacerlo lo mejor posible y en paz. Si la verdad es que mi divorcio fue fácil, de común acuerdo. Esa firmita, eso de los tribunales es lo de menos. Desde que te separas, ya ves algo palpable, desde que te separas tal vez hasta que sanas tú como persona. Eso es lo más duro, lo de la firma y los tribunales, es como si tu adrenalina la estás trabajando muy alta, entonces no te das cuenta de lo que está pasando, gracias a Dios ¿verdad?, y cuando ya todo vuelve a su calma, y los silencios nuevamente y estás contigo misma,

ahí es donde tú te das cuenta, Dios mío, ya pasó y ahí es cuando viene lo duro para uno de mujer que todavía ama.

*“Vivir un día más”*

(86) Fue la cosa más espantosa que te podás imaginar, era muy duro porque al principio yo quise volver con él precisamente por mi hijo verdad, yo sólo tenía un hijo en ese entonces, y yo vengo de familia de papás divorciados y yo si algo quería darle era estabilidad a mi hijo y darle una familia integrada. Cuando él estuvo en Estados Unidos, bueno él es una persona de carácter sumamente fuerte y yo no soy tampoco de carácter suavecito, no tan fuerte como la de él, la verdad es que nos llevamos muy bien, siempre con problemitas y cositas pero si nos llevábamos muy bien. Empezaron los problemas precisamente porque él regresó de Estados Unidos y él empezó a tomar y yo no pude hacer nada, lo trate de persuadir, de pedir, de llorar, de gritar, de todas las formas posibles que te podás imaginar, pero yo ya no pude hacer nada, fue una decisión fuertísima, fuertísima y yo caí en una depresión que yo quería morirme y no me interesaban mis hijos, o sea en lo mínimo, fue muy difícil, creo que nunca en mi vida me había sentido tan miserable, tan mal, tan fea, tan tonta, tan todo porque el autoestima cuando tú estás en ese proceso, yo he escuchado con otras amigas, o por lo menos a mí, se te va para el suelo y lo único que quería yo era morirme o vivir un día más, porque decía, voy a dejar pasar los días porque sé que el tiempo lo cura todo, entonces yo solo quería dormirme y que fuera otro día y después otro día y no, fue una cosa espantosa, una cosa espantosa, de verdad que sí, este, una muy amiga mía me recomendó este psiquiatra con el que estuve yendo, estuve medicada siete meses, siempre con terapia y medicina, y poco a poco fui levantándome y recobrando el interés para vivir, es una cosa que si tú la escuchás de alguien, pero tú no lo has vivido decís: ¿cómo puede ella pensar eso? , ni siquiera, pero es una cosa espantosa, ni siquiera tus hijos te interesan y a mí no me interesaban, es una cosa horrible, espantosa.

*“Me aseguro de que me voy a morir”*

(87) Tal vez yo me hubiera matado, no sé, cuando estuve yo en el pico ese de depresión tal vez si hubiera tomado una decisión, de hecho, todos los días la tomaba, yo vivo carretera al Salvador, y cuando venía por el puente, yo decía aquí me voy a tirar, en el carro verdad, y hasta chequee, chequeaba que no me fuera a topar con algo ahí que me parara la grada, me voy tranquila, y no voy a fregar a nadie, no voy a lastimar a nadie, y así me aseguro de que me voy a morir, no me voy a quedar parapléjica, porque entonces peor todavía, eso todos los días lo pensaba, es la fuerza de carácter, no sé. Y que yo sí sabía que todo iba a pasar, que era cuestión de tiempo otra vez, que tarde o temprano iba a pasar...y que si yo no me mataba iba a lograrlo, que si yo no llegaba a ese punto crítico, yo sí lo iba a poder hacer. No sé si lo quería hacer por algo dentro de mí sabía que no me iba a atrever, por eso decía yo mañana, mañana sí, por eso al día siguiente: hhhh! me pasé, y así mañana, mañana, o sea era como engañarme a mí misma. No se lo decía a nadie, no jamás, para que iba a preocupar a mi papá o a mi mamá.

*“Después de un divorcio hay tristeza, hay vacío...sentía que estaba en un pozo”.*

(88) Yo no creo que hayan cosas positivas después de un divorcio, tratar de sacarle lo mejor a las situaciones que pasas, después de un divorcio hay tristeza, hay vacío.

...todo, las cosas que tu pensás, que tú crees, que cuando tú estás adentro de un divorcio, en medio de, por lo menos eso es lo que yo sentía, sentía que estaba en pozo de esos que abren para agua, son así, anchitos y que tú ves para fuera y vez un pedacito de luz, y tu decís, Dios mío, ¿cuándo voy a llegar allí?

*“Cuando uno está en problemas por lo general no te apoyan”*

(89) Amigos, me alcanza una mano para decirte que cuando uno está en problemas por lo general no te apoyan, familiares estuvieron presentes mi mamá y mi papá nada más, incondicionalmente, mi hermano no, es increíble pero no, o sea de los familiares que yo recibí apoyo fue mi mamá y mi papá nada más. Mis amigos habrán sido dos o tres

nada más, solamente...sí, apoyo limitado, pero si...porque de los veinticinco amigos que tenés te responden dos o tres.

### **III “Si no me hubiera tocado tan duro no sería hoy la persona que soy”**

*“Un ángel para mí”*

(90) Mi amiga fue como un ángel para mí, un ángel caído del cielo porque su amor me dio mucho valor a mí, a pesar de que uno sabe que puede salir adelante, a pesar de que uno sabe de que eres capaz, nunca dejas de tener miedo de tomar decisiones tan significativas, tan duras, porque no te ves involucrada solo tú sino tus hijos, ella fue un ángel para mi vida. Ella vive en Venezuela y por ella conocí después a mi esposo, ella me dio mucho, mucho apoyo...mi amiga fue como un ángel para mí, un ángel caído del cielo porque su amor me dio mucho valor a mí, a pesar de que uno sabe que puede salir adelante, a pesar de que uno sabe de que eres capaz, nunca dejas de tener miedo de tomar decisiones tan significativas, tan duras, porque no te ves involucrada solo tú sino tus hijos, ella fue un ángel para mi vida. Ella vive en Venezuela y por ella conocí después a mi esposo, ella me dio mucho, mucho apoyo.

*“Darme cuenta de que uno puede, uno puede salir adelante y que todo pasa”*

(91)...fue tal vez el poder, a ver quién puede más, a ver quien saca mas del otro, yo lo manejé muy amigablemente, yo lo que quería es estar bien para mis hijos y lo que quería era que mis hijos estuvieran bien, y lo único que yo quería era paz, entonces nos pusimos de acuerdo más que todo en lo que era la pensión alimenticia y ya, y lo manejé con amor, no con el hígado, con amor por mis hijos.

...yo sabía, tenía el conocimiento que si yo me estaba divorciando era para darle lo mejor a mis hijos, para que mis hijos no presenciaran problemas y no quería ser como el resto de personas, de mujeres que yo había escuchado que pasan peleando siete, ocho, diez años algo, y que sus hijos se daban cuenta, entonces yo traté de actuar acorde al bienestar de mis hijos.



...Mis papás estaban divorciados en ocho días, entonces yo si no quería que hubiera más conflictos, si para eso me estaba divorciando para terminarlos, entonces si actúe acorde al bienestar de ellos, siempre de acuerdo con la cosa que yo si quería que él fuera responsable de mis hijos, y gracias a Dios él actuó con bien.

Lo que te puedo decir que lo único positivo que me quedó del divorcio fueron mis cambios, lo que yo aprendí, ese porcentaje de madurez que tuve a puro trancazo, que fui adquiriendo de tanto problema, y darme cuenta de que uno puede, que puede salir adelante y que todo pasa.

*“Así fue como lo logramos hacer”*

(92)...paciencia, paciencia, llegábamos a un tope, estábamos platicando que se yo, cuando la casa me la voy a quedar yo, entonces empezaba haber un problema muy fuerte, entonces decía yo, ¿sabes qué?, platicamos mañana cuando otra vez estemos tranquilos, eso fue de paciencia y tiempo, dando tiempo. Es que no podés negociar con el hígado, y eso fue lo que me decía esta amiga mía, porque entonces no iba a llegar a ninguna parte e iba a hacer los problemas más tiempo.

¿Ya estás enojado? Sí, yo también. ¿Sabes qué? Hablamos mañana o pasado hablamos por teléfono para ver si podemos resolver esto, como para estar afinando las cláusulas del divorcio, entonces hagamos esto, hagamos el otro, y así fue como lo logramos hacer.

*“Con el tiempo vas procesando y sanando”*

(93) Tiempo, para mí la palabra clave es tiempo, el tiempo te hace sanar, te hace ver las cosas de otro punto de vista, con el tiempo madurás, ves tus errores, ves las cosas buenas que has hecho, te dá la oportunidad de voltear a ver para atrás y decís hújole, eso no vuelvo hacer, o esto lo voy a volver a hacer porque me salió muy bien. Pero yo se lo atribuyo al tiempo, así aprendés y te vas amoldando a las situaciones nuevas que tenés en tu vida. Con el tiempo vas procesando y sanando. Yo no le tengo tanto miedo a los cambios, porque yo soy una persona como, démole, va adelante, o que venga, no

soy una persona tradicionalista que me dan miedo los cambios, yo era lo que viniera, pero que viniera bueno, van haber cambios, hay cambios en tu vida enormes, pero todo es de saber manejarlo con amor y de pensar las cosas antes de hablar de ver qué me diría mi mamá si yo voy a hacer esto, qué me diría mi papá, que me aconsejarían ellos a la hora de tomar una decisión para no tomarla arrebatada y que después todas las cosas no se me fueran a devolver en malas decisiones, la verdad es que los cambios que vinieron no me costaron, no fueron significativos a mi vida.

*“Dios mío, algo hice bien”*

(94) ...yo traté de actuar por el bienestar de mis hijos, a eso, y que yo quería, yo te puedo contar que hoy por hoy él es mi mejor amigo, lo quiero muchísimo, mi esposo y mi ex esposo se llevan muy bien, yo me llevo muy bien con su nueva novia y con las parejas que ha tenido pues porque mis hijos pasan tiempo con él, y con ella y nos llevamos bien, y yo digo: ¿por qué tuvimos que pelear casados y ahora no? Y no, es reconfortante ver a mis hijos con esa plena paz, “mira me dijo mi papito que no se qué, y me voy hoy con mi papito y mañana regreso contigo ¿oíste?”y es tan reconfortante y decís, Dios mío, algo hice bien.

*“El compromiso que te da el corazón y el amor por la otra persona”*

(95) Si te dijera que ni siquiera lo pensé, no lo pensé, pienso que el matrimonio es una lotería, yo no me puedo arrepentir de lo que yo viví, yo me casé con un hombre muy bueno la primera vez y la segunda, ja ja ja, yo me casé con un hombre muy bueno la primera, pero con un gran defecto que era el alcohol, hoy por hoy como te digo es mi mejor amigo, igual me hubiera podido haber pasado con cualquier otro, tal vez no hubiera sido el alcohol, hubiera sido otro tipo de situación, tu a las personas no las llegas a conocer hasta que convivís con ellas, estoy totalmente a favor de la unión sin casarse, de hecho cuando mis hijos estén grandes yo se los voy a sugerir porque te complicas mucho la existencia o te la pueden llegar a complicar mucho, yo sé que eso va fuera de tus parámetros de lo que es el matrimonio, pero si yo volviera a repetirlo, yo no me casaba, yo viviría sin tener ningún papel firmado, que el papel desaparece en

cualquier momento, y lo único que te trae es problemas en el papel, ahí yo he visto, el divorcio de Nelson fue una cosa espantosa con una mujer que lo único que trató era de aprovecharse de ese papel, así que yo no estoy a favor del matrimonio como tal, tampoco, no estoy a favor de tener veinticinco parejas, y que eso te da pretexto para no tener ningún compromiso conmigo, sino que el compromiso que te da el corazón y el amor por la otra persona.

*“¡Ay qué lindo!”*

(96) El (segundo esposo) es una persona fácil de convivir, es una persona pacífica, es una persona con un corazón bello, es trabajador, es cero conflictos, siempre lo que te puede, ¿cómo te explico?, es de esas personas con las que tu quieres aprender muchas cosas, porque todo lo que él te enseña y te dice, es vivido por él, uno, y dos es bueno, y todos los consejos que recibís de él, aunque a ti te estén acuchillando por atrás es de amor, él predica de verdad que con amor. Te voy a poner un ejemplo, fijate que fulanita aguanta que toda pesada conmigo la hija de su madre, saber ni qué se cree, yo peleonera ¿verdad?, y ¿qué será que está así?, pues está loca de plano que está loca...y ¿no será que tiene problemas? Kuaassss!, ja ja, es de esas personas es muy comprensivo. Vuelvo a toparme con una persona que está en ese mismo sentir, ¿estás bien con tu esposo?, él ese tipo de personas, él no trata de ver lo malo que hay en ti, sino lo bueno que hay en ti, el de verdad que si me ha enseñado mucho, es amor con todo mundo, es agradable, simpático, tenernos muy buena química...es excelente, lo que cualquier mujer quisiera, de verdad, de verdad, ¡ay qué lindo!, de veras me saqué la lotería.

*“Respirar antes de hablar”*

(97) Lucha de poder, en un matrimonio no se trata de quien puede más, que yo tengo que ver que no siempre tengo que hacer mi voluntad, aunque yo sepa que estoy en lo correcto, porque muchas veces yo sabía que estaba en lo correcto, yo sabía que estas cosas se iban a pasear en todo, o en este negocio íbamos a endeudarnos, yo sabía que iba a pasar, pero llegaba a un límite en el que ya no estaba en mis manos, y que si yo

le hacía el tiki tiki a él, iba a estar esa lucha de poderes y en vez él de escucharme iba a ver ¿quién puede más?, eso aprendí, a que no siempre puede hacer uno mismo su voluntad, a respirar antes de hablar, a tener mucha paciencia, a medir tus palabras, muchas veces no te das cuenta de lo que decís hasta que lo terminaste de decir, el sopetón de eso.

*“Si no me hubiera tocado tan duro no sería hoy la persona que soy”*

(98)...enormes, y a tiempo, y gratificantes, enormes porque en ninguna forma, yo hubiera podido aprender lo que aprendí, si no me hubiera tocado tan duro no sería hoy la persona que soy, porque yo de verdad traté de sacarle lo mejor a estas cosas tan feas que pasan, de yo pulirme como persona, eso no quiere decir que yo sea perfecta ni la mejor de las madres, no, pero sí traté de aprender de todos mis errores, de todos los errores que yo cometí para tratar de no volverlos a hacer.

*“Cero berrinches”*

(99) Cero berrinches porque yo era una persona muy berrinchuda, muy muy berrinchuda, aprendí que uno tiene que crecer, y a sopesar ciertas situaciones, a que no tenés que dormirte con tu esposo realmente enojada, eso siempre te lo dicen en tus despedidas de soltera, y uno dice no, nunca lo voy a hacer y lo primero que haces es tirarle el pelo en la almohada y ya. Ay aprendí muchísimas cosas, no terminaría hoy de decirte todo lo que aprendí, lo que pulí mi vida...es que todo es entre lo mismo, berrinches, es poder, es hacer lo que a mí se me da la gana, cuando yo quiera, sino que si existe una segunda persona a la que tengo que escuchar, y que muchas veces los dos pueden hacer lo que los dos quieren, pero poco a poco y paciente, porque soy muy impaciente, yo quiero para ayer las cosa...sí, pero tu decís, ajá, no estás en tierras tan desconocidas, y decís: ahh, yo me acuerdo que me enseñaron que si esto estaba así, yo me tenía que quedar con la boca callada.

*“Entonces retrocedo mi cassette y vuelvo a empezar y sí se ven cambios”*

(100) En la noche y en el día, así, es otra cosa, otra cosa totalmente, si antes lo resolvía con los ojos cerrados, ahora los tengo bien abiertos, pero si es notorio, de verdad que sí, hay ciertas pautas que tu traes desde que tu naces, yo no sé si uno crece así o si los vas adquiriendo en tu vida que tal vez son más difíciles de controlar, pero yo sí, hoy por hoy me doy cuenta de que estoy peleando con mi esposo y que estoy siendo lo mismo que antes, pero así como que estuviera regresando un carrete, lo que te quería decir es que me retracto totalmente, y ahora me doy cuenta cuando estoy cometiendo el mismo error, totalmente..... ya no me apasiono por tonterías, ahora le pongo atención a las cosas que son importantes en mi vida, antes un chocolate podía ser un problema, ahora el chocolate no lo volteo a ver, son cosas tan frívolas que, ¿valen la pena o no valen la pena?, no voy a pelear por esto, o lo discuto después, o lo platico, ya no hay peleas en mi casa, en mi casa hay discusiones, antes en mi casa habían gritos, ahora hay pláticas, entonces sí, cuando yo misma me miro, porque yo soy apasionada, lo que hago, lo que digo, yo soy apasionada, cuando a veces me doy cuenta digo híjole, Dios mío ¿qué estoy haciendo?, y me imagino que a veces por cosas que tu viviste en tu niñez, entonces retrocedo mi cassette y vuelvo a empezar y sí se ven cambios.

*“Es comunicación”*

(101) La plática, comunicación, no, comunicación no, porque yo nunca dejé de comunicarme, era la forma en que lo hacía, porque igual te podés comunicar de hijo de tantas a decir mi amor yo pienso que tal y tal cosa, cómo te estás comunicando, de una forma adecuada y con respeto a tu pareja...primero escucho, yo soy una persona muy pensante, entonces trato de descifrar las cosas, y trato de ver qué es lo que él me quiere decir a mí, porque es muy distinto a lo que tú me dices y como lo veo yo y como lo ves tú, entonces si es algo que yo creo que no entendí bien, cuando surge algo, ¿por qué?, más que todo trato de ver ¿qué es lo que tú me querés decir, por qué me lo estás diciendo, cuál es tu punto?, cuando yo ya sé eso, entonces, pero mi reacción es plática, no es pelear, no es poder, no es ahhhh!, es comunicación.

Si te contara que mi comunicación anterior era superior, yo tenía muy buena comunicación con mi ex esposo, de una forma inadecuada, pero él no se quedaba con absolutamente nada y yo tampoco, ahora yo soy igual, yo me trato de comunicar de una forma sana, pero él es callado, entonces, no es callado, le cuesta mucho la comunicación, lo que él dice es que a él su ex esposa lo curtió y que de tanto problema, él decidió quedarse con la boca callada y no hablar, porque más fácil no hablar y solo escucharla pelear a ella, para no seguir en un círculo vicioso, pero increíble que a pesar que la comunicación en una forma no sana antes era excelente, ahora no lo es, y si algo yo puedo decir o tener problemas o puedo pelear o puedo estar inconforme es con la comunicación actual, por él, tengo que sacar las cosas con cuchara, no te puedo decir que es una persona conflictiva, él es perfecto si no fuera por la comunicación.

*“Yo soy una persona llena de defectos, pero llena de virtudes también”*

(102) Soy muy comunicativa, trato de contarlo (lo que la deprime) dependiendo que sea, mi papá, mi mamá o alguna amiga, pero si trato de hablar del tema y si me doy cuenta que cuando lo hablo, se aminora, ya no es tan grande como yo pensé que era...ay, entonces te tengo que decir tantas cosas buenas, ja ja. Me perciben como una mujer muy correcta, de un corazón muy noble, mascada, ¿sabes qué soy?, soy muy blanco y muy negro, mucho y eso es algo con lo que lucho constantemente, porque sé que existe el gris y tengo que aprender a eso, tengo que aprender a que hay un gris, y yo soy o sí o no, ahora o nunca, así soy y me cuesta mucho manejar eso, aún hoy. Pero ¿cómo me percibe la gente? Como una buena madre, como una buena persona, correcta, amorosa, porque soy muy cariñosa. Yo soy, ¿sabes lo que pasa?, por ejemplo aquí con las empleadas, yo no las trato como empleadas y trato siempre de ser muy cariñosa y soy muy bromista y el 80% de veces soy bromista y muy fregadora, porque a mí me gusta estar en ambientes nice, si aquí es donde paso todo el día que la verdad que me desespero si tuviera alguien jalado, pero cuando yo me molesto, digo momentito, esto lo hiciste mal, esto lo hiciste mal, entonces la gente cree, está enojada, y no estoy enojada pero soy muy clara y seria para decirte las cosas porque ahora no es hora de chiste, es hora de estar serio.

Yo soy una persona llena de defectos, pero llena de virtudes también, soy una persona con un muy buen corazón, extremista, soy una persona en la que tu podés confiar mucho, confiable, eh, muy positiva, en la que tu podés reclinarte, tu como pareja mía, eh, soy una persona que apoya mucho, positiva, buena, soy una persona muy correcta, muy noble, muy fiel, sumamente fiel...no pero como te digo soy muy noble, fiel, muy trabajadora, de carácter fuerte, no soy volátil, como mi ex, soy muy estable, sensible, eso lo veo como algo negativo, a mí no me podés ver mal porque me lastimás, soy una mujer muy de hogar, yo de uno a cien me doy un noventa, ja ja ja, como persona, pesa mucho más las cosas buenas...yo siempre amanezco feliz, ...yo soy una mujer fuerte, yo considero que soy una mujer muy fuerte, que soy una persona, es nuevamente casi lo mismo, soy una persona que estoy mucho con los pies en la tierra, no soy muy soñadora, que es también algo negativo porque es bueno soñar un poquito, eh, yo siempre trato de ver las cosas positivas, ser muy cautelosa en otras, siento que puedo llegar, digamos al verte sé más o menos cómo eres tú...Pues mucha fortaleza, yo siento que es más que cualquier otra cosa fortaleza de espíritu, que aquí o en la China yo voy a seguir siendo la misma persona por cuanto voy a salir adelante.

Mi carácter...Yo soy una persona que no sé cómo llamarlo, has visto ese tipo de situaciones del payaso que ellos están siempre como felices y por dentro pueden llevar mucha tristeza, como diría una muchacha que trabajo con nosotros: no seño, si la marimba la lleva uno por dentro, y es cierto, yo soy una persona muy, como soy muy emprendedora trato de no hacerle caso a las cosas negativas que me rodean, y trato de no pensar mucho en ella, como soy tan pensante, trato como de ignorarlas, aunque estén en mi cabeza, trato de no darles más fuerza, amor y repetirme muchas veces, esto pasará, es mi fuerza por dentro, no sé, esa energía de mi carácter.

*“Yo vivo el hoy, no vivo mañana, no vivo pasado”*

(103)...como te digo, no lo pensé, el me propuso y yo dije si, ok, como que me estuviera diciendo ¿vamos al cine? Ok, vamos. No lo pensé, si me lo hubiera pensado no me caso. Como te dije, yo soy una persona muy pensante y muy con los pies sobre la tierra. Luego pensar ¿Peor si me sale mal, si me quema el rancho, me va a dejar con

otro hijo?, noooo No muchas gracias. No, no lo pensé, y se hizo todo tan rápido. Y como te digo, el matrimonio es una lotería y yo me la gané, yo sí me la gané, hoy por hoy. Y lo más importante, yo vivo el hoy, no vivo mañana, no vivo pasado, yo vivo el hoy con mi pareja, con mis hijos es otro tipo de relación, pero yo vivo el hoy, mañana no importa, y yo trato de dar lo mejor hoy.



