



**UNIVERSIDAD DEL BÍO BÍO.
FACULTAD DE EDUCACION Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS SOCIALES
PROGRAMA DE MAGISTER EN FAMILIA**

**“RESILIENCIA Y ESPIRITUALIDAD EN SITUACIONES DE CRISIS
FAMILIAR”,
DESDE UNA PERPPECTIVA TEORICA Y EMPIRICA.**

Tesis presentada a la Facultad de Educación
y Humanidades de la Universidad de Bio Bio,
como requisito para optar al grado de
Magister en Familia

**ALUMNA: EVELYN SAN MARTIN BARRA
DIRECTOR DE TESIS: NELSON ZICAVO MARTINEZ**

**SEPTIEMBRE 2012
CHILLAN, CHILE**

“Hay una luz que ilumina más allá de todas las cosas de la tierra, más allá de todos nosotros, más allá de los cielos, más allá de los más altos, incluso el más alto de todos los cielos, esta es la luz que brilla en nuestros corazones.

Hay un puente entre el tiempo y la eternidad, y este puente es el atman, el espíritu en el hombre”.

Upanishad Chandogya (800 años a. C.)

“La Resiliencia no es un catálogo de las cualidades que pueda poseer un individuo. Es un proceso que, desde el nacimiento hasta la muerte, nos teje sin cesar, uniéndonos a nuestro entorno.” (Boris C., 2008)

**“RESILIENCIA Y ESPIRITUALIDAD EN SITUACIONES DE CRISIS
FAMILIAR,
DESDE UNA PERPPECTIVA TEORICA Y EMPIRICA”.**

AGRADECIMIENTOS.

“Gracias a todos aquellos que me apoyaron e instaron a creer, luchar y persistir...incursionando senderos del conocimiento, ocultos por su vasta profundidad e inescrutable poder de trasformación y trascendencia en la naturaleza humana”

ÍNDICE

CAPITULO I	6
I.- INTRODUCCIÓN	7
CAPITULO II	10
II.- PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	10
2.1.- PROBLEMATIZACIÓN	13
2.2.- PREGUNTAS DE INVESTIGACION	14
2.3.- OBJETIVOS	14
2.3.2.- OBJETIVO ESPECÍFICOS	
2.3.1.- OBJETIVO GENERAL	
CAPITULO III	15
III.- MARCO TEÓRICO REFERENCIAL	16
3.1.- ANÁLISIS SOBRE LA FAMILIA Y CRISIS FAMILIAR	16
3.2.- DEFINICIONES Y TIPOS DE FAMILIA EN EL CONTEXTO ACTUAL.	17
3.2.1.- DEFINICIÓN DE FAMILIA	17
3.2.2.- TIPOLOGÍAS DE LAS FAMILIAS	18
3.2.3.- LA FAMILIA CHILENA Y LOS CAMBIOS EXPERIMENTADOS	21
3.2.4.- LA FAMILIA: TENDENCIAS ACTUALES	21
3.2.5.- EL CICLO DE VIDA FAMILIAR Y LAS CRISIS FAMILIARES	23
3.3.- CONCEPTUALIZACION DE LA RESILIENCIA	29
3.3.2.- ORIGEN DEL TERMINO RESILIENCIA	30
3.3.3.- HACIA UNA DEFINICION DE RESILIENCIA	32
3.3.4.- CARACTERISTICAS Y FACTORES QUE PROMUEVEN LA RESILIENCIA	36
3.3.5.- RESILIENCIA COMO PROCESO	40
3-3-6.- FACTORES QUE FAVORECEN LA RESILIENCIA EN CADA ETAPA DEL CICLO VITAL	41
3.4.- LA ESPIRITUALIDAD: SISTEMA DE CREENCIA Y PRÁCTICA	44
3.4.1.- EL FENOMENO DE LA ESPIRITUALIDAD	45
3.4.2.- DEFINICIONES DE ESPIRITUALIDAD	48
3.4.3.- INVESTIGACIONES CIENTIFICAS Y TERAPEUTICAS ASOCIADAS A LA ESPEIRITUALIDAD	50
CAPITULO IV	65
IV.- MARCO METODOLÓGICO	65
4.1.- ENFOQUE EPISTEMOLÓGICO	66
4.2.- DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	69
4.2.1.- TIPO DE INVESTIGACIÓN	69
4.2.2.- ETAPAS DEL PROCESO DE INVESTIGACION	70
4.3.- CRITERIOS PARA SELECCIÓN	72
4.4.- TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	72
4.4.1.- ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD	72
4.5.- VALIDEZ, CONFIABILIDAD Y TRIANGULACIÓN	74
4.6.-CARACTERIZACION DE LOS ENTREVISTADAS/OS	75
4.7.- FACTORES ÉTICOS	76
4.7.1.- CONSIDERACIONES ÉTICAS	76
4.7.2.- CONSENTIMIENTO INDIVIDUAL	77
CAPITULO V	
V.- ANÁLISIS DE LOS DATOS	78
5.1.- NIVELES DE ANÁLISIS	79

5.1.2.- PRIMER NIVEL DE ANÁLISIS	80
5.1.3.- SEGUNDO NIVEL DE ANÁLISIS	80
5.2.- ELEMENTOS QUE COMPONEN EL SISTEMA DE CATEGORÍAS	81
5.3.- OBTENCIÓN DE LOS DATOS	82
5.3.1.- ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN RECOPIADA	82
5.4.- ANÁLISIS POR ENTREVISTA Y CATEGORÍAS.	82
5.4.1.- RESILIENCIA: PROFESIONALES	82
5.4.2.- RESILIENCIA: GUÍAS ESPIRITUALES	85
5.4.3.- ESPIRITUALIDAD: PROFESIONALES	87
5.4.4.- ESPIRITUALIDAD: GUÍAS ESPIRITUALES	90
5.5.- ANÁLISIS DE CATEGORÍAS.	92
5.5.1.- RESILIENCIA	92
5.5.2.- ESPIRITUALIDAD	93
CAPITULO VI	96
VI.- CUNCLUSIONES Y SUGERENCIAS	
CAPITULO VII	
VII.- ANEXOS	102
7.1.- ACTA CONCENTIMIENTO	
7.2.- INSTRUMENTO	103
7.3.- TRANSCRIPCION ENTREVISTAS	104
CAPITULO VIII	
VIII.- BIBLIOGRAFÍA	139

CAPITULO I

Introducción



UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO

I.- INTRODUCCIÓN

Motivación e importancia de la Tesis

La presente investigación tiene como objetivo difundir las experiencias y los descubrimientos en todos los ámbitos en los que el concepto de Espiritualidad y Resiliencia están abriendo nuevos horizontes, tanto en la práctica como en las ciencias sociales. Tales recursos son relevantes para mejorar los procesos de intervención terapéutica como también de actuación preventiva y promoción.

Cabe señalar que la aplicabilidad de estos conceptos es de orden multidisciplinario, ya que busca el crecimiento constructivo del individuo reconociendo sus fortalezas y recursos personales como elemento fundamental del cambio y bienestar.

Desde una perspectiva positivista se releva el sistema de creencias personales a partir de un dogma de fe, consideradas como una estructura interpretativa que permite al ser humano responder ante un evento, dándole una mirada positiva e incondicional de resignificación ante la desesperanza por la presencia de una situación adversa (Barrera, 2007). Esta creencia supera una práctica religiosa, ya que involucra la existencia de una conciencia espiritual verdadera y no desde una búsqueda de placer y/o poder hedonista, sino desde la búsqueda de la felicidad mediante el sentido de trascendencia.

De acuerdo a lo anterior, es necesario realizar investigaciones que involucren el potencial humano, ya que en los últimos años la atención a estado centralizada en temas relacionados a lo patológico, al déficit y/o vulnerabilidad,

restringiendo la posibilidad de cambio al adosar una etiqueta peyorativa y/o limitante.

De aquí surge la importancia de cambiar el foco de la investigación, partiendo de una visión más positiva y esperanzadora sobre la capacidad del ser humano, para aprender y desarrollar habilidades, recursos que le permitirán mantener un estado de equilibrio y evolución. Espacio donde la Resiliencia y la Espiritualidad, se constituyen en fuente de inspiración, que potencia la capacidad de afrontamiento, que ha de influenciar en los procesos de aprendizajes personales, la capacidad de disfrutar, la alegría, la generosidad, solidaridad, serenidad y optimismo; elementos que son cada vez más necesarios y aparentemente escasos en nuestra sociedad moderna.

CAPITULO II

Problema de Investigación



UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO

II.- PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

2.1.- PROBLEMATIZACIÓN

La vida está llena de eventos azarosos de disfrute y bienestar, asimismo de dificultad y adversidad, como puede ser la pérdida de un ser querido, enfermedades, crisis económica, pérdida de empleo, rompimiento de pareja, etc. ¿cómo se responde a un revés extremo?. Según Sielbert (2007) las personas reaccionan a los golpes duros de la vida de modos distintos y diversos. Algunos sufren una sacudida emocional, se enfurecen y se estremecen, tienen rabietas emocionales en las que desean herir a los demás, llegando incluso a la violencia física.

Otros en cambio se paralizan, quedan como adormecidos en el dolor. Se sienten desesperados y sobrepasados y no son capaces de hacer frente a lo que les ha sucedido.

Algunas personas se comportan como víctimas, culpan a los demás de haberles arruinado la vida, entran en un espiral de pensamientos y sensaciones infelices, surgen frases como. “No hay derecho que esto me ocurra a mí”, se quejan una y otra vez, cayendo en estados depresivos.

Y por último existe otro grupo que se enfrenta a la angustia y al dolor con valentía, se orientan a la nueva realidad y se adaptan a retos inmediatos, reaccionan y a menudo, entran en un espiral de la que salen más fortalecidos y mejor que antes. Esto no ocurre exclusivamente a nivel personal sino más bien impacta a todo el entorno social inmediato del sujeto, una crisis involucra directa e indirectamente a la familia (Ares, 2004). Nadie se encuentra exento de problemas y dificultades son partes del ciclo de vida familiar y a su vez las crisis familiares. Por lo que hablar, debatir, reflexionar sobre el concepto del dolor,

nos prepara y garantiza mayor éxito al momento de enfrentar las adversidades y/o obstáculos que se presentan en el camino (Sordo, 2012).

Hablar del dolor no es un tema en boga ni preferido por la sociedad moderna, probablemente el evadir y bajar el perfil a las crisis de la vida es una estrategia cotidiana para prolongar la sensación de control y bienestar aparente. No obstante, la belleza de la vida se concibe en el reconocimiento y valoración de cada una de las etapas y situaciones ocurridas en una línea continua, llamada tiempo. Subscrita a su vez en contextos que incluye al sujeto, familia, comunidad, esto desde la Teoría General de los sistemas planteada por Ludwing Von Bertalanffy señala que la finalidad de la familia es transitar por el ciclo vital, enfrentar las crisis y facilitar el espacio de formación, crecimiento y desarrollo de sus miembros (Ares 2004).

La Psicóloga Patricia Ares (2004) postula que el “ciclo vital”, es un proceso que toda familia atraviesa desde la unión de pareja para la vida en común hasta su muerte, donde cada familia se desarrolla y madura en un proceso permanente de contradicciones entre constantes exigencias que demandan los acontecimientos de la vida y la organización y estructura familiar. Asimismo, un “acontecimiento de la vida” es un hecho de particular significado que produce un cambio en la vida del individuo y del grupo familiar como un todo. Esto a su vez, provoca un cambio en la vida del individuo y del grupo familiar, lo que implica de igual forma, ajustes en los roles y la generación e incorporación de nuevos mecanismos de enfrentamiento para responder satisfactoriamente a la nueva situación.

El impacto que produce la ocurrencia de estos acontecimientos en la vida tiene repercusiones afectivas, cognitivas y conductuales en el individuo, no sólo por el hecho en sí mismo, sino por el significado que éste le atribuya en el conjunto de valoraciones personales y en dependencia de la percepción de eficacia que el individuo tenga sobre el control del acontecimiento. Por lo tanto,

el impacto tiene una connotación variable, para algunos individuos el mismo suceso será percibido como más intenso que otros, en otros casos como más dolorosos y/o más gratificantes.

Reflexionar sobre la capacidad humana de trascender sobre los obstáculos y dificultades de la vida, merece una oportunidad e intencionalidad. A partir de una visión positiva e integradora en que se rescaten las experiencias personales como instancias de aprendizaje y crecimiento, las que incluyen aquellas situaciones favorables y/o gratificantes, como también las que son adversas y dolorosas, difíciles aparentemente de sobrellevar. Este enfoque reconoce y valida el sufrimiento como un agente catalizador de los cambios propios de un estado de evolución constante del sujeto. Desde aquí la resiliencia se define como la capacidad de lograr resistir, soportar y aun más resignificar el sufrimiento en instancias de crecimiento personal, otorgando un nuevo sentido al dolor.

En concordancia a lo anterior se define al Dolor como una sensación lacerante, que se puede transmitir y percibir en todo nuestro ser. Teniendo una importante labor formativa y de aprendizaje para los seres humanos: “Todos los aprendizajes se producen sólo a través de procesos dolorosos y en las lecciones que rescatemos de ellos parece estar el secreto de nuestra evolución espiritual y afectiva” (Sordo, 2012. p.89).

Así los dolores psicológicos pueden ser muchos y originarse por diversas causas; se pueden presentar como conflictos, en forma de peleas o discusiones, pérdidas, enfermedades y todo tipo de duelo (Vanistendael & Lecomte, 2002).

Entendiendo la fe “como la adhesión y confianza a un ser superior. Es una construcción humana que no va en contra de la razón pero va más allá

de ella. Es una vivencia de que la vida tiene sentido y es valiosa” (Girard, 2007. p.1).

A su vez entonces la Espiritualidad constituye “una manera de ser, de experimentar y actuar que proviene del reconocimiento de una dimensión trascendental, caracterizada por ciertos valores identificables con respecto a uno mismo, los otros, la naturaleza y la vida” (Girard, 2007. p.1). Incluye asimismo para algunos todo aquello que se refiera a un ser superior que no necesariamente está ligada a la religión (creencia o ritual), trascendiendo a un tipo de relación personal con un ser superior.

Sin embargo, una de las ilusiones más grandes y desarrolladas que tiene la sociedad es la seudo superación del dolor, a través de mecanismos de defensa que operan de manera inconsciente como son la evasión y negación, esto trae consigo generalmente la ingesta de medicamentos, el quehacer cotidiano e incluso el refugio en las adicciones que de una u otra forma genera la idea ilusoria que el dolor se puede erradicar o esconder en alguna parte de la estructura mental y sin lugar a dudas este dolor se manifestará de igual manera generando inestabilidad en conductas y/o emociones.

2.2.- PREGUNTAS DE INVESTIGACION

La idea de este estudio es identificar aquellos factores que le permite al ser humano compensar las dificultades, dar sentido a la vida y controlar su propio destino. En función a ello se plantan las siguientes preguntas de investigación:

- ¿La vivencia espiritual es una característica sine qua non de las personas resilientes?

- ¿Lo que fortalece al ser humano es la espiritualidad en situaciones de crisis familiares?

- ¿La Resiliencia y la Espiritualidad, son recursos de empoderamiento personal y familiar?

2.3.- OBJETIVOS

2.3.1.- OBJETIVO GENERAL

Identificar relaciones existentes entre Resiliencia y Espiritualidad presentes en el ser humano expuesto a una situación de Crisis Familiar, desde una perspectiva teórica y empírica.

2.3.2.- OBJETIVO ESPECÍFICOS

Identificar y reconocer hallazgos teóricos que establezcan las posibles conexiones entre Resiliencia y Espiritualidad en situaciones de crisis familiar.

Rescatar desde la experiencia de especialistas en Resiliencia y Espiritualidad elementos vinculantes a las situaciones de crisis familiar.

CAPITULO III

Marco Teórico Referencial



UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO

III.- MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

El marco teórico constituye una descripción detallada de cada uno de los elementos de la teoría que serán directamente utilizados en el desarrollo de la investigación, incluyendo las relaciones más significativas que se dan entre esos elementos teóricos.

De esta manera, el marco teórico está determinado por las características y necesidades de la investigación, constituido por la presentación de postulados según autores e investigadores que hacen referencia al problema investigado y que permite obtener una visión integral de las formulaciones teóricas sobre las cuales a de fundamentarse el conocimiento científico.

Es así como distingue: **Familia y Crisis Familiar, Resiliencia y Espiritualidad**, conceptos determinantes para la construcción de conocimiento.

3.1.- ANÁLISIS SOBRE LA FAMILIA Y CRISIS FAMILIAR

La familia es la principal forma de organización de los seres humanos y núcleo fundamental de la sociedad. En la actualidad, las familias adquieren diversas estructuras, formas de organización siendo todas igualmente valiosas y legítimas. En tal sentido no existe un solo tipo de familia, ni existe una familia ideal, pues en cada época histórica y cada cultura, acoge diversos tipos de conformaciones familiares, que le permitan desenvolverse y responder de manera efectiva a las demandas propias de su contexto (Cusinato, 1992).

Por lo tanto la familia es una organización básica caracterizada por varios factores, el marco relacional que se establece entre los individuos que forman la familia se basa fundamentalmente en el afecto; siendo muy diversa

en su composición, vale decir, en la cantidad y tipo de individuos que la componen; generando variaciones, al igual que toda organización social, dependiendo finalmente del contexto sociocultural en el cual está inserta.

Es así, como la familia se reconoce como el primer contexto en el que se inicia el desarrollo cognitivo, afectivo y social, en ella se establecen las primeras relaciones sociales y en donde cada uno de sus integrantes comienza a desarrollar una imagen de sí mismo y del mundo que lo rodea (Fundación Integra, 2004).

3.2.- DEFINICIONES Y TIPOS DE FAMILIA EN EL CONTEXTO ACTUAL.

3.2.1.- DEFINICIÓN DE FAMILIA

Broderick (1993) define la familia como: “Un sistema social abierto, dinámico, dirigido a metas y autorregulado. Además ciertas facetas, tales como su estructuración única de género y generación, la diferencian de otros sistemas sociales. Más allá de esto, cada sistema individual familiar está configurado por sus propias facetas estructurales particulares (tamaño, complejidad, composición, estadio vital), las características psicobiológicas, de sus miembros individuales (edad, género, fertilidad, salud, temperamento, etc.) y su posición sociocultural e histórica en su entorno más amplio” (Navarro, Musito y Herrero 2007. p. 13).

Algunos autores como Navarro, Musito y Herrero en su texto Familias y problemas del año 2007 rescatan algunos conceptos y definiciones de familia que emergen de distintas orientaciones teóricas, las cuales centran su atención en algunos aspectos concretos y específicos que permitirán la explicación particular del funcionamiento familiar, algunas definiciones son:

- **El funcionalismo estructural:** La familia es considerada una estructura social que permite a sus miembros la satisfacción de sus necesidades, al tiempo que facilita la supervivencia y el mantenimiento de la sociedad.

- **La teoría de los sistemas familiares:** Reconoce a la familia como un sistema orgánico que lucha para mantener el equilibrio cuando se enfrenta a presiones extremas.

- **La ecología humana:** Define a la familia como un sistema de apoyo vital que depende de las características de los ambientes naturales y sociales en que se encuentra inmersa.

- **Teoría del desarrollo familiar:** La familia es concebida como un grupo intergeneracional, organizado sobre las bases de normas sociales establecidas por el matrimonio y la familia, y la que intenta mantener el equilibrio respecto de los continuos cambios que se suceden a lo largo del desarrollo del ciclo vital.

- **El interaccionismo simbólico:** Concibe a la familia como una unidad de personalidades en interacción.

- **La fenomenología:** Describe a la familia como un modo de organizar el significado de las relaciones interpersonales.

3.2.2.- TIPOLOGÍAS DE LAS FAMILIAS

Otra forma de análisis de la familia es diferenciar la gran variedad de éstas, distinguiendo la distribución de las tareas asignadas a sus distintos miembros, los roles familiares, las estructuras de poder o el funcionamiento familiar. Así las diferencias demográficas, económicas y culturales reflejan la diversidad en cuanto al modo de formar y desarrollar una familia.

De esta manera en las últimas décadas han ido surgiendo distintos tipos de familia, las cuales también enfrentan desafíos permanentes en su estructura interna, en cuanto a la crianza de los hijos e hijas, el ejercicio parental etc. Por ejemplo hoy en día es común ver la familia de madre soltera, o de padres separados los cuales cuentan con una dinámica interna muy distintita a la familia tradicional o nuclear.

Arés en el año 2004, señala que existen varias formas de organización familiar y de parentesco, entre ellas distingue las siguientes:

- **La familia nuclear o elemental:** es la unidad familiar básica que se compone de esposo (padre), esposa (madre) e hijos/as. Estos últimos pueden ser de descendencia biológica, de la pareja o miembros adoptados.

- **La familia extensa o consanguínea:** se compone de más de una unidad nuclear, se extiende más allá de dos generaciones y está basada en los vínculos de sangre de una gran cantidad de personas, incluyendo a los padres, niños, abuelos, tíos, sobrinos, primos y demás; por ejemplo, la familia de triple generación incluye a los padres, a sus hijos casados o solteros, a los hijos políticos y los nietos.

- **La familia extensa compuesta:** cuando además de vivir varias generaciones se suman personas no consanguíneas.

- **La familia monoparental:** es aquella familia que se constituye por uno de los padres y sus hijos. Esta puede tener diversos orígenes, sea por la separación de los padres, quedando el cuidado de los hijos con algunos de los padres, por un embarazo precoz donde se considera otro tipo de familia dentro de la mencionada, la familia de madre soltera y el fallecimiento de uno de los cónyuges.

- **La familia de madre soltera:** familia en que la madre desde un inicio asume sola la crianza de sus hijo/as. Generalmente, es la mujer quien la mayoría de las veces asume el rol, pues el hombre se distancia y no reconoce su paternidad por diversos motivos. Puede ser madre soltera adolescente, joven o adulta.

- **Familia ensamblada, reconstituida mixta o simultánea:** familia constituida por una nueva unión con hijos de matrimonios anteriores y o hijos comunes producto de la nueva unión.

- **Familia de hecho:** este tipo de familia tiene lugar cuando la pareja convive sin haber ningún enlace legal.

Es menester señalar que las familias occidentales han experimentado una importante transformación en las últimas décadas, esto se observa en la proporción de hogares que representan el modelo familiar nuclear “clásico” de padre, madre y al menos un hijo/a, ha disminuido considerablemente al tiempo que se ha impuesto el modelo de la diversidad familiar. De tal manera se forman familias que resultaban excepcionales hace treinta o cuarenta años atrás, son cada vez más habituales y existe una percepción menos negativa de estas formas familiares alternativa. Por ejemplo, las “parejas de hecho” la imagen social de esta forma de cohabitación se ha producido no sólo en las generaciones más jóvenes, sino también, en los mayores. Así actualmente ancianos y ancianas viudos y solteros se plantean este tipo de convivencia como una alternativa válida y reconocida socialmente (Navarro, Musito & Herrero, 2007).

De esta forma, el análisis que se haga en torno a la familia debe incorporar factores como: la evolución histórica, su realidad actual, percepciones e influencia en cuanto al bienestar o cómo la familia representa un espacio en el que se generan conflictos o crisis.

3.2.3.- LA FAMILIA CHILENA Y LOS CAMBIOS EXPERIMENTADOS

La familia varía, se adapta, transforma, se reinventa, sin dejar de ser y perdurar en el tiempo. (Navarro, Musito & Herrero, 2007). En concordancia Cerda (2007) señala que en el Chile del futuro la familia experimentará grandes cambios, sin embargo, permanecerá. Asumiendo con esto que la familia es dinámica, con una tremenda capacidad de ir construyendo y reconstruyéndose en cada época histórica, en diversos ambientes, culturas, posibilidades técnicas y de bienestar material, de esta forma, la familia evoluciona al adaptarse a los cambios culturales y a los progresos de las ciencias como la filosofía, la antropología, la teología etc.

3.2.4.- LA FAMILIA: TENDENCIAS ACTUALES

Al analizar las estadísticas demográficas de nuestro país, las cuales se asemejan a la realidad Europea, esto en relación a un estudio de Cerda (2007) que analiza las principales tendencias demográficas para Chile. Entre los cambios significativos se destacan: la tasa de fertilidad que ha disminuido de 5,4 hijos por mujer en 1962, a 1,9 hijos/as por mujer en el año 2004. Asimismo, el número de hijos/as por familia también ha bajado, en 1960 en promedio una familia tenía 4,5 hijos/as, mientras que el año 2002, esta cifra llegaba a 2,6 hijos/as.

Por otra parte, la tasa de nupcialidad es cada vez más baja: el 3,4% anual que equivalen a 105 mil matrimonios en 1990, ha descendido a 55 mil en el 2005. En Chile el 25,48% de los hogares chilenos son monoparentales, y de ellos un 85% está a cargo de una mujer (44% son hogares indigentes y 37,4% pobres). Además, un 58% de los niños/as nace fuera del matrimonio (una de las tasas más altas del mundo) y un 72,7% de las madres primerizas no están casadas, por lo tanto, la tendencia indica que seguirá aumentando este tipo de

hogares por la baja nupcialidad, así como el número de niños/as nacidos fuera del matrimonio.

En concordancia a los datos expuestos, el análisis de la encuesta Bicentenario del año 2010, permitiría visualizar dos fenómenos que están actuando en paralelo en la sociedad Chilena. Por una parte está el cambio en la estructuración de la familia, donde se reconoce que las familias son cada vez más pequeñas y la conyugalidad no presenta un vínculo formal, siendo cada vez más las familias transitorias (este fenómeno se presenta como una tendencia común y proclive a proliferar en Chile), y por otro lado se reconoce que la probabilidad de pobreza de una familia biparental, en donde ambos padres trabajan, es bajísima, prácticamente inexistente. Evidenciando la importancia de la incorporación de la mujer a la fuerza laboral. Sin embargo, la encuesta Bicentenario exhibe el conflicto que se genera en el estrato social bajo, por un lado se requiere que la mujer se incorpore al trabajo como fuente de apoyo económico, no obstante la resolución de las responsabilidades dentro de la familia no se reestructuran, haciendo que la responsabilidad mayor recaiga fuertemente en la mujer, lo que implica una sobrecarga, provocando de una u otra manera una tensión importante al interior de la familia (desde el conflicto de roles u dualidad de roles).

Asimismo la Encuesta Bicentenario muestra algunos resultados sobre la percepción de la familia en Chile. Uno de los datos más asombrosos que se da frente a la pregunta: **¿Las personas deben permanecer en contacto con su familia más cercana aún cuando no tengan mucho en común?**, un 93% de los encuestados se declara de acuerdo con esta afirmación, lo cual es bastante decidor, pues a pesar del cambio en la estructuración de la familia, el concepto de familia sigue siendo un referente muy importante en Chile. Dejando de manifiesto que el concepto y la valoración de la Familia es altísimo. Lo que ratifica la permanencia de la Familia en la sociedad chilena, por sobre los cambios y conflictos que ésta enfrente.

Sin embargo, no hay que desconocer que la concepción del término está cambiando y eso a su vez representa un gran desafío. Al analizar la percepción de la familia se puede ver que el porcentaje de encuestados que cree que el matrimonio es un compromiso para toda la vida ha ido disminuyendo. En el 2006 un 77% se manifestaba de acuerdo con esta afirmación, mientras que en el 2010 esta cifra alcanza el 69%. Frente a la pregunta sobre si es necesario que las parejas que conviven se casen cuando deciden tener hijos, un 64% estaba de acuerdo el año 2006, cifra que bajó considerablemente el año 2010, tan sólo un 37% estuvo de acuerdo.

Cabe señalar, que aun cuando las encuestas y estudios revelan que las cifras de matrimonio descienden progresivamente, los chilenos siguen contestando en ellas que la familia está en la primera de sus prioridades (encuesta Bicentenario UC-Adimark, 2010).

3.2.5.- EL CICLO DE VIDA FAMILIAR Y LAS CRISIS FAMILIARES

Como lo reflejan los análisis estadísticos anteriormente expuestos, ratifican la afirmación que las familias son dinámicas a lo largo de su historia, es decir, viven cambios en su composición y estructura a lo largo del ciclo vital de sus miembros. De esta manera la familia recorre un proceso de desarrollo en el cual se distinguen etapas o fases marcadas por la ocurrencia de acontecimientos significativos de la vida. A este proceso de desarrollo como un todo se le ha denominado "ciclo vital". El ciclo vital es un proceso que toda familia atraviesa desde la unión y/o conformación de la pareja para una vida en común hasta su muerte (Ares, 1990).

Es así como cada familia se desarrolla y madura en un proceso permanente de contradicciones entre constantes exigencias que demandan los acontecimientos de la vida, la organización y estructura familiar, de esta manera la familia evoluciona frente a cada etapa de desarrollo que presenta

características diferentes, propias de cada hito de crecimiento. Desde el enfoque de sistema entonces, un “acontecimiento vital” es un hecho de particular significado que produce un cambio en la vida del individuo y del grupo familiar como un todo, que produce modificaciones en la estructura y el funcionamiento familiar, que implica ajuste en los roles y genera nuevos mecanismos de enfrentamiento para dar respuesta al nuevo contexto. Ejemplo: puede ser el nacimiento de un hijo, separación de pareja, enfermedad grave, etc.

Por lo tanto, el impacto que produce la ocurrencia del acontecimiento de la vida, tiene repercusiones afectivas, cognitivas y conductuales en cada individuo que conforma la familia, no solo por el hecho en sí mismo; sino por el significado que éste le atribuya en el conjunto de valoraciones personales y en la dependencia a la percepción de eficacia que el individuo tenga sobre el acontecimiento. En consecuencia, el impacto será variable, unos más intensos que otros, unos dolorosos y otros gratificantes (Papp, 1991).

De acuerdo a lo antes mencionado Cusinato (1992), afirma que los acontecimientos de vida, representan vivencias compartidas por el grupo familiar, y que a su vez, configuran una percepción compartida de la realidad. Estos sucesos a veces suponen un afianzamiento de la estructura familiar existente, orientados a fortalecer y consolidar la organización familiar; constituyéndose como agentes de cambios activos con connotación leve e importante dependiendo del individuo y su contexto. Asimismo, la percepción del impacto de estos acontecimientos, tendrá una repercusión familiar variable, en función de la atribución del significado que tenga en cada familia los sucesos vividos. Los acontecimientos tanto de carácter normativos como los accidentales van a producir las llamadas “Crisis Familiares”

Entiéndase por “**Crisis de la Familia**” al proceso de exacerbación de las contradicciones internas familiares, que ponen de manifiesto la

necesidad de un ajuste de las relaciones, en función de las demandas provenientes del propio medio interno familiar y de su relación con el medio externo.

Cabe señalar, que el vocablo “Crisis” no solo implica la vivencia de circunstancias negativas o la máxima expresión de un problema, sino también la oportunidad de crecer, superar la contradicción con la consiguiente valoración positiva. Aun cuando en los periodos de crisis se desestabiliza el sistema familiar y se plantea la necesidad de cambios y reestructuraciones profundas, el impacto de una crisis, también está influido por el significado que le da el entorno social circundante; pues existen crisis que cuentan con más apoyo social que otras (Cusinato, 1992).

La Psicóloga Patricia Ares (2004) en su estudio sobre la psicología de las familias identifica los siguientes tipos de Crisis Familiar:

- **Crisis Normativas:** son las que marcan el paso de una etapa a otra del ciclo vital. Este es el caso del Matrimonio o emparejamiento, el nacimiento de un hijo/a, entrada del primer hijo/a a la institución escolar, hijo/a adolescente, la salida de un hijo/a del hogar, jubilación, envejecimiento, muerte del primer cónyuge.

- **Crisis Paranormativas:** también llamadas no transitorias, son las derivadas del enfrentamiento con acontecimientos accidentales o situacionales que por lo general tiene un significado negativo. Estas a su vez, se pueden clasificar atendiendo a los cambios experimentados como:
 - o **Crisis por incremento:** se refiere a la crisis que puede provocar acontecimientos tales como: retorno de un hijo/a divorciado/a, o cuando algún pariente decide unirse al grupo

familiar (abuelos, sobrinos, etc.) y/o cuando se producen adopciones.

- Crisis por desmembramiento: se refiere a la crisis que provoca la muerte de un hijo/a, o de un cónyuge antes del periodo esperado, hospitalización prolongada, separación en periodos largos. Ej. Misiones, trabajo o estudio fuera del país o de la ciudad.
- Crisis por Desmoralización: se refiere a la vivencia de acontecimientos relacionados con valores éticos, morales de la familia y la transgresión de los mismos por algunos de sus miembros. Ej. La infidelidad, la delincuencia, la drogadicción, actos deshonorosos.
- Crisis de Desorganización: se refiere a la crisis que se genera a partir de que se presente en un miembro una condición de enfermedad grave, discapacidad e invalidez, el sufrimiento de un accidente y la infertilidad. El problema que crea esta crisis, es mayor cuando se necesitan cuidadores externos a la familia.
- Crisis Mixta: provocada por aquellas situaciones en la vida, que generan cambios susceptibles a ser clasificados por ambos ejes, ya que, afectan la estabilidad de los miembros en el hogar y la dinámica grupal. Tal es el caso del divorcio, el suicidio, abandono, ingreso hospitalario prolongado.

A su vez, existe una clasificación más integral de las crisis, que pretende conglomerar la descripción anterior de una forma más general, asumiendo de esta forma que la crisis es única, y se puede dividir en 4 tipos

diferentes. Señalando así, que las crisis se logran diferenciar en categorías; considerando que en la vida real pudiesen aparecer superpuestas (Arés, 2004):

1. **Crisis de evolución de ciclo vital:** es inevitable una crisis en cada etapa vital. Son los conflictos más esperados y universales, pero que requieren de cambios dentro del sistema familiar. Algunos de estos cambios pueden ser repentinos o dramáticos, otros leves y graduales; son crisis reales, y deberían ser manifiestas. Están determinadas social y biológicamente, no se pueden prevenir. Los problemas aparecen cuando la familia intenta impedir las crisis, en lugar de definirla y adaptarse; o cuando intentan que sean detenidas o que se produzcan de forma prematura. Algunos ejemplos son: jubilación, matrimonio de uno de los hijos, entrada en la pubertad, vejez.

2. **Crisis externas:** Son sucesos inesperados, los más simples. El gran peligro aparece cuando se buscan culpables y se comienza a pensar en lo que se podría haber hecho para evitar la crisis, en lugar de tratar de adaptarse a la situación. Algunos ejemplos: pérdida repentina del empleo, muerte imprevista de un miembro, un accidente, etc.

3. **Crisis estructurales:** Son las más complicadas y reiteradas, con una tendencia de la familia a repetir antiguas crisis. Lo más factible es que la tensión surja de fuerzas encubiertas e internas. Estos conflictos tratan de evitar que se produzca un cambio. Por ejemplo: Familias con miembros violentos, alcohólicos, con un miembro que tiene reiterados intentos de suicidio.

4. **Crisis de Atención:** se trata de familias con uno o más miembros desvalidos o dependientes; este miembro mantiene a toda la familia aferrada con reclamos de cuidados y atención. Las crisis más graves se presentan cuando se requiere una ayuda tan especializada, que no se

puede sustituir la labor en caso de ser necesario. Por ejemplo si no viene la enfermera alguien debería ausentarse de su trabajo, provocando esto una tensión externa.

En resumen, todo acontecimiento familiar produce modificaciones en el funcionamiento de la familia, generando un estado transitorio de crisis, con mayor o menor potencial de riesgo psicológico para el individuo perteneciente a ella. El cómo respondemos a un revés extremo, va a depender de nuestra actitud frente al dolor como parte del proceso de la vida. Boris Cyrulnik señala “tejer la vida con pedazos de lana biológicas, afectivas, psicológicas y sociales, pasamos nuestra vida tejiéndonos, con un propósito de crecimiento, desarrollo y maduración”.

Considerando que en el curso de la vida humana, ni la felicidad ni la desgracia son estables, las connotaciones de ambas pueden cambiar con el tiempo, así como a través de la elaboración y la reelaboración que una persona efectúa sobre lo que le está sucediendo y lo que ya le ha sucedido, por ello se enfatiza que la historia de una persona no es “un destino”, una vida diseñada y preescrita, sino que cada individuo elabora su propia vida con los elementos de bienestar o desgracia que le suceden, y que los interpreta; trata de comprender y superarlos (Martínez & Vásquez, 2006). Estos hechos hacen que la resiliencia no se logre nunca de una vez y para siempre, por tanto constantemente la persona está tratando de afrontar desafíos y dificultades. Desde este punto de vista, darle un sentido a una experiencia a priori negativa, comprender las causas de lo que sucede, se transformara, según Manciaux (2003), en un elemento clave de la resiliencia.

Desde esta perspectiva el dolor no carece de sentido, que es una señal biológica que se trasmite al cerebro o que inclusive se puede bloquear. Sin embargo, el significado que adquiere esta señal depende por igual del contexto cultural y de la historia del individuo, al atribuir un sentido al

acontecimiento doloroso, modificamos lo que se experimenta. Ahora bien, el sentido se compone tanto de significado como de orientación, es decir, la interpretación que se le otorga a los hechos, como también su poder de alcance en la reestructuración del ser, dependerá del tipo de connotación otorgada si es positiva o negativa. Así como señala Frankl (2004) el sufrimiento deja de doler, a partir del momento que adquiere significado o una razón de ser.

3.3.- CONCEPTUALIZACION DE LA RESILIENCIA

La resiliencia emerge de la psicología positiva de característica dinámica, dirigida a fomentar la salud mental. Favoreciendo la activación de los recursos personales, que permiten responder con determinación, logrando un afrontamiento exitosos al estrés y a la adversidad (Raffo & Remmsy, 2005).

A su vez, Villalba (2004) señala que la Resiliencia se constituye como un enfoque representativo de la investigación interdisciplinaria, que ayuda a comprender dónde y cómo podemos acceder a la motivación para conducirnos y crecer en la dificultad y los riesgos. Asimismo, explora las capacidades personales e interpersonales y las fuerzas internas, que se pueden desplegar para aprender y crecer en situaciones de adversidad.

Dentro de las disciplinas que favorecen la comprensión de la naturaleza de la resiliencia, se incluyen la psiconeurología, filosofía, física, psicología, medicina oriental, Neurociencia etc. Richardson plantea el concepto de resiliencia como una metateoría, orientada a las profesiones de ayuda y/o servicio social, individual y comunitario, ya que se presenta como una teoría no situada en los problemas y/o déficit, permitiendo a los profesionales explorar otros orígenes, y recursos, como por ejemplo los de índole espiritual, que fortalecen a las personas en situaciones adversas.

Cabe señalar, que en las últimas décadas, la resiliencia se ha convertido en un importante constructo dentro de la teoría y la investigación sobre el bienestar psicológico, y se ha estudiado en diversos ámbitos de la vida (Greff & Loubser, 2008)

3.3.2.- ORIGEN DEL TERMINO RESILIENCIA

El termino resiliencia propiamente tal, se empleó originalmente en el campo de la física, donde se relaciona con la resistencia que tiene los metales al ser sometidos a altas presiones, recobrando su forma original; en osteología se ha utilizado para expresar la capacidad de los huesos de reponerse después de una fractura. Posteriormente, el término fue adaptado a las ciencias sociales para describir a las personas que a pesar de nacer y vivir situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanas y exitosas (Machuca, 2002).

La palabra “resiliencia” tiene su origen en el termino latino “resilio” que significa “volver a tras”, “volver de un salto”, “volver al estado inicial”, “rebotar”, “recomenzar” fue utilizado originariamente para referirse a la cualidad de elasticidad y plasticidad de una sustancia (Greene & Conrad, 2002), esto quiere decir; la capacidad que tiene un material para resistir un impacto sin sufrir mayor modificación, volviendo a su estado inicial.

Así diversos autores, durante la década de los 70, observaron la variabilidad de la respuesta en el desarrollo psicosocial de los niños y niñas, expuestos a experiencias adversas de diversa índole (individual, familiar y ambiental), percatándose que un grupo de niños/as y adolescentes logró sobreponerse a esas situaciones, sin sufrir secuelas psicosociales graves (Rodríguez, Fernández, Pérez & Noriega, 2011).

En el año 1983, Príncipe denomina a este fenómeno como “Resilience o Resiliency” cuyo significado es: resistencia de los cuerpos a los choques con habilidad para recuperarse o ajustarse nuevamente, por su parte Rutter en el año 1993 aplica la palabra resiliente a las personas que se sobreponen a las dificultades y Villalba en el año 2004, asocia el término resiliencia como la trayectoria de adaptaciones exitosas frente al estrés y a los cambios disruptivos

El constructo de resiliencia, surge de la necesidad de promover el potencial humano, en vez de enfatizar sólo en el impacto del daño realizado (Infante, 2003). Así, el enfoque de resiliencia, permite pensar en el potencial de la persona, la familia o comunidad para desarrollarse y alcanzar un mayor bienestar (Ravazzola, 2003).

No obstante, el concepto de resiliencia no constituye a un individuo como “Super persona”, capacitada para conservar su salud mental ante cualquier situación estresante, ni ser considerada invulnerable, sino más bien, a la inmunidad relativa a condiciones adversas (Kotliarenco & Cáceres 1996).

En síntesis la resiliencia implica:

- Sobreponerse a las dificultades y tener éxito a pesar de estar expuesto a situaciones de alto riesgo.
- Mantener la competencia bajo la presión, esto quiere decir saber adaptarse con éxito al alto riesgo.
- Recuperarse de un trauma ajustándose de forma exitosa a los acontecimientos negativos de la vida.

3.3.3.- HACIA UNA DEFINICION DE RESILIENCIA

Según lo referido por Manciaux et al. , el primero en utilizar en sentido figurado el término de resiliencia, procedente de la física, específicamente de los metales nobles fue Bowlby, que con el propósito de mantenerse fiel a la raíz etimológica de la resiliencia, conceptualizó éste término como: “resorte moral, cualidad de una persona que no se desanima, que no se deja abatir” (p.20).

Sin embargo, en la actualidad no se ha logrado llegar a una definición consensuada por parte de los teóricos con respecto a la resiliencia (Theis, 2003), razón por la cual, a continuación se mencionan algunas de las variadas definiciones encontradas en la literatura vigente con sus respectivos autores:

“capacidad que manifiestan los individuos, provenientes de entornos desfavorecidos, para sobreponerse a la adversidad en beneficio del crecimiento personal” (Anzola, 2004, p.372)

“Capacidad de los seres humanos para sobreponerse a la crisis y construir positivamente sobre ellas, basados en factores que facilita y amplifican dicha respuesta” (Atehortúa, 2002, p.50)

“Capacidad para activar las fortalezas y proteger la identidad personal al enfrentar la adversidad, construyendo a partir de estas” (Jiménez & Arguedas, 2004, p. 1)

“Capacidad de una persona o sistema social, de afrontar adecuadamente la dificultades de una forma socialmente aceptable, caracterizado por una serie de procesos sociales e intrapsíquicos, que posibilitan tener una vida sana viviendo en un medio insano. Estos procesos

tienen lugar a través del tiempo, en interacción del sujeto con su medio ambiente social y cultural” (Muñoz & De Pedro, 2005, p.113)

“Potencial de adaptación y superación del sujeto, ante las diversas situaciones de riesgo que afronta a lo largo de la vida” (Figueroa, Contini, Lacunaza, Levin & Suedan, 2005, p.69)

“Capacidad de una persona o grupo para desarrollarse favorablemente, para seguir proyectándose en el futuro, a pesar de los acontecimientos desestabilizadores, o de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves” (Manciaux et al., 2003 p.22)

“Capacidad de una persona para recuperarse de la adversidad, saliendo fortalecida y dueña de mayores recursos, constituyéndose como un proceso activo de resistencia, autocorrección y crecimiento; como una respuesta a la crisis y desafíos de la vida” (Walsh, 2004)

“Capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades que otorga la vida, aprender de ellas, superarlas e inclusive, ser transformados por éstas” (Grotberg, 2003)

“Capacidad personal de sobreponerse a las presiones y dificultades de la vida, que en su lugar, otra persona no podría lograr” (Trujillo, 2006).

“Soportar y/o resistir retos perturbadores en la vida y recuperarse de la adversidad” (Greeff & Loubser, 2008)

“Hacer frente a situaciones adversas, adaptándose y restaurando el equilibrio en la vida personal evitando los efectos negativos del estrés” (Canaval, Gonzalez & Sánchez, 2007).

“Capacidad humana para enfrentar, sobreponerse y ser fortalecidos o transformados por las experiencias de adversidad” (Henderson, 2006)

“El conjunto de conductas, pensamientos y acciones que pueden ser aprendidas y desarrolladas por cualquier persona en su proceso de adaptación a la adversidad, y que le permiten “rebotar” de experiencias difíciles (traumas, tragedias, amenazas, problemas familiares o de relaciones interpersonales, enfermedades crónicas o situaciones estresantes laborales y financieras), como si fuera una bola o un resorte (APA, 2004); la acción de diversos factores compensatorios que reducen el desajuste personal, permitiendo al individuo adaptarse a los estresores ambientales” (Juby & Rycraft, 2004)

“Capacidad de una persona o de un sistema social para desarrollarse y crecer en presencia de grandes dificultades”. Según Vanistendael (2003) esta capacidad tiene varios componentes:

- Protegerse y defenderse, resistir
- Construir
- Proyectarse en el tiempo

A modo de síntesis, la mayoría de los autores/as coinciden en que la resiliencia es la capacidad de una persona o grupo para hacer frente, resistir, enfrentar, recobrase, sobreponerse o activar fortalezas ante una adversidad, crisis o situación sumamente estresante, y emerger de esta con mayores recursos, transformados, con un crecimiento personal, aprendizajes y construcciones positivas.

En relación a lo anterior Infante (2003), identifica tres componentes fundamentales en el concepto de resiliencia:

1. Noción de adversidad, trauma y riesgo

2. Adaptación positiva o superación de la adversidad

3. Dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales que intervienen sobre el desarrollo humano.

Manciaux et al., (2003) señala que la resiliencia nunca es absoluta, total o lograda para siempre, al contrario, es una capacidad que resulta de un proceso dinámico y evolutivo. Asimismo, varía según la situación, la naturaleza del trauma, el medio que la rodea, la etapa de vida y cultura. De esta manera la resiliencia nace de la interacción entre la persona y el medio ambiente que lo rodea, entre los vestigios de sus experiencias anteriores y el contexto político, económico, social o humano donde vive. Por lo tanto no puede ser resiliente sólo un individuo, pues la resiliencia se construye en interacción con el entorno y con el medio social (Theis, 2003)

En conclusión, cuando se habla de resiliencia en términos individuales constituye un error fundamental, la persona no es más o menos resiliente, como si se poseyera un catalogo de cualidades: la inteligencia innata, la resistencia al dolor o la molécula del humor.

La resiliencia es un proceso, un devenir del individuo que a fuerzas de palabras, inscribe su desarrollo en un medio y escribe su historia en una cultura. Por consiguiente, no es tanto el individuo que es resiliente como su evolución y su proceso de vertebración de la propia historia (Cyrulnik, 2008).

De manera que, la resiliencia no es ni una vacuna contra el sufrimiento, ni un estado adquirido e inmutable, sino un proceso, un camino que es preciso recorrer (Bouvier, 1999) para sobrellevar o superar un evento significativo en la vida de una persona o grupo familiar que vive una experiencia compleja que genera una crisis familiar.

3.3.4.- CARACTERÍSTICAS Y FACTORES QUE PROMUEVEN LA RESILIENCIA

La gran parte de las investigaciones se han focalizado en los rasgos y características personales, algunos autores establecieron que ciertos rasgos, como por ejemplo: temperamento sereno y despreocupado, inteligencia elevada, eran aspectos favorables, pero no esenciales para lograr resiliencia, puesto que al promover reacciones más positivas en las demás personas facilitan la aplicación de estrategias de superación y de las habilidades para resolver problemas (Walsh, 2004).

Por otro lado Atehortúa (2002), afirma que la resiliencia posee los siguientes factores o atributos que la caracterizan:

1. **Introspección:** Capacidad de autocrítica, mediante la observación de sí mismo y el entorno, plantearse cuestionamientos profundos y responderse honestamente.
2. **Independencia:** Capacidad de ver objetivamente los problemas, manteniendo la distancia emocional y física, establecer límites entre uno mismo y el medio.
3. **Relación:** Capacidad para brindar, sostener, y establecer relaciones de confianza y solidaridad fuertes y a largo plazo con otras personas y grupos.
4. **Iniciativa:** Capacidad de autoexigirse, responsabilizarse de las propias decisiones y consecuencias
5. **Humor:** Capacidad para afrontar las situaciones en forma lúdica y divertida, para así encontrar en la crisis una fuente de inspiración.

6. **Creatividad:** Capacidad de establecer y crear orden y nuevos modelos a partir del caos y el desorden.

7. **Moralidad:** Dar sentido trascendente a las actuaciones, además de dar y desear a otros el bien propio.

Igualmente Jiménez y Arguedas (2004) señalan que existen ocho rasgos de sentido de vida propuesto por el enfoque de resiliencia:

1. Intereses espaciales
2. Metas
3. Motivación para el logro
4. Aspiraciones educativas
5. Optimismo
6. Persistencia
7. Fe y espiritualidad
8. Sentido de propósito

Por otro lado, American Psychological Association (APA, 2004) distingue los siguientes factores como los más importantes en la afirmación de la resiliencia:

- Relaciones de amor, cariño, apoyo, confianza, dentro y fuera de la familia, que provean modelos a seguir y que ofrezcan estímulos y seguridad.
- Capacidad para hacer planes realistas y seguir los pasos necesarios para llevarlos a cabo.
- Visión positiva de sí mismo y confianza en las propias fortalezas o debilidades.

- Destrezas en la comunicación y en la solución de problemas.
- Capacidad para manejar sentimientos e impulsos fuertes.

Daud et al, (2008), también señala que los niños/as resilientes son socialmente competentes, tienen una autoestima positiva y un sentido de su propia eficacia y habilidad.

A su vez, Wolin & wolin crean el concepto de mándala de resiliencia para señalar algunas características personales o pilares de la resiliencia como: Introspección, independencia, capacidad para relacionarse, iniciativa, humor, creatividad, moralidad entre otros.

De igual forma Ungar (2003), propone distintas características resilientes en los distintos niveles ecológicos como son:

- **Características propias de los niños y niñas resilientes:** aptitudes físicas e intelectuales; autoeficacia, introspección, autoimagen positiva, metas y aspiraciones, sentido del humor/creatividad, perseverancia, empatía, expresividad, iniciativa, autonomía y moralidad.
- **Características interpersonales:** relaciones significativas con otros, mantener una red social, habilidad para mantener la autoestima cuando es amenazada por otros, asertividad, atención positiva en los otros.
- **Características familiares:** calidad en la crianza y educación, expresividad emocional, flexibilidad, bajos niveles de conflictos familiares, recursos financieros, suficientes colaboración.
- **Características del medio ambiente y socioculturales:** ambiente seguro, acceso a recursos comunitarios educativos y de ocio,

percibir apoyo social, percibir integración social, afiliación a organizaciones religiosas.

Asimismo los estudios citados por diversos autores (Werner, 1989; Garmezy 1993; Kotliarenco et. al, 1997), distinguen cuatro factores recurrentes en la promoción de la resiliencia:

1. Características del temperamento
2. Capacidad intelectual y la forma en que es utilizada.
3. Atributos de la familia.
4. Disponibilidad de fuentes de apoyo externas.

En concordancia a lo anterior, Masten y Coatsworth (1998) señalan que la resiliencia se presenta como un constructo dinámico que incluye una amplia gama de fenómenos implicados en la adaptación exitosa, en un contexto de amenazas significativas para el desarrollo. Reconociendo que la resiliencia requiere una respuesta individual, no es determinante, ya que está condicionada tanto por factores individuales como ambientales, emergiendo de una gran heterogeneidad de influencias ecológicas que conspiran para producir una reacción excepcional frente a una importante amenaza.

Por último Grotberg (1995) concuerda en señalar que la resiliencia es una capacidad universal que permite a las personas, familias, grupos o comunidades prevenir, minimizar o sobreponerse a los efectos dañinos de la adversidad o anticipar adversidades inevitables. Las conductas resilientes por lo tanto, nos permiten responder a la adversidad promoviendo el crecimiento personal más allá del nivel de funcionamiento alcanzado en el presente, teniendo en consideración que la resiliencia es un concepto global, multifacético, asociado con numerosas características individuales y multesistémicas.

3.3.5.- RESILIENCIA COMO PROCESO

Las primeras investigaciones que se hicieron acerca de la resiliencia partieron de la hipótesis de que los sujetos que conseguían sobrevivir a las adversidades, logrando adaptarse positivamente a la realidad sin sufrir menoscabo en su equilibrio mental y emocional, eran personas con una fortaleza especial que los hacían diferentes al resto de los seres humanos. Desde un enfoque genetista se entiende la resiliencia como una característica propia de algunos sujetos, sus principales representantes pertenecen a la escuela Anglosajona. De esta forma se consideraba como una capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e incluso ser transformado por ella, Como parte del proceso evolutivo, autores de esa generación se trata de una capacidad que evoluciona de acuerdo con cada etapa del ciclo vital. No obstante surge otro enfoque de vertiente “Interaccional – Ecológico” basado en el modelo de Bronfenbrenner, desde el cual se comienza a considerar la resiliencia como un proceso dinámico y fluido dentro del cual el ambiente sujeto o familia, se influyen mutuamente en una relación recíproca que permite a uno y otro adaptarse y funcionar apropiadamente, gracias precisamente a la presencia de la adversidad. Desde esta perspectiva cobra relevancia los procesos de interacción de calidad, dando lugar a una responsabilidad compartida entre el sujeto, la familia y su entorno (Barrera, 2007).

Por consiguiente la resiliencia debe ser entendida como algo relativo que depende del equilibrio dinámico de factores personales, familiares y sociales y también de los momentos del ciclo vital y específico generalmente circunscrito a determinadas áreas de adaptación psicológica. La investigación ha puesto de manifiesto con claridad que la adaptación positiva a pesar de la exposición a la adversidad implica una progresión evolutiva, de tal manera que van surgiendo nuevas vulnerabilidades y nuevos apoyos conformen cambian

las circunstancias vitales. Por lo tanto como afirma Infante (2003), la resiliencia es un proceso que puede ser desarrollado y promovido.

A su vez Grotberg (2003) en su modelo de resiliencia en el desarrollo psicosocial, plantea cuatro factores de resiliencia que se describen como:

1. **Yo tengo:** abarca las redes de apoyo con las que cuenta el individuo y que le proporcionan bienestar emocional percibido.
2. **Yo soy:** se relaciona con los recursos afectivos de la persona.
3. **Yo estoy:** involucra hacerse responsable de los propios actos y actitud positiva ante determinadas situaciones.
4. **Yo puedo:** habla de la búsqueda de apoyo y la capacidad de reflexión y solución viable de los problemas que se presentan.

De acuerdo a lo anteriormente expuesto se puede decir que la resiliencia es un continuo proceso de presencia e interacción de factores o recursos personales y/o familiares con el propósito de sobreponerse de situaciones adversas, con un crecimiento personal y aprendizaje. Melillo, Estamatti & Cuestas (2003), sugieren que este proceso no es innato o adquirido de forma natural, sino derivados de procesos sociales e intrapsíquicos, dependientes del lugar donde se desarrolla el niño/a, y la interacción que se que se desenvuelva en torno a este proceso.

3.3.6.- FACTORES QUE FAVORECEN LA RESILIENCIA EN CADA ETAPA DEL CICLO VITAL

Ospina, Jaramillo & Uribe (2005), afirman que la adaptación al estrés estaría condicionada por la edad y el género, los factores que favorecen la

resiliencia en cada etapa del ciclo evolutivo, entre los que se destacan los siguientes:

- Niños/as y adolescentes con temperamento fácil, actitud reflexiva y receptividad a los demás (Werner, 1989).
- Ser del género femenino, capacidad intelectual igual o superior al promedio (Fergusson & Lynskey, 1996).
- Competencia escolar, sentido del humor, creatividad y tolerancia a las frustraciones (Raffoy Rammsy, 2005).
- Participación en un grupo religioso como refuerzo social a los valores y políticas parentales de crianza (Baldwin y Cole, 1992).
- Firmes creencias religiosas, las cuales proporcionan estabilidad y sentido a sus vidas, especialmente en tiempos de adversidad, junto a un sentido de enraizamiento y coherencia (Werner, 1993)
- Entorno comunitario donde exista autoestima colectiva, identidad cultural, humor social, honestidad estatal, solidaridad grupal y procesos de aprendizaje escolar basados en la actitud conjunta cooperativa entre los estudiantes y docentes (Melillo, 2004).
- En los jóvenes que mantienen expectativas altas y metas apropiadas a su edad, comunicadas de manera consistente con claridad y firmeza; apertura de oportunidades de participación; reforzamiento comunitario de la autoestima y de valores espirituales o trascendentes como la honestidad, la solidaridad y la compasión, la creatividad y la estética, la paciencia reflexiva y crítica ante sus

propias cualidades y límites, su proyecto vital, la comunidad y la sociedad (Velásquez, 2001)

- En adultos la lectura, la reflexión y los estudios; el humor y los vínculos familiares, las expresiones culturales y creencias religiosas; el trabajo, el sentido de pertenencia y la participación comunitaria (Menoni & Kalsse, 2007).
- En adultos mayores, fe en la religión, confianza en la familia y ayuda social; estilo de vida saludable, espiritualidad, valores y educación (Rabkin, Wagner y del Bene, 2000)
- En las mujeres el apoyo marital y capacidad de planificación (Rutter, 1993); locus de control interno, prácticas y creencias espirituales (en un orden divino), relaciones y modelos femeninos fuertes, ubicación de la culpa fuera del yo, educación y entorno cultural resistente (Singleton, 2004)
- En las familias que exhiben un locus de control interno, comparación social pasiva (cuando una persona, consiente de alguien menos afortunado, usa esa información para hacer una comparación favorable a ella), el soporte social (que puede ser a nivel emocional, recibiendo información participando en grupos o actividades comunitarias, o recibiendo ayuda material y/o monetaria) y la espiritualidad (Juby & Rycraff, 2004).

3.4.- LA ESPIRITUALIDAD: SISTEMA DE CREENCIA Y PRÁCTICA

La dimensión espiritual es un constructo escasamente abordado en la psicología, siendo considerado exclusivo de la religión, asociándolo a otras disciplinas como son la teología o filosofía. No obstante, recientemente áreas de la psicología abren la posibilidad de ahondar en este tema mediante la investigación y su posible aplicación en el quehacer terapéutico. Tal es el caso de la terapia Familiar, la cual ha incursionado en la indagación y promoción de los recursos espirituales en el enfrentamiento a la adversidades como es el caso del cáncer (Walsh, 2009). Esta mirada hacia la espiritualidad proporciona atención integral a las personas, mediante las creencias espirituales y/o religiosas se fomenta y favorece el bienestar de la familia en momentos de crisis (Huerta, 2010).

Autores concuerdan en señalar que existe un resurgimiento de la espiritualidad en los seres humanos, debido a la crisis económica, política, cultural y social por la que se atraviesa a nivel mundial, generando con esto transformaciones sociales importantes (Boff & Betto, 2002; Mardones, 1999; Salomon, 2003; Tacey, 2004; Universidad Bolivariana, 2004; Yetzen, 2004). El sociólogo y teólogo Mardones (1999), afirma que estas transformaciones sociales, han generado una sociedad marcada por la incertidumbre, inseguridad, desesperanza e impotencia; lo que a su vez, la ha impulsado a buscar una respuesta encontrando en la espiritualidad un sentido y significado a lo que le pasa.

Es así, ante una cultura desoladora, fragmentada y materialista, se propicia una desconexión y vacío, lo que contribuye a un complejo de falta de sentido acompañado de malestar espiritual en las personas (Frankl, 2003; Walsh, 2009). En relación a lo anterior, los seres humanos comienzan una búsqueda de satisfacción de estas necesidades en nuevos espacios espirituales, donde la religiosidad tiene funciones integradoras en la sociedad,

como funciones compensatorias y tranquilizantes, que permiten vivir con algún sentido y protección en la misma (Mardones, 1999).

De acuerdo a lo señalado anteriormente, los autores Boff y Betto (2002), señalan que cada vez que una cultura entra en crisis se produce un retorno a lo religioso, ya que lo religioso une las rupturas que se generan en la cultura debido a las crisis.

Otra postura teórica es la que propone Tacey (2004), en donde plantea que en la actualidad los seres humanos atraviesan una revolución espiritual. Esta revolución espiritual se refiere a un movimiento espontáneo de la sociedad, donde existe un despertar en el interés por la espiritualidad y sus efectos de sanación en la vida, salud, comunidad y bienestar. Considerando que la vida espiritual ya no concierne tan solo a unos cuantos, sino que pertenece a un grupo religioso o a los eruditos del tema y es de interés para toda la humanidad.

3.4.1.- EL FENOMENO DE LA ESPIRITUALIDAD

La espiritualidad es fenómeno experimentado por los seres humanos desde sus mismos orígenes evolutivos, manifestando de diversas maneras: alianza o manifestación de fe en un ser superior, creación de “tótems” o figura que representaba una mezcla entre el hombre y un animal, vegetal o algún elemento animado que representa el vínculo espiritual entre el ser humano y la naturaleza (Gutiérrez, 2007).

Estudios señalan que la conciencia espiritual ha evolucionado junto al desarrollo cerebral, en especial de las zonas asociadas al lenguaje y el pensamiento simbólico (Harrod, 2010). A su vez, el cerebro contiene zonas neurales específicas que permiten la percepción de experiencias espirituales o las creencias en Dios. Esto se constituye como la capacidad filogenética

heredada que ha favorecido la adaptación y supervivencia de nuestra especie (Alper, 2009).

Etimológicamente, la palabra espiritualidad surge en el occidente cristiano a inicios del primer milenio, a partir del término latino *spiritualitas*, provenientes del sustantivo *spiritus* (espíritu) y del adjetivo *spiritual* (espiritual), traducciones de los términos griegos *pneuma* (soplo) y *pneumatiké*, es decir, étereo o no material (Principe, 1983). Inicialmente se le equiparó a la práctica de la “religión”, entendida ésta como el conjunto de instituciones que formulan, organizan, administran o coordinan el instrumental de las teorías, doctrinas, dogmas, preceptos, normas, signos, ritos, símbolos, celebraciones o devociones, en torno a una creencia trascendental y a través de las cuales se conservan, cultivan o expresan colectivamente las experiencias espirituales personales (Cabestrero, 2005).

Asimismo, Girard (2007) señala que la espiritualidad proviene del latín “*spiritus*”, que significa aliento de vida, que se refleja en una manera de ser, de experimentar y de actuar que proviene de una dimensión trascendental, caracterizada por ciertos valores identificables con respecto a uno mismo, los otros, la naturaleza, y la vida, por lo que incluye todo aquello que se refiere a un ser superior. La espiritualidad se constituye a sí misma como una construcción multidimensional de experiencia humana que incluye valores, actitudes, perspectiva, creencias y emociones, es una dimensión integrante de la vida humana, que no adviene ni accidental ni ocasionalmente.

De igual forma, Viktor Frank (2003) plantea la existencia de un inconsciente espiritual, de una espiritualidad inconsciente de la que emana una fe inconsciente; convirtiendo al ser humano como un ser esencialmente espiritual.

No obstante desde fines del siglo XIX hasta la actualidad se ha evidenciado una tendencia más masiva a la búsqueda de espiritualidad, entendiéndose ésta como una experiencia esencialmente personal y subjetiva, que incluye tanto elementos de la religión, lo mágico o sobrenatural y lo secular o no sagrado, para lograr la armonización del alma, cuerpo, espíritu, con los demás, con la naturaleza y el cosmos, desde posiciones amplias y abiertas que respetan la autonomía y permiten un vasto sincretismo filosófico y teológico (Lenoir, 2005).

La espiritualidad contemporánea asume diversas modalidades, de acuerdo a la experiencia y percepción personal de cada individuo, para muchas personas Dios no es una persona, sino una energía espiritual que no interviene en el mundo ni en la vida de ellos/as, ni es cognoscible por la razón humana (Berkhof, 1993), otras personas en cambio, en oposición a una espiritualidad impuesta en las tradicionales muestras de religiosidad ritual externa; buscan probar íntima, sincera y espontáneamente de manera sensible, emocional y afectiva, la presencia de un Dios o de un estado de plenitud dentro de ellas mismas, libres de prejuicios o tabúes religiosos o moralistas (Jodorowsky, 2009).

A partir del siglo XX, emerge un creciente interés en el medio científico por comprender el fenómeno de la espiritualidad en relación y aplicabilidad con la salud. Algunos psicólogos como Carl Jung, describieron la espiritualidad como un proceso mental que surge instintivamente de la fisiología humana y mediante el cual el “sí mismo” o centro de la psique emerge a la conciencia (el ego o “yo”), en un movimiento continuo que la persona lleva a cabo para lograr su propio desarrollo, crecimiento, autoliberación o realización (Jaffé, 2005).

Poco después, asociada en parte a la teoría de Jung, surge la espiritualidad de los doce pasos para la recuperación de la adicción al alcohol,

la que plantea la espiritualidad como una experiencia de transformación o de despertar espiritual como resultado de asistir a los grupos de Alcohólicos Anónimos (AA) o de la práctica de los doce pasos. Esta teoría en la actualidad goza de fuerte evidencia empírica en cuanto a eficacia terapéutica (Kaskutas, 2009; Gutiérrez, Andrade, Jiménez y Juárez, 2007) y que se ha difundido ampliamente, adaptándose a diversas adicciones y conductas compulsivas, por lo que constituye para muchos un estilo de vida (Edington, 2000)

A su vez, Víctor Frankl desarrolla el concepto de “logoterapia” del griego “logos” que significa “palabra”, es decir, significado, basado en el supuesto de que existe en cada ser humano el “inconsciente espiritual”, capacidad innata y no intencional que le permite relacionarse con Dios y como un lugar donde nace y se desarrollan la moralidad, la creencia y la actitud religiosa, también de forma inconsciente. Considerando a la persona como un ser libre, porque no está sujeta a la dictadura de los impulsos, que puede decidir la actitud que tomará ante el futuro el sufrimiento; y a la vez, un ser responsable, ya que al tener que enfrentar la necesidad o el anhelo de los valores y del sentido (de cumplir con una tarea, papel o misión en la vida), debe rendir cuentas ante “alguien” sobre la búsqueda y realización de los mismos (Gómez, 2002).

3.4.2.- DEFINICIONES DE ESPIRITUALIDAD

Entre las definiciones de espiritualidad se destaca las siguientes:

- *Necesidad innata de trascendencia, esencial para la salud mental, caracterizada por una sensación de bienestar espiritual ante el propósito de vida que la da sentido y orientación a la misma (Ellison, 1993).*

- *Conjunto de creencias trascendentales sobre Dios y la relación con él, y de creencias existenciales en cuanto a la relación consigo mismo y con los demás, que proporcionan un propósito y satisfacción al individuo (Moberg, 1984).*

- *Confianza en el amor personal y la ayuda amistosa de Dios, que permite al individuo gozar de un mayor bienestar psicológico al incrementar su capacidad de control interno, dominio, autodeterminación, autoeficacia y autoestima; dentro de esta relación dinámica, la participación en la comunidad y en las prácticas o actividades religiosas, serían una manera importante y privilegiada de hacer efectiva y de fortalecer dicha convicción (Maton & Pargament, 1987).*

- *Capacidad de autotrascendencia que permite al individuo ampliar las fronteras personales y orientarse hacia actividades y objetivos más allá de sí mismo, sin negarse el valor del ser en el contexto presente y favoreciendo su propia maduración (Reed, 1991).*

- *La espiritualidad sería un aspecto de la autotrascendencia, basado en el deseo interno de ser inmortales y en la búsqueda de significado, el cual puede hallarse al conocer algo o alguien que se considera valioso, o actuando con amabilidad en el servicio a los demás, o en desarrollo de actitudes como la compasión, el optimismo y el humor, que le dan un sentido al sufrimiento (Reed, 1991).*

- *Conjunto de sentimientos que conectan al individuo consigo mismo, con la comunidad, la naturaleza o el propósito de vida en la búsqueda de significado y valor, incluyendo un estado de paz y armonía (Mytko y Knight, 1999)*

- *Comprensión del significado y propósito, junto a la voluntad de vivir y la fe en uno, en los demás o en Dios (Ross, 1995).*
- *Deseo de identificar algún significado y propósito en nuestra vida que nos ayudará en la generación de motivación y objetivos, dando lugar a una sensación de satisfacción (McSheryy, 2000).*
- *Creencia de que un ser superior a nosotros tiene el control último, lo cual genera esperanza (Juby y Rycraft, 2004)*

El término espiritualidad se tiende a equiparar con la religiosidad, entendido como el conjunto de prácticas y creencias institucionales asociadas a religiones específicas (Richards & Bergin, 2005). Esta tendencia se debe a la evidencia de que la espiritualidad puede conducir o surgir del desarrollo de creencias religiosas y la formación de comunidad (Koeing, McCullough y Larson, 2000); Ambos términos pueden intercambiarse siempre que se viva la experiencia afectiva, personal y privada con la Divinidad en el contexto de una afiliación religiosa (Hill y Pargament, 2003).

3.4.3.- INVESTIGACIONES CIENTIFICAS Y TERAPEUTICAS ASOCIADAS A LA ESPIRITUALIDAD

La mayoría de las investigaciones publicadas que tratan el constructo de “Espiritualidad” en la relación con la salud y/o bienestar, toman muchos de los contenidos filosóficos y existencialistas de Frankl, uniéndolos a categorías quizás más funcionales y medibles para efectos del trabajo científico.

Es así como la espiritualidad se asocia con un mejor funcionamiento del sistema inmune (Lee, Kim y Ryu, 2005), con la prevención de accidentes

cardiovasculares y de problemas neurológicos, al igual que el afrontamiento efectivo del dolor (Peres, Arantes, Lessa y Caous, 2007). En la salud mental, la espiritualidad se relaciona con el efecto positivo en el tratamiento o prevención de adicciones, suicidio, delincuencia, ansiedad y/o depresión, estrés esquizofrenia, trastornos bipolares y otras afectaciones psicológicas o psiquiátricas (Guimaraes y Avezum, 2007).

Estudios en niños, adolescentes y jóvenes

Janine Jones (2007) realizó un estudio con 71 niños y niñas afroamericanos, de 9 a 11 años, en una comunidad con altos índices de pobreza, delincuencia y violencia, en la localidad de Houston Texas. El análisis de los datos indicó una correlación positiva entre la resiliencia y la espiritualidad, junto con los lazos de parentesco que establecían los niños/as de la muestra estudiada. Estas dos variables, sumadas a un alto nivel de apoyo social, demostraron efectos amortiguadores de la exposición a la violencia crónica, lo cual favorece la adaptación de los niños/as a dicho ambiente y disminuye el riesgo de desarrollar síntomas de estrés postraumáticos.

Otra investigación importante de mencionar es la realizada por los psicólogos Walker, Reid, O' Neill y Brown (2009) donde compararon 34 estudios empíricos entre los años 1989 y 2009, en 19.090 participantes adultos que habían sido abusados en su infancia. Dicho estudio cualitativo se centró en el papel potencial de la espiritualidad y religiosidad en las experiencias traumáticas, así como la influencia de estos factores personales en la recuperación de abuso. Dicho estudio concluyó que tanto la espiritualidad como la religiosidad, pueden ser moderadores de la evolución de los síntomas de estrés postraumáticos y sus trastornos asociados. Verificando que, a pesar de los daños a la propia espiritualidad y/o religiosidad de las víctimas, estos recursos también sirvieron, en la mayoría de los casos, para amortiguar el

desarrollo de síntomas patológicos lo que favorece la resiliencia en los sobrevivientes frente al abuso sufrido.

Asimismo, Sundararajan- Reddy (2005) realizó un estudio con 274 adolescentes estudiantes de dos escuelas secundarias, a los cuales aplicó cuatro instrumentos con el propósito de verificar la relación existente entre la espiritualidad y resiliencia, en la escala de bienestar espiritual (Spiritual Well-Being Scale, SWBP), el cuestionario de orientación para la vida (Orientation to Life Questionnaire, OLQ), el auto-reporte juvenil para edades entre 11 y 18 años (Youth- Self Report, YSR). Los análisis de correlación regresión lineal simple y múltiple, mostraron los siguientes resultados: (a) la espiritualidad estaba significativamente relacionada con la competencia y negativamente relacionada con los problemas de conducta; (b) el sentido de coherencia (medido con el OLQ) era un mejor predictor de resiliencia que el bienestar espiritual; (c) las creencias existenciales contribuyen más frecuentemente a la resiliencia que las creencias religiosas; (d) las creencias espirituales y los niveles de estrés interactúan de forma diferente con respecto a las respuestas resilientes. El estudio sugiere que los adolescentes que encuentran algún significado o propósito en sus vidas en medio de situaciones estresantes, están más fácilmente propensos a ser resilientes y a no desarrollar trastornos de conductas.

Otro estudio de tipo cualitativo exploratorio lo realizaron los médicos pediatras Wahl, Cotton y Monroe (2008) en el estado de Arizona. En esta investigación se observó a dos adolescentes del sistema de justicia juvenil que presentaban alto riesgo suicida; uno de ellos fue desplazado de su tribu a la ciudad, mientras que el otro enfrentó la muerte de su padre y el abandono de la madre. La investigación puso de manifiesto que la atención espiritual, a través de un representante de sus respectivas religiones (una tribal y la otra cristiana), fue determinante para disminuir dicho riesgo y favorecer la recuperación emocional de ambos adolescentes. Los autores sugieren que es importante

examinar la “Historia Espiritual” de los adolescentes para ayudarles eficazmente a afrontar y superar sus crisis existenciales.

Por otra parte, la investigación realizada por Rehm y Allison (2009), basada en la Teoría Fundamentada, se centró en el papel de la Espiritualidad en la preparación universitaria de 25 jóvenes. Todos los participantes consideraron que la espiritualidad era tanto la relación con un firme poder superior, como un recurso flexible para adquirir resiliencia mediante: (a) la transformación de los traumas de la infancia en una fuente de sentido y significación profundo para las vidas y/o pasión por la carrera elegida; (b) la atribución de que el desarrollo de sus trayectorias profesionales formaba parte de un plan superior de mayor lógica; y (c) el suministro de recursos y respuestas para la toma de decisiones optimistas. Ellos creían en los beneficios de la oración, de asistir a servicios religiosos y de otras prácticas, señalando que no siempre buscaban el éxito al recurrir a éstas. Este estudio sugiere que los jóvenes estudiantes creen que la espiritualidad es un recurso eficaz para mantener tanto la coherencia como la capacidad de adaptación, pues aumenta la autoeficacia, el deseo de alcanzar el potencial completo y el compromiso.

Estudio de adultos y ancianos

La investigación realizada en México, por las enfermeras Zabala, Vázquez y Whetsell (2006) en 190 pacientes con Diabetes Mellitus tipo 2, con edades entre 35 y 85 años de edad. Dicha investigación tuvo por objetivo determinar cuáles serían las estrategias utilizadas por ellos para afrontar la ansiedad con su estado de salud. Se administró a los pacientes el Cuestionario de espiritual de Reed (Self- TranscendenceScale, STS, 1987) y el inventario de ansiedad rasgo –estado (IDARE) de Spielberger (1975). Mediante la prueba de Spearman se obtuvo una correlación negativa estadísticamente significativa: a mayor espiritualidad, menor ansiedad. Se concluyó que la mayoría de los pacientes tenían altos niveles de bienestar debido a una relación íntima con

Dios y una fe que les motivaba a adaptarse a un estado de vida saludable y a tener más aprecio por ellos mismos. De esta manera, se confirma que la espiritualidad ayuda afrontar los momentos difíciles y estresantes, como los asociados con una enfermedad crónica, razón por la cual promueve la resiliencia.

Asimismo, el médico oncólogo Harris (2010) realizó un estudio con el fin de verificar la relación existente entre el bienestar espiritual (Spiritual – Well-Being, Sp WB), la adaptación a situaciones difíciles y la calidad de vida en 52 personas adultas con enfermedad crónica de rechazo al trasplante (ChronicGraft-Versus – Host Disease, CGVHD). Aplicó la evaluación funcional del tratamiento de enfermedades crónicas y bienestar espiritual (Functional Assessment of ChronicIllness Therapy Spiritual WellBeing, FACIT- Sp). Los resultados indicaron que la fortaleza espiritual en los pacientes era alta; no hallaron asociaciones entre ésta y la intensidad de la inmunosupresión (inhibición del sistema inmune con el propósito de prevenir o tratar el rechazo del trasplante o injerto en el paciente). Los participantes con baja fortaleza espiritual reportaron niveles inferiores de bienestar físico, emocional, social y funcional, así como una reducción general de la calidad de vida, en comparación con los de mayor fortaleza espiritual. Además, quienes presentaron baja fortaleza espiritual también tenían calidad de vida inferior, en relación con la norma poblacional. La comparación entre el grupo que reportó más baja fortaleza espiritual y los grupos que reportaron mayor fortaleza espiritual demostró consistentemente una diferencia significativa en todas las subescalas de calidad de vida. Los resultados sugieren que la fortaleza espiritual es un factor importante que contribuye a mejorar la calidad de vida de los pacientes con enfermedad crónica de rechazo al trasplante y por lo tanto, a incrementar su resiliencia.

Además, el estudio exploratorio cualitativo realizado por Kruger (2010), el cual se centró en 300 capellanes de hospitales y hospicios

estadounidenses, tuvo como objetivo encontrar los factores por medio de los cuales lograban mantener resilientes ante la amenaza de burnout (que se define como un agotamiento físico y desmotivación emocional crónicos en respuesta a la exposición a prolongado continuo estrés o frustración en un trabajo) y la llamada “fatiga compasional” (una variante del burnout). Se encontró que los participantes eran conscientes de la vulnerabilidad potencial y los peligros emocionales asociados a su línea de trabajo. Los capellanes desarrollaban algunas estrategias claves que les permitirán ser resilientes, tales como: (a) encontrar el equilibrio entre el trabajo de atención cotidiana a pacientes y sus otras áreas de vida personal (familia, espacios de oración y meditación individual, recreación); (b) aceptar su importancia ante muchos sucesos de pérdida, frustración y duelo sufridos por los pacientes, formas prácticas de dejar ir (elaboración de duelo, desprendimiento emocional y “abandono” espiritual); (c) intercambiar las experiencias de luto y de celebración (por ejemplo la recuperación o alegrías de un paciente) con el personal del hospital en un clima familiar de confidencialidad, apoyo emocional y esperanza espiritual. Estos resultados sugieren que el ejercicio de una espiritualidad personal y comunitaria constituye el factor clave de la resiliencia ante el síndrome de burnout en los capellanes.

Clark (2004) estudió a 131 refugiados musulmanes bosnios reasentados en Chicago entre los años 1992 y 2002. El objetivo de esta investigación fue examinar el grado en que la espiritualidad y la utilización de recursos de apoyo social provocan un efecto moderador sobre la adaptación de esta población en los Estados Unidos. Se controlaron las variables edad, sexo, educación, estado civil, número de hijos/as, ingreso anual, número de personas en el hogar y tiempo de residencia en Estados Unidos. Se realizó un análisis de regresión múltiple y una prueba de ANOVA para explorar la relación entre variables independientes (la utilización de los recursos sociales de apoyo y la espiritualidad) y la variable dependiente (la adaptación). Los resultados no indicaron una relación estadísticamente significativa entre la utilización de

recursos de apoyo social y la adaptación. Sin embargo, se hallaron asociaciones positivas significativas entre la adaptación y la espiritualidad, el estado civil, la educación, los ingresos, el tiempo de permanencia en los Estados Unidos y el número de hijos/as. Una asociación negativa entre la edad y el ajuste reveló que los refugiados de más edad en este grupo estaban experimentando mayores niveles de dificultad para adaptarse a la vida en los Estados Unidos que sus contrapartes más jóvenes. Los datos ilustran cómo las creencias religiosas y la espiritualidad actúan como factores de resiliencia: los refugiados bosnios vuelven a sus creencias religiosas y espirituales con el fin de dar sentido a la experiencia del desplazamiento, lo que le permite sobrevivir y adaptarse como grupo minoritario en un ambiente más bien hostil hacia su etnia, su cultura y su religión, más aún en el ambiente anti- islámico de los Estados Unidos luego de los atentados del 11 de septiembre de 2001.

Los médicos gerontólogos June, Segal, Klebey Coolidge (2008) realizaron un estudio para examinar en qué forma las razones de vivir se relacionan con la religiosidad/espiritualidad y la percepción de apoyo familiar o social en 57 adultos mayores (de 60 a 85 años de edad), ya que las deficiencias de dicho apoyo se han asociado con mayores niveles de ideación suicida en diversas muestras poblacionales. Se les aplicaron los siguientes instrumentos de auto-reporte: el inventario de razones para vivir (Reasonsfor Living Inventory-RFL) una medida de disuasión cognitiva al suicidio, el inventario de percepción de apoyo social de la familia (Perceived Social SupportfromFamily, PSS-Fa) y el índice breve multidimensional de religiosidad /espiritualidad (Brief Multidimensional Measure of Religiousness/spirituality, BMMRS). Mediante el uso de regresión múltiple simultánea de los datos obtenidos, se encontró que el 21% de la variación en razones para vivir se explicaba significativamente por la religiosidad/espiritualidad y el apoyo social familiar: esto indica la importancia de estas variables como factores de protección ante el riesgo de suicidio. Según los autores, una implicación de este estudio es que los esfuerzos de prevención del suicidio (y patologías asociadas como la depresión) en adultos mayores

podrían orientarse a fortalecer el apoyo familiar y la espiritualidad como posibles factores para aumentar la resiliencia.

A su vez, Pentz (2002) realizó un estudio basado en la Teoría Fundamentada; los participantes fueron 13 adultos mayores que padecían cáncer. El objetivo favorecer la experiencia psicosocial de estos individuos ante las graves consecuencias de su enfermedad. Se encontró que los participantes eran personas con adecuada capacidad de recuperación y llenas de vida, “resilientes frente a la devastación provocada por el cáncer”. Los adultos mayores con un buen apoyo social, con mayor fe y espiritualidad, estaban en mejores condiciones para hacer frente a las pérdidas asociadas con el cáncer que los adultos mayores sin esta dinámica; de hecho los primeros llegaron a mostrar sentimientos de gratitud hacia Dios y hacia los demás.

Por otro lado la investigación realizada por las enfermeras Pierii y Stuijbergen (2010) con 630 adultos mayores de 65 años diagnosticado con síndrome post- polio (Post-Polio síndrome, PPS, definido como un fracaso de las grandes unidades motoras, generado durante el proceso de recuperación de la Poliomielitis parálítica, que conduce a una exacerbación de la debilidad existente o al desarrollo de una nueva parálisis), tuvo como objetivo investigar la relación entre los factores de la resiliencia psicológica (psychological resilience, PR) y los síntomas depresivos en dicha población. Entre los factores de PR, los autores mencionan: la aceptación, la autoeficacia, los recursos personales, las relaciones interpersonales, la autopercepción de salud, el crecimiento espiritual y el manejo del estrés. El 40% de la muestra tuvo un nivel alto de depresión, medido con la escala de depresión breve del centro de Estudios Epidemiológicos (CES –D10); sin embargo, el 53% de la muestra se autocalificó con un estado de salud bueno o excelente, lo que sugiere resiliencia psicológica. Así mismo, se utilizó un análisis de regresión múltiple para determinar en qué medida los siete factores de resiliencia psicológica eran predictores de síntomas depresivos, después de controlar las limitaciones

funcionales (que representaban el 7% de la varianza de estos síntomas); se encontró que cuatro factores de PR (crecimiento espiritual, soporte social, aceptación y autopercepción de salud) representaron el 30% de la varianza en los síntomas depresivos, con el crecimiento espiritual como predictor principal ($\beta = -0.26$). Es decir, a mayor crecimiento espiritual, menores son los síntomas depresivos. Los autores concluyen que, paradójicamente, junto a la cronicidad de la enfermedad, las personas que la padecen desarrollan características de esperanza, optimismo y autodirección que les permiten ser resilientes, en especial desde sus convicciones espirituales.

Por último, el estudio realizado por las trabajadoras sociales Lawson y Thomas (2007) se centra en las estrategias de supervivencia de 20 ancianos negros que fueron víctimas del huracán Katrina. En este estudio exploratorio cualitativo se utilizó entrevista en profundidad, una hoja de datos para la información demográfica y el paquete estadístico para ciencias sociales (Statistical Package for the Social Sciences, SPSS) para analizar la información. Sin excepción, los hallazgos indican que esta población hizo frente a Katrina y sus consecuencias a través de su dependencia de un poder superior, sin que necesariamente participasen en una iglesia. En síntesis, los mecanismos de adaptación descritos por los/as sobrevivientes incluyeron los siguientes temas:

- La comunicación regular con un poder sobrenatural;
- Los milagros de la fe a través de esa fuente de orientación y protección.
- La lectura diaria de la Biblia y de materiales de devoción y espiritualidad.

- La ayuda a los demás como consecuencia de la fe y la devoción a un ser supremo.

Los participantes percibían los “milagros” como eventos diarios imprescindibles que resolvían problemas aparentemente insolubles, y también como el poder de Dios fluyendo en las personas que oraban, lo que constituye una forma importante de afrontar o interpretar la adversidad, algunas personas daban gracias a Dios por las experiencias positivas que aprendieron con la tragedia del huracán. En síntesis, esta investigación muestra que la espiritualidad promueve la resiliencia emocional ante el estrés o trauma producido por desastres naturales.

Estudios en mujeres y familias

Las enfermeras Susan Tinley (2006) realizó un estudio, desde la Teoría Fundamentada, en mujeres miembros de familias con cáncer hereditario de mama y ovario (Hereditary Breast and Ovary Cancer; HBOC). Dicho estudio tuvo como propósito identificar la relación entre la espiritualidad y la experiencia de ser parte de una familia con HBOC y vivir bajo la amenaza constante de repetir la historia patológica de sus ancestros, particularmente durante la juventud y la edad adulta media. Se encontró que el tema común era que sus experiencias influyeron en su espiritualidad, por ello se intensificaron sus luchas internas, se fortalecieron sus prácticas espirituales y asumieron modelos de espiritualidad. Alternativamente, su espiritualidad influyó en la interpretación de tales experiencias, en cuanto a la percepción de fuentes de apoyo, ayuda a la toma de decisiones, los regalos de Dios y la sensación de gratitud frente a la adversidad. El estudio confirma que las creencias espirituales son un factor de resiliencia para estas mujeres, incluso al padecer la enfermedad.

Las psicólogas Simoni, Martone y Kervin (2002) realizaron un estudio en 230 mujeres Afroamericanas y Puertorriqueñas de bajos ingresos con el

VIH/SIDA (en Nueva York), con el objetivo de ampliar los hallazgos con respecto a los efectos beneficiosos del afrontamiento espiritual en esta población. Las participantes de la muestra demostraron altos niveles de espiritualidad y de afrontamiento espiritual hacia su enfermedad, indicadores que se midieron con la escala de formas de Afrontamiento de Folkman, Lazarus, Dunkel- Schetter, DeLongis y Gruen (1986; adaptada por Keed, Kemeny, Taylor, Wang, and Visscher, 1994). El estudio arrojó una correlación positiva con la frecuencia de recepción de apoyo social debido al VIH, y una correlación negativa con el uso reciente de drogas. Se realizaron dos análisis multivariados de regresión jerárquica (controlando covariables relevantes como características demográficas, apoyo social y uso de drogas). Estos análisis mostraron correlaciones positivas entre los indicadores de espiritualidad y la adaptación psicológica (medida a través de 4 componentes: la sintomatología depresiva, el estado de ánimo, el dominio y la autoestima). Se confirmó el efecto beneficioso del afrontamiento espiritual en la adaptación psicológica, incluso cuando otros tipos de afrontamiento fueron controlados. Por último, se observó que las variables espiritualidad y afrontamiento espiritual tenían un efecto aditivo positivo en la predicción de la adaptación psicológica.

Otra investigación, realizada por las psicólogas Simoni y Ortiz (2003), tuvo como objetivo analizar la función de la espiritualidad en 142 mujeres puertorriqueñas (en Nueva York), con edades entre 22 y 58 años, portadoras de VIH/SIDA y muchas con niveles clínicos de depresión (según la Escala epidemiológica para los estudios de depresión, CESD). Se mostró que la espiritualidad según el modelo conceptual de Maton y Pargament (1987), tenía una correlación positiva con la asistencia a la iglesia y una alta correlación negativa con la depresión. Una serie de análisis simultáneos de regresión múltiple donde se controlaron todas las variables médicas y sociodemográficas que podían potencialmente crear confusión, demostraron que las puntuaciones altas en el dominio y la autoestima (sobre todo ésta) mediaban la correlación entre espiritualidad y sintomatología depresiva en estas mujeres, confirmando a

la primera como un recurso de afrontamiento y de resiliencia ante la sintomatología depresiva asociada con el VIH/SIDA.

Por su parte, la psicóloga Singleton (2004) realizó un estudio basado en la Teoría Fundamentada, en 12 mujeres negras sobrevivientes de abuso sexual. El propósito de dicha investigación fue identificar sus estrategias de afrontamiento, las características que contribuyen a su resiliencia y la forma en que estas mujeres se ven afectadas (intrapísica, física, espiritual e intelectualmente) por el trauma sexual. Entre los temas claves encontrados, se incluyen el uso de la espiritualidad como una importante estrategia de afrontamiento, en particular el uso combinado de las prácticas espirituales no tradicionales (por ejemplo, la meditación y el yoga) con las prácticas espirituales más tradicionales (por ejemplo, la oración, escuchar música góspel, entre otros). Las participantes también desarrollaron estrategias creativas de afrontamiento para darle significado a sus experiencias de abuso (por ejemplo, a través del cine, la danza y la escritura). Las características comunes de la resiliencia en estas mujeres incluyen la creencia en un orden divino (por ejemplo, todo sucede por una razón), locus de control interno y la presencia de fuertes modelos femeninos.

El equipo de psicólogas y enfermeras, conformado por Jaramillo, Ospina, Cabarcas y Humphreys (2005), realizó en Medellín (Colombia) un estudio con 199 mujeres maltratadas con edades entre los 18 y 72 años. Aquí, el objetivo fue conocer la relación entre resiliencia y espiritualidad en dichas mujeres, teniendo en cuenta la frecuencia e intensidad del maltrato y la severidad de las lesiones recibidas. Se utilizaron la Escala de resiliencia (RS), elaborada por Wagnild y Young (1993), la Escala de perspectiva espiritual (SPS) de Pamela G. Reed (1987), el Listado de síntomas de distrés (SCL-90 R) y las Tácticas de conflictos (CTS) de Strauss y Gelles. Se obtuvieron niveles más altos de resiliencia en mujeres con mayores niveles de educación, en comparación con las que tienen nivel bajo de escolaridad, bajos ingresos y falta

de empleo. En cuanto a la espiritualidad, el 98.9% de las entrevistadas manifestó algún contacto con la religión católica o cristiana. Los autores encontraron una correlación positiva significativa entre resiliencia y espiritualidad: las mujeres con más altos niveles de resiliencia reportaron altos niveles de espiritualidad y menor número de síntomas positivos de aflicción y estrés postraumático.

Otro estudio análogo al anterior es el de las enfermeras Canaval, González, y Sánchez (2007), cuyo objetivo fue examinar la relación entre espiritualidad y resiliencia en mujeres maltratadas que denuncian su situación en Comisarías de Familias de la Ciudad de Cali (Colombia). La muestra estuvo conformada por 100 mujeres de edades entre los 20 y 65 años, quienes denunciaron maltrato por parte de su pareja en el periodo de marzo de 2005 a marzo de 2006. Se les aplicó la Escala de perspectiva espiritual de Reed (SPS, 1987). Además, para medir la resiliencia individual, se utilizó la Escala de resiliencia (RS) de Wagnild y Young (1993). También se encontró una correlación positiva y significativa entre las variables resiliencia y espiritualidad. Se confirmó que la espiritualidad es una herramienta importante para las mujeres que viven situaciones de violencia ya que les ayuda a iniciar un proceso de cambio orientado a la resolución de los conflictos y a la disminución de sintomatologías psiquiátricas de ansiedad y depresión.

De igual forma la investigación realizada por las trabajadoras sociales Madsen y Abell (2010) valida los factores asociados a la adaptación positiva de las mujeres después de sufrir sucesos de violencia física y sexual por parte de sus parejas. Se aplicó la Escala de resiliencia al trauma (Trauma ResilienceScale, TRS) y se probaron dos modelos de TRS: uno conformado por tres factores protectores asociados a adaptación positiva (capacidad de resolución de problemas, relaciones sociales y optimismo), y otro conformado por cuatro factores (los tres anteriores y uno adicional: la espiritualidad). El primer modelo se aplicó a 270 mujeres y el segundo a 307 mujeres todas

víctimas de violencia. Ambos modelos demostraron gran fiabilidad, validez y correlación positiva de los factores protectores incluidos en las escalas con la adaptación positiva, según el análisis estadístico de los resultados. Sin embargo, el segundo modelo mostró mayor fiabilidad y validez, al igual que una mayor correlación con la adaptación positiva después de la violencia. Esto indica claramente el valor aditivo determinante de la espiritualidad como factor protector que favorece la resiliencia de estas mujeres.

Otro estudio de tipo exploratorio y basado en la Teoría Fundamentada, realizado por los psicólogos Greeff y Loubser (2008), tuvo como objetivo analizar la espiritualidad como una característica de la resiliencia en 51 familias de habla xhosa, en Alice (localidad de Cabo Oriental, en Sudáfrica), con experiencias de crisis a causa de la pérdida de algún hijo/a, dificultades económicas o situación de sus hijos adolescentes. La espiritualidad se expresó en las siguientes categorías: (a) los regalos de Dios (familia y amor); (b) la orientación o guía (Dios y Espíritu Santo); (c) las obras de Dios (presencia y ayuda para llevar las cargas); (d) el plan de Dios; (e) la oración (el objeto de adoración, la naturaleza de la oración como diálogo con Dios, el contexto interpersonal de la oración, las peticiones hechas a través de la oración y resultados de la oración); y (f) la fe (objeto de la fe, maneras de practicarla y su efecto en las diferentes dimensiones de la propia existencia). Los resultados indican que la espiritualidad es un recurso importante de protección y recuperación ante la adversidad, y un factor de resiliencia que sostiene a las familias en su proceso de adaptación durante y después de períodos de crisis.

Por último, la investigación de Bell-LaVerne, Burgess y Brock (2009), con 31 terapeutas afroamericanos, tuvo como objetivo explorar la percepción de éstos respecto a la utilización de recursos o fortalezas durante las terapias por parte de familias afroamericanas. Se encontró que la espiritualidad/religiosidad fue el principal de estos recursos. La fe les ayuda a concentrarse en su moral y en sus valores para resolver los problemas familiares eficazmente, para

aprovechar de mejor manera la terapia y para mantenerse coherentes y resilientes ante las adversidades.

CAPITULO IV

Marco Metodológico



UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO

IV.- MARCO METODOLÓGICO

4.1.- ENFOQUE EPISTEMOLÓGICO

Para efectos de esta investigación se utiliza un enfoque dónde el investigador transita desde el análisis de las transformaciones sociales hasta el ofrecimiento de respuestas a los problemas derivados de éstos, la orientación se encamina en el análisis e implicación del investigador en la solución de problemas a partir de la autoreflexión, en esta investigación existe una relación de correspondencia entre el investigador y el objeto de estudio, es decir los sujetos de investigación y el investigador están en contante reflexión para la solución de los problemas. Este paradigma se fundamenta en la teoría crítica (Briones 1999).

La finalidad de la investigación permite identificar el potencial de cambio y analizar la realidad (Flick, 2007). Existiendo una relación dialéctica, dicho método considera que los hechos sociales están relacionados en una forma de causalidad según la cual uno de ellos puede ser en un momento dado la causa del otro, pero este a su vez puede actuar sobre su causa estableciéndose una relación de reciprocidad (Briones 1999). La realidad es entendida como relación dialéctica entre sujeto y objeto, marcada ideológicamente y determinada por opciones de valor, poder e interés. Para el enfoque crítico los objetivos del conocimiento científico se definen por su contribución al cambio social. Hay que producir conocimientos que sean útiles para que los individuos actúen como agentes de cambio. El investigador debe estar inmerso en el grupo como uno más; todos tienen una participación activa en el proceso investigativo.

Dentro de este paradigma el principal enfoque que se destaca es el dialéctico, del que se destaca entre sus principales exponentes a C. Marx, quien señala que existen 3 momentos fundamentales en una investigación: El punto de partida es lo concreto y lo real. Luego un proceso de abstracción y concreción, es decir de análisis y síntesis y un punto de llegada representado por lo concreto en el pensamiento.

Asimismo, este enfoque fue propuesto por Kurt Lewin en 1951, para así identificar la comprensión de la totalidad social, así como la búsqueda de mejoras de la misma, utilizando la crítica ideológica, es decir, pretende que los individuos analicen la realidad y se incorporen a la evolución de los valores, para mejorar su calidad de vida y aprender de sus experiencias, es decir, es una investigación participativa y transformadora con respecto al objeto de estudio, pero tratando a este último como persona. Otro aspecto importante es que el investigador se involucre en la reflexión crítica y autocrítica.

Este enfoque se caracteriza por el análisis y reflexión, sobre las circunstancias sociales, es decir, su objeto de estudio, son los individuos y como estos se relacionan con su contexto social.

La posición del investigador es a la vez objetiva y subjetiva; se dirige así mismo, a los investigadores y a las estructuras sociales como sujetos y objetos dentro de un proceso de reflexión crítica y autoreflexiva; se tiene en cuenta el rol de la subjetividad, pero la entienden como crítica, es decir que reconocen el saber de los sujetos, pero reconocen también que estos pueden tener falsa conciencia de la realidad social (Aristizabal, 2008)

Entre las características de este enfoque se pueden indicar:

- a) Asume una visión global y dialéctica de la realidad.

b) La investigación crítica asume una visión democrática del conocimiento, así como de los procesos implicados en su elaboración. En este sentido la investigación se convierte en una empresa donde tanto el investigador como los investigados cumplen roles activos en la toma de decisiones.

c) Se trata de una investigación construida en y desde la realidad situacional, social, educativa y práctica de los sujetos implicados en luchas, intereses, preocupaciones y problemas, que forman parte de su experiencia cotidiana.

d) Está comprometida con la transformación de la realidad desde una dinámica liberadora y emancipadora de los sujetos implicados en ella.

Del mismo modo, esta investigación es un estudio descriptivo, no experimental ya que los fenómenos no son manipulados y busca dar cuenta de las experiencias de los sujetos seleccionados.

Las características de esta investigación pueden especificarse según algunos criterios:

- Según su Amplitud: Es de Tipo Microsociología, ya que este estudio corresponde a una pequeña cantidad de personas que trabajan con la temática de investigación.
- Según la Fuente: Es de Carácter Primaria, ya que los datos recogidos para la investigación son entregados por los mismos sujetos, no existiendo la influencia de terceros.

- Según su Profundidad: El estudio es de Carácter Descriptivo Interpretativo ya que se centra en describir los principales significados construidos por las/los entrevistados.
- Según su Carácter: Es Cualitativa, al buscar rescatar los principales significados construidos por quienes trabajan con la temática de investigación.
- Según su Alcance Temporal: Ésta será Transeccional, ya que la investigación se lleva a cabo en un periodo determinado, sin seguimiento posterior.

4.2.- DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

4.2.1.- TIPO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación se desarrollará, bajo la metodología de la investigación cualitativa “que se refiere en su más amplio sentido a la investigación que integra diversos enfoques teóricos y sus métodos caracterizan los debates y la práctica de la investigación” (Flick, 2007 p. 20). Bajo este modelo de investigación se consideran como insumos la presencia de observadores competentes y cualificados, los cuales puedan informar con objetividad, claridad y precisión acerca de sus propias observaciones del mundo social, así como de las experiencias de los demás. De esta manera los investigadores se aproximan a un sujeto real, un individuo real, que está presente en el mundo y que puede, en cierta medida ofrecernos información sobre sus propias experiencias, opiniones, valores, etc. Por medio de un conjunto de técnicas o métodos como las entrevistas, las historias de vida, el

estudio de casos o análisis documental el investigador puede unir sus observaciones con las observaciones aportadas por los otros.

Desde esta perspectiva el investigador se sitúa en el mundo empírico y desde allí propone una vía de acceso, por medio de una serie de actividades que tendrá que realizar para poder alcanzar el objetivo propuesto.

El carácter reflexivo de la investigación cualitativa, implica que exista un acercamiento a los fenómenos sociales por parte del investigador, participando del mundo de los grupos sociales que investiga. En esta perspectiva, el investigador tiene un papel fundamental en la recolección de información, pues de él dependerá gran parte de la forma como se acerca a la realidad y puede tomar de ella datos.

Los métodos cualitativos parten de un acontecimiento real acerca del cual se quieren construir conceptos. Para ello se observan los hechos y se describe la realidad en la cual se busca involucrar. La meta es reunir y ordenar las observaciones en algo comprensible, configurar un concepto acerca del fenómeno que se quiere conocer (Aristizabal, 2008).

Las principales técnicas de recolección será el levantamiento bibliográfico donde se revisaran distintos documentos de carácter científico de variados autores que hablen de Resiliencia, Espiritualidad y Crisis Familiar. A su vez se utilizarán la Entrevista a Especialistas en el tema de Resiliencia y Espiritualidad.

4.2.2.- ETAPAS DEL PROCESO DE INVESTIGACION

Se puede conceptualizar los momentos del proceso de Investigación Cualitativa, en los siguientes momentos:

- **La Formulación:** En este momento de la investigación en que se da el punto de partida formal de la investigación y se caracteriza por explicitar y precisar ¿Qué es lo que se va a investigar y por qué? En el presente trabajo, se desarrolla en base a la lectura exhaustiva de antecedentes bibliográficos relacionados al tema de Resiliencia, Espiritualidad y Crisis Familiar.
- **El Diseño:** Está representado por la preparación de un plan flexible que orientará tanto el contacto con la realidad humana objeto de estudio como la manera en que se construirá conocimiento acerca de ella (Sandoval, 2002)

Incluye la elaboración de un instrumento de recolección de información, para ser utilizados con los especialistas en el tema. Para lo cual mediante un cauteloso proceso se diseña la entrevista.

- **La Gestión:** Este momento corresponde al comienzo visible de la investigación y tiene lugar mediante el empleo de una o varias estrategias de contacto con la realidad o las realidades objeto de estudio (Sandoval, 2002)

En la investigación se hace visible esta etapa cuando se realiza el trabajo de coordinación para el establecimiento de contacto con los especialistas en el tema de Resiliencia y Espiritualidad. Se determina realizar un acercamiento a la realidad planteada por los especialistas.

- **El Cierre:** Las actividades desarrolladas en esta etapa de la investigación buscan sistematizar de manera progresiva el proceso y los resultados del trabajo investigativo.

En la investigación, una vez realizadas las entrevistas, se procede a la transcripción de los datos obtenidos, éstos se ingresan al sistema computacional de análisis de datos cualitativos con el que se da origen a la matriz de análisis con las frases más relevantes de los entrevistados, con éstas se desarrolla el análisis de los datos desde las visiones planteadas entre los expertos, destacando puntos de acuerdos y diferencia en cada una de las posiciones, que derivan en conclusiones y posteriores sugerencias.

4.3.- CRITERIOS PARA SELECCIÓN

Los criterios de selección de los expertos en el tema de Resiliencia y Espiritualidad son:

- Persona que trabaje a lo menos seis meses en la temática de Resiliencia o Espiritualidad.
- Persona que acceda voluntariamente a la entrevista.
- Persona disponible y accesible.

4.4.- TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

4.4.1.- ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD

La entrevista, en cualquiera de sus tipos o modalidades, es uno de los instrumentos más flexibles e importantes, dentro de la investigación cualitativa, es una técnica que permite, sobre la marcha ir corrigiendo o previniendo ciertos errores, además que asegura la validez de las respuestas, mediante aclaraciones, replanteamiento de las preguntas, etc. Con la entrevista se puede acceder a las percepciones, las actitudes y las opiniones, que no

pueden inferirse de la observación, pero que con la entrevista puede recolectarse. La entrevista es una conversación entre dos personas por lo menos, en la cual uno es el entrevistador y otro u otros son los entrevistados; estas personas dialogan acerca de un tema determinado, teniendo un propósito profesional (Aristizabal, 2008).

En el diálogo que se debe generar, se dan esquemas interpretativos que posibilitan a los participantes una forma de interactuar propia, donde se ponen en juego sus condiciones subjetivas, dando pie a un espacio en el que la intersubjetividad genera condiciones para la búsqueda de significado.

La Entrevista en Profundidad, de acuerdo a Taylor y Bogdan, se entiende como reiterados encuentros cara a cara entre el investigador y sus informantes, encuentros que son dirigidos a comprender la visión que tienen las personas de sus vidas, experiencias y situaciones, tal como ellas lo expresan con sus propias palabras.

Dentro de las ventajas de la técnica, se destacan:

- Riqueza informativa: intensiva, holística, contextualizada y personalizada.
- Flexibilidad, diligencia y economía.
- Accesibilidad a información difícil de observar.
- Preferible por su intimidad y comodidad (Valles, 1997)

De este modo, la técnica se basa en un patrón de conversaciones entre iguales, donde el entrevistado da a conocer verbalmente su situación, en un clima de intimidad y familiaridad. Tiene como postulado básico considerar a la persona entrevistada como alguien que puede tener iniciativas, que construye

sentidos y significados de la realidad e involucra una relación de confianza cultivada por el investigador.

La Entrevista en Profundidad permite a la vez la obtención de la información holística y contextualizada en las palabras y enfoques de los entrevistados. Esta información se ve facilitada por una interacción más personalizada directa y espontánea (Valles, 1997)

Dicha técnica “es un constructo comunicativo, no un simple registro de discursos que hablan al sujeto, donde el investigador realiza una entrevista diferente, según su cultura, sensibilidad y conocimiento particular sobre el tema y lo más importante, según el contexto espacial, en el que se está llevando a cabo (Valles, 1997).

4.5.- VALIDEZ, CONFIABILIDAD Y TRIANGULACIÓN

La validez y confiabilidad se realizó de forma rigurosa, en una primera instancia con la revisión exhaustiva de bibliografía concerniente al tema y problema de investigación.

Luego se procede a la aplicación de entrevistas, las cuales pueden ser escritas (vía correo electrónico) o grabadas, luego su respectiva transcripción textual de la información, y en virtud de esto se construye la matriz final con las frases más relevantes a las categorías y elementos presentes ya determinados. Para dar lugar al contraste de información recogida y de las posibles conclusiones abstraídas del análisis.

4.6.-CARACTERIZACION DE LOS ENTREVISTADAS/OS

Los sujetos entrevistados son hombres y mujeres que se desenvuelven en el área de resiliencia y espiritualidad residentes en la ciudad de Talca, región del Maule, no obstante con distintas nacionalidades pertenecientes a los países de Colombia, Brasil, Arabia Saudita y Chile. Este grupo se encuentra entre 30 a 60 años de edad, con un promedio de 12 años en el ejercicio de sus labores como profesionales del área clínica y/o como guías espirituales.

Algunos datos a considerar se detallan en los cuadros siguientes:

Nombres de Participantes y nacionalidad	Años de experiencia	Estudios	Actividad en que se desempeña
Sra. Rocio Mayol (Chilena)	11 años	Psicóloga Clínica, Mg. En Neurociencia	Psicóloga clínica y docente de la Universidad Santo Tomas
Sr. Mauricio Maya (Chileno)	9 años	Ps. Clínico especialista en psicoterapia acreditado CNAPC	Ps. Clínico y docente de la Universidad Santo Tomás
Sra. Claudia Ramírez (colombiano)	7 años	Psiquiatra	Clínica en salud mental y docente de la universidad de

			Autónoma del Sur
Sr. Pablo Galmes (Chileno)	17 años	Teología y cursa 4º año en la carrera de psicología	Pastor Evangélico de la Iglesia de la Familia.
Sr. Vicente Tavares (Brasileño)	15 años	Seminario Católico de preparación para el sacerdocio	Sacerdote de la Iglesia
Sr. Hosni Aldiravi (Arabe)	15 años	Empresario	Guía Espiritual Musulmán
Tabla 1.a Datos de años de experiencia, Estudios y Actividad que desempeña			

4.7.- FACTORES ÉTICOS

4.7.1.- CONSIDERACIONES ÉTICAS

A continuación se identifican algunos criterios éticos rectores del estudio y que serán establecidos en un documento firmado por los entrevistados dónde manifiesten en forma libre y voluntaria su consentimiento informado de acceder a participar en esta investigación:

- El consentimiento de los sujetos de estudio: los individuos entrevistados deberán estar informadas sobre el objetivo y proceso de investigación, para así definir voluntariamente su consentimiento y participación.
- Confidencialidad de los relatos: los investigadores tendrán el deber de resguardar toda la información proporcionada por los sujetos de estudio.

- La información proporcionada por los sujetos de estudio no podrá ser modificada ni utilizada para otro fin.
- El respeto a las posiciones señaladas: no se realizarán opiniones personales, tampoco juicios de valor frente a los testimonios expuestos por los sujetos de estudio en las entrevistas.

CAPITULO V

Análisis de los Datos



UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO

V.- ANÁLISIS DE LOS DATOS

Para el análisis de los datos, bajo la metodología cualitativa, siendo éste definido como un “conjunto de manipulaciones, transformaciones, operaciones, reflexiones, comprobaciones que se realizan sobre los datos con el fin de extraer significado relevante en relación a un problema de investigación” (Rodríguez, 1996 p.200), se plantea la recolección de información sobre las entrevistas, realizadas a los expertos desde su propia construcción y experiencia profesional, en relación al tema de Resiliencia y Espiritualidad. Luego, en base a sus palabras, categorizar y posteriormente realizar el análisis.

“El análisis de datos en la investigación cualitativa consiste en: reducir, categorizar, clasificar, sintetizar, la información con el fin de obtener una visión lo más amplia posible de la realidad objeto de estudio” (Pérez 1998: 102). Para ello la categorización hace posible “clasificar conceptualmente las unidades, que son cubiertas por un solo tópico. Una categoría soporta un significado o tipos de significados” donde la codificación, “no es más que la operación concreta, por lo que se asigna a cada unidad un indicativo (código) propio de la categoría en la que la encontramos incluida” (Rodríguez A, 1996: p.208).

Se realiza una matriz, por cada categoría de análisis, que cuenta como un proceso que tiene distintos momentos, los cuales llevan a operacionalizar los conceptos, desde la categoría a la pregunta, pasando por dimensiones, sub dimensiones, indicadores, sub indicadores, pregunta. Es un proceso de rigurosidad en la investigación, para de esta manera otorgarle validación al instrumento (Valles, 1997).

5.1.- NIVELES DE ANÁLISIS

5.1.2.- PRIMER NIVEL DE ANÁLISIS

El objeto de este primer nivel en el análisis de los datos es describir y analizar la información recogida por las entrevistas aplicadas, incluyendo además algunas reflexiones de la investigadora.

A continuación se describe el proceso realizado en esta investigación, para la obtención de las categorías a trabajar.

- Transcripción de cada entrevista.
- Revisión de las entrevista por el investigador.
- Citar datos relevantes para la investigación

5.1.3- SEGUNDO NIVEL DE ANÁLISIS

Reducción de Datos: El análisis de la información recogida se realiza en base a categorías que constata diversidad de contenidos, desde donde se rescatan los que abordan la temática a investigar y se clasifica, según lo analizado.

5.2.- ELEMENTOS QUE COMPONEN EL SISTEMA DE CATEGORÍAS

Como una forma de guiar el trabajo, de comprender e interpretar la realidad, se ha establecido el siguiente esquema de categorías.

En cuanto a la Resiliencia

Categorías	Descripción de la Categoría
Crisis familiar	Acontecimientos de carácter normativo (esperables) y variable (inesperados) que generan contradicciones internas en la familia, provocando una necesidad de ajuste en función de las demandas (internas – externas).
Capacidad de resiliencia	Como la capacidad de resistir y/o sobreponerse a la crisis o dificultades, favoreciendo un crecimiento personal más allá del nivel del funcionamiento alcanzado.
Características personales y familiares	Entenderemos por Características personales y familiares, los recursos y o factores existentes que permiten superar una crisis familiar.

En cuanto a la Espiritualidad

Categorías	Descripción de la Categoría
Espiritualidad	Conjunto de creencias existenciales y trascendentales sobre Dios y la relación con él.
Espiritualidad como recurso de afrontamiento	Manera de ser y experimentar la fe, sentido de trascendencia, caracterizado por la fe en un ser superior, recurso que favorece el afrontamiento eficaz a la crisis familiar
Espiritualidad y resiliencia	Relación que se establece entre el conjunto de creencias existenciales y trascendentales sobre Dios, la relación con él, y los recursos existentes para superar una crisis familiar.

5.3.- OBTENCIÓN DE LOS DATOS

Luego del análisis de la información recopilada, a través de las entrevistas, se realiza un proceso de análisis descriptivo e interpretativo para conocer la opinión de los/as profesionales y guías espirituales.

5.3.1.- ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN RECOPIADA

Una vez recogida la información de los 6 entrevistados/as, se realiza un análisis a utilizando un sistema de categorías. “Miles y Huberman (1994) contemplan el diseño de matrices donde se pueden plasmar distintos tipos de información (textos, citas, abreviaciones o figuras simbólicas) y distintos formatos” con el objetivo de ordenar y clarificar la información se utilizará un sistema de matrices para el análisis de la información recopilada.

5.4.- ANÁLISIS POR ENTREVISTA Y CATEGORÍAS.

De cada entrevista se identifican las frases más representativas de cada una de las categorías descritas anteriormente, además se ordenaron en tablas comparativas constituidas por los profesionales y guías espirituales.

5.4.1.- RESILIENCIA: PROFESIONALES

Entrevista	1	2	3
Categoría			
Crisis familiar (Pregunta 1)	<i>Yo diría que en general los duelos, separaciones, pérdidas abruptas de trabajo, muertes de familiares, duelos directos eso yo creo que es difícil sobre todo cuando son inesperados, cuando la gente tiene problemas para explicárselo.</i>	<i>Yo creo que la muerte de un ser querido, un hijo, también los padres cuando mueren, pero con mayor dificultad yo me atrevería a decir que cuando se pierde un hijo.</i>	<i>yo creo que los acontecimientos más difíciles de superar son aquellos, acontecimientos que son impredecibles, que son incontrolables, cosas como por ejemplo guerra, stress post traumático situaciones de violencia, sobretodo esas situaciones en las que el individuo se enfrenta situaciones en las que se siente vulnerado en que es atacado por otro individuo</i>

			<p>y que de alguna manera le generan sensación como de desesperanza</p>
<p>Características personales y familiares (Pregunta 2,5,6 y 7)</p>	<p>ya sea por su madurez, por las experiencias que han vivido, por sus experiencias resilientes anteriores, digamos por su historia de aprendizaje tienen mejor capacidad para enfrentar algunas situaciones que otras personas.</p>	<p>las personas que participan en redes sociales, que son sociables, tiene una red de apoyo que permite en el fondo a que estas personas puedan superar en alguna manera lo que les está pasando... Hay gente más optimista que otra y ver el mundo de una manera más optimista también les ayuda.</p>	<p>personas que tienen un conocimiento más profundo de sí mismos, que tienen relaciones interpersonales fuertes, que tienen de alguna manera un nivel intelectual que les permite hacer un razonamiento un poco más profundo de las situaciones, que tienen más apoyo emocional y familiar.</p>
	<p>el principal recurso de la familia es la capacidad de contención, la capacidad como de reconocer que el otro está en una situación de dolor y actuar con la flexibilidad que esta situación requiere... la familia tiene que tener la capacidad de acoger y la capacidad de ayudarlo a enfrentar la crisis pero con flexibilidad.</p>	<p>hay familias que se unen más, entonces por ejemplo empiezan a visitarse más, a convivir más, se acercan o se agrupan, se empiezan a apoyar más por llamado telefónico, entonces cuando hay una crisis familiar o dolor, hay varias familias que yo he visto que en el fondo unen y se agrupan como para protegerse</p>	<p>La unión de todos los miembros de la familia donde característicamente existan unas figuras de autoridad, unas figuras jerárquicas que marquen límites, que den la sensación de protección, generan una mejor respuesta un mejor afrontamiento, la comunicación obviamente en las familias es importante.</p>
	<p>una persona que tiene más experiencias de vida puede tener más herramientas para solucionar sus problemas, ahora eso no necesariamente tiene una correlación con una edad cronológica</p>	<p>hay adultos mayores que tienen mucha más sabiduría y han pasado mucho más cosas, como al igual hay personas que son adolescentes y que tienen una capacidad también de afrontar problemas que es una maravilla así que no diría que la edad es decidora, no, creo que hay harta variabilidad en eso.</p>	<p>la resiliencia es algo que no está muy relacionado con la edad, que tiene que ver más con el desarrollo de una buena estructura física, de unas buenas características de personalidad, de unas buenas relaciones familiares, laborales, interpersonales más que de edad.</p>

	<p><i>Entonces yo creo que en un primer momento el reconocimiento de sus propios recursos y segundo el reconocimiento de los recursos de su entorno, en la capacidad de pedir ayuda, de solicitar apoyo de ocupar sus redes sociales personales familiares, para recuperarse, o sea la capacidad de pedir ayuda también es algo que tienen que ocupar.</i></p>	<p><i>someterse a psicoterapia es bien positivo. Hay gente que también cierto se... se aferra a la religión también... hay varias personas y hay gente que se enoja con la religión también, por ejemplo yo te decía eso de la muerte de un hijo. Porque dios que quita a mi hijo? Entonces están estas dos situaciones, pero la psicoterapia es una estrategia como pedir ayuda, llegar a la psicoterapia es una forma de pedir ayuda, a los familiares.</i></p>	<p><i>mantener una relación importante, mejorar la comunicación con sus seres queridos, realizar actividades.</i></p>
<p>Capacidad de resiliencia (Pregunta 3 y 4)</p>	<p><i>es la capacidad que tienen las personas, grupos u organizaciones, comunidades, para sobreponerse, para volver a su funcionamiento previo luego de haber sufrido alguna clase de agresión de cualquier tipo.</i></p>	<p><i>La capacidad de poder en el fondo sobrevivir o salir cierto, de un entorno hostil, un entorno o una situación hostil, una capacidad protectora.</i></p>	<p><i>capacidad que tiene un objeto de a pesar de estar sometido a fuerzas extremas o a gran presión, de no deformarse.</i></p>
	<p><i>cualquier persona puede sobreponerse a cualquier crisis, lo que pasa es que algunas personas necesitan ayuda profesional y otras no, entonces en ese sentido yo creo que hay un número importante de personas que sin ayuda son capaces de sobreponerse.</i></p>	<p><i>en el fondo la herida cierra pero queda una marca igual de por vida, no es como...no se olvida. Entonces claro, hay personas que logran avanzar, seguir, pero tienen esta cicatriz y cuando se la miran se acuerdan que ahí está, que ahí hubo una herida.</i></p>	<p><i>personas que se ven expuestas a situaciones como mencione que son impredecibles, incontrolables, presenten más que resiliencia, sobrevivir. Son personas que mas resilientes son sobrevivientes.</i></p>

5.4.2.- RESILIENCIA: GUÍAS ESPIRITUALES

Entrevista	1	2	3
Categoría			
Crisis familiar (Pregunta 1)	<p>los abusos y violaciones en la infancia y los duelos, son las cosas que la gente más le cuesta en primer lugar tratar y les cuesta también aliviarse o sanarse.</p>	<p>La guerra El sistema la misma familia</p>	<p>las enfermedades de sus familiares, mucha gente también sufre y tiene dificultad para aceptar la dependencia química de un familiar que es una enfermedad muy grave, sea el alcoholismo, la adicción y de hecho es un sufrimiento muy grande y ellos tienen dificultad para aceptarlo.</p>
Características personales y familiares (Pregunta 2,5,6 y 7)	<p>Capacidad de lucha, como deseo de salir adelante, y yo agregaría otro elemento más que yo en lo personal lo he ocupado que es el sentido de humor, cuando uno logra mirar la vida con sentido del humor, uno logra sobrepasar muchas cosas difíciles....Frente a un problema yo creo que uno tiene dos opciones quedarse llorando frente a ese problema estático, paralizado sin hacer nada, o sacudirse y seguir adelante, y en ese sacudirse uno lo puede hacer riéndose. De hecho hay muchas investigaciones que se han hecho del humor como nos ayuda sobrepasar situaciones muy difíciles</p>	<p>La fe, constancia, libertad, paciencia, fuerza</p>	<p>hay personas que tienen ya en sí mismas un deseo de superar sea que sea la dificultad y cuando ellas conocen su potencial, su capacidad personal de superar estas dificultades esto es medio camino andado.</p>

<p>un ser social es un ser que necesita al otro, y en el momento de la crisis el elemento del otro, tener consciencia de un otro es algo importante, o sea la red de apoyo, como se maneja técnicamente. ..Yo creo el apoyo que viene de la familia es uno de los recursos más potentes.</p>	<p>no hay vinculo emocional, ya hay tantas cosa horrible de la guerra todo los días donde no hay otra temas que conversar</p>	<p>Los recursos principales de una familia es la unión , cuando hay unidad familiar, cuando se comprenden entre ellos , cuando existe amor o hay una fuerza muy grande sabemos que la división ahí queda más débil en la familia y por eso también para vencer los dolores y dificultades en la familia.</p>
<p>cada edad tiene sus propios conflictos, ahora cual sería la diferencia entre un apersona que tenga menos edad sería la experiencia, los años a uno le van enseñando cosas que antes uno no tenia, entonces cada etapa vital tiene sus propias crisis</p>	<p>Si es importante porque mientras que se pasan los años se pone más difícil</p>	<p>una persona que tiene un poco mas de edad tiene más experiencia y por eso también logra vencer a las dificultades.</p>
<p>el factor elemental o el auxiliar principal es Dios partiendo de esa base, porque ponemos a Dios porque Dios ostenta de características que ningún otro ser humano tiene, que no tiene ningún psicólogo, medico y psiquiatra, especialistas . Dios es soberano, Dios es amor, Dios es dueño de las cosas, cuando uno ocupa el recurso Dios, Para ayudar a la gente uno está entregando los elementos yo diría el elemento más poderoso de todos</p>	<p>no quieren aceptar otra realidad ni quieren desarrollar ya esta ciega la gente la religión y la familia están tapando sus vista.</p>	<p>cuando se juntan personas que enfrentaron las mismas dificultades se juntan para unir fuerzas ahí es un gran aporte , por eso hoy se ven muchos grupos llamados grupos de autoayuda lo que repito pasaron por la misma dificultad tienen también por su experiencia, capacidad para ayudarse.</p>

Capacidad de resiliencia (Pregunata 3 , 4)	<p>Yo creo que tiene como doble función la resiliencia, o yo entiendo la resiliencia dentro de estas dos esferas una como la capacidad de soportar de aguantar y usar el dolor para moldear mi vida y la otra usar el dolor como elemento pedagógico, para que yo sea precavido, evite y también para enseñarle a otro que lo que yo vivi fue doloroso y lo puedo evitar.</p>	<p>La capacidad en cualquier persona para que salir de su problemas y llegar al éxito</p>	<p>la fuerza para vencer</p>
	<p>yo creo que la mayoría de las personas logra, logra salir adelante, simplemente porque yo creo por ser un hombre de fe que Dios nos creo con la capacidad de sobreponernos, Dios nos creo con esa capacidad es algo intrínseco desde que nacemos nosotros tenemos que sobreponernos a muchas cosas,</p>	<p>Muy pocas personas pueden !!! Porque no hay libertad para decidirse, ni religión permite, además no existe ese tipos de desarrollo ni se pueden pedir ayuda a un psicólogo o contar conflictos ya que la gente está muy cerrada.</p>	<p>la fuerza para vencer y el aporte que se hace por un profesional, por un guía espiritual ahí ayuda para que logre vencer esta debilidad.</p>

5.4.3.- ESPIRITUALIDAD: PROFESIONALES

Entrevista	1	2	3
Categoría			
Espiritualidad (Pregunta 1)	<p><i>la espiritualidad es aquella esfera que tenemos todas las personas que según su sistema de creencias es superior a uno y que ordena como... el mundo.</i></p>	<p><i>, te podría decir que es una fe incondicional, no sé bien... Pero me parece que es así como un...no se una creencia así como a toda prueba.</i></p>	<p><i>es algo que se definiría más desde lo religioso, pienso que tiene que ver más con esa capacidad que tiene el individuo de estar conectado con esa parte más íntima, más religiosa, mas teológica.</i></p>

Crisis familiar (Pregunta 2 y 6)	<p>hay gente que es la racional... que no le sirven las explicaciones más espirituales, para explicar su situación o para superarla, pero hay otra gente a la que si, por supuesto entonces será más importante en la medida que haya sido la espiritualidad importante para esa persona.</p>	<p>cuando alguien es espiritual o cree en algo , eso influye positivamente, el creer es un acto bien positivo, creer pucha en el Dios que sea, en la familia, en el universo, en los mayas, no sé el acto de creer en algo superior que los acompaña, yo pienso que si, funciona súper bien.</p>	<p>que en un momento de crisis o de conflicto el hecho de sentir que hay un ser superior que está protegiendo a esa persona , que va a evitar que lleguen más cosas malas y que la va a ayudar a salir del momento difícil, pues es un factor protector y terapéutico.</p>
	<p>para utilizarlo uno tiene que tener una posición también respecto de la fe, o sea lo que pasa es que, yo por lo menos en mi trabajo, yo personalmente yo soy una persona católica, yo bauticé a mis hijos, yo cuando me case me case por la iglesia, etc. Pero eso es para mi vida personal, en mi vida profesional yo soy laico y soy un profesional racionalista que no ocupo los recursos espirituales en mi consulta ya entonces en ese sentido creo que a mí me cuesta hacer el puente entre la espiritualidad y mis actuaciones profesionales.</p>	<p>y creer, creer en uno mismo, creer en los otros, eso de creer sí creo que es una... porque además hay personas que están en crisis y que no creen en nada que están arrojados en el mundo entonces están esperando lo que venga, tener una posición, eso facilita que salgan de la crisis.</p>	<p>Realmente yo no trabajo mucho con el tema de la espiritualidad, ni me permito influir mucho en eso.</p>
Espiritualidad v/s Resiliencia (Pregunta 3,4,5 y7)	<p>tengo una posición en general mas racionalista me cuesta entender la... ósea en mi práctica clínica yo, escasamente ocupo herramientas espirituales, así que en realidad me cuesta encontrar que las personas necesariamente tengan que recurrir a la cosa espiritual para solucionar sus problemas.</p>	<p>la espiritualidad es como una fuerza interior que los ayuda de alguna manera a levantarse,</p>	<p>Si un individuo tiene problemas pero considera que hay un ser superior que determina la resolución de estos problemas o si va a tener más o va a tener menos como castigo o premio, pues así mismo el individuo va a tener o una recuperación mejor o va a estar más en crisis.</p>

<p><i>Si, a través de esta aceptación de este ser superior logran darle una coherencia a la experiencia, explicársela y encontrarle un sentido a la experiencia dolorosa por supuesto que les ayuda.</i></p>	<p><i>hay personas que dicen, bueno Dios me ama entonces no me va a dejar solo no me va a abandonar y eso disminuye la ansiedad que pueda generar una crisis.</i></p>	<p><i>La fe es como creer en algo que no está, así que si se le permite a un individuo tener esa capacidad de abstracción en que puede tener un imaginario y afianzarse a él para superar los momentos y realizar su duelo. Pienso que la fe es una medida terapéutica importante.</i></p>
<p><i>creo que no necesariamente la espiritualidad tiene que ver con la resiliencia, yo tendría a pensar que no.</i></p>	<p><i>todo esto estoy asociando espiritualidad con religión, pero no es la única espiritualidad. Pero si lo situamos a esto que es más clásico, las iglesias tienen un sentido de comunidad muy importante que ayuda a que esa persona salga y se sienta protegido por su comunidad,</i></p>	<p><i>es un factor que si tiene que ver con la resiliencia, pero quizás no sea el factor más importante.</i></p>
<p><i>, un agente pastoral de una parroquia, etc. Él le hizo una intervención digamos terapéutica ocupando como por así decirlo, como en clave religiosa, ocupando conceptos religiosos y ocupando como conceptos de la espiritualidad y esa intervención al paciente le resonó y a nosotros nos ayudo mucho esa intervención que ocupo, pero yo no habría sido capaz de hacer esa intervención. Pero si en este caso la hizo el psiquiatra</i></p>	<p><i>me ha tocado ver casos que son complementarios, ya de personas que van a la iglesia, bueno, nuevamente asociando... pero el yoga viendo otra espiritualidad, el yoga también lo he visto como que complementa súper bien, la verdad es que siempre lo he visto más bien como un complemento, que ayuda súper bien, porque permite meditar, reflexionar, entonces un proceso de meditación pero que complementa súper bien, es mas y a veces al revés, a personas que no hacen esto, yo a veces lo sugiero</i></p>	<p><i>No, no lo veo desde esa perspectiva</i></p>

5.4.4.- ESPIRITUALIDAD: GUÍAS ESPIRITUALES

Entrevista	1	2	3
Categoría			
Espiritualidad (Pregunta 1)	<p><i>el ser humano también es un ser espiritual, ¿qué significa eso? Que tiene un espíritu, de ahí viene la palabra espiritualidad, que tiene un espíritu y este espíritu no se conecta solamente con las cosas materiales, sino que este espíritu se conecta con el ser espiritual, en este caso con Dios, con su fe. La espiritualidad también tiene que ver con la trascendencia de las personas,</i></p>	<p><i>La fé</i></p>	<p><i>Espiritualidad es algo de dentro de una persona, es buscar ayuda a un poder superior a cada uno, porque si una persona tiene una religión ahí llama a Dios en la manera que concibe esta espiritualidad y claro también hay personas que no tienen una religión pero tiene si una experiencia trascendental y encuentra también aliento para vencer las dificultades cuando busca encontrarse consigo mismo y si existe para ella un poder superior ahí encuentra también esa fortaleza.</i></p>
Crisis familiar (Pregunta 2 y 6)	<p><i>Trascender, entender que el problema que estoy viviendo ahora es pasajero, de partida, cuando uno usa, cuando la persona tiene, cuando el ser humano busca las cosas espirituales entiende que toda cosa material que este viviendo</i></p>	<p><i>La fe y la paciencia</i></p>	<p><i>si una persona tiene su espiritualidad y al encontrarse con una dificultad muy grande en la vida ahí es muy fuerte este elemento, es un recurso más la espiritualidad,</i></p>

	<p><i>Si 100% aplicable, yo creo que hay muchas cosas que funcionan desde la espiritualidad...Hay mucha gente que en medio de una crisis como es una enfermedad terminal o un problema súper grave ellos han logrado a través de espiritualidad funcionar, yo creo que la espiritualidad se puede aplicar no tan solo en el plano de lo crítico, o sea yo creo que nosotros no somos seres espirituales solo en la crisis sino que podemos practicar una espiritualidad desde lo sano desde lo agradable desde lo armonioso.</i></p>	<p><i>Si porque la espiritualidad y la fé ayudan a que las personas se sientan bien, aportando esperanza para salir del problema.</i></p>	<p><i>la espiritualidad trae como una respuesta a muchas preguntas así como también una fuerza para vencer los problemas, sufrimiento, crisis espirituales, crisis emocionales de todas maneras cuando uno tiene espiritualidad ahí tienen ya un aporte para vencer.</i></p>
<p>Espiritualidad v/s Resiliencia (Pregunta 3,4,5 y7)</p>	<p><i>Entonces la espiritualidad es importante porque es la que me empuja a reflexionar, la que nos empuja a perdonarnos, es la que nos empuja a darnos una segunda oportunidad a pedir disculpas, a pedir perdón a restaurar.</i></p>	<p><i>La fe ayuda a tener más paciencia y constancia y fuerza para llegar a lograr salir de la problema.</i></p>	<p><i>una experiencia profunda de Dios como lo concibe cada uno porque hay diferentes religiones y esto fortalece a uno para enfrentar todo los problemas</i></p>
	<p><i>Toda la gente tiene fe, todos tenemos fe, el ser humano es un ser de fe. Yo lo explico de esta forma porque la fe es lo que a mí me permite visualizar o anticiparme a las cosas es una anticipación positiva. ... Pero hay una fe que no es común hay una fe que está al nivel de lo que podría ser el don de fe donde tengo la convicción que esto va a pasar todo es adverso, esa fe que funciona cuando todo es adverso cuando no hay ninguna posibilidad,</i></p>	<p><i>La fe ayuda a sentirse bien con lo que uno hace</i></p>	<p><i>una persona que tiene una fe, tiene una religión ella capaz de vencer mucho más fácilmente una dificultad en la vida...esa persona se bajonea mas fácilmente, y vez que tienen religión ahí si encuentra aliento y fuerza para vencer ese dolor.</i></p>

	<p><i>los resilientes son seres espirituales porque para sobreponerse a situaciones tan difíciles la pobreza el abuso, la carencia la burla los distintos vejámenes que puedan existir esa persona en algún momento tiene que mirar elevarse, anticiparse, sabiendo que esto va a pasar y eso lo hace la espiritualidad, de repente es como sentirse solo frente al mundo, pero no solo sino con este ser espiritual que es Dios.</i></p>	<p><i>Si, porque uno se siente mejor con fe uno debería sentirse bien.</i></p>	<p><i>la espiritualidad es muy importante, es fundamental para que uno pueda vencer las dificultades de la vida.</i></p>
	<p><i>conozco muchos casos, casos que tiene que ver con la preparación de la muerte o en aquellos casos en los cuales fueron desahuciados...</i></p>	<p><i>Un caso particular donde una persona ha tenido problema no se puede caminar y lo llevaron a una persona que tiene mucha fe y rezó y después como 20 minutos le pide al paciente que se levante por el nombre de Dios y ahí se paró el joven caminando.</i></p>	<p><i>muchas personas que sufren por muchos problemas incluso también personas que están enfermas ahí se acercan a la religión</i></p>

5.5.- ANÁLISIS DE CATEGORÍAS.

5.5.1.- RESILIENCIA

Categoría	Reflexiones del investigador
<p>Crisis familiar (Pregunta 1)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La mayoría de los entrevistados concuerdan en señalar que los eventos de mayor impacto son aquellos de carácter inesperado e incontrolable (muerte, enfermedad, abusos). No obstante, se plantea una posición mucho más general que apunta a los sistemas (sociales y familiares) como estructuras sociales generadores de conflictos y presiones, para el individuo que lo conforma (ejemplo: guerras)

<p>Capacidad de Resiliencia (P3 y 4)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los entrevistados coinciden en considerar a la resiliencia como una capacidad de soportar, vencer, sobreponerse a las situaciones adversas. Asimismo la mayoría de los entrevistados (excepto uno) atribuye a la resiliencia como una capacidad intrínseca o innata del individuo, o sea que está presente en toda la humanidad. En cambio sólo un entrevistado pondera más determinante el contexto adverso que las capacidades individuales de los sujetos para resistir los avatares de la vida. A su vez sólo un entrevistado rescata una visión positiva del dolor, como elemento pedagógico.
<p>Características personales y familiares (Pregunta 2,5,6 y 7)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Entre las cualidades personales identificadas por los entrevistados son: madurez, habilidades sociales, optimismo, autoconocimiento, inteligencia, perseverancia, humor, fe, constancia, paciencia, fuerza, autoconciencia las capacidades y/o potencial. De igual manera se reconoce a la familia como el recurso de afrontamiento más potente, considerando el poder que genera la unidad entre sus miembros, como mecanismo de apoyo, contención y protección. No obstante un entrevistado, plantea la importancia del vínculo afectivo, como elemento que propicia la comunicación y protección. • En cuanto a la asociación que se establece entre edad y resiliencia, la mayoría de los entrevistados otorga mayor relevancia a la experiencia, madurez y/o sabiduría que a los años cronológicos. Excepto un entrevistado que considera que los problemas aumentan con el pasar de los años (a mayor años= mayor dificultades). • En relación a los recursos terapéuticos o de ayuda más utilizados por los entrevistados para favorecer la recuperación o resistencia de sus usuarios en situaciones de crisis son: reconocimiento de los recursos personales y del entorno, la psicoterapia, fortalecer vínculos y actividades, reconocimiento de un Dios cercano, grupos de autoayuda. Cabe señalar que un entrevistado enfatiza sobre la voluntad y sentido de consciencia de necesitar ayuda, que en muchos casos no se da.

5.5.2.- ESPIRITUALIDAD

Categoría	Reflexiones del investigador
<p>Espiritualidad (Pregunta 1)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La espiritualidad es reconocida por los entrevistados como: un sistema de creencia en un ser superior, fe incondicional, que tiene relación con la religión, inherente al ser humano unido al sentido de trascendencia.

<p>Espiritualidad como recurso de afrontamiento (P. 2 y 6)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La mayoría de los entrevistados considera la espiritualidad como un recurso de afrontamiento, con un poder de impacto dependiente a la valoración personal que se le otorgue a esta dimensión. Destacando el sentido de trascendencia o elevación a lo circunstancial, la fe y paciencia, esperanza, como elementos que emergen de la espiritualidad, considerados como factores protectores. Sin embargo sólo el grupo de guías espirituales los considera útiles para ser aplicados con fines terapéuticos, en cambio el grupo de profesionales exhibe mayor escepticismo, considerando la espiritualidad elemento opuesto o excluyente a la racionalidad.
<p>Espiritualidad y Resiliencia (Pregunta 3,4,5 y7)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Existe una tendencia a reconocer los beneficios de la espiritualidad como: una fuerza interior, amortiguador del dolor (al otorgarle sentido a este), convicción que disminuye la ansiedad, fomenta la capacidad de abstracción y esperanza, catalizador de cambios positivos, favorece la paciencia, constancia y esfuerzo, elemento fortalecedor, otorga sentido de bienestar. No obstante, el grupo de profesionales desestima una relación directa entre espiritualidad y resiliencia, a lo más se reconoce la espiritualidad como factor que tiene que ver con la resiliencia pero no determinante. En cambio, el grupo de guías espirituales consideran a la espiritualidad como factor que incide de manera directa con la resiliencia.

CAPITULO VI

Conclusiones y Sugerencias



UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO

VI.- CUNCLUSIONES Y SUGERENCIAS

En función a las preguntas y objetivos planteados al comienzo de este estudio, a continuación se dará a conocer en forma general las principales conclusiones obtenidas del proceso investigativo. Estas serán presentadas de acuerdo a cada uno de los objetivos específicos del estudio con el fin de dar respuesta al objetivo general propuesto, soporte y guía para el desarrollo de la investigación el cual consiste en “identificar relaciones existentes entre Resiliencia y Espiritualidad presentes en el ser humano expuesto a una situación de Crisis Familiar, desde una perspectiva teórica y empírica”.

Con respecto al objetivo específico N°1 el que propone “Identificar y reconocer hallazgos teóricos que establezcan las posibles conexiones entre Resiliencia y Espiritualidad en situaciones de crisis familiar”. Del levantamiento bibliográfico se infiere la presencia de elementos vinculantes entre estos dos conceptos, estos se visualizan dentro de factores que favorecen la resiliencia en cuanto a la presencia de estudios que afirman que la participación en un grupo religioso, firmes creencias religiosas, proporcionarían estabilidad y sentido a sus vidas, especialmente en tiempos de adversidad (Baldwin y Cole, 1999; Werner, 1993; Menoni & Kalsse, 2007; Rabkin, Wagner y del Bene, 2000). Como también los valores espirituales o trascendentes, practicas y creencias espirituales (Velásquez, 200; Singleton, 2004, son considerados factores protectores y/o aliados de la resiliencia.

A su vez las investigaciones ratifican el efecto y/o beneficio de la espiritualidad sobre la salud y calidad de vida, asociando específicamente la espiritualidad con el mejor funcionamiento del sistema inmune (Lee, KIM Y Ryu, 2005), prevención de accidentes cardiovasculares y problemas neurológicos; afrontamiento efectivo del dolor (Peres, Aarantes, Lessa y Caous, 2007), aplicación efectiva en tratamientos y/o prevención en afectaciones psicológicas y/o psiquiátricas (Guimaraes y Avezum, 2007).

Asimismo las investigaciones de los autores Janine Jones (2007); Walker, Reid, O' Neill y Brown (2009), Sundararajan –Reddy (2005); Wahl, Cotton y Monroe (2008); Rehm y Allison (2009); Zabala, Vásquez y Whetsell (2006); Harris (2010); Kruger (2010) Clark (2004); June, Segal Klebey Coolidge (2008), Pentz (2002); Pierii y Stuifbergen (2010); Lawson y Tomas (2007); Susan Tinley (2006); Simoni, Martone y Kervin (2002); Simoni y Ortiz (2003); Singleton (2004); Jaramillo, Ospina, Cabarcas y Humhreys (2005); Canaval, Gonzalez y Sanchez (2007); Madsen y Abell (2010); Greeff y Loubser (2008); Bell- LaVerme, Burgess y Brock (2009), concuerdan en reconocer la relación existente entre espiritualidad y resiliencia, posesionando la espiritualidad como un recurso eficaz para proteger, promover y/o potenciar la resiliencia en situaciones de crisis familiar .

Por otro lado el objetivo específico N° 2 persigue “Rescatar desde la experiencia de especialistas en Resiliencia y Espiritualidad elementos vinculantes a las situaciones de crisis familiar”. del proceso de análisis efectuado de los antecedentes recopilados de las entrevistas realizadas a los profesionales y guías espirituales, se desprende de las personas en cuanto a las crisis familiares, concuerdan en señalar que los eventos de mayor impacto son aquellos de carácter inesperados e incontrolables como son: la muerte de un familiar, enfermedades, abusos. Esta posición es concordante con lo que plantea la psicóloga Patricia Ares (2004) en cuanto a las crisis paranormativas o externas y el significado negativo que las personas le atribuyen. A su vez, el significado que adquieren los hechos esta mediado por el contexto cultural y la historia del individuo, según lo que señala Manciaux et. al, (2003) *“la resiliencia nace de la interacción entre la persona y el medio ambiente que los rodea, entre los vestigios de sus experiencias anteriores y contexto político, económico, social o humano donde vive”*. Lo que pudiese explicar la posición disidente del representante religioso musulmán quien exhibe una posición más centrada en los aspectos socioculturales, lo que condiciona sus respuestas a aspectos más concretos del accionar humano.

En cuanto a la noción del concepto de resiliencia, los entrevistados concuerdan en describir la resiliencia como: la capacidad de soportar, vencer, sobreponerse a las situaciones adversas, como una capacidad inherente del ser humano, de carácter formativo. Estas características son coherentes con las definiciones teóricas recopiladas en la presente investigación, ajustándose a la definición que señala *“la capacidad de una persona o grupo para hacer frente, resistir, enfrentar, recobrase, sobreponerse o activar fortalezas ante una adversidad, crisis o situación sumamente estresante, y emerger de esta con mayores recursos, transformados, con un crecimiento personal, aprendizajes y construcciones positivas”*. A su vez las cualidades personales identificadas por los entrevistados asociados a la resiliencia se destacan: madurez, habilidades sociales, optimismo, autoconocimiento, inteligencia, perseverancia, humor, fe, constancia, paciencia, fuerza, autoconciencia de las capacidades y/o potencial. Lo que presenta directa relación con los factores o atributos reconocidos por los autores como: Atehortúas (2002), Jiménez y Arguedas (2004), APA (2004) y Wolin y Wolin, en el proceso de conformación de la resiliencia.

Asimismo, se evidencia que la edad cronológica de los sujetos no es determinante como factor que promueve la resiliencia, sino más bien, este se conjuga con las distintas variables que interviene en las etapas del ciclo evolutivo como son: características personales, temperamento, madurez, experiencia personal, género, capacidad intelectual, entre otras.

En función a lo anterior y de acuerdo a las preguntas planteadas al inicio de este estudio, se puede señalar que las vivencias espirituales son una característica que se encuentra presente en la mayoría de las personas resilientes y que tanto la Resiliencia como la Espiritualidad, son recursos de empoderamiento personal y familiar, ya que son un facilitador al momento de enfrentar la crisis.

De igual manera y en el marco de los objetivos planteados se pueden identificar una relación importante entre resiliencia y espiritualidad, ya que desde la teoría se exhibieron variados estudios que así lo comprueban, en dichas investigaciones se deja al descubierto la persistencia de conexiones entre la resiliencia y la espiritualidad, exhibiendo que un porcentaje importante de la población estudiada incrementaban su expectativas de vida o sobrellevaban de mejor manera la enfermedad. Asimismo desde los relatos efectuados por los profesionales y guías espirituales entrevistados los cuales en su mayoría considera la espiritualidad como un recurso importante para el afrontamiento de situaciones de crisis familiar, con un poder de impacto dependiente a la valoración personal que se le otorgue a esta dimensión. En lo que respecta a las experiencias de los entrevistados, los profesionales son mas aprensivos respecto al tema, sin embargo no lo descartan en su totalidad, ya que reconocen experiencias en que la espiritualidad ha ayudado a las personas en situación de crisis, ya sea porque ha mejorado su estado anímico o han encontrado en qué o quién creer, generando una expectativa favorable sobre el futuro o simplemente han logrado otorgar significado positivo al dolor. Factores que sin lugar a duda permiten al ser humano compensar las dificultades, dar sentido a la vida y sensación de construcción del propio destino.

En virtud a todo lo anteriormente expuesto, se puede concluir que la espiritualidad es un recurso significativo de protección y recuperación ante la adversidad, y un factor de resiliencia que sostiene a los individuos en los procesos de adaptación durante y después de periodos de crisis familiar.

Sin embargo, a la luz de las investigaciones revisadas surge la necesidad de seguir construyendo conocimiento sobre estas temáticas, ahondando mucho más, sobre el impacto que tiene la resiliencia y espiritualidad en aspectos determinantes en el desarrollo humano, como son: la salud, afrontamiento a la enfermedad crónica, vejez y preparación a la muerte, etc. Ciertamente la incorporación de nuevos estudios sobre la espiritualidad y la resiliencia como

constructos asociados con la salud, aportaran una comprensión más global e integradora al campo de estudios de bienestar, calidad de vida y su aplicación en estrategias que favorezcan un mejor tránsito de la vida adulta.

CAPITULO VII

Anexos



UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO

VII.- ANEXOS

7.1.- FORMATO DE ACTA DE CONSENTIMIENTO FIRMADA POR LOS ENTREVISTADOS

Acta Consentimiento Informado

Yo, manifiesto mi aprobación a participar en el estudio “Resiliencia y Espiritualidad en situaciones de crisis familiar, desde una perspectiva teórica y empírica, de la alumna tesista del Magíster en Familia de la Universidad del Bío-Bío, Evelyn Valeska San Martín Barra (14.559.416-2), de manera voluntaria y en el pleno uso de mis facultades físicas y mentales. El procedimiento tiene sólo fines académicos y autorizo el uso de la información reunida para la realización de estudios y publicaciones posteriores.

Además, me considero en conocimiento de mis derechos, los cuales son:

- 1) Obtener respuestas a mis inquietudes
- 2) Mantenerme en el anonimato
- 3) Negarme a participar y abandonar la investigación cuando lo consideren conveniente
- 4) Confidencialidad de los relatos: el investigador tendrá el deber de resguardar toda la información proporcionada por los sujetos de estudio.
- 5) La información proporcionada por los sujetos de estudio no podrá ser modificada ni utilizada para otro fin.

Fecha: _____

7.2.- INSTRUMENTO

Entrevista en Profundidad

Hola buenas tardes mi nombre es Evelyn soy Psicóloga y el objetivo de esta entrevista es conversar contigo acerca del sentido que tiene para ti la resiliencia y espiritualidad en situaciones de crisis familiar. La entrevista será absolutamente confidencial y no durará más de una hora. Si usted no se opone la grabaremos para no perder los datos que usted otorgue dado lo valioso que pueden ser para el análisis y conclusiones de este estudio.

Resiliencia

1. De acuerdo a su experiencia como profesional o guía espiritual ¿cuáles son los acontecimientos más difíciles de superar por sus usuarios?.
2. ¿Cree usted que hay cualidades personales que ayudan a superar estas experiencias. Menciones algunas?
3. ¿Qué entiende por resiliencia?
4. ¿En qué medida o porcentaje, considera usted que las personas que han vivido situaciones complejas logran sobreponerse a la crisis, porque?.
5. ¿Qué recursos familiares se visualizan en situaciones de afrontamiento a instancias de crisis familiar o dolor?
6. ¿Considera usted, que la edad es un factor decidor en capacidad para sobreponerse a las dificultades?
7. Dentro de su experiencia en trabajo con personas en situación de crisis ¿cuáles han sido los principales recursos utilizados para fortalecer y/o favorecer la recuperación ante situaciones negativas?

Espiritualidad

1. ¿Qué entiende usted por espiritualidad?
2. ¿Qué elementos ofrece el recurso "Espiritualidad" al momento de enfrentar la crisis?

3. ¿Cómo asocia la espiritualidad a la capacidad de sobreponerse a los problemas?
4. Entendiendo la fe como la adhesión y confianza a un ser superior. De qué forma esta fe ayuda a las personas en situación de crisis a sobreponerse a situaciones de dolor.
5. Considera usted que la espiritualidad es un factor que incide en las personas resilientes. Por qué
6. ¿Considera que la espiritualidad es un recurso aplicable al trabajo realizado con personas en situación de crisis, por qué?.
7. ¿De acuerdo a su experiencia profesional ha tenido algún caso en particular donde la espiritualidad ha sido un factor determinante en la recuperación de una persona que curse un evento adverso? Podría describir tal caso.

7.2.- TRANSCRIPCION ENTREVISTAS

GRUPO DE PROFESIONALES

Primera entrevista:

Nombre: Mauricio Maya Salinas

Especialidad: Ps. Clínico especialista en psicoterapia acreditado CNAPC

Hola buenas tardes mi nombre es Evelyn soy Psicóloga y el objetivo de esta entrevista es conversar contigo acerca del sentido que tiene para ti la resiliencia y espiritualidad en situaciones de crisis familiar. La entrevista será absolutamente confidencial y no durará más de una hora. Si usted no se opone la grabaremos para no perder los datos que usted otorgue dado lo valioso que pueden ser para el análisis y conclusiones de este estudio.

Resiliencia

1. De acuerdo a su experiencia como profesional o guía espiritual ¿cuáles son los acontecimientos más difíciles de superar por sus usuarios?.

Yo diría que en general los duelos, separaciones, perdidas abruptas de trabajo, muertes de familiares, duelos directos eso yo creo

que es difícil sobre todo cuando son inesperados, cuando la gente tiene problemas para explicárselo.

2. ¿Cree usted que hay cualidades personales que ayudan a superar estas experiencias. Mencione algunas?

Sí, yo creo que hay personas que tienen algunas no sé si cualidades pero, pero que ya sea por su madurez, por las experiencias que han vivido, por sus experiencias resilientes anteriores, digamos por su historia de aprendizaje tienen mejor capacidad para enfrentar algunas situaciones que otras personas.

3. ¿Qué entiende por resiliencia?

Resiliencia es la capacidad que tienen las personas, grupos u organizaciones, comunidades, para sobreponerse, para volver a su funcionamiento previo luego de haber sufrido alguna clase de agresión de cualquier tipo.

4. ¿En qué medida o porcentaje, considera usted que las personas que han vivido situaciones complejas logran sobreponerse a la crisis, porque?.

A ver yo creo que ahí hay que hacer una distinción en esa pregunta, o sea porque, cualquier persona puede sobreponerse a cualquier crisis, lo que pasa es que algunas personas necesitan ayuda profesional y otras no, entonces en ese sentido yo creo que hay un número importante de personas que sin ayuda son capaces de sobreponerse, o sea por ejemplo después del terremoto un montón de gente logro salir del stress post traumático con sus propios recursos personales, y un número menor de personas sale con ayuda profesional, con medicamentos, con psicoterapia, entonces en todas las situaciones es lo mismo, o sea hay algunos que necesitan de ella pero todos pueden salir de la situación.

5. ¿Qué recursos familiares se visualizan en situaciones de afrontamiento a instancias de crisis familiar o dolor?

O sea yo creo que el principal recurso de la familia es la capacidad de contención, la capacidad como de reconocer que el otro está en una situación de dolor y actuar con la flexibilidad que esta situación requiere, porque se supone que toda pauta, toda estrategia de afrontamiento tienen que ser flexible digamos, o sea no siempre a mi me va a funcionar la misma solución para todo, entonces ante una situación de dolor o de crisis de un miembro de mi familia, la familia tiene que tener la capacidad de acoger y la capacidad de ayudarlo a enfrentar la crisis pero con flexibilidad.

6. ¿Considera usted, que la edad es un factor decidor en capacidad para sobreponerse a las dificultades?

O sea en cierto sentido una persona que tiene más experiencias de vida puede tener más herramientas para solucionar sus problemas, ahora eso no necesariamente tiene una correlación con una edad cronológica digamos, más que la edad propiamente tal digamos que la edad si es importante, una persona que por edad a tenido experiencias y tiene una madurez personal y a logrado enfrentar esta situación de la vida, por supuesto yo creo que va a... va a tener más herramientas. Una persona por ejemplo... mejor un adulto que un adolescente, mejor un hombre de edad media que un hombre de 19 años digamos.

7. Dentro de su experiencia en trabajo con personas en situación de crisis ¿cuáles han sido los principales recursos utilizados para fortalecer y/o favorecer la recuperación ante situaciones negativas?

Yo creo que cuando una persona está pasando por una crisis le cuesta visualizar sus propios recursos, le cuesta recordar cómo ha salido antes en situaciones similares, le cuesta hacer traslado de competencias, o sea las competencias personales que tuvo la persona en un momento

para salir de una situación de crisis, le cuesta actualizarlas y darse cuenta que las puede ocupar ahora. Entonces yo creo que en un primer momento el reconocimiento de sus propios recursos y segundo el reconocimiento de los recursos de su entorno, en la capacidad de pedir ayuda, de solicitar apoyo de ocupar sus redes sociales personales familiares, para recuperarse, o sea la capacidad de pedir ayuda también es algo que tienen que ocupar.

Espiritualidad

1. ¿Qué entiende usted por espiritualidad?

A ver yo creo que la espiritualidad es aquella esfera que tenemos todas las personas que según su sistema de creencias es superior a uno y que ordena como... el mundo.

2. ¿Qué elementos ofrece el recurso “Espiritualidad” al momento de enfrentar la crisis?

Ahí depende del valor que la persona en particular que está pasando por la crisis le dé a la esfera espiritual, hay gente que es la racional, que tiene una manera más light al mirar la vida, que no le sirven las explicaciones más espirituales, para explicar su situación o para superarla, pero hay otra gente a la que si, por supuesto entonces será más importante en la medida que haya sido la espiritualidad importante para esa persona.

1. ¿Cómo asocia la espiritualidad a la capacidad de sobreponerse a los problemas?

A mí en general digamos porque tengo una posición en general mas racionalista me cuesta entender la... ósea en mi práctica clínica yo, escasamente ocupo herramientas espirituales, así que en realidad me cuesta encontrar que las personas necesariamente tengan que recurrir a la cosa espiritual para solucionar sus problemas.

1. Entendiendo la fe como la adhesión y confianza a un ser superior. De qué forma esta fe ayuda a las personas en situación de crisis a sobreponerse a situaciones de dolor.

Si, a través de esta aceptación de este ser superior logran darle una coherencia a la experiencia, explicársela y encontrarle un sentido a la experiencia dolorosa por supuesto que les ayuda.

2. Considera usted que la espiritualidad es un factor que incide en las personas resilientes. ¿Por qué?

Yo personalmente creo que no necesariamente la espiritualidad tiene que ver con la resiliencia, yo tendría a pensar que no. Las experiencias de vida lo que la persona tiene lo que es capaz de hacer digamos lo que genera resiliencia

3. ¿Considera que la espiritualidad es un recurso aplicable al trabajo realizado con personas en situación de crisis, por qué?.

Yo creo que es un recurso que se puede utilizar, pero digamos que para utilizarlo uno tiene que tener una posición también respecto de la fe, o sea lo que pasa es que, yo por lo menos en mi trabajo, yo personalmente yo soy una persona católica, yo bauticé a mis hijos, yo cuando me case me case por la iglesia, etc. Pero eso es para mi vida personal, en mi vida profesional yo soy laico y soy un profesional racionalista que no ocupo los recursos espirituales en mi consulta ya entonces en ese sentido creo que a mí me cuesta hacer el puente entre la espiritualidad y mis actuaciones profesionales.

4. ¿De acuerdo a su experiencia profesional ha tenido algún caso en particular donde la espiritualidad ha sido un factor determinante en la recuperación de una persona que curse un evento adverso? Podría describir tal caso.

Si, si, lo que pasa es que una vez yo tenía un paciente una persona muy católica. Y yo en realidad... y esta persona paso por un episodio depresivo. En general teníamos un trabajo que si bien no iba al ritmo que él y yo hubiéramos querido, estaba un poco con resistencias conmigo y todo, pero después yo le indique que donde, porque yo creía que necesitaba apoyo farmacológico y le indique que fuera donde un psiquiatra y el tenía un previsión que no le permitía ir con cualquier psiquiatra entonces fue a uno de los que le permitía su previsión digamos de las fuerzas armadas y el, este psiquiatra en particular que no recuerdo su nombre, entendiendo que esta persona era muy católica, un agente pastoral de una parroquia, etc. Él le hizo una intervención digamos terapéutica ocupando como por así decirlo, como en clave religiosa, ocupando conceptos religiosos y ocupando como conceptos de la espiritualidad y esa intervención al paciente le resonó y a nosotros nos ayudo mucho esa intervención que ocupo, pero yo no habría sido capaz de hacer esa intervención. Pero si en este caso la hizo el psiquiatra

SEGUNDA ENTREVISTA:

Nombre: Rocío Mayol

Especialidad: Ps. Clínico Mg. Neurociencia

Hola buenas tardes mi nombre es Evelyn soy Psicóloga y el objetivo de esta entrevista es conversar contigo acerca del sentido que tiene para ti la resiliencia y espiritualidad en situaciones de crisis familiar. La entrevista será absolutamente confidencial y no durará más de una hora. Si usted no se opone la grabaremos para no perder los datos que usted otorgue dado lo valioso que pueden ser para el análisis y conclusiones de este estudio.

Resiliencia

1. De acuerdo a su experiencia como profesional o guía espiritual ¿cuáles son los acontecimientos más difíciles de superar por sus usuarios?

Yo creo que la muerte de un ser querido, un hijo, también los padres cuando mueren, pero con mayor dificultad yo me atrevería a decir que cuando se pierde un hijo.

2. ¿Cree usted que hay cualidades personales que ayudan a superar estas experiencias. Menciones algunas?

Si bueno las personas que participan en redes sociales, que son sociables, tiene una red de apoyo que permite en el fondo a que estas personas puedan superar en alguna manera lo que les está pasando. Como habilidades sociales, y personalidad, también creo. Hay gente más optimista que otra y ver el mundo de una manera más optimista también les ayuda.

3. ¿Qué entiende por resiliencia?

La capacidad de poder en el fondo sobrevivir o salir cierto, de un entorno hostil, un entorno o una situación hostil, una capacidad protectora.

4. ¿En qué medida o porcentaje, considera usted que las personas que han vivido situaciones complejas logran sobreponerse a la crisis, porque?.

Es que es como una cicatriz en realidad, no sé qué porcentaje tendrá, pero, en el fondo la herida cierra pero queda una marca igual de por vida, no es como...no se olvida. Entonces claro, hay personas que logran avanzar, seguir, pero tienen esta cicatriz y cuando se la miran se acuerdan que ahí está, que ahí hubo una herida.

5. ¿Qué recursos familiares se visualizan en situaciones de afrontamiento a instancias de crisis familiar o dolor?

Como situación de afrontamiento hay familias que se unen más, entonces por ejemplo empiezan a visitarse más, a convivir más, se acercan o se agrupan, se empiezan a apoyar más por llamado telefónico, entonces cuando hay una crisis familiar o dolor, hay varias familias que yo he visto que en el fondo unen y se agrupan como para protegerse, entonces empiezan a tener almuerzos juntos, no sé, un tiempo se trasladan a la casa de un familiar, por ejemplo si una de las hijas está pasando por una crisis y vive sola, se va de nuevo a la casa de los papás por ejemplo por un tiempo. Como ese tipo de estrategia si entiendo bien la pregunta, eso sí lo he visto, como que la familia se pone, generalmente la mamá y el papá toman un... bueno todo depende de quién es el afectado en la familia, pero si estamos pensando en un hijo.. Papá y mamá se posicionan cierto en su rol, ayudan cierto y en el fondo eso ayuda a afrontar esta situación, pero mas como así de clan como de convivencia.

6. ¿Considera usted, que la edad es un factor decidor en capacidad para sobreponerse a las dificultades?

No, no creo que sea decidor, no, hay personas, hay adultos mayores que tienen mucha más sabiduría y han pasado mucho más cosas, como al igual hay personas que son adolescentes y que tienen una capacidad también de afrontar problemas que es una maravilla así que no diría que la edad es decidora, no, creo que hay harta variabilidad en eso.

7. Dentro de su experiencia en trabajo con personas en situación de crisis ¿cuáles han sido los principales recursos utilizados para fortalecer y/o favorecer la recuperación ante situaciones negativas?

Bueno la psicoterapia, es un factor al cual podemos llegar, someterse a psicoterapia es bien positivo. Hay gente que también cierto se... se aferra a la religión también... hay varias personas y hay gente que se enoja con la religión también, por ejemplo yo te decía eso

de la muerte de un hijo. Porque dios que quita a mi hijo? Entonces están estas dos situaciones, pero la psicoterapia es una estrategia como pedir ayuda, llegar a la psicoterapia es una forma de pedir ayuda, a los familiares. Y las ganas, las ganas de superarlo, hay personas que no tienen ganas, las ganas de decir bueno estoy pasando por un mal momento pero yo quiero estar mejor por un hijo, por ejemplo se me murió uno, pero tengo este otro, entonces por él también tengo que estar mejor.

Espiritualidad

1. ¿Qué entiende usted por espiritualidad?

La verdad es que no lo entiendo muy bien, pero, así bien pobremente, te podría decir que es una fe incondicional, no sé bien... Pero me parece que es así como un...no se una creencia así como a toda prueba.

2. ¿Qué elementos ofrece el recurso “Espiritualidad” al momento de enfrentar la crisis?

Es re importante, porque además la espiritualidad como que facilita un proceso de introspección, donde se hacen revisiones, un estado mas contemplativo, hay una asociación en la capacidad espiritualidad de sobreponerse al problema, ahora si estamos hablando de espiritualidad como algo religioso, también hay personas que si se aferran a una religión , también eso les ha servido un montón, en el fondo cuando alguien es espiritual o cree en algo , eso influye positivamente, el creer es un acto bien positivo, creer pucha en el Dios que sea, en la familia, en el universo, en los mayas, no sé el acto de creer en algo superior que los acompaña, yo pienso que si, funciona súper bien.

3. ¿Cómo asocia la espiritualidad a la capacidad de sobreponerse a los problemas?

Creo que la espiritualidad da una fuerza interior, que ayuda a sobre poner ese...ese problema, porque muchos están desmoralizados, así como aplastados, la espiritualidad es como una fuerza interior que los ayuda de alguna manera a levantarse, el creer, creer es un acto súper potente, creer en el terapeuta al que voy, creer en la iglesia a la que participo, creer en el otro, por ejemplo el amor es un acto de fe.

4. Entendiendo la fe como la adhesión y confianza a un ser superior. De qué forma esta fe ayuda a las personas en situación de crisis a sobreponerse a situaciones de dolor.

Yo creo que es porque si hay un ser superior no se está solo, una que no se está solo que en el fondo hay alguien que me va a ayudar, segundo hay personas que piensan que viene algo mejor, tienen la creencia que esto es una prueba que tienen que pasar porque hay algo que tengo que aprender o que viene algo mejor. Y que, eso . Por ejemplo hay personas que dicen, bueno Dios me ama entonces no me va a dejar solo no me va a abandonar y eso disminuye la ansiedad que pueda generar una crisis.

5. Considera usted que la espiritualidad es un factor que incide en las personas resilientes. Por qué

Sí, pero es que creo, creo que la espiritualidad no es solo... puede ser un factor y porque, porque yo creo que las comunidades por ejemplo las comunidades en si son muy buenas y las religiones lo que tienen... ahora yo todo esto estoy asociando espiritualidad con religión, pero no es la única espiritualidad. Pero si lo situamos a esto que es más clásico, las iglesias tienen un sentido de comunidad muy importante que ayuda a que esa persona salga y se sienta protegido

por su comunidad, entonces mas bien , el creer , esta espiritualidad yo creo que ayuda a que la persona salga de su crisis.

6. ¿Considera que la espiritualidad es un recurso aplicable al trabajo realizado con personas en situación de crisis, por qué?.

Sí, pero siempre y cuando no sea imponer, así como esto de evangelizar a mí personalmente no me gusta. Pero meditar ya... y repito y creer, creer en uno mismo, creer en los otros, eso de creer sí creo que es una... porque además hay personas que están en crisis y que no creen en nada que están arrojados en el mundo entonces están esperando lo que venga, tener una posición, eso facilita que salgan de la crisis.

7. ¿De acuerdo a su experiencia profesional ha tenido algún caso en particular donde la espiritualidad ha sido un factor determinante en la recuperación de una persona que curse un evento adverso? Podría describir tal caso.

Pucha no, que sea determinante no, me ha tocado ver casos que son complementarios, ya de personas que van a la iglesia, bueno, nuevamente asociando... pero el yoga viendo otra espiritualidad, el yoga también lo he visto como que complementa súper bien, la verdad es que siempre lo he visto más bien como un complemento, que ayuda súper bien, porque permite meditar, reflexionar, entonces un proceso de meditación pero que complementa súper bien, es mas y a veces al revés, a personas que no hacen esto, yo a veces lo sugiero, “ porque no haces esto , no te metes a un grupo a practicar yoga , meditación, ayuda un montón”, lo que pasa es que no es rápido, la persona quiere soluciones ahora, o sea no quiere en tres meses más sentirse mejor, la angustia se lo está comiendo, está alterando ahora , entonces como complemento creo que sí, pero no

, nunca me ha tocado un caso así como que la espiritualidad haya sido determinante .. No...

TERCERA ENTREVISTA

Nombre: Claudia Ramírez

Especialidad: Psiquiatra

Hola buenas tardes mi nombre es Evelyn soy Psicóloga y el objetivo de esta entrevista es conversar contigo acerca del sentido que tiene para ti la resiliencia y espiritualidad en situaciones de crisis familiar. La entrevista será absolutamente confidencial y no durará más de una hora. Si usted no se opone la grabaremos para no perder los datos que usted otorgue dado lo valioso que pueden ser para el análisis y conclusiones de este estudio.

Resiliencia

1. De acuerdo a su experiencia como profesional o guía espiritual ¿cuáles son los acontecimientos más difíciles de superar por sus usuarios?.

Bueno yo creo que los acontecimientos más difíciles de superar son aquellos, acontecimientos que son impredecibles, que son incontrollables, cosas como por ejemplo guerra, stress post traumático situaciones de violencia, sobretudo esas situaciones en las que el individuo se enfrenta situaciones en las que se siente vulnerado en que es atacado por otro individuo y que de alguna manera le generan sensación como de desesperanza, porque vemos por ejemplo que las personas cuando enfrentan situaciones como catástrofes es más frecuentes que tengan una actitud resiliente que cuando presentan situaciones en que un individuo violenta a otro. Un individuo cuando violenta a otro genera algo de indefensión y desesperanza y eso es más difícil de superar.

2. ¿Cree usted que hay cualidades personales que ayudan a superar estas experiencias. Menciones algunas?

Si básicamente las personas más resilientes son esas personas que tienen un conocimiento más profundo de sí mismos, que tienen relaciones interpersonales fuertes, que tienen de alguna manera un nivel intelectual que les permite hacer un razonamiento un poco más profundo de las situaciones, que tienen más apoyo emocional y familiar.

3. ¿Qué entiende por resiliencia?

La resiliencia básicamente se define como la capacidad que tiene un objeto de a pesar de estar sometido a fuerzas extremas o a gran presión, de no deformarse. Entonces la capacidad que tiene un objeto de mantener o de recobrar su forma a pesar de la presión o que se ejerza una fuerza sobre el.

4. ¿En qué medida o porcentaje, considera usted que las personas que han vivido situaciones complejas logran sobreponerse a la crisis, porque?.

Yo creo que es más posible que aquellas personas que se ven expuestas a situaciones como mencione que son impredecibles, incontrolables, presenten más que resiliencia, sobrevivir. Son personas que mas resilientes son sobrevivientes.

5. ¿Qué recursos familiares se visualizan en situaciones de afrontamiento a instancias de crisis familiar o dolor?

La unión de todos los miembros de la familia donde característicamente existan unas figuras de autoridad, unas figuras jerárquicas que marquen límites, que den la sensación de protección, generan una mejor respuesta un mejor afrontamiento, la comunicación obviamente en las familias es importante.

6. ¿Considera usted, que la edad es un factor decidor en capacidad para sobreponerse a las dificultades?

Yo diría que no, que la resiliencia es algo que no está muy relacionado con la edad, que tiene que ver más con el desarrollo de una buena estructura física, de unas buenas características de personalidad, de unas buenas relaciones familiares, laborales, interpersonales más que de edad.

7. Dentro de su experiencia en trabajo con personas en situación de crisis ¿cuáles han sido los principales recursos utilizados para fortalecer y/o favorecer la recuperación ante situaciones negativas?

El más importante nuevamente lo menciono, mantener una relación importante, mejorar la comunicación con sus seres queridos, realizar actividades. Es decir que la persona no esté sin hacer nada, sino que sea productiva, no necesariamente que trabaje, pero que sea productiva y que sienta que está haciendo algo por los demás.

Espiritualidad

1. ¿Qué entiende usted por espiritualidad?

La espiritualidad bueno es algo que se definiría más desde lo religioso, pienso que tiene que ver más con esa capacidad que tiene el individuo de estar conectado con esa parte más íntima, más religiosa, más teológica.

2. ¿Qué elementos ofrece el recurso “Espiritualidad” al momento de enfrentar la crisis?

Bueno que en un momento de crisis o de conflicto el hecho de sentir que hay un ser superior que está protegiendo a esa persona , que va a evitar que lleguen más cosas malas y que la va a ayudar a salir del momento difícil, pues es un factor protector y terapéutico.

3. ¿Cómo asocia la espiritualidad a la capacidad de sobreponerse a los problemas?

Si un individuo tiene problemas pero considera que hay un ser superior que determina la resolución de estos problemas o si va a tener más o va a tener menos como castigo o premio, pues así mismo el individuo va a tener o una recuperación mejor o va a estar más en crisis.

4. Entendiendo la fe como la adhesión y confianza a un ser superior. De qué forma esta fe ayuda a las personas en situación de crisis a sobreponerse a situaciones de dolor.

La fe es como creer en algo que no está, así que si se le permite a un individuo tener esa capacidad de abstracción en que puede tener un imaginario y afianzarse a él para superar los momentos y realizar su duelo. Pienso que la fe es una medida terapéutica importante.

5. Considera usted que la espiritualidad es un factor que incide en las personas resilientes. Por qué

Yo pienso que es un factor que si tiene que ver con la resiliencia, pero quizás no sea el factor más importante. La resiliencia depende mucho de las experiencias previas de la fortaleza que se tenga como persona, del conocimiento que se tenga de si mismo, de la capacidad de identificación, de la relación familiar, entonces si es un factor que incide pero en menor porcentaje.

6. ¿Considera que la espiritualidad es un recurso aplicable al trabajo realizado con personas en situación de crisis, por qué?.

Realmente yo no trabajo mucho con el tema de la espiritualidad, ni me permito influir mucho en eso.

7. ¿De acuerdo a su experiencia profesional ha tenido algún caso en particular donde la espiritualidad ha sido un factor determinante en la

recuperación de una persona que curse un evento adverso? Podría describir tal caso.

No, no lo veo desde esa perspectiva

GRUPO DE GUÍAS ESPIRITUALES

PRIMERA ENTREVISTA

NOMBRE: PABLO GONZALEZ GALMES

ESPECIALIDAD: PASTOR EVANGELICO

Resiliencia

1. De acuerdo a su experiencia como profesional o guía espiritual ¿cuáles son los acontecimientos más difíciles de superar por sus usuarios?.

Mira yo creo que, creo de acuerdo a mi mirada, puntualmente veo dos, pueden haber muchos más pero dentro de lo que yo he tratado que son los abusos y violaciones en la infancia y los duelos, son las cosas que la gente más le cuesta en primer lugar tratar y les cuesta también aliviarse o sanarse.

2. ¿Cree usted que hay cualidades personales que ayudan a superar estas experiencias. Menciones algunas?

Yo creo que una cualidad personal, es la capacidad de lucha, como deseo de salir adelante, y yo agregaría otro elemento más que yo en lo personal lo he ocupado que es el sentido de humor, cuando uno logra mirar la vida con sentido del humor, uno logra sobrepasar muchas cosas difíciles. Si yo diría la capacidad de lucha de no rendirse de ser persistente, no solo en las cosas externas como construir una casa o lograr una profesión sino ser persistente como una idea interna de superación, en el aspecto de ganarle al dolor dejar atrás el pasado, tener la idea insistente o persistente de vencer el resentimiento no dejarse avasallar por esas cosas que de repente nadie la ve y el sentido del humor, o sea ver la vida con humor, reírse de uno mismo o reírse de las

cosas, ya estas cosas no me pasan a mí no más. Uno no se puede quedarse estacionado. Frente a un problema yo creo que uno tiene dos opciones quedarse llorando frente a ese problema estático, paralizado sin hacer nada, o sacudirse y seguir adelante, y en ese sacudirse uno lo puede hacer riéndose. De hecho hay muchas investigaciones que se han hecho del humor como nos ayuda sobrepasar situaciones muy difíciles

3. ¿Qué entiende por resiliencia?

He haber es la capacidad de soportar, por un lado la capacidad de soportar los golpes, porque este es un término que la psicología o la consejería se lo pidió prestado a la física, el de ser moldeado o modelado por medio de los golpes, como usar ese golpe duro, como usar esa cosa difícil o dolorosa para moldear mi vida, por ahí yo veo una idea. Y lo otro es la capacidad de sacarle provecho a eso, al dolor, de no quedarme con el dolor para llorarlo, sino quedarme con el dolor como una experiencia que puedo compartir con otro, como una experiencia que puedo usar con otro, para enseñarle lo que yo viví, y en cierta forma evitar tal vez que otro pase por lo que yo pasé. Yo creo que tiene como doble función la resiliencia, o yo entiendo la resiliencia dentro de estas dos esferas una como la capacidad de soportar de aguantar y usar el dolor para moldear mi vida y la otra usar el dolor como elemento pedagógico, para que yo sea precavido, evite y también para enseñarle a otro que lo que yo viví fue doloroso y lo puedo evitar.

4. ¿En qué medida o porcentaje, considera usted que las personas que han vivido situaciones complejas logran sobreponerse a la crisis, porque?.

Es como difícil hablar de un porcentaje cuando no se ha hecho un estudio minucioso pero si podemos hablar de cantidad, yo creo que en un buen grado, como un 70% arriba o un 70% o 60% o 80% creo yo, para pasar del 50% por eso digo de esta medida, pero no es exacta yo creo que

la mayoría de las personas logra, logra salir adelante, simplemente porque yo creo por ser un hombre de fe que Dios nos creo con la capacidad de sobreponernos, Dios nos creo con esa capacidad es algo intrínseco desde que nacemos nosotros tenemos que sobreponernos a muchas cosas, desde que somos , el 50% de lo que somos ahora, por ejemplo uno está configurado por un ovulo y un espermio, el espermio para llegar a fecundar al ovulo, tiene que luchar con millones de espermios ya, desde el espermio el hombre y la mujer hereda es capacidad de luchar. Yo creo que partimos de ahí de la concepción, después seguimos luchando en la gestación por mantenernos en el vientre de nuestra madre por poder asimilar la alimentación y o los golpes que vienen desde afuera o por las enfermedades que la madre pudiera generar, después la crisis del parto, después viene el cambio de clima, de estar en un clima muy acogedor muy tibio, muy cálido muy protector a un clima muy frio en donde tengo que cohabitar con elementos extraños, aprender a desenvolverme en un ambiente totalmente ajeno que yo no concia. Desde este punto de vista yo creo que todas las personas tenemos esa capacidad. Ahora habrá un porcentaje que no logra eso pero creo yo que es menor. Por lo que debemos que considerar que desde que uno nace y muere se tiene que luchar, si uno tiene esta concepción de la vida uno puede lograr enfrentar muchas cosas, si yo se que desde yo nazco o desde mi concepción hasta que yo muero voy a tener dificultades, yo aprendo a enfrentar dificultades, se que lo que estoy viviendo ahora es muy difícil lo voy a pasar pero luego voy a tener otra dificultad, y otra dificultad hasta que yo muera, entender que la vida está llena de aflicciones; bueno Jesús nuestro gran Señor y Maestro dijo en el mundo tendréis aflicción pero confiad, pero yo he vencido al mundo queriendo decir yo pude vencer las adversidades ustedes también lo pueden hacer. Yo creo que el ser humano está diseñado así por Dios para vencer las adversidades pero tiene que tener conciencia de su creación.

5. ¿Qué recursos familiares se visualizan en situaciones de afrontamiento a instancias de crisis familiar o dolor?

Yo creo que cualquier orientador, psicólogo, sacerdote, pastor está muy consciente que el ser humano es un ser gregario, un ser social es un ser que necesita al otro, y en el momento de la crisis el elemento del otro, tener consciencia de un otro es algo importante, o sea la red de apoyo, como se maneja técnicamente. Es importante en la medida que yo tenga una red de apoyo yo tendré más posibilidades de salir delante de superar el dolor, la crisis financiera, la crisis emocional, la crisis espiritual. Yo creo que la familia tiene ese recurso, la familia tiene eso, la familia nos aporta, nos entrega el apoyo, por ejemplo a veces no se tiene el dinero para apoyar, pero esta la presencia, están las palabras de aliento, una madre sola por ejemplo o sea que esta criando a un hijo sola de repente la madre tiene muchas carencias muchas dificultades para sostener económicamente a su hijo, porque es sola viuda, separada, etc. pero el calor el abrazo el estímulo de la madre, esas palabras que en cierta forma dirigen al hijo vamos a salir de esto, usted es capaz, usted va hacer otro el día de mañana. U otro familiar que le dice al otro mira sale adelante, vamos a luchar, vamos a salir adelante con esto..Yo creo el apoyo que viene de la familia es uno de los recursos más potentes, según mi mirada, supera el apoyo de un amigo supera a los auxiliares que están fuera de la casa que pudiesen ser la polola, el profesor bueno de hecho se ve que cuando en una casa no existe ese recurso de apoyo al individuo, esa persona está en desventaja, es una persona que pasa ser vulnerable en comparación a otro.

6. ¿Considera usted, que la edad es un factor decidor en capacidad para sobreponerse a las dificultades?

Mira por un lado podría decir que sí, pero creo que el ser humano vive experiencias distintas de acuerdo a su etapa evolutiva, de repente el ejemplo el problema que vive mi hijo a los 10 años, que para él

es un gran problema para mí no lo es, pero desde su mirada desde su etapa que se encuentra biológica y emocionalmente para él es un gran problema, porque cada edad tiene sus propios conflictos, ahora cual sería la diferencia entre un apersona que tenga menos edad sería la experiencia, los años a uno le van enseñando cosas que antes uno no tenía, entonces cada etapa vital tiene sus propias crisis, así los niños que van al colegio, cuando los padres deben dejarlo en el jardín por primera vez, esto para el niño es traumático, yo recuerdo haber visto o yo mismo haber estado llorando un día completo ahí en la reja, llorando para que me fueran a buscar porque no me quería quedarme, cuando un padre o una madre tiene que dejar a su hijo en el hospital y su hijo no quiere quedar en el hospital, son situaciones que se viven en el momento que un adulto quizás no vive así, un adulto sabe que debe estudiar aunque eche de menos a su esposa, padres, hermanos pero logra entender el porqué debe alejarse, pero cada persona dependiendo de la edad tiene problemas.

7. Dentro de su experiencia en trabajo con personas en situación de crisis ¿cuáles han sido los principales recursos utilizados para fortalecer y/o favorecer la recuperación ante situaciones negativas?

Bueno desde mi mirada de pastor yo creo que el factor elemental o el auxiliar principal es Dios partiendo de esa base, porque ponemos a Dios porque Dios ostenta de características que ningún otro ser humano tiene, que no tiene ningún psicólogo, medico y psiquiatra, especialistas . Dios es soberano, Dios es amor, Dios es dueño de las cosas, cuando uno ocupa el recurso Dios, Para ayudar a la gente uno está entregando los elementos yo diría el elemento más poderoso de todos, cuando yo como ser humano entiendo que Dios es un Dios personal no impersonal, no es un dios que está en el infinito creando cosas que probablemente sí está creando, pero es un Dios que está en mí, cuando o la gentes entiende que este Dios todo es poderoso es un Dios único que

todo lo ve que todo lo puede que todo lo sabe, que nadie lo vence cuando la gente entiende que este Dios es de él o de ella es poderoso, yo creo que eso ayuda mucho a las personas que es un recurso poderoso que los pastores, sacerdotes, la gente de fe tiene para ayudar a las personas. Bajar a este Dios que está en el infinito bajarlo y ponerlo en el corazón de la gente, bajarlo o sea no es lo mismo decirte a ti que tienes un gran problema anda peregrina camina 20 o 30 kilómetros, anda y entra a un lugar donde hay una imagen una persona que te puede ayudar o anda al vaticano o anda a Estados Unidos donde está el presidente quien te puede ayudar a decirle, sabes que no te preocupes ten confianza, Dios está contigo, bajar eso, bajar a Dios y ponerlo en el corazón de la gente, es un elemento poderoso

Espiritualidad

1. ¿Qué entiende usted por espiritualidad?

Para poder contestar esa pregunta yo creo que, tenemos que hacer la siguiente aclaración, para hablar de espiritualidad yo debo tener la concepción de que el ser humano no es solamente un ser biológico, no es solamente un ser molecular, un ser químico, no es solamente una estructura compuesta por distintas células que luego forman órganos y grandes estructuras hasta formar un cuerpo, sino que yo debo tener la concepción de que el ser humano también es un ser espiritual, ¿qué significa eso? Que tiene un espíritu, de ahí viene la palabra espiritualidad, que tiene un espíritu y este espíritu no se conecta solamente con las cosas materiales, sino que este espíritu se conecta con el ser espiritual, en este caso con Dios, con su fe. La espiritualidad también tiene que ver con la trascendencia de las personas, cuando uno habla de la espiritualidad habla de las cosas trascendentes, no habla solamente de lo material, si hablamos del ser humano como un ser biológico, químico, estructural, las células se agotan, se cansan y mueren. Así es la biología, la biología tiene un ciclo, que es un ciclo fijo que no tiene alteración las

cosa biológica nacen, tienen un desarrollo, tienen un apogeo y luego van decayendo y mueren. Cuando hablamos de espiritualidad hablamos de que el ser humano trasciende mas allá de la muerte, yo eso entiendo, así entiendo la espiritualidad, conectarme con el ser eterno que somos, con ese ser eterno que va mas allá de lo que yo puedo ver, que va mas allá de lo que yo puedo palpar, que va mas allá de mi biología. Los que creemos en la vida eterna sabemos que vamos a morir, que nuestro cuerpo de puede enfermar, que nuestras células se van a envejecer, que van a descomponerse, que nos vamos a hacer polvo, pero creemos que ese ser espiritual retorna a dios, para mi espiritualidad es trascender.

2. ¿Qué elementos ofrece el recurso “Espiritualidad” al momento de enfrentar la crisis?

Trascender, entender que el problema que estoy viviendo ahora es pasajero, de partida, cuando uno usa, cuando la persona tiene, cuando el ser humano busca las cosas espirituales entiende que toda cosa material que este viviendo, ya sea una enfermedad física, una carencia económica, un problema social, un conflicto familiar, entiende que como es algo humano que está ligado a lo físico, a la relación, a la cohabitación a la comunicación, son cosas que pasan, entonces cuando uno logra entender que al ser un ser espiritual, cuando uno logra entender que uno es un ser espiritual, uno puede sobreponerse a cualquier dificultad material. Por ejemplo, alguien puede estar en la cárcel y por cualquier razón cayo a la cárcel, pero conoce a dios o él en su castigo de estar en la cárcel comienza a buscar cosas espirituales esa persona le va a encontrar un sentido al estar en la cárcel. Y solamente el sentido se puede lograr, se puede encontrar el sentido solo cuando yo conecto eso físico con lo espiritual, encontrar una razón. Yo creo que la razón de ser de las cosas viene por lo espiritual, no nace de lo material, de lo físico. Entonces el elemento o recurso espiritualidad es importante en la crisis porque me

hace elevarme, me hace elevarme por sobre lo que yo estoy viviendo en el aspecto material o humano, me hace elevarme me permite levantarme y mirar desde arriba, mirar de otra dimensión, mirar de una dimensión espiritual, una dimensión distinta, no con mis ojos físicos, porque mis ojos físicos ven lo que me falta, lo que no tengo o el daño que me hicieron. No con las sensaciones humanas porque yo estoy sintiendo que me afectaron, estoy sintiendo que me dañaron, te hace como salirte de tu cuerpo, lo digo en sentido figurado y mirar desde otra fe. Trascender.

3. ¿Cómo asocia la espiritualidad a la capacidad de sobreponerse a los problemas?

Tiene que ver con eso, con tener esa capacidad que solamente la da la espiritualidad de elevarse. yo entiendo soy un ser mortal soy un ser que me enfermo, que tengo necesidades que puedo equivocarme. Pero yo entiendo que hay un ser supremo que me puede ayudar, yo se que atreves de la fe puedo mejorar, yo se que a través de la meditación yo puedo lograr encontrar cuales son mis debilidades, que yo me puedo reconciliar conmigo mismo. Entonces la espiritualidad es importante porque es la que me empuja a reflexionar, la que nos empuja a perdonarnos, es la que nos empuja a darnos una segunda oportunidad a pedir disculpas, a pedir perdón a restaurar. Es la espiritualidad. Darme cuenta que el que me hizo daño es un ser humano, se equivoco, yo también me he equivocado. Eso solamente lo permite la espiritualidad.

4. Entendiendo la fe como la adhesión y confianza a un ser superior. De qué forma esta fe ayuda a las personas en situación de crisis a sobreponerse a situaciones de dolor.

Toda la gente tiene fe, todos tenemos fe, el ser humano es un ser de fe. Yo lo explico de esta forma porque la fe es lo que a mí me permite visualizar o anticiparme a las cosas es una anticipación positiva.

La fe me permite creer que me va a ir bien. La fe me permite creer que el trabajo que estoy haciendo va a ser bien pagado. La fe me permite creer que la persona que estoy escuchando es buena, o sea me permite anticiparme positivamente.

Todos tenemos fe, yo tengo fe cuando voy al dentista y confío que me va a sacar una muela o me va a hacer un tratamiento de buena manera. Yo tengo fe cuando voy al médico y me desnudo delante de él y no me da vergüenza y le cuento lo que siento, lo que tengo donde me duele y permito que él me toque, que me revise. Tengo fe cuando me someto a una operación al quirófano o cuando permito que me pongan anestesia y me saquen de este mundo y me hagan dormir, tengo fe que después de esa anestesia o que pase el efecto de la anestesia yo voy a salir adelante. Pero hay una fe que es la fe dirigida que es la fe hacia dios que es una fe de nivel superior, que es la fe no común. Porque como te lo dije anteriormente todos tenemos fe. Pero hay una fe que no es común hay una fe que está al nivel de lo que podría ser el don de fe donde tengo la convicción que esto va a pasar todo es adverso, esa fe que funciona cuando todo es adverso cuando no hay ninguna posibilidad, cuando todas las puertas se cierran, una fe poderosa que ayuda a la decisión y la confianza, yo creo que todas las personas en algún momento nos hemos sentidos encerrados como abrumados como incapacitados de lograr algo o nos sentimos como incompetente porque no tenemos los recursos o las competencias es ahí donde opera esta fe cuando yo como ser humano no puedo hacer algo ahí viene esta fe que me adhiere a este ser superior que es Dios, es como decir Dios humanamente yo he hecho todo lo que estaba en mis manos pero esta parte no la puedo hacer y confío que tu harás lo que más me conviene a mí, esa fe es superior

5. Considera usted que la espiritualidad es un factor que incide en las personas resilientes. Por qué

Si volviendo al concepto inicial de la resiliencia de esa capacidad de soportar aguantar y sobreponernos al dolor y usar es dolor para poder desarrollarme como persona, yo creo que los resilientes tiene espiritualidad, yo creo que los resilientes son seres espirituales porque para sobreponerse a situaciones tan difíciles la pobreza el abuso, la carencia la burla los distintos vejámenes que puedan existir esa persona en algún momento tiene que mirar elevarse, anticiparse, sabiendo que esto va a pasar y eso lo hace la espiritualidad, de repente es como sentirse solo frente al mundo, pero no solo sino con este ser espiritual que es Dios. Esto no lo quiero llevar solo a la religión mía, existen otras personas que también son de otras religiones que también son seres espirituales, que se logran conectar conmigo mismo, son personas que se logran conectar con el dolor creyendo que el cuerpo se depura a través del dolor, creyendo que es necesario sufrir, esa gente tiene una buena relación con el dolor, el dolor no lo ven como un obstáculo, lo ven como elemento importante que le permite crecer, que les permite crear nuevas estrategias. Estas personas son muy cercanas a la espiritualidad porque logran entender que lo que están viviendo son cosas superficiales pasajeras palpables, pero lo que realmente interesa, lo realmente importante es lo que no se ve lo que está adentro lo impalpable, la que nadie puede tocar, podrás perder tu plata, tu auto, tu casa, enfermarte, pero tu fe no te la pueden robar, por lo tanto es importante para el desarrollo de la resiliencia la Espiritualidad, por lo que parece que estos términos estan ligados existe una correlación.

6. ¿Considera que la espiritualidad es un recurso aplicable al trabajo realizado con personas en situación de crisis, por qué?.

Si 100% aplicable, yo creo que hay muchas cosas que funcionan desde la espiritualidad, no sé si una persona resta con una enfermedad terminal, que humanamente ya no se puede hacer nada, por ejemplo una

persona que está con un cáncer invasivo una metástasis, de las más grandes y esta con tratamiento paliativo, obviamente que la Espiritualidad es un auxiliar importante que logres ha esta persona hacerle ver que quizás su cuerpo está dañado que su carne está muriendo quizás no de la forma que te lo estoy diciendo yo, pero hacerle ver que su cuerpo se eta afectándose pero hay un ser interior que trasciende más allá de la muerte. Yo en lo personal en mi labor de pastor he ayudado a mucha gente a conciliarse con su familia en el último momento o en la última semana de vida. Hay mucha gente que en medio de una crisis como es una enfermedad terminal o un problema súper grave ellos han logrado a través de espiritualidad funcionar, yo creo que la espiritualidad se puede aplicar no tan solo en el plano de lo crítico, o sea yo creo que nosotros no somos seres espirituales solo en la crisis sino que podemos practicar una espiritualidad desde lo sano desde lo agradable desde lo armonioso. O sea porque asociar solo lo espiritual a lo crítico sino también cuando hay un sol radiante, cuando a uno le ha ido bien en la vida cuando uno goza de salud de tener una familia, cuando uno ve los hijos crecer yo también soy un ser Espiritual agradecido de lo que Dios me ha dado agradecido de lo que me está entregando, pero sí en los momentos de crisis se hace patente más notorio este elemento de ayuda para poder sobrepasar la crisis. Por eso cuando uno ve una persona en crisis uno le presenta esta posibilidad, mira tú estás viviendo una crisis que está afectando tu área física, tu entorno más cercano pero dentro de ti esta Dios está la solución, mira tú puedes salir adelante. Mi esto es más menos lo que le plantea a Vicktor frank la historia de cuando él estaba en un campo de concentración él ha estado con muchas carencias, estaba muy pobre porque estaba preso, comía poco lo trataban mal, pasaba frio había perdido a su familia y se cuenta la historia que él cuando se estaba abrochando los zapatos con un alambre, pensó que esto que estoy viviendo están doloroso que me esta sirviendo porque algún día yo voy a estar en un lugar bien alimentado y bien vestido con un traje muy lindo

con mucha gente escuchándome y yo enseñándoles esto, contándoles como yo supere esto. Entonces Vicktor Frank era un tipo que esta forma vivía la espiritualidad trascendía de este momento tan doloroso, tan humillante. Entonces yo creo que en el trabajo de la consejería o de las terapias del acompañamiento de las personas la espiritualidad es un recurso aplicable 100% a las distintas problemáticas.

7. ¿De acuerdo a su experiencia profesional ha tenido algún caso en particular donde la espiritualidad ha sido un factor determinante en la recuperación de una persona que curse un evento adverso? Podría describir tal caso.

Mira conozco muchos casos, casos que tiene que ver con la preparación de la muerte o en aquellos casos en los cuales fueron desahuciados dándoles meses de vida, pero así muy categóricos como usted va a vivir 3 meses a sí que prepárese ordene sus cosas y no espere más porque lo que usted tiene es grave. Así yo conozco un caso puntual el cual fue desahuciado con cáncer terminal al páncreas y el médico le dijo usted no vive más de tres a cuatro meses, arregle sus cosas, y esta persona se acercó a Dios empezó a orar, era un hombre creyente pero al momento de crisis se conectó más con Dios y este hombre llegó a vivir 10 años más, cuando llevaba 5 años el decidió ir hablar con el médico y le dijo vengo a verlo, el médico no se acordaba del, y él le dijo yo tengo mi ficha acá usted me atendió y me dio tres meses de vida, el médico asombrado le dijo pero estas seguro que te atendí yo y él le dijo mire vea la ficha, y justamente al ver la ficha verificaron el certificado que el tenía un cáncer ramificado en su interior, y este hombre llegó a vivir no solo 5 años sino 10 años. Y sin duda el médico mismo le atribuyó esta situación a la fe de esta persona. Tal vez el mismo no le encontró mucho sentido científico, pero ahora con todos los estudios científicos que se han hecho si existe una relación con la fe de esta persona su espiritualidad y la

prolongación de los años de vida. Ahora tengo otro caso de una señora profesora que estuvo dos años postrada en cama con cáncer ramificado con el esposo le tenía una enfermera para el día y otra para la noche, yo supe por medio de una niña que yo conozco y me pidió si podía ir a orar por su mamá y yo fui una vez y luego seguí yendo, finalmente la estuve asistiéndola por dos años, durante estos dos años ella conoció a Dios se acerco a la fe, de ser una persona que no tenía una relación estrecha con Dios se a bueno con Dios por decirlo así, aplicó la biblia como manual de vida ella estaba con mucho resentimiento con su esposo por situaciones de infidelidades, ella logro sacar el resentimiento, ella logro perdonar y entregarle un mensaje a cada una de sus hijas murió rodeada de su familia con una paz que ni siquiera una persona sana la tiene y eso se debe al acercamiento a las cosas espirituales, esto inclusive se notaba en su discurso en donde ella decía yo voy a un lugar donde estaré mejor, esto solo se logra con la fe.

SEGUNDA ENTREVISTA

**NOMBRE. Vicente Tavares
ESPECIALIDAD Sacerdote**

Resiliencia

1. De acuerdo a su experiencia como profesional o guía espiritual ¿cuáles son los acontecimientos más difíciles de superar por sus usuarios?

Ellos encuentran dificultad para aceptar las enfermedades de sus familiares, mucha gente también sufre y tiene dificultad para aceptar la dependencia química de un familiar que es una enfermedad muy grave, sea el alcoholismo, la adicción y de hecho es un sufrimiento muy grande y ellos tienen dificultad para aceptarlo.

2. ¿Cree usted que hay cualidades personales que ayudan a superar estas experiencias. Menciones algunas?

Sí, hay personas que tienen ya en sí mismas un deseo de superar sea que sea la dificultad y cuando ellas conocen su potencial, su capacidad personal de superar estas dificultades esto es medio camino andado. Si comprenden que en ellos mismos esta la fuerza para vencer ahí ya vencen con más facilidad. Una ayuda que se hace un aporte más ahí ayuda mucho más.

3. ¿Qué entiende por resiliencia?

La fuerza para vencer

4. ¿En qué medida o porcentaje, considera usted que las personas que han vivido situaciones complejas logran sobreponerse a la crisis, porque?.

Como decía antes la personas que ya tienen en sí mismas esta fuerza de comprender que en ella misma esta la fuerza para vencer la debilidad las dificultades entonces son digamos un 50 % ya está con ellas la fuerza para vencer y el aporte que se hace por un profesional, por un guía espiritual ahí ayuda para que logre vencer esta debilidad.

5. ¿Qué recursos familiares se visualizan en situaciones de afrontamiento a instancias de crisis familiar o dolor?

Los recursos principales de una familia es la unión , cuando hay unidad familiar, cuando se comprenden entre ellos , cuando existe amor o hay una fuerza muy grande sabemos que la división ahí queda más débil en la familia y por eso también para vencer los dolores y dificultades en la familia.

6. ¿Considera usted, que la edad es un factor decidor en capacidad para sobreponerse a las dificultades?

No, la edad, bueno uno que tiene más edad tiene más experiencia ahí sí que en ese sentido ayuda si ayuda para vencer sí. No sé si sería la pregunta. Yo creo que la familia puede, una persona que tiene un poco más de edad tiene más experiencia y por eso también logra vencer a las dificultades.

7. Dentro de su experiencia en trabajo con personas en situación de crisis ¿cuáles han sido los principales recursos utilizados para fortalecer y/o favorecer la recuperación ante situaciones negativas?

Cuando una persona busca ayuda afuera o sea de profesionales y hasta de personas que pasaron por lo mismo, porque hoy existen los grupos de autoayuda, esto es fundamental cuando se juntan personas que enfrentaron las mismas dificultades se juntan para unir fuerzas ahí es un gran aporte, por eso hoy se ven muchos grupos llamados grupos de autoayuda lo que repito pasaron por la misma dificultad tienen también por su experiencia, capacidad para ayudarse. De hecho que es muy fuerte este trabajo que se hace con los grupos de autoayuda y sirve mucho para vencer las dificultades.

Espiritualidad

1. ¿Qué entiende usted por espiritualidad?

Espiritualidad es algo de dentro de una persona, es buscar ayuda a un poder superior a cada uno, porque si una persona tiene una religión ahí llama a Dios en la manera que concibe esta espiritualidad y claro también hay personas que no tienen una religión pero tiene si una experiencia trascendental y encuentra también aliento para vencer las dificultades cuando busca encontrarse consigo mismo y si existe para ella un poder superior ahí encuentra también esa fortaleza.

2. ¿Qué elementos ofrece el recurso “Espiritualidad” al momento de enfrentar la crisis?

Yo creo que es muy, muy importante si una persona tiene su espiritualidad y al encontrarse con una dificultad muy grande en la vida ahí es muy fuerte este elemento, es un recurso más la espiritualidad, ayuda mucho a uno, una persona que está enferma o pasando por una crisis muy grande en la vida si encuentra, si tiene esta introspección si puede entrar en sí misma y buscar ayuda a un poder superior esto es de fundamental importancia y yo creo que ayuda mucho.

3. ¿Cómo asocia la espiritualidad a la capacidad de sobreponerse a los problemas?

Si porque uno que tiene una experiencia profunda de Dios como lo concibe cada uno porque hay diferentes religiones y esto fortalece a uno para enfrentar todo los problemas y uno que tiene ya una experiencia, uno que por ejemplo participa de una religión sea que sea después se cambia para ella en una roca firme para vencer los problemas

4. Entendiendo la fe como la adhesión y confianza a un ser superior. De qué forma esta fe ayuda a las personas en situación de crisis a sobreponerse a situaciones de dolor.

Como decía antes no, yo creo mucho que una persona que tiene una fe, tiene una religión ella capaz de vencer mucho más fácilmente una dificultad en la vida, las crisis que tenga en la vida se de que una persona que no tiene ninguna religión no tiene ninguna fe y esa persona se bajonea mas fácilmente, y vez que tienen religión ahí si encuentra aliento y fuerza para vencer ese dolor.

5. Considera usted que la espiritualidad es un factor que incide en las personas resilientes. Por qué

Por supuesto siempre hemos hablado así y voy a repetir, la espiritualidad es muy importante, es fundamental para que uno pueda vencer las dificultades de la vida.

6. ¿Considera que la espiritualidad es un recurso aplicable al trabajo realizado con personas en situación de crisis, por qué?

Si por supuesto, la espiritualidad trae como una respuesta a muchas preguntas así como también una fuerza para vencer los problemas, sufrimiento, crisis espirituales, crisis emocionales de todas maneras cuando uno tiene espiritualidad ahí tienen ya un aporte para vencer.

7. ¿De acuerdo a su experiencia profesional ha tenido algún caso en particular donde la espiritualidad ha sido un factor determinante en la recuperación de una persona que curse un evento adverso? Podría describir tal caso.

Si muchos casos he encontrado en mi vida, muchas personas que sufren por muchos problemas incluso también personas que están enfermas ahí se acercan a la religión porque yo soy cristiano católico entonces ellos vienen a la iglesia y rezan y esto les da fuerza para vencer. Y claro yo creo también en el poder de la oración, de hecho que milagros pasan, puedo decir que pasan muchos milagros y ahora no tengo aquí un ejemplo práctico, pero vi que mucha gente alcanza milagros en la vida porque tiene fe porque sabe que dios puede hacer milagros en su vida.

TERCERA ENTREVISTA

NOMBRE:

ESPECIALIDAD

Resiliencia

1. De acuerdo a su experiencia como profesional o guía espiritual ¿cuáles son los acontecimientos más difíciles de superar por sus usuarios

La guerra, el sistema y la misma familia

2. ¿Cree usted que hay cualidades personales que ayudan a superar estas experiencias. Menciones algunas?

La fe, constancia, libertad, paciencia, fuerza

Existen otras realidades

3. Qué entiende por resiliencia?

La capacidad en cualquier persona para que salir de su problemas y llegar al éxito

4. ¿En qué medida o porcentaje, considera usted que las personas que han vivido situaciones complejas logran sobreponerse a la crisis, porque?.

Muy pocas personas pueden !!! Porque no hay libertad para decidirse, ni religión permite, además no existe ese tipos de desarrollo ni se pueden pedir ayuda a un psicólogo o contar conflictos ya que la gente está muy cerrada.

5. ¿Qué recursos familiares se visualizan en situaciones de afrontamiento a instancias de crisis familiar o dolor?

Muy difícil porque no hay vinculo emocional, ya hay tantas cosa horrible de la guerra todo los días donde no hay otra temas que conversar

6. ¿Considera usted, que la edad es un factor decidor en capacidad para sobreponerse a las

dificultades?

Si es importante porque mientras que se pasan los años se pone más difícil

7. Dentro de su experiencia en trabajo con personas en situación de crisis ¿cuáles han sido los principales recursos utilizados para fortalecer y/o favorecer la recuperación ante situaciones negativas?

no hay, porque no quieren aceptar otra realidad ni quieren desarrollar ya esta siega la gente el religión y la familia están tapando sus vista.

Espiritualidad

1. ¿Qué entiende usted por espiritualidad?

La fe

2. ¿Qué elementos ofrece el recurso "Espiritualidad" al momento de enfrentar la crisis?

La fe y la paciencia

3. ¿Cómo asocia la espiritualidad a la capacidad de sobreponerse a los problemas?

La fe ayuda a tener más paciencia y constancia y fuerza para llegar alograr salir de la problema

4. Entendiendo la fe como la adhesión y confianza a un ser superior. De qué forma esta fe ayuda a las personas en situación de crisis a sobreponerse a situaciones de dolor.

La fe ayuda a sentirse bien con lo que uno hace

5. Considera usted que la espiritualidad es un factor que incide en las personas resilientes. Por qué

Si, porque uno se siente mejor con fe uno debería sentirse bien.

6. ¿Considera que la espiritualidad es un recurso aplicable al trabajo realizado con personas en situación de crisis, por qué?.

Si porque la espiritualidad y la fé ayudan a que las personas se sientan bien, aportando esperanza para salir del problema.

7. ¿De acuerdo a su experiencia profesional ha tenido algún caso en particular donde la espiritualidad ha sido un factor determinante en la recuperación de una persona que curse un evento adverso? Podría describir tal caso.

Un caso particular donde una persona ha tenido problema no se puede caminar y lo llevaron a una persona que tiene mucha fe y rezó y después como 20 minutos le pide al paciente que se levante por el nombre de Dios y ahí se paró el joven caminando.

CAPITULO VII

Bibliografía



UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO

VIII.- BIBLIOGRAFÍA

- Alper, M. (2009). Dios está en el cerebro: una interpretación científica de la espiritualidad humana y de Dios. Ed. Norma. Bogotá, Colombia.
- American Psychological Association (2004). El camino hacia la resiliencia. Recuperado de [http://www.behaviormanagementsystems.org/docs/Road%20to%20Resilience%20\(Spanish\)%20\(BMS\).pdf](http://www.behaviormanagementsystems.org/docs/Road%20to%20Resilience%20(Spanish)%20(BMS).pdf)
- Arés, P. (2004). Psicología de la Familia, una aproximación a su estudio. Ed. Felix Varela, La Habana. Cuba.
- Arés, P. (1990). Mi familia es así. Ed. Ciencias Sociales. Habana, Cuba.
- Arés, P. (2004). Convivencia Familiar. Ed. Científico técnico. Habana, Cuba.
- Anzola, M. (2004). Promoción de la resiliencia como factor protector de los hijos de madres adolescentes. Un estudio exploratorio. Educare. La revista Venezolana de Educación. 026(8), 371-380.
- Atehortúa, M. (2002). Resiliencia otra perspectiva de las experiencias sociales y personales dentro de la empresa. Estudios gerenciales, 082, 47-55.
- Baldwin, A., Baldwin, C. y Cole, E. (1992). Stressresistant families and stress-resistant children. En Masten, A. S., Cicchetti, D., Nuechterlein, K. H., y Weintraub, Sheldon (Eds.). Risk and protective factors in the

development of psychopathology. Cambridge: Cambridge University Press.

- Barrera, Z. (2007). "Incidencia de la Religión en el factor de Resiliencia en un joven víctima de desplazamiento, egresado de AMCAF". Tesis de grado, Universidad de Pamplona, Colombia.
- Barudy, J. (2005). "Los Buenos tratos a la Infancia: parentalidad, apego y resiliencia". Ed. Gedisa. Barcelona, España.
- Berkhof, L. (1993). Teología Sistemática. Ed. Tell. Michigan.
- Begun, A. (1993). Human behaviour and the social environment: The vulnerability, risk, and resilience model. Journal of Social Work education, 29, 26-36.
- Briones, Guillermo (1995). "Filosofía y Teorías de las Ciencias Sociales". Ed. Dolmen ediciones, Santiago, Chile.
- Broderick, C. (1993). Understanding Family processes: Basics of family systems theory. Londres: Sage.
- Boff, L. & Betto F. (2002). Mística y espiritualidad. Ed. Trotta. Madrid, España.
- Bott, E. (1990). Familia y red social. Roles, normas y relaciones externas en las familias urbanas corrientes. Ed. Taurus Humanidades. Madrid, España.
- Bouvier, P. (1999). Abus sexual et résilience, en: Souffrir mais se construire, Éres, pags.125-161.

- Cabestrero, T. (2005). Espiritualidad y religiones en misioneros Claretianos. Recuperado de http://www.claret.org/es/espiritualidad/bib_espiritualidad.php.
- Camhi Rosita, 2005. "Nuevas causas de la pobreza. Políticas públicas, familia y participación de la sociedad civil". Serie Informe Social N° 89, Libertad y Desarrollo.
- Canaval, G., González, M., & Sánchez, M. (2007). Espiritualidad y Resiliencia en mujeres maltratadas que denuncian su situación de violencia de pareja. Colombia Médica, 38(4), 72-78.
- Carpenter, J., & Treacher, A. (1993). Problemas y soluciones en terapia familiar y de pareja. Ed. Paiós. Barcelona, España
- Cerda, Rodrigo (2007). "Cambios demográficos: desafíos y oportunidades de un nuevo escenario". Temas de la Agenda Pública N° 11. Vicerrectoría de Comunicaciones y Asuntos Públicos
- Clark, K. (2004). Bosnian Muslim refugee adjustment to life in the United States: The moderating role of spirituality and social support. [Ph.D. dissertation]. The Catholic University of America.
- Cyrulnik, B. (2008). "Los patitos feos: La Resiliencia; una infancia infeliz no determina la Vida". Ed. Gedisa. Barcelona, España.
- Cusinato, M., Psicología de las Relaciones Familiares (1992). Ed. Herder. Barcelona, España.

- Deud A., Klintenber B. & Rydelius P. (2008). Resilience and vulnerability among refugee children of traumatized and non- traumatized parents. Child and adolescent psychiatry and mental health (version electronic). Recuperado el 5 de octubre 2008, en <http://www.capmh.com/content/2/1/7>
- Dirección de Estudios y programas. Con las Familias (2003). Fundación Integra.
- Kotliarenco, M.A. & Cáceres, I. (1996). Notas sobre resiliencia: una posible posibilidad frente al estrés de las familias en pobreza. Los mecanismos protectores. CEANIM (Centro de atención del niño y la Mujer). MAK Consultora S.A. Santiago, Chile.
- Edington, S. (2000). Sermón sobre los doce pasos (AA) y los siete pasos (UU). New Hampshire: Iglesia Unitaria Universalista de Nashua. Recuperado de http://www.uuhispano.nex/textos/doce_pasos_siete_principio.PDF
- Ellison, S. (1983). Spiritual well-being: conceptualization and measurement. Journal of Psychology and theology, 11, 330-340.
- Fergusson, D. y Lynskey, M. (1996). Adolescent resilience to family adversity. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 37(3), 281-292.
- Figueroa, M.I., Contini, N., Lacunza, A.B., Levin M. & Suedan, A.E. (2005). Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de

bienestar psicológico. Un estudio del nivel socioeconómico bajo de Tucumán. *Anales de Psicología*. Argentina, 001(21), 66 -72.

- Flick, Uwe (2007). "Introducción a la Investigación Cualitativa". Editorial Morata. Madrid, España.
- Frankl, V. (2004). *El hombre en busca de sentido*. Herder. Barcelona, España.
- Frankl, V. (2003). *Ante el vacío existencial*. Herder. Barcelona, España.
- Garmezi, N., Masten, A.S. & Tellegen, A. (1984). The study of stress and competence in Children: A building block for developmental psychopathology. *Child Development*, 55, 97-111.
- Girard, G. (2007), "Espiritualidad: ¿Promueve Resiliencia?, En *Adolescencia y Resiliencia*. Ed. Paidós. Buenos Aires, Argentina.
- Gitterman, A. (1998). Vulnerability, resilience, and social work practice. The fourth annual Dr. Ephiam L. Lindsansky Lecture, University of Maryland, Baltimore.
- Gómez, P. (2002), La espiritualidad en el hombre desde la perspectiva logoterapéutica de Viktor Frankl. *Psicología y Psicopedagogía*. 10, (3) recuperado de <http://www.salvador.edu.ar/ar/psic/ua1-9pub03-10-03.htm>.
- Greene, R. & Conrad, A. (2002). Basics assumption and Terms. En R. Greene (ed.). *Resiliency. An Integrated approach to Practice, Policy and Research*. Washington, DC. NASW Press

- Greeff, A. y Loubser, K. (2008). Spirituality as a Resiliency Quality in Xhosa-speaking Families in South Africa. *Journal of Religion and Health*, 47(3), 288-301. doi:10.1007/s10943-007-9157-7
- Grotberg, E. (1995). "A guide to promoting resilience in Children: strengthening the human spirit", the international. Resilience Project La Haya: Bernard Van Leer Foundation.
- Grotberg, E. (2003). Nuevas tendencias en resiliencia. En Milillo, A. y Suarez, E. N. (Comps). *Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas*. Ed. Paidós. Buenos Aires, Argentina. Pp 19-30.
- Guimaraes, H. y Avezum, A. (2007). Impacto de la espiritualidad en la salud física. *Revista de Psiquiatría clínica*, 34(1), 88-94.
- Gutiérrez, R., Andrade, P., Jimenez, A. y Juárez, F. (2007). La espiritualidad y su relación con la recuperación del alcoholismo en integrantes de Alcohólicos anónimos. *Salud mental*, 30 (4), 62-68.
- Harris, B. (2010). Spiritual well-being in long – term survivors with chronic graft- versus –host disease after hematopoietic stem cell transplantation. *Support Oncol*, 8(3), 119 -25.
- Harrod, J. (2010). Researching the Origins of Art, Religion, & Mind in Oldwan, Early, Middle and Upper Paleolithic. Recuperado de <http://www.originsnet.org/home.html>
- Henderson, E. (2006). *La resiliencia en el Mundo de Hoy: como superar las adversidades*. Ed. Gedisa. Barcelona. España.

- Hill, P., y Pargament, K. (2003). Advances in the conceptualization of and measurement of religion and spirituality: Implications for physical and mental health research. *American Psychologist*, 58, 64–74.
- Huerta, Y. (2011). Resiliencia Familiar y recursos espirituales ante el cáncer infantil. Tesis de grado para obtener el grado de licenciado en Psicología. Universidad de Michoacana de San Nicolás Hidalgo, Mexico.
- Infante, F. (2003). La resiliencia como proceso: Una revisión de la literatura reciente En: Melillo, A. y Suarez, E.N. (Comps). Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas. Ed. Paidós. Buenos Aires, Argentina Pp. 31-54.
- Jaffé, A. (2005). Jung, recuerdos, sueños, pensamientos. Colección los tres mundos. Séptima edición. Barcelona: Seix Barral.
- Jaramillo, D., Ospina D, Cabarcas, G., y Humphreys J. (2005). Resiliencia, espiritualidad, aflicción y tácticas de resolución de conflictos en mujeres maltratadas. *Salud pública*. 7(3), 281-292.
- Jiménez, F. & Arguedas, I. (2004) Rasgos del sentido de la vida del enfoque de la resiliencia en personas mayores entre los 65 y 75 años. *Revista electrónica Actualidades educativas en educación*, 002(4), 1-28.
- Jodorowsky, A. (2009). ¿A qué llamamos “Dios”? Recuperado de <http://azull.lacoctelera.net/post/2009/08/15/a-llamamos-dios-alejandrojodorowsky>
- Jones, J. (2007). Exposure to chronic community Violence: Resilience in African American Children. *Journal of Black Psychology*, 33(2), 125-149.

- Juby, C. y Rycraft, J. (2004). Family preservation strategies for families in poverty. *Families in Society*. 85(4), 581-587.
- June, A., Segal, D., Klebe, K. y Coolidge, F. (2008). Targeting family support and religiousness to increase resilience among older adults. *The Gerontologist: 61st Annual Scientific Meeting "Resilience in an Aging..."* SPECIAL ISSUE III, 48, 131. Tomado el 26 de Julio del 2010, de la Base de Datos ProQuest Medical Library
- Kaskutas, L. (2009). Alcoholics Anonymous effectiveness: Faith meets science. *Journal of Addictive Diseases*, 28, 145-157.
- Koenig, H., McCullough, M. y Larson, D. (2000). *Handbook of Religion and Health*. New York: Oxford University Press.
- Kruger, T. (2010). Keys to resilient practice in contemporary chaplaincy. Tomado el 29 de Julio del 2010, de la Base de Datos ProQuest Dissertations & Theses: A&I. <http://gradworks.umi.com/33/23/3323771.html>.
- Lawson, E. y Thomas, C. (2007). Wading in the Waters: Spirituality and Older Black Katrina Survivors. *Journal of Health Care for the Poor and Underserved*, 18(2), 341-54. Recuperado de http://muse.jhu.edu/login?uri=/journals/journal_of_health_care_for_the_poor_and_underserved/v018/18.2lawson.html

- Lee, M., Kim, M. y Ryu, H. (2005). Qi- training (qigong) enhanced immune functions: what is the underlying mechanism?. *International Journal of Neurocience*, 115,(8), 1099- 1104.
- Lenoir, M. (2005). *La metamorfosis de Dios: la nueva espiritualidad occidental*. Madrid: Alianza Editorial.
- Machuca, J. (2002). *Resiliencia un aproximación a la capacidad humana para afrontar la adversidad*. Tesis de grado. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.
- Madsen, M. y Abell, N. (2010). Trauma Resilience Scale: Validation of Protective Factors Associated With Adaptation Following Violence. *Research on Social Work Practice*, 20(2), 223. <http://rsw.sagepub.com/content/20/2/223.short>
- Manciaux, M., Vanistendael, S., Lecomte, J. & Cyrulnik, B. (2003). *La resiliencia: Resistir y rehacerse*. Ed. Gedisa. Barcelona, España. Pp. 17-27.
- McSherry, W. (2000). *Making Sense of Spirituality in Nursing Practice: An interactive Approach*. London: Churchill Livingstone.
- Mardones, J.M. (1999). *Nueva espiritualidad, sociedad moderna y cristianismo*. Cuaderno de fe y cultura. Universidad Iberoamericana. Mexico.
- Martínez Isabel, Vásquez Ana. (2006). *La resiliencia: invisible infancia, inclusión social y tutores de vida*. Ed. Gedisa. Barcelona, España.

- Masten, A.S. y Coatsworth, J.D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments. *American Psychologist*, 53, 205-220.
- Maton, K. y Pargament, K. (1987). The roles of religión in prevention and promotion. *Prevention in human Services*, 5, 161- 205.
- Menoni y Klasse E., (2007). Construyendo alternativas al dolor: Reflexiones sobre la resiliencia en el barrio Casabó, Cerro de Montevideo. *Revista Uruguaya de Enfermería*, 1 (2), 25-39.
- Milillo, A., Estamatti, M. & Cuestas, A. (2003). Algunos fundamentos psicológicos del concepto resiliencia. En: Melillo, A. y Suarez, E.N. (Comps). *Resiliencia: descubriendo las propias fortalezas*. Ed. Paidós Barcelona. España.
- Melillo, A. (2004). Resiliencia. Reseña conceptual. Recuperado de <http://www.elpsicoanalisis.org.ar/impnumero1/resiliencia1-doc.htm>
- Moberg, D. (1984). Subjective measures of spiritual well-being. *Review of religious Research*, 25, 351-364.
- Mytko, J. y Knight, S. (1999). Body, mind and spirit: towards the integration of religiosity and spirituality in cancer quality of life research. *Psychooncology*, 8(5), 439-450.
- Muñoz, V. & De Pedro, F. (2005). Educar para la Resiliencia. Un cambio de mirada en la prevención de situaciones de riesgo social. *Revista complutense de Educación*, 1 (16), 107-124.

- Navarro, I., Musitu, G. y Herrero, J. (2007). Familias y problemas. Ed. Síntesis. Madrid, España.
- Ospina, M., Jaramillo, V. y Uribe, T. (2005). La resiliencia en la promoción de la salud de las mujeres. *Investigación y Educación en Enfermería*, 23(1), 78-89. Recuperado de <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/iee/article/view/2951/2636>.
- Papp, P. (1991). El Proceso de cambio. Ed. Paidós. Barcelona, España.
- Peres, M., Arantes, A., Lessa, P. y Caous, C. (2007) La importancia de la integración de la espiritualidad y de la religiosidad en el manejo del dolor en los cuidados paliativos. *Revista de Psiquiatría clínica*, 34 (1), 82-87.
- Pentz, M. (2002). Older adults with cancer: Resilience and its connection with social support and spirituality-faith. *The Gerontologist*, 42(1), 3-54.
- Pierini, D. y Stuijbergen, A. (2010). Psychological Resilience and Depressive Symptoms in Older Adults Diagnosed with Post-Polio Syndrome. *Rehabilitation Nursing*, 35(4), 167-75. Recuperado de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20681392>
- Principe, W. (1983). Toward defining spirituality. *Studies in Religion*, 12(2), 127-141.
- Rabkin, J., Warner, J. y Del Bene.(2000). Resilience and distress among amyotrophic lateral sclerosis patients and caregivers. *Psychosomatic Medicine*, 62, 271–279.

- Raffo, G. & Rammsy, C. (2005). La Resiliencia. Asociación Uruguaya para la prevención del Alcoholismo y la Farmacodependencia. Revista Foro, 38, 14, 114-129.
- Ravazzola, MC. (2003). Resiliencias familiares. En Milillo, A. y Suarez, E.N. (Comps). Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas. Ed. Paidós. Buenos Aires, Argentina.
- Reed, P. (1991). Toward a nursing theory of selftranscendence: deductive reformulation using developmental theories. Advances in nursing Science, 13(4), 64-77.
- Rehm, M. y Allison, B. (2009). Exploring Spirituality of University FCS Students: A Resource for Resiliency. Journal of Family and Consumer Sciences, 101 (4), 12-17. Recuperado de http://eric.ed.gov/ERICWebPortal/search/detailmini.jsp?_nfpb=true&ERICExtSearch_SearchValue_0=EJ880591&ERICExtSearch_SearchType_0=no &accno=EJ880591
- Richards, P. & Bergin, A. (2005). A spiritual strategy for counseling and psychotherapy (2nd ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- Richardson, G. (2002). The metatheory of resilience. Journal of Clinical Psychology, 58, (3), 233- 246.
- Ruiz, José Ignacio. "Metodologías de la Investigación Cualitativa". Editorial Artes graficas, España, 1996.

- Rodríguez, G., Gil, J. & García, E. (1996). "Metodología de la Investigación cualitativa". Ed. Aljibe. Granada, España.
- Rodríguez, Fernández, Pérez & Noriega (2011). Espiritualidad variable asociada a la resiliencia. Memoria para optar el Título de especialista en Psicología Clínica y Autoeficacia Personal, Facultad de Psicología de la Universidad del Bosque, Bogotá, Colombia.
- Ross, L. (1995). The spiritual dimension: its importance to patients health, well- being and quality of life and its aimplications for nursing practice. International Journal of nursing studies, 32 (5), 457-468.
- Rutter, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations. Journal of adolescents Health, 14(8), 626-631.
- Salomon, R.C. (2003). Espiritualidad para Escépticos. Ed. Paidós. Barcelona, España.
- Sandoval, Carlos. "Investigación Cualitativa". Programa de Especialización en Teoría, Métodos y técnicas de Investigación Social. ICFES.2002.
- Siebert, A. (2007). *La resiliencia construir en la adversidad*. Ed. Alienta. Barcelona, España.
- Simoni, J., Martone, M. y Kerwin, J. (2002). La Espiritualidad y la Adaptación Psicológica en Mujeres con VIH SIDA: Implicaciones para la Consejería. Revista de Orientación Psicológica. 49 (2), 139–147.

- Singleton, K. (2004). Strategies of survival: Coping, characteristics of resiliency, and perceived impact of abuse in resilient Black female survivors of sexual trauma. Recuperado de http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed_emp/@emp_ent/@ifp_crisis/documents/publication/wcms_116543.pdf
- Sordo, P. (2012). *Bienvenido dolor*. Ed. Planeta. Santiago, Chile.
- Sundararajan-Reddy, Sh. (2005). The relationship of spirituality to resilience in adolescents. Rutgers The State University of New Jersey - New Brunswick, United States - New Jersey. Tomado el 5 de Septiembre del 2010, de la Base de Datos ProQuest Psychology Journals. Recuperado.
- Tacey, D. (2004). *The Spirituality revolution, the emergency of contemporary spirituality (La revolución espiritual, la emergencia de una espiritualidad contemporánea)*. Nueva York, NY, EE.UU.: Brunner – Routledge.
- Tinley, S. (2006). Spirituality and the experience of being a member of a family with hereditary breast and ovarian cancer. Recuperado de Source.http://il.proquest.com/assets/downloads/titlelists/.../titlelist_dis_psy.xls
- Theis, A. (2003). La resiliencia en la literatura científica. En Manciaux, M. *La resiliencia: Resistir o rehacerse*. Ed. Gedisa. Barcelona, España. Pp.45-59.
- Trujillo, M. (2006). *La Resiliencia en la Psicología Social*. Recuperado de, http://www.adisamef.com/fondo%20documental/salud_menta_de_adultos/6a_resiliencia_en_la_psicologia_social.pdf

- Universidad Bolivariana. (2004). Espiritualidad y cambio social. ¿realidades antinómicas?. Polis, revista de la Universidad Bolivariana. 008 (3).
- Ungar, M.P. (2003). Creciendo peligrosamente: formando la resiliencia escondida en jóvenes y familias difíciles. Conferencia presentada en la universidad de Antioquia. Medellín, Colombia.
- Valles, Miguel. “Técnicas cualitativas de investigación”. Editorial Síntesis S.A., España, 1997
- Velásquez, J. H. (2001). Ensayo sobre Resiliencia. Recuperado de http://www.uco.edu.co/UCO/humanismo/articulo_ensayo_resiliencia.doc
- Vanistendael, S., Lecomte, J. (2002). La felicidad es posible: despertar en niños maltratados, la confianza en sí mismo: construir la resiliencia. Ed.Gedisa. Barcelona, España.
- Vanistendael S. (2003). Resiliencia y Espiritualidad, el Realismo de la Fe. Bureau international Catholique de l'Enfance. Ginebra, Suiza.
- Villalba, C. (2004). “El concepto de Resiliencia. Aplicaciones en la intervención Social”. Departamento de Trabajo social y ciencias sociales. Universidad Pablo de Olvide. Sevilla, España.
- Walsh, F. (2004). Resiliencia Familiar: Estrategias de afrontamiento. Ed. Amorrortu. Buenos Aires. Argentina.

- Walsh, F. (2009). *Spiritual resources in family therapy (2a 2ed.)* (recursos espirituales en terapia familiar). Nueva York, NY, EE.UU.: The Guilford press.
- Wahl, R., Cotton, S. y Monroe, P. (2008). Spirituality, adolescent suicide, and the Juvenile Justice System. *Southern Medical Journal*, 101 (7), 711-715.
- Walker, D., Webb, R., Neill, T., y Brown, L. (2009). Changes in personal religion/ Spirituality during and After Childhood Abuse: A review and Synthesis. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy* , 1(2), 130-145.
- Werner, E.E. (1982). *Vulnerable, but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGraw-Will.
- Werner, E. (1989). High-risk children in young adulthood: a longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59 (1), 72-81
- Werner, E. (1993). *Protective factors and individual resilience*. Recuperado de <http://www.healthychild.ucla.edu/wp/pdf/Werner.pdf>
- Yentzen, E. (2004). *Apuntes sobre la espiritualidad contemporánea, su impacto en la modernidad occidental y su presencia en Chile*. Polis revista de la Universidad Bolivariana. 008(3)
- Zabala, M., Vázquez, M. y Whetsell, M. (2006). Bienestar espiritual en pacientes diabéticos. *Universidad de la sabana. Aquichan*, 6(1), 11-21.