



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ZARAGOZA

PSICOLOGÍA

**EXPERIENCIA DE AFRONTAMIENTO DE MUJERES QUE
ATRAVIESAN POR UN PROCESO DE SEPARACIÓN DEL
CENTRO DE DESARROLLO COMUNITARIO XOCHIMILCO**

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

LUIS ABRAHAM BECERRIL ACOSTA

JURADO DE EXAMEN

TUTOR: MTRA. GUADALUPE MENDOZA RODRÍGUEZ
COMITÉ: DRA. MARÍA DEL SOCORRO CONTRERAS RAMÍREZ
DRA. BLANCA INÉS VARGAS NÚÑEZ
MTRA. ANA LILIA MUÑOZ CORONA
MTRO. MIGUEL ÁNGEL JIMÉNEZ VILLEGAS



MÉXICO, D.F. SEPTIEMBRE DE 2013



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

DEDICATORIAS

...A Dios por permitirme terminar después de mucho batallar brindándome la sabiduría, la fe y la paciencia necesaria, guiándome por sus caminos y sus tiempos siempre perfectos

...A mis padres y mi hermano por la paciencia, comprensión y apoyo durante mi carrera y toda mi vida

...A Luz, Lety y Omar, mis tres hermanos adoptivos que con sus acciones, consejos, paciencia, aliento y mucha luz, me han enseñado a vivir mi vida, sonreír y alcanzar mis sueños

...A Pako, Laura y Daniel que con sus regaños y consejos estuvieron al pie del cañón sin dejarme caer, guiándome hasta este punto de mi vida

...A Andy, Yadi, Vero y Orlando que con sus enseñanzas, terapias, regaños y consejos me ayudaron a crecer no solo como profesionalista sino también como persona

...A Alma, Mary, Gama, y todos mis amigos que contribuyeron con este proyecto y me han acompañado en mi vida

...A las mujeres que amablemente compartieron sus experiencias para ser la base de futuros proyectos

G r a c i a s

INDICE

	Pág.
Resumen.....	4
Introducción.....	4
CAPITULO 1 La Familia	
Definición.....	6
Tipos.....	7
Ciclo vital de la familia.....	8
CAPITULO 2 La Pareja	
Pareja.....	10
Selección de la pareja.....	11
Ciclo vital de la pareja.....	12
Conflictos dentro de la relación de pareja.....	15
CAPITULO 3 Separación y divorcio	
Divorcio.....	18
Modelos de las etapas del divorcio.....	20
La separación.....	22
Causantes de la separación o el divorcio.....	23
Consecuencias producidas por la separación.....	24
Físicas.....	25
Psicológicos y Emocionales.....	25
Sociales y familiares.....	26
CAPITULO 4 Violencia	
Definiciones de violencia.....	28
Tipos de violencia.....	29
CAPITULO 5 Afrontamiento de la crisis o coping	
Conflicto, crisis y estrés.....	33
Afrontamiento o coping.....	35
Estrategias de afrontamiento.....	35
Modelos de afrontamiento.....	37
CAPITULO 6 Método.....	40
Cuadros de análisis.....	44
Discusión.....	50
Conclusiones.....	56
Referencias bibliográficas.....	59
Anexos.....	64

Resumen

Esta investigación cualitativa pretendió conocer la experiencia de afrontamiento de mujeres que actualmente atraviesan por un proceso de separación de su pareja, así como las emociones y las estrategias surgidas durante esta vivencia. La muestra estuvo conformada por cinco mujeres entre 25 y 35 años de edad que estaban atravesando por un proceso de separación de su pareja, que solicitaron el servicio de psicología en el Centro de Desarrollo Comunitario Xochimilco y que participaron de manera voluntaria en las entrevistas. Se utilizó la entrevista semiestructurada como técnica de recolección de datos y una vez transcritas las entrevistas se generaron categorías que posteriormente fueron analizadas. Los resultados muestran que durante las relaciones de pareja se presentaron problemas económicos y de infidelidad, además de diferentes tipos de violencia, teniendo como consecuencias físicas la pérdida de peso, emocionales como vivir enojadas, amargadas, inseguridad, y familiares en relación con sus hijos. Entre las emociones experimentadas se encontraron el odio, coraje, ansiedad, inseguridad, depresión y angustia. Las estrategias de afrontamiento utilizadas por estas mujeres son el enfocarse en sus trabajos y buscar apoyo psicológico. Se propone un modelo terapéutico que combine la terapia individual y talleres vivenciales.

INTRODUCCION

Todos los días miles de personas alrededor del mundo comienzan una relación amorosa y de manera paralela otros miles de relaciones llegan a su fin.

Las relaciones de pareja han existido desde siempre dando material suficiente a escritores, poetas, músicos y científicos ideas referentes a lo que representa el amor, el desamor, el matrimonio y la separación. Estas personas han pretendido explorar y transmitir sus distintos significados así como las emociones que surgen con estos hechos.

Generalmente con el nacimiento de una relación amorosa se generan altos niveles de felicidad. Cuando se origina una separación o un rompimiento en cualquier tipo de relación afectiva importante, las emociones desatadas suelen ser variadas pero pueden ocasionar alteraciones físicas, psicológicas, familiares, sociales y emocionales que en algunos casos serían difíciles de superar.

Las cifras registradas por el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), en nuestro país refieren que las parejas prefieren no iniciar un matrimonio para no atravesar por una futura y posible fractura en la relación, propiciando la opción de la unión libre de las parejas.

Es así que en el primer capítulo se abordará el concepto de la familia con la finalidad de clarificar tanto su estructura como su continua evolución.

Este análisis permitirá que en el capítulo dos se explore el significado de la pareja y al mismo tiempo resaltará su importancia dentro del núcleo familiar. Es dentro de las relaciones donde se observa que en cuanto comienzan a surgir señales de desestabilidad en la relación, cuando las expectativas no son cumplidas, las maneras de convivir son dañinas para uno o ambos cónyuges, la violencia para con los hijos o problemas propios de la relación referentes a la economía, la comunicación, la sexualidad o el distanciamiento orillara a tomar la decisión de separarse. Pero la historia no termina ahí en realidad es solo el inicio.

Tanto la familia como la pareja deberán atravesar por una serie de etapas importantes, tanto para su consolidación como para su disolución, y con las que deberán asumir nuevas responsabilidades a medida que se adaptan a estos cambios.

Es en el tercer capítulo donde se dará un seguimiento a la etapa de la separación y el divorcio. En este capítulo se profundizará en los principales factores que orillan a la ruptura de la relación de pareja y a las consecuencias que se desprenden de la decisión, afectando a la pareja y a su entorno.

Como tema complementario, en el capítulo cuatro se habla brevemente sobre la violencia y sus topologías, algunas de estas son observables durante la relación de pareja y también después de separados.

Una vez declarado el rompimiento viene la readaptación de cada miembro de la ahora ex pareja, a través de una serie de esfuerzos y estrategias que surgen a partir de la necesidad de afrontar la situación y que permitirán al individuo superar esta pérdida de la mejor manera que ellos consideren.

Por lo tanto, en el capítulo cinco se revisará el concepto de afrontamiento, estrategias y estilos de afrontamiento así como algunos de los modelos y estrategias utilizados por los teóricos interesados en el estudio de este fenómeno.

Al revisar la literatura existente, se encuentra que los estudios que se han realizado tomando como eje central las maneras de afrontar situaciones difíciles, se han abordado desde una perspectiva cuantitativa además de abarcar problemáticas como enfermedades crónicas y situaciones estresantes que afectan a los jóvenes.

Por consiguiente, esta investigación con aproximación cualitativa pretende explorar la experiencia de afrontamiento de cinco mujeres que atraviesan por un proceso de separación de su pareja que asistieron a pedir ayuda al Centro de Desarrollo Comunitario Xochimilco y que durante la realización de prácticas profesionales en la institución, se les invitó a participar en la realización de esta investigación.

En esta investigación, se pudo encontrar que las causas por las que se da la separación en este grupo de mujeres fueron por problemas económicos y de infidelidad principalmente. Durante este proceso de separación, se experimentaron emociones como el odio, coraje, ansiedad, inseguridad, depresión y angustia. Posterior a la separación tuvieron que enfrentarse a consecuencias físicas, emocionales y familiares, al mismo tiempo que desarrollaron estrategias particulares para afrontar su situación.

Cabe mencionar que por cuestiones de confidencialidad se han cambiado los nombres de las participantes de esta investigación.

CAPITULO 1

LA FAMILIA

“La familia es un vínculo con nuestro pasado
y un puente hacia el futuro”.
Alex Haley

A pesar de que en todo momento es posible observar la formación de nuevas familias y que desde el inicio de los tiempos al hombre se le ha dado la oportunidad de vivir en grupos para facilitar la supervivencia de la especie, es aquí donde cada individuo comienza su desarrollo físico, psicológico, intelectual y social. Este desarrollo va a depender de su lugar de nacimiento y las condiciones en las que la familia se encuentre.

Cuando una pareja se junta para armar este proyecto, procurarán promover el desenvolvimiento óptimo de cada miembro que se les incluya inculcándole sus conocimientos, tradiciones y reglas. A partir de este momento, la familia habrá de atravesar por una serie de cambios que le permitan adaptarse a una nueva estructura de convivencia.

El aumento o disminución de sus miembros dará paso a un nuevo reajuste que habrán de saber sortear para permanecer dentro del grupo llamado familia.

Para Satir (2002), la familia es la unidad integral de la sociedad, una forma de organización que permite enseñarle a las nuevas generaciones a enfrentarse al mundo exterior al mismo tiempo que influye en la formación de sus creencias personales.

De hecho, la familia es una unidad interactiva donde cada uno de sus miembros ejercen una interacción recíproca y que a su vez se rigen por una serie de reglas de comportamiento elaboradas a partir de esta interacción constante (Eguiluz, 2007).

Esta definición permite observar que la constante interacción de los miembros de la familia procurará asignar ciertas responsabilidades, roles y reglas determinadas por ellos mismos.

Ochoa (1995), comenta que este grupo de individuos al poseer una relación entre sí, formarán una unidad que les permita hacer frente al exterior.

La importancia de la familia radica en que es el primer ambiente social donde se recibe instrucción y enseñanza a partir del modelamiento hacia los hijos, generando así un alto grado de interdependencia ya que el periodo en el que se encuentran interactuando es mayor a comparación de algún otro grupo social (Nardone, Giannotti y Rocchi, 2005).

Tanto tiempo en que la familia convive, debe generar sus propias reglas de comportamiento para que puedan convivir, algunas de ellas probablemente fuera de la llamada familia normal. Los cambios que se han generado con el tiempo en torno a la familia convencional han permitido que estas pautas de interacción estén en constante renovación.

Montenegro (2007), considera que no existe una familia normal como tal, puesto que cada una de ellas poseerá reglas y pautas interaccionales particulares ligadas a su cultura.

Al considerar que las familias están en constante movimiento y que son propensas a cambiar de un momento a otro, es importante hacer un análisis del proceso por el que pueden estar cruzando.

Al respecto Walsh (2004), señala que todas las familias tienen que atravesar por diversos problemas y que estos deberán ser afrontados de manera distinta en cada una de ellas. La llamada "normalidad de la familia" es una expresión subjetiva ligada a normas culturales que generan la idea de que una familia sana es una familia normal libre de problemas. La modificación de estas creencias aunadas al paso del tiempo han conseguido que las expectativas que se tienen en relación al matrimonio se han modificado dando paso a las familias "posmodernas" en las que se ven involucradas nuevas estructuras familiares así como una gran variedad de creencias obteniendo como resultado un verdadero cambio en las dinámicas familiares.

Para esta investigación se considerará a la familia como un conjunto de personas que se unen por razones biológicas, psicológicas y socioeconómicas cuyas funciones están ligadas a la cooperación económica, la socialización, la educación, la transmisión de la cultura y la reproducción (Corsi, 1994).

TIPOS DE FAMILIA

Para Robles (2007, en Eguiluz, 2007), la familia puede clasificarse de la siguiente forma:

Según su número de elementos:

- 1) La familia nuclear. Es aquella familia tradicional en la cual está presente un padre, una madre y unos hijos, unidos por vínculos afectivos, sexuales y relacionales.
- 2) La familia extensa. Constituida por la familia troncal y la colateral, es decir la unión con la familia de origen de uno de los cónyuges.

Según su forma en la que están compuestos:

- 1) Familias de padres divorciados
- 2) Familias reconstituidas
- 3) Familias monoparentales
- 4) Familias adoptivas
- 5) Familias homosexuales

CICLO VITAL FAMILIAR

También hay que considerar que los cambios estructurales o importantes que se dan dentro de la familia, que pueden llegar a afectar a sus miembros (García, 2004). En este caso la separación de la pareja o el divorcio son en ocasiones una salida a estas discusiones pero al mismo tiempo una apertura a nuevos retos independientes.

Dentro de la psicología, se ha procurado analizar a la familia en su estructura y su evolución. De hecho, se han propuesto diversos modelos de análisis de las etapas y las transiciones por las que la familia deberá atravesar. A continuación se mencionan una de las propuestas que se han hecho.

Modelo del ciclo familiar de Carter y McGoldrick

Carter y McGoldrick (1981, en Ochoa, 1995), proponen un modelo normativo y etapas complementarias alternativas usadas cuando se presentan rupturas en la composición familiar producto de divorcios y la creación de un nuevo vínculo familiar. El esquema normativo del ciclo familiar en este caso está compuesto por las siguientes etapas:

- 1) Joven adulto no emancipado: esta etapa implica que el joven asumirá una identidad diferente a la familia de origen y la generación de nuevas relaciones con grupos de pares.
- 2) Pareja recién casada: aquí se refiere a la formación de un sistema de pareja y la inclusión de ambas familias extensas.
- 3) Familia con hijos pequeños: comienzan a agregarse nuevos miembros al sistema lo que implica que se tengan que reacomodar los roles de pareja, de padres y con las familias de ambos.
- 4) Familia con adolescentes: se producen cambios importantes en la relación entre padres e hijos que pueden originar conflictos en el hogar.
- 5) Emancipación de los hijos y períodos posteriores: se pretende en esta etapa que hayan modificaciones en la estructura de la pareja. Es en esta misma etapa donde se afronta el nuevo rol de pareja como abuelos así como las enfermedades propias de la edad.
- 6) Familia en las últimas etapas de la vida: se presenta un declive físico que requerirá de un nuevo acomodo en el sistema familiar y de pareja, así como el afrontamiento de la muerte ajena y propia haciendo una revisión de la vida.

En este caso las etapas adicionales serán:

- 1) Decisión de divorciarse: aceptar la corresponsabilidad de que el matrimonio ha fracasado.

- 2) Planear la ruptura del sistema: llegar a un acuerdo de la custodia, la situación financiera y las visitas. Se revisa también los problemas que puedan generarse con las familias extensas.
- 3) Separación: se presenta una especie de duelo por el anhelo de la familia que se empieza a desintegrar, al mismo tiempo se da la reestructuración de las relaciones padre e hijo y la adaptación a la nueva vida “solo”.
- 4) Divorcio: continúa el duelo por la familia y comienzan a desaparecer las ideas de una reconciliación y la permanencia en las familias extensas.

Hasta este punto, se ha observado los cambios por los que atraviesa la familia. Sin embargo no hay que dejar de lado que la familia es solo la resultante de la integración de dos personas desconocidas, de familias de procedencia distintas y que comenzarán a compartir experiencias.

Es así, que para profundizar en estos cambios hay que comprender también que no es sencillo mantener a la familia unida sino que la unidad más fundamental de ella, la pareja, deberá atravesar por alegrías y tristezas para fortalecer los vínculos familiares.

CAPITULO 2

LA PAREJA

“El amor jamás reclama; da siempre.
El amor tolera, jamás se irrita, nunca se venga”.
Indira Gandhi

El pilar fundamental de toda familia, es sin duda la pareja. Un organismo que a medida que se conforma y complementa adquiere una forma definida, una serie de normas que la rigen y una serie de estrategias que contribuyen a que la relación llegue a ciertas metas en común o como se dice en las iglesias “hasta que la muerte los separe”. Cuando se constituye una pareja, se observa que se están inmersas tres instancias, las cuales requerirán de un equilibrio para que la pareja salga adelante en su relación y así, poco a poco, logren una estabilidad y que quizá eso que les atrajo al principio de la relación se renueve y la relación prevalezca, estas instancias son el tú, el yo y el nosotros (Satir, 2002).

Claro está que el vivir dificultades y cometer errores es parte inherente de las personas y de las relaciones interpersonales; vivir el dolor y en ocasiones decepciones así como los malos entendidos son características propias de las relaciones, ya que cada vez que se establecen vínculos afectivos con otras personas con las que se convive a diario aumenta la necesidad de encontrar cosas en común y también diferencias mismas que permitan en algún momento hacer crecer las relaciones, siempre y cuando se den cuenta de las mismas.

El éxito de la misma dependerá de su organización, misma que deberá persistir para no perder su funcionalidad (Satir, 2002). La manera en que las personas seleccionan a sus parejas tiene mucho que ver con aquello en lo que sus expectativas han de cumplir o de tener y es cuando en la otra persona logra ver realizadas esas fantasías.

A lo largo de los años se han generado investigaciones, las cuales han estado encaminadas a cómo es que las personas eligen a sus parejas. Estas investigaciones han proporcionado un material considerable, material tanto para intelectuales como a poetas, científicos y a compositores musicales.

Rivera-Aragón, Díaz-Loving y Flores-Galaz (1986), llevaron a cabo un estudio con la finalidad de que 125 sujetos describieran a su pareja real y a su pareja ideal. Los resultados mostraron que las mujeres solteras prefieren a su pareja ideal con una buena posición social y un mejor aspecto físico, mientras que los hombres solteros hicieron hincapié en cuestiones sociales y emocionales. En aquellos casados ambos miembros de la pareja coincidieron en que debe existir un buen funcionamiento de la relación. En cuanto a la pareja real surgen adjetivos negativos donde no se cumplen las expectativas.

Una relación de pareja genera un interés ya que no solo posiciona a las personas en un estado de placer, sino también genera una serie de situaciones conflictivas y de desilusión que pueden desembocar en reacciones violentas inadecuadas para lograr una convivencia sana.

SELECCIÓN DE LA PAREJA

Al momento de elegir una pareja se hace referencia a ciertas características tanto físicas como psicológicas que entran en juego para brindar a las personas ciertos patrones que los conducen a la elección de su "persona amada".

Como en el clásico libro de *El quijote de la mancha*, donde el protagonista declara su amor incondicional ante la honorable Dulcinea, cuando esta última ni siquiera se da cuenta de su existencia, así mismo el amor surge con el enamoramiento, que según Sarquis (1995), este sentimiento es únicamente un espejismo, resultado de todo aquello que anhelamos, nuestra historia de vida, nuestras carencias y/o deseos.

Para Satir (2002), la manera en que se escoge a la pareja guarda bastantes secretos, no existe una generalización a estas normas puesto que existe algún elemento que la otra persona posea el cual habrá de despertar la atención de la otra persona. Sin embargo es posible observar que la familia de origen puede influir en la capacidad de selección, esto a partir de lo que fue observado dentro de su familia y la manera en que se daba el romance entre sus padres.

De hecho, existen diversos aspectos que las personas toman en cuenta para la elección de su pareja, la cultura, la experiencia, la atracción y la autoestima son solo algunos de los factores que predominan en las diferentes teorías que pretenden explicar el fenómeno.

Vargas e Ibañez (2006), consideran que esta decisión, está en función de ciertos factores del desarrollo como el tipo de relaciones y experiencias previas así como las necesidades internas de cada persona las cuales pueden pasar desapercibidas por el sujeto en un plano inconsciente.

La atracción mutua es necesaria en la formación de la pareja, mas no es el ingrediente único, se necesita también cierta calidad en la relación, que las expectativas que se poseen sean realistas y que la manera en que se comunican ambos miembros sea oportuna (Satir, 2002).

Según Sarquis (1995), la manera en que se realiza la selección de la pareja está en función de dos teorías. Por un lado la psicoanalítica que alude a procesos inconscientes y de las relaciones tempranas, y por el otro la teoría sistémica donde se dirige la mirada al proceso de interacción, a la relación como totalidad y al contexto en que ocurre esta elección. La relación se comienza a acomodar dependiendo de los aspectos individuales mismos que se van reestructurando con el tiempo mediante la retroalimentación mutua y

continua, mismos que generan patrones de conducta muchas veces predecibles.

La formación de la pareja lleva inmerso una serie de factores entre las cuales se pueden destacar la autoestima que la persona posee y aquellas cualidades reales o imaginarias que el otro posee.

Satir (1986), considera importante tanto la autoestima como las diferencias individuales que se tienen al momento de la elección de la pareja. Estas pueden tener gran importancia al momento de la elección y así mismo, ha de considerar la idealización que se tiene acerca del otro y como al paso del tiempo esta idealización del otro comienza a degenerarse.

Se considera a la autoestima como esencial, ya que tiene relación con esa interpretación particular de aquello que se espera en las relaciones amorosas y la manera en la que se desarrollará la pareja tanto de manera individual como en pareja. Inclusive se cree que entre más autoestima tenga la persona existirá una menor dependencia de la demostración concreta y continua del valor que tiene para el cónyuge para que se considere valioso (Satir, 2002).

Otro de los elementos a considerar durante la selección de la pareja son las diferencias individuales en cada uno de ellos. Este factor posee una especial relevancia ya que cada persona ha venido construyendo una manera de vivir anterior a la relación misma que puede llegar a ocasionar posteriores conflictos.

CICLO VITAL DE LA PAREJA

Se ha hablado sobre los elementos que pueden influir al momento de elegir a una pareja pero de igual manera la construcción de esta relación se verá afectada por un proceso peculiar en el que se comienza con la interacción desde el primer encuentro hasta el término de la relación (en caso de darse) y que brindarán de un soporte a la relación.

En un intento por esquematizar la manera en que las relaciones de pareja se van transformando con el tiempo, Díaz-Loving y Sánchez (2002), proponen que las relaciones de pareja han de ser estudiadas y entendidas como una serie de pasos los cuales se presentan a lo largo del tiempo y que definirán el nivel de cercanía e intimidad entre las personas involucradas.

- *Etapa extraño / desconocido*

Se comienza el ciclo con la percepción de la presencia de la otra persona, sin embargo aún no se presentan conductas dirigidas a establecer algún tipo de relación, únicamente se realiza una evaluación acerca de los aspectos físicos, externos y descriptivos.

- *Etapa de conocido*

En esta etapa se evalúa y categoriza a la otra persona en alguien que se quisiera establecer algún tipo de relación o quizá se preferirá que esa persona se mantenga en la etapa de extraños. En esta evaluación subjetiva se sopesan las ventajas y desventajas acerca de intimar a fondo o permanecer como conocidos.

- *Etapa de amistad*

Se genera un interés para querer acercarse más a esta relación. Es durante este proceso que se precisan las normas y alcances de la relación. En esta etapa se encuentran sentimientos de intimidad y de cercanía pero excluye aquellos aspectos románticos, pasionales o sexuales.

- *Etapa de atracción*

Cuando se comienzan a presentar matices románticos se comienzan a generar una serie de conductas encaminadas a un acercamiento afectivo hacia el otro sujeto. Se acentúa un interés por conocer e interactuar con el otro además de momentos prolongados y más constantes de convivencia.

- *Etapa de pasión*

En la etapa de pasión se acentúan las respuestas fisiológicas y la revaloración cognoscitiva de la calidad en la relación que se ha tornado hasta este punto más cercana, mientras que en el romance se crean afectos e ilusiones sumadas a sensaciones de compresión e idealización.

- *Etapa de romance*

Es una etapa de estabilidad, solidez y compromiso en la cual la pareja vive un momento pleno, lleno de detalles, comunicación, expresiones físicas y un deseo por complacer a la pareja.

- *Etapa de compromiso*

Es aquí donde se establecen situaciones tras las cuales se decide si se quiere continuar con la relación a un plazo mayor, generalmente pensando en el matrimonio.

- *Etapa de mantenimiento*

Esta etapa se nutre del diario convivir y permite los cimientos de una estabilidad en la creación de una familia. Durante esta etapa se presentan dificultades con la inserción de los hijos al ahora sistema familiar.

- *Etapa de conflicto*

Una vez establecida la pareja entran en una etapa de convivencia cotidiana en la cual pueden surgir enojos y presiones que pueden generar frustraciones a uno o ambos miembros de la pareja, cuando se comienzan a dar de manera recurrente estos conflictos la relación comienza a dejar de ser satisfactoria y funcional.

- *Etapa de alejamiento*

Se comienza a desarrollar frustraciones y temores al momento de interactuar por lo que surge la necesidad de evitar los conflictos cotidianos propios de la relación. Comienza el distanciamiento físico y emocional caracterizado por una falta de interés y del deseo de compartir. Por lo tanto comienzan a surgir emociones tales como la tristeza y la depresión.

- *Etapa del desamor*

Se manifiesta con mayor avidez la falta de amor, interés e ilusiones compartidas generando sensaciones de soledad, dolor, incomprensión, desesperanza, enojo, rencor, odio y desconfianza.

- *Etapa de separación*

En el momento en que relación se torna insoportable, inmediatamente se vuelven más atractivas otras opciones y el descontento con la relación hace evidente que lo más adecuado es separarse. Una relación en la cual se ha decidido no continuar más se produce un rompimiento que legalmente puede ser sancionado con el divorcio. Un proceso en el cual se pretende olvidar e iniciar una nueva vida.

- *Etapa de olvido*

Una “muerte total de la pareja” en la que se pretende olvidar a la pareja sin mucho éxito. Se caracteriza por la desilusión experimentada al final se presenta una falta de interacción que favorece la indiferencia.

Los autores señalan también que la interpretación de este ciclo es meramente subjetivo e individual por lo que cada miembro de la pareja puede posicionarse en un distinto nivel del ciclo. Aunado a esto también se encuentra que las parejas pueden revertir o brincar de una etapa a otra.

CONFLICTOS DENTRO DE LA RELACION DE PAREJA

Como parte del desarrollo del individuo, y con su pareja, a lo largo de su vida se presentan conflictos que varían en su grado de dificultad para trascender a ellos haciendo de ellos tribulaciones individuales o compartidas. Generalmente los problemas suelen ser percibidos de manera distinta por las personas y más aún cuando se tratan de dificultades dentro de una pareja.

Cuando una relación comienza a dañarse lo suficiente como para poner en duda a uno de los dos miembros de la pareja percibiendo al otro como más lejano de lo habitual, permite que la persona comience a recurrir a los recursos con los que disponga para estabilizar la relación una vez más (Vargas e Ibañez, 2006).

Sureda (2007), menciona que cuando una pareja comienza a entrar en un periodo de crisis la convivencia comienza a tambalearse y el deseo de seguir juntos se bambolea provocando ideas de separación.

Cada pareja maneja de manera distinta sus dificultades, también las razones por las que se comienzan a desgastar las relaciones de pareja son variadas pero es en la percepción, real o imaginaria, de los mismos problemas donde comienza el alejamiento.

Pueden surgir diferencias tras el conocimiento de que las expectativas iniciales ya no concuerdan. Estos desacuerdos pueden ser interpretados como una evidencia de que el otro no posee el suficiente "amor hacia el otro" (Satir, 2002).

Sager (1987, en Domínguez, K & Maldonado, G,2006), agrega que las áreas donde surgen la mayor parte de los conflictos en la pareja son aquellas que tienen que ver con comunicación, estilo de vida, familias de origen, la crianza y las relaciones con los hijos, los mitos familiares, el dinero, el sexo, los valores y los intereses.

Los problemas relacionados con la economía, la vida sexual, la crianza de los hijos, la distribución del tiempo con la pareja, la autoridad, el lugar de residencia, la exclusividad y la confianza persisten entre las mayores complicaciones que se dan en las parejas (McKay y Quick, 2006).

Sarquis (1995), propone que en las relaciones de pareja se encuentran vinculados a aspectos socioeconómicos, culturales emocionales o políticos generando fuertes tensiones en las áreas de la comunicación, el sexo, las diferencias propias de ser hombre y mujer, el poder, el dinero, las lealtades con la familia de origen, la presencia de los niños y la forma de abordar la intimidad, todos estos elementos pueden llegar a formar parte de una serie de conflictos que la pareja en mutua colaboración deberán resolver.

La ruptura de la pareja ocasionada por alguna de estas situaciones conflictivas o alguna otra como la violencia o la infidelidad puede ocasionar un cataclismo

de emociones y circunstancias que perturbarán la dinámica familiar y en ocasiones también la social (Sandoval, 1990).

Por su parte Montenegro (2002), comenta que la infidelidad, el maltrato y los problemas económicos son las causas más frecuentes por las que se presenta una separación o divorcio. Otros factores que pueden influenciar la decisión, están la diferencia de personalidades el alcoholismo de alguno de los dos cónyuges, la drogadicción, la incomunicación, irresponsabilidad u ociosidad y los problemas relacionados con la sexualidad.

Cuando las relaciones están lo suficientemente desgastadas por todos o algunos de los problemas antes mencionados basta “una gota para derramar el vaso” y se origine la ruptura. En este punto de la relación inclusive el intentar reparar la relación puede originar nuevos enfrentamientos.

Al respecto Bernales (2007, en Eguiluz, 2007), dice que los intentos que realizan cada uno de los miembros que integran la pareja por entender la realidad del otro terminan por agravar diferentes dificultades y malentendidos, por lo que en el ámbito individual la experiencia de transmitir su ser y su realización en el otro generan frustración y un sentimiento de soledad.

Lograr que la relación prevalezca a pesar de todas estas situaciones conflictivas, se convierte en un reto, el cual debe sortearse todos los días. Esta situación no es nada sencilla y en algunas ocasiones parece un arte el saber alimentar la relación.

Se considera que para que una relación sea estable y trascienda a los problemas que pueden surgir con la reiterada convivencia, ha de existir cierta reciprocidad, aprendizaje, entendimiento y aceptación del otro. Todo esto tomando en cuenta que las personas cambian y maduran, la relación podría cambiar de rumbo en cualquier momento por lo que se requerirá adaptarse a las situaciones que emergen día con día (McKay y Quick, 2006).

Pero lo que sucede al momento de no encontrar la manera de reparar la relación toma un nuevo concepto en lo que hasta ese momento habían estado experimentando cada uno de los miembros de la pareja. A partir de este punto viene el alejamiento y posteriormente la ruptura.

Rojas (2003), considera que la experiencia de ruptura es una de las más dolorosas, amargas y penosas por las que las personas pueden atravesar. Generalmente la decisión de terminar la relación suele ser el resultado, lucha que ha prevalecido durante un considerable tiempo y que al final después de tanta lucha suele sacar la peor parte de cada miembro de la pareja. La finalidad de esto no reside en realizarse como persona, en ser independiente o libre sino más bien la búsqueda de estabilidad y salud para uno o ambos cónyuges, pues con frecuencia prevalecen situaciones conflictivas que perturban la dinámica de pareja y del hogar.

El término de la relación, separarse, divorciarse, alejarse, como quiera que se le quiera llamar es solo el término utilizado para referir a que una nueva oleada de cambios arriban a la vida de las personas y que una nueva etapa de desarrollo personal está por comenzar. Para ello se habrá de explorar estos términos y sus diversas repercusiones.

CAPITULO 3

SEPARACION Y DIVORCIO

*“El matrimonio es una barca
que lleva a dos personas por un mar tormentoso;
si uno de los dos hace algún movimiento brusco, la barca se hunde.”*
León Tolstoi

Muchas de las cosas que podemos ver, escuchar y sentir, atraviesan por modificaciones conforme transcurre el tiempo. Las personas no son inmunes a las transformaciones y de hecho, a medida que la sociedad ha ido evolucionando se han realizado cambios de pensamiento, de tradiciones y costumbres.

Vida y muerte, inicio y fin, comenzar y terminar, tal parece que todo lo que gira a nuestro alrededor avanza por ciclos en donde a su final le sigue un nuevo comienzo. Este proceso no es nada sencillo y cada persona lo experimenta de diferente manera.

La familia, al formar también parte de la vida y de los cambios, puede ser presa de una de las etapas más angustiosas de su recorrido, una separación o un divorcio.

Según López (1995, en Ramírez, 2003), la familia, y más concretamente el matrimonio, era considerado un compromiso de por vida y el fracaso en tal responsabilidad era propiciador de una serie de condenas religiosas y morales. Sin embargo, la pareja actual parece estar cargada de mayores libertades dentro de la relación mismas que permiten el vincularse y el desvincularse con mayores facilidades, al mismo tiempo existe una flexibilidad en los roles de género que con anterioridad eran considerados inmovibles.

Algunas creencias, religiosas o sociales, facilitaban la generación de ideas que imposibilitaban el camino de la separación alentando la idea de que esta opción debe ser vista como un fracaso, ya que el matrimonio debería ser para toda la vida (López, 2010).

Poco a poco estas ideas han ido quedando en el pasado al grado de observar nuevas formas de convivencia familiar, sus diferentes estructuras, y se han transformado poco a poco en situaciones casi cotidianas.

Ramírez (2003), y Davison (2006), consideran que este cambio de ideas se debe principalmente a una serie de factores que incluyen aspectos sociales como la incorporación de la mujer al mundo laboral y su independencia económica, la pérdida de influencia de las instituciones religiosas dentro del orden social, la disminución en el número de hijos, la longevidad, la flexibilización de los roles sexuales, una mayor aceptación social sobre los

nuevos estilos matrimoniales y la evolución de la legislación que gira en torno al divorcio.

Otros factores que han ayudado a esta transición de mentalidad tradicional sobre el divorcio y la separación son el control de la fecundidad, la adquisición del poder económico, la incorporación a la educación y la participación política social de la mujer (Castro, 2004).

Según las encuestas realizadas por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEGI, 2011), en el año 1994, tan solo en el Distrito Federal, se registraron 57 391 matrimonios y 6 609 divorcios mientras que para el 2008 se presentaron 33 968 matrimonios y 7 692 divorcios.

Estas cifras hablan sobre la creciente tendencia a divorciarse más que a llevar a cabo uniones matrimoniales. De la misma forma, estas cifras no hablan de las personas que viven en unión libre y que también suelen atravesar por este proceso.

Esta disolución del lazo matrimonial se presenta a modo de separación de forma predominante con respecto a ámbitos legales. Así mismo se presenta de manera más probable en parejas jóvenes respecto aquellas que ya tienen varios años de casados, además de presentarse de manera mayoritaria en parejas que viven en unión libre y que viven en las zonas urbanas. Estos resultados fueron obtenidos por una serie de encuestas realizadas a partir del año 1976 hasta el año 2003 en donde fueron analizadas mujeres de 15 a 49 años que terminaron con su relación de pareja (Ojeda y González, 2008).

El incremento en el número de divorcios y separaciones puede deberse a una serie de problemáticas tales como la violencia intrafamiliar, la infidelidad, la insatisfacción de la pareja, una comunicación deficiente, problemas económicos, de crianza con los hijos, mismos que se originan en el diario convivir de la pareja. Anteriormente este tipo de situaciones eran soportadas durante muchos años por la pareja, sin embargo este tipo de tabúes, como el matrimonio es para siempre o hay que soportar golpes por lo que dirá la gente de alguien divorciado, han comenzado a perder fuerza. Ahora se comienza a ver que la separación o el divorcio son opciones viables por la cual puede solucionarse problemas en la pareja mediante el distanciamiento.

Según un estudio realizado por García y Reyes (2009), a 720 parejas (1440 participantes) de la República Mexicana de diversos estados (Distrito Federal, Estado de México, Monterrey y Mérida) se encontró que el divorcio, a diferencia del pasado, es actualmente más aceptado y menos estigmatizado, así como la influencia del lugar donde se vive, ya que es más probable que se den este tipo de conductas de separación en las ciudades. En este caso se observó que en el Distrito Federal se posee menos actitudes tradicionalistas con respecto al matrimonio y el divorcio. También se encontró que ha disminuido el número de personas que idealizan el matrimonio y ven el divorcio como un fracaso.

Por su parte Muñoz (2009), realizó un estudio en España con un grupo de 88 personas (53 mujeres y 35 hombres) con edades de 27 a 64 años, cuyos

requisitos de inclusión a la investigación fueron tener de 0 a 5 años de separados, no estar viviendo junto con su pareja y no haber contraído nupcias después de la separación. Se encontró que los matrimonios de este grupo duraron entre los 10 y los 19 años de relación y que a mayor número de hijos tenían una mayor tolerancia a los problemas originados dentro de la misma. Se encontró además que un 70% se divorciaron sin pasar por una etapa de separación y se registra también que son las mujeres las que inician principalmente el proceso.

En este sentido Dowling (2008), considera que es importante distinguir entre quien inicia el proceso de divorcio, es decir quién es la persona que se queda y quién es la que se va, ya que cada quién tendrá que enfrentar su nueva realidad de manera parecida en algunas ocasiones.

Rojas (2003), cree que aquellos que inician el divorcio o la separación pueden sentirse culpables, preocupados o ansiosos, mientras que aquellos que se sienten como los dejados o las víctimas pueden llegar a sentir rencor y pensamientos de venganza.

Sin embargo, las consecuencias que se originan tras la ruptura y separación de la pareja son variadas y dan paso a nuevas problemáticas surgidas en distintos ámbitos de la vida de cada uno de los cónyuges, como son la crianza de los hijos, el factor económico y social entre otros.

Davison (2006), identifica dos tipos de divorcio los cuales contribuirán en estas consecuencias. El primero de ellos es el *divorcio viable* en el cual se alcanza a apreciar un alto al fuego a través de la generación de acuerdos, mismo que permite combinar la voluntad de ambos por última vez para que ambos salgan beneficiados. El segundo tipo de divorcio identificado es el denominado *destrutivo* donde se observa que la separación emocional no se ha alcanzado todo esto expresado en conductas de denigración, sentimientos de ira, deseos de venganza y la adjudicación de culpas al otro, así como una pronunciada necesidad de ganarle al otro.

Lamentablemente, se observa frecuentemente el divorcio conflictivo. Este da pauta a que se haga un verdadero proceso para alejarse, ya que no es solo tomar la decisión sino más bien hay todo un trasfondo en cada una de las etapas que competen a este asunto.

MODELOS DE LAS ETAPAS DEL DIVORCIO

Son varios los autores como Bohanna (1973) y Sureda (2007), quienes proponen que el divorcio está constituido por diversas fases mismas que pueden variar en tiempo y secuencia. A continuación se presentan estos modelos como referencia a lo que podría atravesar la pareja durante su distanciamiento.

Modelo de Bohanna

En este sentido Bohanna (1973, en Rage, 1997), habla del divorcio como un proceso que atraviesa por distintas etapas, mismas que ocurren en distintas secuencias e intensidades. Estas son:

- 1) Divorcio emocional: comienza una vez que en la pareja empiezan a sentir inconformidad e insatisfacción dándose la renuncia del objeto amoroso y la adquisición de un "luto".
- 2) Divorcio legal: Necesario para poder contraer matrimonio posteriormente.
- 3) Divorcio económico: según el tipo de sociedad conyugal las propiedades podrían llegar a ser divididas
- 4) Divorcio comunitario: al contraer matrimonio, la pareja se ve inmersa en una nueva comunidad brindando una experiencia diferente y que al divorciarse se requerirá de nuevas habilidades para formar nuevas relaciones.
- 5) Divorcio coparental: se refiere a la relación de un progenitor con el otro, con respecto a la influencia que tienen sobre los hijos.
- 6) Separación de la dependencia (separación psíquica): esta habla sobre la separación del sí mismo en relación a la influencia del ex esposo.

Modelo de Díaz

Díaz (1986, en Sarquis, 1995), propone un modelo de siete etapas en el cual se refleja el proceso del divorcio y la reorganización que se da en el sistema familiar aunque considerando que no todos los matrimonios que se separan tienen que atravesar forzosamente por las mismas etapas, estas son:

- Primera etapa, prerruptura: se presenta un considerable esfuerzo por evitar la terminación de la relación una vez producido un estado crónico dentro de la misma.
- Segunda etapa, ruptura: se da la aceptación por parte de uno a ambos miembros de la pareja de que no pueden resolver los problemas maritales.
- Tercera etapa, formación de la familia uniparental: se observa que aquel progenitor que se ha quedado con la custodia de los hijos busca el apoyo de sus familiares y un mayor apego a sus hijos.
- Cuarta etapa, cortejo o arreglo de la pareja: esta etapa exige la separación emocional de la anterior relación y el establecimiento de

nuevas reglas que incluyan a los hijos, la familia de origen y la relación con el ex cónyuge.

- Quinta etapa, re-matrimonio: se promueve la nueva relación y el sistema familiar comienza a reorganizarse.
- Sexta etapa, familia reconstituida: se da la continuidad del ciclo vital familiar una vez establecidas las nuevas reglas y acuerdos. Además es común que llegue un nuevo hijo a la familia producto de esta nueva relación.
- Séptima etapa, destete de la pareja co-parental o divorcio definitivo: la pareja parental formada partir de la separación deja de cumplir su función cuando los hijos han llegado a la mayoría de edad y estos son capaces de valerse por sí mismos.

Modelo de Sureda

Sureda (2007), también propone su propio modelo de las etapas por las que se atraviesa en el divorcio estas son:

- 1) Pre-divorcio: caracterizada por una fase de inseguridad en las que se busca generalmente algún tipo de asesoramiento con alguna persona externa al núcleo familiar generando sentimientos de culpa y ansiedad.
- 2) Divorcio: es la fase de la separación que se presenta en un periodo variable de tiempo donde comienzan a establecerse las cuestiones legales.
- 3) Post-divorcio: en este periodo se pretende una recuperación de la autoconfianza así como un reequilibrio en la vida de las personas afectadas.

Cada uno de estos modelos dan su visión de lo que el proceso podría significar para la pareja, pero se basan en las mismas ideas, existe un antes, un durante y un después del divorcio, es decir el proceso comienza antes de la separación física y perdura aun durante un tiempo.

SEPARACIÓN

Para los fines de esta investigación se utilizará la definición de separación que brinda Bernárdez (1961), como la: “suspensión temporal o permanente de las principales manifestaciones del matrimonio –la convivencia mutua, la subordinación de la mujer al marido- sin que cese o se extinga en vínculo conyugal”.

Para evitar confusiones con el divorcio y sus etapas, se tomará en cuenta que el proceso de separación comprenderá la distancia corporal y psíquica de la pareja y el cese de una reiterada convivencia (Alizade, 2008).

Es así que cuando estas separaciones se presentan al término de una relación de pareja, se infiere que el ciclo de la pareja ha concluido pero que en alguna parte de ese recorrido se han atravesado por ciertas dificultades, malentendidos y/o comportamientos que desvían el camino de la pareja por lo que al no encontrar soluciones concretas a estos conflictos se originan las rupturas y el fin de la pareja.

Montenegro (2002), afirma que la separación se presenta con mayor frecuencia en los primeros años del matrimonio. Al respecto Rojas (2003), comparte esta idea y explica que esto se debe a que las parejas de ahora son menos tolerantes e impacientes lo que genera que ante los primeros brotes de infelicidad desistan de la vida en pareja. A esto agrega que las separaciones ocurren con mayor frecuencia entre los matrimonios que tienen hijos, que entre los que no tienen.

Cimadoro (1982, en Sarquis, 1995), considera que la familia no llega a su fin una vez que se presenta la separación, sino que los miembros de la familia tendrán que atravesar por este proceso con la finalidad de modificar las transacciones familiares, es decir, los roles deberán de ser nuevamente reorganizados y alcanzar cierta estabilidad en el sistema.

Al ser un proceso, comienza a extenderse en cuanto a sus consecuencias tanto físicas, psicológicas y familiares. La complejidad de esta situación comienza al percibir la experiencia como una pérdida o derrota.

En este sentido, Sarquis (1995), menciona que la separación puede ser sentida como un fracaso, una pérdida de las esperanzas, de expectativas, de fantasías y de la generación de grandes sentimientos de culpa, sumado a esto pueden presentarse, antes o después de la separación, problemas de salud, producto del choque emocional.

La separación puede brindar un aprendizaje, mismo que puede ser aplicable a la futura resolución de conflictos personales e interpersonales siempre y cuando exista la posibilidad de un duelo adecuado y la persona que experimenta tal situación no quede estancada o paralizada durante el proceso.

De hecho López (2010), afirma que cuando el proceso de separación se elabora de manera conflictiva, este proceso puede llegar a ser aún más dañino que la misma separación.

CAUSANTES DE LA SEPARACION O EL DIVORCIO

Ramírez (2003), comenta que pueden existir factores personales que impulsen a las parejas a tomar la decisión de separarse como son las expectativas idealizadas no cumplidas de la pareja, antecedentes familiares que incluyan el divorcio como alternativa en las familias de origen, desequilibrios emocionales, falta de habilidades para la comunicación o para la resolución efectiva y pacífica de los conflictos originados dentro de la relación de pareja.

En un estudio realizado por Barron y Martínez (1999), acerca de las atribuciones de causalidad y responsabilidad en una muestra de 97 personas divorciadas y 89 casadas, encontraron que el otro miembro de la pareja es el causante y responsable de los aspectos negativos de la relación. Aquellas conductas que se perciben de manera positiva se le atribuyen una causalidad exterior al de su pareja o se entienden como acciones egoístas. Además de que los hombres poseen una menor tolerancia o disposición a soportar estos eventos negativos.

Otra investigación realizada por Cáceres (2002), con la finalidad de analizar la violencia doméstica en la pareja en 53 personas (20 hombres y 33 mujeres) encontró que la violencia física se presentó en un 50.9% de la muestra y la violencia psicológica en un 48.5% pero que esta no es exclusiva del varón. Un resultado relevante de esta investigación es que la intensidad de la violencia es mayor en parejas que están separadas pero que aún conviven en ciertas ocasiones.

CONSECUENCIAS DE LA SEPARACIÓN

Los efectos o consecuencias de una separación o de un divorcio tienden a variar en diferentes grados ya que con estos eventos se generan cambios considerables en distintas áreas de la vida de las personas entre las que destacan la pérdida de la convivencia con la pareja, los nuevos roles que cada uno debe asumir, el cambio de vivienda y en la economía. La manera en que se adapten a todos estos cambios, afectarán directamente en el grado de sufrimiento, los sentimientos emergentes, durante y después del proceso (López, 2010).

Valdés, Basulto y Chozza (2009), en un intento por comprender cuales fueron los principales problemas y las experiencias que enfrentaron después de la relación, así como del apoyo que recibieron, encontraron que tuvieron que enfrentar problemas económicos, de crianza y emocionales, donde destaca la disminución del autoestima, sentimientos de inseguridad y culpa, problemas con los hijos y una difícil adaptación a su nueva vida. Este estudio fue llevado a cabo con 4 mujeres a través de una serie de entrevistas profundas.

La sensación de pérdida es una experiencia que afectará tanto a la persona que está atravesando por aquella vivencia y a todo el sistema familiar en el cual se ve inmerso, generando así, una doble sensación de angustia, por una parte la individual originada por la situación de desprendimiento y separación y la segunda por la reorganización, adaptación y reacomodación de la estructura familiar (Walsh, 2004).

Al respecto Martín (2008), menciona que no se puede despedir de un día para otro a una pareja puesto que su presencia en los pensamientos y sentimientos suele ser grande y constante.

Consecuencias Físicas

Hetgerington y Arastech (1988, en Montenegro, 2002), afirman que tanto hombres como mujeres pueden presentar problemas físicos y psicológicos como consecuencia de la separación.

Las complicaciones de tomar la decisión de separarse pueden afectar directamente a la salud de las personas, esto debido a la cantidad de estrés que implica enfrentar esta clase de situación.

Para Sureda (2007), las principales reacciones físicas ante la pérdida se ven claramente reflejadas en la pérdida de peso, la falta de apetito, una alteración en el sistema inmunológico, hipersensibilidad a los ruidos; la pérdida o disminución de las ganas de tener relaciones sexuales, insomnio, sensación de ahogo y opresión así como resequedad bucal, falta de energía y ganas de llorar.

Enfermedades como la hipertensión, úlcera de estómago, colitis y ataques de corazón pueden ser otros de los efectos físicos que suelen reportar las personas que atraviesan por esta vivencia (Rojas, 2003).

Montenegro (2007), reporta que las consecuencias más visibles en las personas que atraviesan por el proceso de separación, se observan en conductas antisociales, trastornos psicósomáticos, alteraciones en el sistema inmunitario, la presencia de infecciones u otras enfermedades, así como una mayor incidencia en el alcoholismo y la drogadicción.

Consecuencias Psicológicas y Emocionales

En muchas ocasiones tienen que transcurrir varios años, ya que la secuela emocional que se deja como consecuencia de la experiencia de separación se torna en añoranza de lo perdido o por el contrario se transforma en una hostilidad consecuencia de no haber elaborado con pericia la pérdida de la persona estimada (Sandoval, 1990).

Algunos autores como Alfonso (2009), Montenegro (2002, 2007), Attie (1989) y Sureda (2007), consideran que es entre seis meses a dos años el tiempo aproximado en el cual los síntomas psicológicos y emocionales relacionados con la pérdida comienzan a perder fuerza.

Y es que la reacción ante esta clase de situaciones conflictivas resulta muy variable puesto que está en juego el sentir y pensar de la persona junto con la manera en cómo está viviendo la separación de su pareja.

Algunos autores como Sureda (2007), y Stecca (2004), consideran que la reacción psicológica y emocional que se da ante una pérdida de esta magnitud es similar a la que implica atravesar por un proceso de duelo, ya que no solo se queda atrás una relación altamente significativa sino también un estilo de vida el cual causa un estado de sufrimiento, ira, aflicción, miedo y dolor similar al experimentado ante la muerte de un ser querido.

Alberdi (1999, en Ramírez, 2003), al respecto comenta que el fallecimiento del cónyuge es mucho más grave que una separación, pero resulta menos problemática ya que el fallecimiento suele estar más regulada y socialmente aceptado que la persona que está separada de su pareja, originando un estrés similar.

Montenegro (2002), coincide con la opinión de Sureda en el sentido de que el impacto emocional por esta pérdida afecta la percepción del individuo que la está experimentando así como de su mundo lo que origina una sensación de pérdida de la orientación, pérdida de la identidad y pérdida de los objetivos que se quieren alcanzar.

Alfonso (2009), considera que el nivel de malestar y el dolor producido por esta experiencia serán distintas en cada persona, puesto que la historia de vida elaborada a partir del matrimonio posee implicaciones emocionales y sociales ante los roles de “esposa o esposo” y que después de este evento son relegados por un estado de soltería que puede producir sentimientos de soledad poniendo en tela de juicio la decisión tomada.

Sarquis (1995), comparte la idea de que la separación es también un duelo y por lo tanto tendrá repercusiones importantes en todos los miembros de la familia, lo que requerirá de la habilidad y la pericia de cada uno de ellos para volver a ajustar la funcionalidad de la misma. El significado y las consecuencias de la separación dependerá de la etapa del ciclo vital por lo cual se esté atravesando. Así mismo, variará el manejo que se le dé por parte de la pareja a la situación y a la etapa posterior a la misma.

Otros de los efectos más comunes descritos por la literatura apuntan a que se origina una baja autoestima, así como un esfuerzo considerable por rescatar su propia autoimagen, depresión, conductas antisociales, sensación de culpabilidad, rabia y ansiedad (Alfonso, 2009; Montenegro, 2002).

Por su parte Sánchez (2012), menciona que entre las emociones que pueden llegar a experimentarse se encuentran la frustración, el desahogo, gusto, decepción, alivio e impotencia.

Sociales y Familiares

En múltiples ocasiones se encuentra que las parejas por más deteriorada que este la relación atrasan la decisión de romper la relación por los probables comentarios que personas externas al núcleo familiar puedan tener con ellas (Rojas, 2003).

Con la ruptura de la relación, también la red de relaciones con la familia y amigos en común, previamente tejida por la pareja, comienza a sufrir rupturas. Las relaciones con la familia extensa tienden a modificarse ya que pueden generar más conflictos mientras que las relaciones con los amigos suelen sufrir modificaciones en tanto que la persona que está al cuidado de los hijos debe brindarles más cuidados a estos últimos (López, 2010).

Sureda (2007), comenta que una persona que recientemente atravesó por la separación de su pareja o algún otro tipo de duelo emocional refieren tener las ganas de rechazar estar con otras personas, así como de aislarse de sus conocidos.

Tanto las consecuencias como las causas que orillaron a la pareja a separarse tienen su importancia. Algunas de las causas deberían considerarse como prioritarias para generar una separación. En los casos de violencia, por ejemplo, se torna difícil tomar la decisión aunque los motivos por los que se presenta suelen ser variados. Como capítulo complementario se hablará un poco más sobre este tema.

CAPITULO 4

VIOLENCIA

“Las cosas que no he dicho pululan en mi interior
como fantasmas lastimeros”
A. Polgar

Un fenómeno que se ha podido reproducir a niveles cada vez más complejos es la violencia. Este suceso parece que puede perpetuarse de manera abierta y otras en lo más privado de las relaciones conyugales. El problema real ante este tipo de situaciones es que cada vez comienza a “normalizarse” haciendo de este tema algo cotidiano visto tanto en los medios de comunicación como en la vida de las familias.

Definiciones de violencia

Para Larrain (1994), la violencia es entendida como una forma de ejercer poder sobre alguien que está situado en una posición de inferioridad o de subordinación en una escala jerárquica.

Por su parte, Bulhan (1985, en Kalbermatter, 2006), hace referencia a la violencia como:

“cualquier proceso, relación o condición, por el cual un individuo o grupo viola la integridad física y/o social, y/o psicológica de otra persona o grupo, generando una forma de integración en la que este proceso se reproduce (14pp)”.

En este sentido se puede observar que la violencia no se trata solamente de un impulso agresivo o un lapso de enojo, sino que tiene como objetivo dañar a otro y en este particular caso a la persona con la que se mantiene una relación, la pareja.

La mayoría de los casos en los que se suscita la violencia dentro del vínculo conyugal refieren que esta va del hombre hacia la mujer, siendo esta última la más afectada dependiendo del tipo de violencia ejercida. Se estima que la prevalencia de la violencia doméstica reportada en México se encuentra entre el 30 y el 60%. Sin embargo las instituciones de salud únicamente llegan a tener una vaga idea de lo que realmente sucede ya que no todas las personas se atreven a denunciar (Rivera, 1998; MacFarlane, 1989; Saucedo, 1996; en Méndez et. al., 2003).

Según la asamblea general de las Naciones Unidas (en Herrera, 2009), la violencia contra la mujer es un acto de violencia con resultados dañinos ya sea

de manera física, sexual o psicológico, que también pueden incluir amenazas, la coerción o la privación de la libertad.

Tipos de violencia

Según Torres (2005) en toda relación humana van a existir disconformidades y conflictos. Algunas de estas manifestaciones pueden convertirse en algún tipo de violencia. Este autor divide la violencia en diversas modalidades.

- **Violencia física:** Una de las formas más evidentes en la cual se incluyen los golpes, heridas, mutilaciones y homicidios. Todas estas expresiones pueden resultar evidentes a simple vista y muchas otras no ser percibidas al encontrarse de manera interna. Este tipo de violencia incluye también la omisión o privación de alimentos, medicinas y la posibilidad de abandonar el domicilio conyugal.
- **Violencia psicológica:** Este daño se refleja en el ámbito emocional y se da a través de críticas, mentiras, ridiculizaciones, chantajes, sarcasmos, silencios, ofensas, bromas hirientes, aislamiento y amenazas que impactan en la integridad psíquica del sujeto trayendo como consecuencias la confusión e incertidumbre así como una reducción en la autoestima y propiciando la aparición de alteraciones físicas.
- **Violencia sexual:** Esta modalidad puede incluir las dos variantes anteriores a las que se le suman conductas como obligar a tocar el cuerpo del agresor, prácticas sexuales no deseadas (prostitución y violación), acoso y hostigamiento.
- **Violencia económica:** Esta manifestación pretende controlar y someter a otra persona a través de la disposición y el manejo de los recursos materiales que se poseen.

Las distintas formas de ejercer violencia pueden venirse repitiendo y estabilizando dentro de la relación y a su vez aumentar su fuerza y periodicidad a través del tiempo (Matud, 1999; Sarasua, Zubizarreta, Echeburua y Corral, 1994: en Matud, 2002).

En un intento por prevenir y desarrollar habilidades de convivencia en el noviazgo para crear un ambiente igualitario y respetuoso, Poo y Vizcarra (2011), diseñaron e implementaron una serie de talleres para prevenir la violencia a 31 estudiantes universitarios de la universidad de Chile. Seis meses después de concluidos los talleres realizan diversas entrevistas entre los participantes encontrando que esta información y conocimientos sobre el tema prevalecen en los jóvenes.

Tal parece que las habilidades de convivencia muestran una deficiencia en la manera en que las parejas se ponen de acuerdo con sus decisiones y como es que resuelven sus conflictos. Rodríguez y Córdova (2009), pretendieron

detectar cual era el tipo de violencia prevaleciente en 45 familias de bajo nivel socioeconómico y pudieron observar que la violencia no era en su mayoría física sino más bien verbal y que estas tendían a subir de intensidad ocasionando daños morales. Estas peleas se daban con frecuencia al abordar cuestiones domésticas y sobre la familia.

Otro estudio realizado por Garrido, Reyes y Ortega (2007), pretendía identificar los procesos de negociación que utilizaban las parejas en relación con las actividades hogareñas. De un total de 30 parejas entrevistadas se encontró que la mayoría de ellos negociaban (53.3% los hombres y 43.3% las mujeres), el 3.3% de hombres y el 16.7% de mujeres primero reñían y después se ponían a negociar, mientras que el 13.3% dejaba los arreglos para después. Con este estudio se pudo encontrar que el varón poco a poco va adquiriendo más responsabilidades dentro de los quehaceres del hogar.

Moral, López, Díaz y Cienfuegos (2011), a través de un estudio pretendieron describir aquellas diferencias de género en cuanto al afrontamiento de los problemas de pareja y observar su relación con violencia en la pareja tanto recibida como ejercida. De un total de 400 participantes, 223 mujeres y 177 hombres de entre 18 y 64 años, no se encontraron diferencias significativas entre los estilos de afrontamiento, ya que ambos géneros ejercen violencia con la misma frecuencia. Sin embargo se puede encontrar que las mujeres atenúan sus reportes de quejas y los hombres por su parte las incrementan. También se encuentra que son los hombres que tras una pelea intentan atenuar el conflicto mediante manifestaciones de afecto. Se puede observar un patrón agresivo-activo en el cual no se sabe cómo manejar los conflictos con la pareja siendo incapaces de modificar su perspectiva y necesidad. Esto conduce a adoptar estrategias de evitación pero al final descargan violencia contra su pareja haciendo que esta reaccione a su agresor.

Las estrategias que ambos cónyuges puedan utilizar para mediar sus conflictos, de manera adecuada, pueden tener efectos benéficos en la relación. Sin embargo cuando la violencia no es percibida como tal, probablemente por falta de conocimiento, o se convierte en una lucha recíproca, las cosas comienzan a tomar otro contraste deshabilitando las etiquetas de víctimas y victimarios.

Zarza y Frojan (2005), a través de un estudio de la violencia doméstica en mujeres latinas residentes en Estados Unidos, analizaron los episodios de violencia con sus parejas con la finalidad de encontrar ciertas variables presentes en este fenómeno. La muestra estuvo conformada por 46 mujeres de entre 15 y 59 años que vivieran con sus parejas. Se encontró que el 33.2% sufrían violencia del varón a la mujer, el 31.2% comentaron que la violencia era recíproca entre ambos y un 35.5% informó no estar atravesando por episodios violentos. Con estos resultados los autores afirman que los episodios de violencia que han experimentado las mujeres tienen relación con episodios previos de violencia en el último año. Además se encuentra que la violencia se convierte en una forma de interacción habitual y que puede ser un factor precipitante de más eventos violentos de manera que se retroalimenta el fenómeno aumentando sus efectos.

Las consecuencias violentas suelen reflejarse en varios aspectos de la vida de aquellos que resultan salir lastimados de estas relaciones familiares. En un intento por explorar la frecuencia y las formas de la violencia doméstica contra la mujer y sus repercusiones en la salud, Ramírez (1997), llevó a cabo un estudio piloto a través de 57 cuestionarios en tres zonas de Jalisco, México. Los resultados obtenidos muestran que el 46% de las mujeres encuestadas reconocen que en algún momento de su relación han sido víctimas de violencia por parte, principalmente, de su pareja. El 33% de las mujeres reportan que han sido insultadas, mientras que el 20% han sido golpeadas y un 10% han sido violentadas sexualmente. Las repercusiones emocionales encontradas van desde la tristeza, la depresión, nerviosismo e insomnio.

Estas repercusiones emocionales potencializan el problema con la posible aparición de patologías mentales que entorpecen la calidad de vida de las mujeres. Labrador, Fernández y Rincón (2010), hablan sobre las posibles características y sintomatología en mujeres que fueron víctimas de violencia en un estudio realizado a 212 mujeres. Sus resultados apuntan a la presencia de constantes recuerdos desagradables y recurrentes sobre el maltrato, hiperventilación, problemas de sueño, de concentración e hipervigilancia. Se observa que el 69.6% presentan depresión o deterioro de sus redes sociales y/o familiares. El 44% ha tenido ideas suicidas pero en general se concluye que poseen una baja autoestima, una inadecuada concepción de sí mismas, escasa sensación de valía y culpa.

Una vez que se identifican estas áreas es posible ayudar a estas mujeres a salir adelante o sobreponerse a la situación.

Rocha (2009) llevó a cabo una investigación para identificar los indicadores que constituyen el proceso de empoderamiento de mujeres divorciadas a través de entrevistas semiestructuradas a 3 mujeres. En este estudio pudo encontrar que la cultura, el sometimiento y la carencia de afectividad provocan un desbalance en el poder dentro del vínculo conyugal y que sin importar el nivel socioeconómico, ni el nivel de escolaridad, las participantes del estudio aceptaron la subordinación ante su pareja. Sin embargo pudo encontrar que ante un mayor nivel de escolaridad a la mujer se le facilita el tomar la decisión de abandonar esa relación violenta siendo las mejores posibilidades económicas y la responsabilidad de tener hijos lo que las impulsa para seguir adelante.

En una investigación realizada por Mancilla (2009), cuyo propósito era detectar los indicadores de violencia "amorosa" mediante la aplicación de entrevistas a 43 familias, se encontró que el 46.51% de los padres de familia habían sido educados mediante el uso de golpes y castigos severos de manera abierta y que ahora ellos los repetían de manera encubierta. También se encontró que el 53.43% de ellos repetían los mismo patrones de convivencia de violencia o maltrato encubierto mediante el uso de humillaciones, anulaciones o eran obligados a realizar cosas que les desagradaban. En todos estos casos las familias no se percataban de que eran generadores de violencia y la viven tanto con sus parejas como con sus hijos e inclusive con sus hermanos.

Después de haber revisado las diferentes modalidades de violencia, como parte de los factores que orillan a tomar la decisión de separarse, se brinda a continuación una mirada a lo que significa “salir adelante de esta situación”, es decir lo que es el afrontamiento.

CAPITULO 5

AFRONTAMIENTO DE LA CRISIS O COPING

“Cuando no se puede volver atrás,
solo hay que buscar la mejor forma de avanzar”
P. Coelho

CONFLICTO, CRISIS Y ESTRÉS

Cada vez que se habla de conflicto puede venir a la mente situaciones en las que existe algún tipo de problema. Muchos de estos problemas no necesitan de una mayor intervención porque se solucionan por sentido común o por situaciones de ensayo y error.

Sin embargo, también existe la posibilidad de que ciertas vivencias y experiencias posean una carga física y psicológica tan pesada que su resolución sea aún más complicada y requiera de alguna forma de enfrentarla.

Para Sureda (2007) el conflicto también forma parte de la vida siendo así una experiencia no grata que está generalmente acompañada de emociones como la ira, el miedo, la culpa y que da origen al dolor y la sensación de malestar. También considera que el conflicto se compone de dos fases:

- a) Fase de Paz: comprende un periodo de modulación de las diferencias que puedan surgir durante la relación, mismas que dieron paso al conflicto inicial.
- b) Fase de Conflicto: esta fase comprende tres etapas: 1) el nacimiento del conflicto, es aquí donde la relación comienza a tornarse un estado de competición sin poseer conductas repetitivas; 2) el estallido, comienza una competencia clara entre ambas partes dejándose entre ver una clara renuencia a abandonar su posición; 3) la guerra, esta etapa se convierte en destructiva cuando comienza a surgir el deseo de perjudicar al otro y donde es frecuente observar el surgimiento de violencia física o verbal.

Los conflictos se pueden presentar durante la separación de la pareja y tendrá resultados variables, mismos que pueden ser modulados por las características personales, las habilidades sociales que posean los sujetos y la reacción que se tenga ante la noticia (López, 2010).

Burr y Klein (1994, en McKenry, 2003), consideran que las crisis pueden ser catalogadas en diversos niveles. Estos son:

- 1) Nivel 1. Ocurre cuando un suceso estresor afecta a la familia o la pareja por lo que tienen que recurrir a sus propias estrategias de afrontamiento para resolver la situación. Estos conflictos se ven como simples discusiones de la vida.
- 2) Nivel 2. Cuando ciertos problemas cotidianos son lo suficientemente severos, y las maneras en que antes eran resueltos no son suficientes para resolver la situación, va a provocar una crisis.
- 3) Nivel 3. En ciertos casos se presentan eventos altamente estresantes, por más que la familia o pareja intenta reagruparse y adaptarse a la situación resulta prácticamente imposible hacerlo.

De esta manera, las situaciones conflictivas y aquellas que se consideran crisis tendrán un impacto en el organismo. Esta respuesta del organismo ante alguna situación interna o externa que se percibe como amenazante, provocará la movilización de recursos fisiológicos y psicológicos para hacer frente a la amenaza. A esta condición se le conoce como estrés (Buceta, Bueno & Mas 2001).

Jex (1992, en Omar, 1995), considera que el estrés posee al menos tres definiciones: 1) es un estímulo (una fuerza externa que está sobre un objeto o persona), 2) una respuesta (respuesta del organismo ante algo que lo está forzando o violentando) y 3) la relación entre estímulo y respuesta (la interacción entre los estímulos estresores y las respuestas del individuo).

Pero esta respuesta del organismo, al aumentar de manera considerable, hará posible que se desarrollen alteraciones en la salud impactando al sistema respiratorio, inmunológico, cardiaco, dolores musculares, bucodentales y dolores de cabeza. Para hacerle frente a esta situación, la persona que atraviesa por una circunstancia estresante será capaz de percibir y valorar sus propios recursos (Buceta, 2001).

Las experiencias que acompañan a las personas que han atravesado por un proceso de separación o divorcio suelen ser variadas, la manera en que se adaptarán a la nueva forma de vida también serán variables además de que el resto de los miembros de la familia se verán afectados por la situación generando niveles diferentes de estrés (Dowling, 2008).

Alfonso (2009), comenta que no todas las personas están completamente preparadas para enfrentar este tipo de eventos altamente estresantes, que solo pueden ser comparadas con la muerte de una persona o la pérdida del empleo, esta condición dependerá mucho de las características individuales, entre los que destacan el ambiente donde las personas crecieron así como la manera en que fueron educadas, y la forma en que se les enseñó a resolver conflictos. El tipo de experiencias que alimentan la capacidad de enfrentar situaciones conflictivas, ya sean éxitos o fracasos previos, aumentarán la resistencia a estas crisis.

AFRONTAMIENTO DE LA CRISIS O COPING

Según el diccionario de la real academia de la lengua española (2011), afrontar se refiere a hacer frente a un enemigo, peligro, problema o situación comprometida.

De hecho, Fernández-Abascal (1997), propone que existen estilos de afrontamiento y estrategias de afrontamiento. Los estilos serán aquellas predisposiciones personales para usar una u otra estrategia, mientras que las estrategias de afrontamiento serán procesos concretos utilizados en un determinado contexto y que pueden ser modificables dependiendo de las condiciones que han llevado a ponerlos en marcha.

Sandoval (1990), considera que en lo que respecta a la separación de la pareja se tienden a activar mecanismos defensivos, ya que las ideas de desesperación y de mutilación comienzan a generar estrés mismo que estará mediado por la intensidad y el momento, es decir si este acontecimiento resulta sorpresivo o ya era un evento esperado. Las defensas que este autor menciona son el aumento de la agresión, (esto con la finalidad de menospreciar a la persona ausente), la racionalización (para justificar la pérdida), la indiferencia (función protectora contra el dolor ocasionado) y por último la sustitución del objeto amoroso perdido.

Ante estas ideas, Omar (1995), plantea que las estrategias o estilos de coping son respuestas cognitivas y comportamentales que son utilizadas por las personas cuando se presentan sucesos amenazantes y/o estresantes, mismas que ayudan a manejar y tolerar esta clase de eventos.

Snyder (2001), comenta que las estrategias de coping (estrategias de afrontamiento) estarán compuestas por pensamientos, sentimientos o acciones que están encargados de preservar un estado psicológico estable cuando este se siente amenazado, reduciendo así los posibles impactos negativos como consecuencia del evento estresante. Así mismo Snyder considera que las estrategias de afrontamiento serán variables de persona a persona ya que tanto la personalidad como los factores históricos y los factores situacionales impactan directamente en estas estrategias, es decir que cada persona interpretará de modo diferente un estresor y por lo tanto reaccionará diferente ante él.

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Partiendo de las definiciones antes expuestas sobre el significado del afrontamiento se entiende que para que una estrategia de afrontamiento realmente lo sea, esta tiene que implicar un esfuerzo más allá de una respuesta automática. Dentro de la clasificación de las mismas se considera que ninguna estrategia es mejor que otra, sino más bien que la calidad de la misma se verá reflejada en sus efectos ante determinada situación (Lazarus, 1991).

Snyder (2001), propone ciertos factores que facilitan a las personas entrar en el proceso del afrontamiento, de manera que puedan utilizar las estrategias.

Entre estos factores tenemos el obtener apoyo social, hallar un nuevo propósito o sentido, usar el humor, compararse con otros que se encuentran en condiciones peores, confiar en alguien para contarle secretos sin sentirse juzgado, permanecer activo, distraerse, perdonarse y buscar servicio psicológico.

Al mismo tiempo Snyder (2001), considera que también existen factores que impiden el proceso como es el encerrarse o enfocarse en uno mismo, meditar exhaustivamente en el problema, postergar la tarea a realizar, comportamientos hostiles.

Por su parte, Lazarus (1991), propone que la manera en la que un individuo pueda afrontar la situación estresante, estará influida por los recursos y las limitaciones que se posean dentro del mismo contexto del individuo, así como la habilidad que tenga este para manejarlos. En este sentido clasifica las estrategias de afrontamiento en físicos, psicológicos, sociales o de aptitudes y los recursos materiales.

- En el plano físico se encuentran aquellos recursos que tiene que ver con la salud y la energía del individuo en el momento que se presenta la situación estresante.
- Los recursos psicológicos están encaminados a aquellas creencias positivas que se tienen sobre uno mismo. La fe y los compromisos también empujan al individuo a resolver su estado.
- Los recursos sociales o aptitudes tienen que ver con la resolución del problema que van desde la obtención de la información necesaria para la solución, el análisis del resultado y la planificación y ejecución de un plan a seguir. Las habilidades sociales como la capacidad de comunicarse y cooperar con otras personas son importantes formas de afrontamiento. El uso de apoyo social, es decir, poder recibir apoyo emocional o informativo respecto al suceso estresante.
- Los recursos materiales como el dinero o los bienes que se posean. En este aspecto el poseer los recursos monetarios puede ayudar considerablemente a amplificar las opciones de afrontamiento.

Así mismo este autor menciona que pueden existir condicionantes personales (como los valores y creencias internalizadas) condicionantes ambientales (dinero y bienes así como la asistencia de instituciones) y el grado de amenaza (significativa o no para el individuo) que limiten considerablemente el espacio de acción para poder aplicar las estrategias de afrontamiento.

Algunas investigaciones realizadas en torno a las estrategias y formas en que las personas afrontan sus problemas muestran una serie de acciones tanto dinámicas como pasivas.

Una de estas investigaciones fue la realizada en la universidad de Almería, España por Castaño y León (2010), donde se pretendió relacionar los estilos de conducta interpersonal y las estrategias de afrontamiento ante el estrés en 162 estudiantes. Se encontró que aquellas personas extrovertidas tienden más a utilizar estrategias activas como lo son buscar ayuda y expresar abiertamente sus emociones, mientras que las personas introvertidas hacen uso de las estrategias pasivas como son pensamientos ansiosos, autocríticas, una considerable reducción de las relaciones interpersonales y la evitación del contacto social.

Por su parte González, Montoya, Martina y Bernabeu (2002) hicieron un trabajo de investigación para encontrar la incidencia de la edad, género y el nivel de bienestar sobre los estilos y estrategias de afrontamiento, así como la relación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento. Para la realización del estudio se invitó a 417 adolescentes de entre 15 y 18 años de edad. Se pudo encontrar que existe una relación entre un alto nivel de bienestar con aquellos estilos de afrontamiento dirigidos a la resolución del problema y a relacionarse con los demás. Se puede observar que las mujeres utilizan más que los hombres la estrategia de relacionarse con los demás, además de ser estas las que tienen un mayor repertorio de estrategias de afrontamiento pero menor habilidad para afrontar los problemas que los varones. Por su parte los varones utilizan más las distracciones físicas, ignorar el problema y reservárselo para sí mismos con más frecuencia que las mujeres. También se observa que son las mujeres las que buscan menos ayuda profesional. En ambos casos se observa que se buscan más las diversiones relajantes para afrontar la situación.

Es así, que en situaciones que generan estrés y dependiendo de la evaluación subjetiva del evento y de aquellos sentimientos que se generan a partir del evento, surgen las estrategias de afrontamiento. Por ejemplo, Meyer (2007), aplicó un instrumento, Coping Inventory of Depression (CID) a 76 estudiantes universitarios con la finalidad de identificar la frecuencia de empleo de estilos de afrontamiento y la utilidad percibida de las mismas ante la depresión. Con este proyecto pudo encontrar que cuando es mayor la sintomatología depresiva se tiende a utilizar una mayor cantidad de estilos de afrontamiento. Entre estos estilos se encuentran el salir con los amigos y buscar actividades sociales, que fue la estrategia más reportada, buscar apoyo emocional mediante la expresión y comunicación del sentir, ignorar el problema y como la menos usada el buscar la ayuda de expertos.

MODELOS DE AFRONTAMIENTO

Para algunos psicólogos es importante considerar las maneras en que las personas viven y solucionan sus problemas. De hecho, diversas corrientes psicológicas con enfoque clínico pretenden dar soluciones a diversos conflictos

y enfermedades mentales. Sin embargo, la manera más pura de explorar estos escenarios es observar cómo es que se desarrolla la manera de enfrentar las situaciones que aquejan a la población en el momento en que se presentan los conflictos y es aquí donde los teóricos procuran dar una explicación a la manera de actuar de los individuos.

A continuación se revisan de manera general algunas de las teorías que han tenido el objetivo de explicar el comportamiento humano frente a situaciones conflictivas.

Lazarus (1991), comenta que los planteamientos iniciales de lo que sería el afrontamiento giraban en torno a dos modelos. El primero de ellos, el modelo animal, señala que el afrontamiento se da a partir de una serie de respuestas conductuales cuya finalidad consiste en la disminución del nerviosismo ocasionado por el evento con la finalidad de sobrevivir. La segunda propuesta se deriva de la teoría psicoanalítica que presenta el concepto de afrontamiento como pensamientos y actos capaces de solucionar problemas suprimiendo los niveles de estrés.

El modelo fenomenológico cognitivo de Lazarus y Folkman (1980; en Omar 1995), propone que los estresores son transacciones entre la persona y el contexto que puede resultar amenazante para el individuo, o por lo menos así lo percibe, la persona será aquella quien este en contacto activo con el contexto y el coping serán las respuestas a esas transacciones.

En este modelo se encuentran dos métodos de coping: comportamentales y cognitivos. A esto se les suman dos categorías de estrategias, aquellas enfocadas al problema y las que están enfocadas a la emoción. Tras una evaluación de la situación la persona analiza la relevancia o amenaza a su persona y en un segundo término evalúa sus propias opciones ante la amenaza.

El modelo bidimensional de estrategias intrapsíquicas de Krohne (1989; en Omar, 1995), propone dos principales estrategias de coping que son la de vigilancia y la de evitación. La primera refiriéndose al acercamiento y análisis con respecto al evento estresante. La segunda dando paso a la acción de replegarse para no resultar herido ante la amenaza. Estas estrategias están orientadas a cambiar la representación subjetiva del evento estresante dando paso a la clasificación de las personas en sensitivas, represivas, ansiosas y no defensivas.

El modelo de Aproximación – Evitación de Both y Cohen (1986; en Snyder, 2001), propone que existen dos caminos para afrontar una situación: evitar o aproximarse. La primera de estas alternativas consiste en que se comienza con una construcción mental individual y que esta va a variar de persona a persona. Se procede a una evaluación de la seriedad o grado de amenaza ante el suceso. Dependiendo de la relevancia que la persona le otorgue puede considerarse utilizar o no las estrategias de afrontamiento.

En caso de encontrarse que el suceso amenazante es severo puede no saber cómo reaccionar y terminar por rechazar el evento por un periodo de tiempo. Cuando esta negación se prolonga puede asociarse con algunas enfermedades.

Cuando la persona elige esta ruta de afrontamiento es porque no se percibe lo suficientemente capaz o no posee los recursos necesarios para tratar de lidiar con el evento estresante de una manera adecuada, puesto que lo considera sumamente angustiante.

Sin embargo, una vez que se pretende dejar de pensar en el evento se piensa más y más sobre el resultando en un impedimento para superarlo, ya que esta experiencia se hace cada vez más vivida lo que contribuye a amplificar aquellos pensamientos y pensamientos negativos sobre sí mismos y que resultan perjudiciales para el individuo.

En contra parte, las estrategias de aproximación comienzan con un periodo de negación del evento que es superado tras el reconocimiento del hecho. Con esto la persona infiere que puede originar cambios en el evento estresante.

Las diferencias individuales de cada persona proporcionan los recursos, físicos y psicológicos, para enfrentar la situación y que probablemente ya han atravesado por una situación similar.

A diferencia de las estrategias de evitación, donde al parecer no existen opciones de solución, en la fase de aproximación se puede elegir entre una amplia gama de ellas para así poder elegir la o las estrategias adecuadas.

Estas acciones permiten al sujeto prever con una actitud positiva el efecto de las estrategias de afrontamiento que ayuden a generar una disminución del nivel de estrés en comparación con el estrés inicial de cuando se suscitó el evento. Sin embargo algunos estresantes podrían requerir de un tiempo para poder utilizar las estrategias de aproximación por lo que las personas pueden fluctuar entre este proceso dependiendo de sus necesidades. Es así que se le conoce a las estrategias de afrontamiento como un proceso.

Para los fines de esta investigación se tomarán en cuenta los modelos de Aproximación – Evitación de Both y Cohen (1986, en Snyder, 2001) y el modelo fenomenológico cognitivo de Lazarus y Folkman (1980; Lazarus & Lazarus, 2006).

CAPITULO 6

MÉTODO

El divorcio y la separación de las parejas en la actualidad han alcanzado cada vez un mayor número de casos alrededor del mundo y de manera específica en nuestro país. Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEGI), en el año 1994, tan solo en el Distrito Federal, se registraron 57 391 matrimonios y 6 609 divorcios mientras que para el 2008 se presentaron 33 968 matrimonios y 7 692 divorcios. Cuando una pareja se separa, cada una de las partes vive esta situación y afronta el momento de manera distinta.

Sin embargo, para poder abordar la problemática se hace necesario entender esta realidad desde la perspectiva de quienes lo están viviendo, como lo están experimentando y afrontando con la finalidad de obtener un conocimiento orientado para que el psicólogo pueda diagnosticar, evaluar y elaborar estrategias de intervención adecuadas para cada caso.

Al consultar la literatura, se encuentra que a pesar de que se ha hablado sobre el tema de la separación y el divorcio, del amor y del desamor, existen huecos en la información respecto a cómo es que sobrepasan o afrontan esta situación y pueden continuar con sus vidas. Existe una carencia en las investigaciones sobre cómo se vive, las emociones experimentadas y la manera de afrontar este proceso de separación de su pareja. De hecho, diversas investigaciones realizadas en cuanto a situaciones de afrontamiento han estado dirigidas a situaciones estresantes que afectan a adolescentes, a pacientes con enfermedades crónicas y al estudio de diversas tipologías de estilos de afrontamiento. Todo esto bajo una metodología cuantitativa dejando la literatura enfocada al tema de la separación de la pareja de lado perdiendo la riqueza de la narración. Por lo tanto al explorar esta problemática desde la perspectiva de las personas que se encuentran inmersas en ese proceso, pero que muy pocas veces se toman en cuenta debido a la creencia de que este dolor es pasajero, ayudará a ampliar el conocimiento sobre sus efectos y posibles soluciones.

Esta situación es solo una de las múltiples problemáticas que se reciben en el Centro de Desarrollo Comunitario, y por la que asiste un mayor número de personas en el área de Psicología. Al estar realizando prácticas profesionales en esta Institución, se observa que tanto hombres como mujeres acuden a solicitar el servicio, en su mayoría por situaciones de infidelidad, violencia intrafamiliar o conflictos dentro de la relación por mencionar algunos. Son las mujeres quienes con mayor frecuencia acuden a solicitar el servicio de atención psicológica.

Ante la necesidad de comprender como viven y afrontan las mujeres la separación de su pareja surgen los siguientes objetivos:

Objetivo general:

Conocer la experiencia de afrontamiento de mujeres que atraviesan por un proceso de separación de su pareja que asisten al Centro de Desarrollo Comunitario Xochimilco.

Objetivos particulares:

- Profundizar en la vivencia que tienen las mujeres en el proceso de separación de su pareja.
- Conocer las emociones que experimentan las mujeres en el proceso de separación.
- Identificar las estrategias de afrontamiento que utilizan las mujeres que asisten al Centro de Desarrollo Comunitario Xochimilco, durante su proceso de separación.

Es así que para esta investigación surgen las siguientes interrogantes:

¿Cuál es la experiencia de afrontamiento de mujeres que actualmente atraviesan por un proceso de separación de su pareja?

¿Qué emociones experimentan las mujeres que están en proceso de separación?

¿Cómo afrontan las mujeres el proceso de separación de su pareja?

¿Qué estrategias utilizan las mujeres para afrontar el proceso de separación?

Muestra:

La muestra estuvo conformada por cinco mujeres entre 25 y 35 años de edad que estaban atravesando por un proceso de separación de su pareja, de la comunidad.

Escenario o contexto

Se realizó la presente investigación en el Centro de Desarrollo Comunitario Xochimilco ubicado en Av. Muyuguarda Col. Barrio 18 Delegación Xochimilco. En el centro se brinda atención en las siguientes áreas: psicológica, jurídica, trabajo social, médica, así como actividades deportivas y culturales.

En el área de Psicología se proporciona atención psicológica individual y grupal a adultos y niños. Así mismo se dan pláticas informativas y preventivas de las siguientes temáticas que son las más recurrentes solicitadas por los

padres: comunicación entre padres e hijos, escuela para padres (límites, vínculos afectivos, convivencia) problemas de conducta en la escuela (bajo rendimiento escolar, problemas de lecto-escritura, lenguaje, violencia y agresión hacia compañeros y maestros). De igual manera la población femenina solicita el servicio de psicología por problemas de violencia en la relación de pareja, problemas para separarse y también de cómo manejar el divorcio con su pareja y con sus hijos.

Procedimiento

De la población que asiste al Centro de Desarrollo Comunitario se les invitó a una conferencia, a través de carteles colocados en la institución, sobre el tema “¿Cómo tratar con los hijos el divorcio?”. Una vez concluida la plática se les hizo la invitación para participar a todos aquellos que quisieran participar compartiendo su experiencia de cómo viven y están afrontando la separación de su pareja.

Se presentaron en un primer momento 12 personas, nueve mujeres y tres hombres. Se les dio día y hora para su entrevista. Para la realización de las entrevistas, se utilizó un consultorio psicológico ubicado cerca de la institución, el cual fue equipado con una cámara Panasonic modelo SDR – H101. Dicho consultorio posee un escritorio donde fue colocada la cámara y dos sillones que brindaban la oportunidad a las participantes de elegir entre alguno de estos con la finalidad de que se sintieran cómodas promoviendo su desenvolvimiento durante la entrevista.

Sin embargo los hombres no se presentaron a las citas y solo acudieron cinco mujeres que se encontraban en un proceso de separación de su pareja y no vivían con ella actualmente. Sus edades fluctuaban entre los 25 y 35 años todas ellas pertenecientes a la delegación Xochimilco.

Cuando acudieron a la entrevista firmaron un consentimiento en donde se les informaba que se cuidaría su identidad, la confidencialidad de los datos proporcionados así como la posibilidad de videgrabarlas. Cada una de las entrevistas tuvo una duración aproximada de dos horas en donde se exploró las vivencias y experiencias de la separación de su pareja, así como las formas en que han venido afrontando esta situación. Para ellos se contó con una guía temática que contemplaba los siguientes puntos: Tiempo de convivencia. Como se tomó la decisión de separarse, quien la tomó, intentos para evitar la separación, las emociones experimentadas, la manera en cómo vive la separación, como era la relación antes y ahora, y la manera en que ha afrontado la situación.

Una vez concluidas las entrevistas se procedió a la transcripción de cada una de las narrativas. Posteriormente se comenzó a analizar los textos mediante la identificación de palabras y conceptos que se repetían frecuentemente a través de una comparación constante en los relatos. A partir de esta revisión se procedió a la elaboración de las siguientes categorías: la relación de la pareja antes de la separación, la relación actual, la vivencia de estarse separando, violencia física, violencia psicológica, emociones de la experiencia,

consecuencias físicas de la separación, consecuencias emocionales de la separación y las estrategias de afrontamiento.

Técnica de recolección de datos

Se utilizó una entrevista semiestructurada la cual posee la característica de estar conformada por preguntas que guían la entrevista pero el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar en los temas a explorar (Hernández, 2007).

Alvarez Gayou (2007), menciona que una entrevista es una conversación con estructura y un propósito que busca entender el mundo desde una perspectiva del entrevistado y desmenuzar los significados de sus vivencias con la finalidad de obtener descripciones del mundo de vida del entrevistado respecto a la interpretación de los significados de los fenómenos descritos.

Las entrevistas semiestructuradas tienen una secuencia de temas y algunas preguntas sugeridas. Presentan una apertura en cuanto al cambio de tal secuencia y forma de las preguntas, de acuerdo con la situación de los entrevistados (explicar brevemente el propósito del estudio y de la entrevista, aclarar el uso de la grabadora y preguntar si existe alguna duda).

Delgado (1995), propone que una entrevista trata de obtener información de carácter pragmático, de cómo los sujetos diversos actúan y reconstruyen el sistema de representaciones sociales en sus prácticas individuales.

Taylor & Bogdan (1987), dicen que las entrevistas cualitativas son flexibles y dinámicas determinando lo que es importante para los informantes antes de enfocarse. Estos encuentros cara a cara utilizan una lista de áreas generales en el que el investigador decide cómo va enunciar las preguntas y cuando formularlas, es una guía para recordar. El investigador debe contenerse y no expresar sus opiniones, debe permitir que la gente hable por lo que debe mostrarse atento y sensible.

La guía temática estuvo conformada por los siguientes temas: Tiempo de convivencia. Como se tomó la decisión de separarse, quien la tomó, intentos para evitar la separación, las emociones experimentadas, la manera en cómo vive la separación, como era la relación antes y ahora, y la manera en que ha afrontado la situación.

Para realizar el análisis de los datos se procedió en un primer momento a obtener las categorías correspondientes. Para realizar esto se tuvo que transcribir una a una las entrevistas para posteriormente hacer una lectura en donde se les asignaron códigos sobre lo expresado por las participantes.

Aquellos códigos que resultaban semejantes o con palabras repetidas se incluyeron en una sola categoría en donde se englobaba un mismo tema. Una vez conseguido esto se procedió al análisis e interpretación de los datos.

A continuación se presenta un cuadro en donde se integran las categorías que surgieron durante el análisis de las entrevistas.

ANALISIS DE DATOS DE CINCO MUJERES AL AFRONTAR LA SEPARACIÓN DE SU PAREJA

ENTREVISTADA YANIN	
RELACION ANTES DE LA SEPARACION	"...cuando nos juntamos mi pareja y yo, todo iba bien y bonito. Y entonces él empezó como a desubicarse, a andar con una y con otra mujer. Empezó a cambiar...nunca ha tenido el valor de decírmelo en mi cara "ando con otra persona" sino que a mí me gusta investigar y uno se entera...pasaban ¿ocho días o una semana?, se desaparecía y regresaba y volvíamos..."
RELACION ACTUAL	"...hasta la fecha él me dice "al menos yo no estoy mal como tú, porque hasta el psicólogo tienes que ir...tú necesitas terapias" "... Ya no quiero pelear...trato de no pelear pero es difícil, entre plática y plática ...él me dice algo que no me gusta, o a veces va de mal humor y nos ponemos a discutir...yo digo que si ya no nos viéramos, fuéramos felices... a veces ya ni peleamos nada más nos reímos...cuando va a visitarnos...les lleva cosas a los niños, y los regaña menos"
VIVENCIA DE SEPARARSE	"...el motivo de la separación fue porque siempre me hace a un lado a mí y a mi niño...le digo "¿sabes qué?, ya estoy harta. O te vas tu o me voy yo, pero esta situación no puede seguir así, todos los días gritas, todos los días golpes, ofensas, insultos... eso de vivir con insultos, con golpes, con maltratos, sin libertades como que tampoco..."
VIOLENCIA FISICA	"Cuando tuve a mi tercer bebé... él nos dejó al abandono... la primera vez que me embaracé me pegó...me espante...porque de que pega, pega fuerte...Siempre les ha pegado bien feo a mis niños..."
VIOLENCIA PSICOLOGICA	"...siempre me decía "te ves gorda" y yo le decía "¡ay si hombre, déjame estoy gorda! ¿Cuál es el problema?, tú me conociste gordita" y me dice "si pero ahora estas más gorda...tu sin mí no eres nada, por mi comes, sin mí, tú no eres nada, no sabes hacer nada".
EMOCIONES	"Me volví...fría,... no puedo estar sola, porque me da por llorar... se me ha venido como odio hacia él...Antes sentía ansiedad, miedo de verlo, ahora, siento mucho rencor... aún estoy insegura de todo".
CONSECUENCIAS FISICAS	"...bajé de peso..."
CONSECUENCIAS FAMILIARES	"...desde que nos separamos mis niños se me están enfermado bien feo a cada rato. A uno le botaron unas ampulitas y el otro se engrano de la cara".
CONSECUENCIAS EMOCIONALES	"...soy más enojona...más gritona... miedosa..." Hasta mi mamá me dice "estás amargada"...A mí me gustaba bailar, la música y ahora ya todo eso me molesta...si está todo callado mejor para mí..."
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	"Dedicarme a realizar mis actividades...acarrear el agua, eso de bajar y subir escaleras como que hace que uno se distraiga...me gusta ir dejar a mis hijos a la escuela porque hay tanta gente que ya nos habla...Buscar trabajo...distrarme, despejarme y así. Como que con las terapias y los martes que estamos con un proyecto de préstamos y tenemos que ir a junta cada ocho días, la semana se me va bien rápido...todo lo que me pasó se lo he contado a una señora y nos hicimos muy amigas entonces ella fue la que me dijo que viniera al DIF...a ella le contaba todo, haga de cuenta como que se desahoga uno".

ENTREVISTADA CONCEPCION	
RELACION ANTES DE LA SEPARACION	“...al principio de nuestra relación yo hacía todo para que él estuviera bien,... trataba de complacerlo en todo, en lo económico, sexual...al grado de que yo hacía como que no veía...yo era la que proveía económicamente...él no era un buen proveedor...se concretaba con dar un gasto semanalmente...yo me enfocaba a vestirlos y calzarlos, no me hacía cargo de los gastos de la casa...siempre viví con mis papás y ellos me decían “Necesito lo de la luz, lo del gas, el Internet, el teléfono” me molestaba mucho cuando me lo pedían y era cuando yo tenía problemas con él...Sexualmente yo me sentía utilizada era de todas las noches y a la hora que él quería y llegaba y a lo que va”.
RELACION ACTUAL	“...últimamente nos hemos visto... me mueve mucho el tapete...en este momento está como reconquistándome...Le digo: “¿Por qué ahora?...Y él me contesta “Porque nunca es tarde y sé que cometí muchos errores”...él llega y me da un beso o me toma de la mano y yo lo acepto, por fuera digo no y por dentro digo sí. Fuimos a un hotel y tuvimos relaciones y me gustó...parecemos amantes porque nos estamos escondiendo...Él me propone irnos a vivir lejos de aquí donde nadie nos conozca...pero tengo miedo que vuelva a caer en sus infidelidades”.
VIVENCIA DE SEPARARSE AFRONTAMIENTO	“...ya eran varias infidelidades...empecé a recibir amenazas vía telefónica, me decían que mi esposo era infiel...que lo dejara que no fuera tonta...que parecía que no lo dejada porque me tenía embrujada ...ante las llamadas constantes que aún en día sigo recibiendo... me llevo a tramitar los tramites, los papeles del divorcio. El día del divorcio yo quería...tenía la esperanza que él me dijera “Sabes no me quiero divorciar” pero en ese momento no lo escuche estaba enojada....Él lo dijo...pero la juez dijo “no es que quiera, es que ya se tiene que divorciar, porque tiene una acusación de violencia intrafamiliar”.
VIOLENCIA FISICA	“...en una ocasión él se enojó mucho conmigo no sé qué le pasó, me pegó, me dio una cachetada, me aventó...nunca lo había hecho.... Y que levantó un acta por violencia intrafamiliar”.
EMOCIONES	“Después de la separación...La primera semana me sentía muy tranquila...eso creía, estoy muy confundida...a veces me siento muy deprimida...”.
CONSECUENCIAS FISICAS	“...al principio de la separación me da insomnio y en ocasiones no me acordaba de las cosas que tenía que hacer”.
CONSECUENCIAS FAMILIARES	“...en la actualidad ya no es el círculo de mi esposo sino mis papás...creo que en el fondo siempre quisieron el divorcio...Cuando decido terminar esa relación los veo con su carita feliz, como diciendo “¡No te preocupes!, va a llegar otra relación...ellos están enojados porque yo convivo con mi ex marido...mi hijo se volteó en contra mía...él decide quedarse con su papá... me dice que yo no soy su mamá...”.
CONSECUENCIAS EMOCIONALES	“...no sé qué tengo...no sé si necesite algún fármaco o si estoy deprimida... me dan muchas ganas de llorar y no tengo ánimos de nada... tengo miedo a volver a caer en lo mismo y no cambiar”.
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	“la forma en que he afrontado la separación, pues he buscado nuevas amistades, me he dedicado a otros quehaceres y actividades...he buscado apoyo psicológico...estoy en un grupo en que está en contra de la violencia hacia las mujeres...Me metí a bordado, cómputo, zumba, natación, fui a ver lo de mi situación académica.....trato de cansarme para llegar y dormirme”.

ENTREVISTADA ITZEL	
RELACION ANTES DE LA SEPARACION	“...desde un principio la relación no fue buena, teníamos 8 meses de novios... en una semana nos casamos, fue un matrimonio por conveniencia... Teníamos pleitos, pero el más fuerte era que él no quería que trabajara... estaba desgastando la relación... Siempre que nos peleábamos él se iba de la casa...regresaba pidiéndome perdón me decía que iba a cambiar y si cambiaba un poco, quince o veinte días y parecía que todo volvía a ser como antes...Fueron muchísimas ocasiones en que se fue de la casa, no recuerdo ni cuantas... se fue, por lo regular duraba fuera de la casa una semana y después regresaba... yo volvía a comenzar de cero, como si no hubiera pasado nada...cuando él regresaba yo decía “Ya no va a volver a pasarme” y él me decía “Ahora si va enserio” y yo otra vez volvía a confiar. Yo creo que eso fue que pasaran tres años...”.
RELACION ACTUAL	“...La relación siempre fue “tú me haces y yo te hago”, por parte de los dos...apenas me lo encontré hace dos semanas... mi primer reacción fue explotar contra él... estaba enojada... nuestra relación siempre fui “estamos bien tú y yo, puedes ver a las niñas, no estamos bien o no veo algo que me parezca, no ves a las niñas”...en cuanto al divorcio, siento que lo último que queda de nuestra relación es ese papel, como para decir “todavía soy tu esposa”.... sé que en el momento en que pase eso ahora si ya no va a haber nada”.
VIVENCIA DE SEPARARSE AFRONTAMIENTO	“Yo sentía.... presentía, me decía, “algo está ocultado, algo está mal, lo siento raro” y empecé a buscar, me ponía a investigar hasta que encontraba algo...se presentó una infidelidad...y sembró en mi unos celos enfermizos...cuando se fue de la casa tenía la esperanza de que fuera como las demás veces que después regresaba. ...pero no fue así.... Un día regreso a la casa por sus cosas y le dije “vamos a regresar ¿sí o no?” y él me dijo “Si, estoy de acuerdo. Pero vas a aceptar que yo ande con alguien más, que salga, que siga con mis relajos, todo lo que yo quiera hacer lo voy a hacer, esas son mis condiciones ¿aceptas?... y yo tontamente le dije que si... regreso” y le dije “no creo que pueda aguantar todo”... él se iba y regresaba... yo ya no hacía nada, mi entorno giraba solamente a él, a la casa, a cuidar a mis hijas...y constantemente me la pasaba pensando “Ahora que estrategia voy a hacer para que regreses”...he aprendido a vivir con esto... en el fondo, dentro de mi sé que no es lo correcto... sigo esperando que un día regrese.... lo espero, lo deseo, me pregunto ¿para qué? no sé.....”.
VIOLENCIA PSICOLOGICA	“Ante las constantes peleas él empezó a insultarme y después yo me sume a ella... él creó en mi un autoestima muy baja. Me decía “Tienes suerte de que me haya casado contigo, “tienes suerte de que me haya fijado en ti, porque pues alguien como yo no se hubiera fijado en ti. Ya no te voy a decir flaquita, te voy a decir gorda”...Siento que él se sentía bien si yo estaba abajo y al volver a verlo resurge.... El sentimiento de sentirme menos”.
EMOCIONES	“Experimenté infinidad de emociones, al principio era “tristeza...me siento mal, no controlaba la ansiedad. Era una desesperación...una impotencia de perder el control...mucho coraje de que no estuvieran saliendo las cosas como yo quería...me tranquiliza mucho el no saber nada de él y me tranquiliza mucho no verlo... pero también cuando no lo veo es como mucho coraje...”.
CONSECUENCIAS FISICAS	“Cuando nos separamos...me afectó mucho, yo recuerdo que baje 15 kilos como en un mes y medio... antes no cuidaba mi aspecto personal...ahora la gente me ha dicho que he mejorado mi aspecto, mi apariencia, que me veo bien... que he cambiado muchas cosas”.
CONSECUENCIAS FAMILIARES	“Me afectó mucho la separación, al grado que mi hija mayor adoptó, tomó el papel como la responsable del cuidado de su hermana la chiquita y de mí, porque ella se mostraba fuerte.... no lloraba, yo creo que me veía tan mal que decía “vamos a echarle ganas, tu tranquila, te voy a apoyar, yo te cuido”.

CONSECUENCIAS EMOCIONALES	“Tenía sentimientos encontrados, después de que sabía que él no iba a regresar “empiezo a desquitarme con las personas que están cerca de mí, a estar de malas, a estar pensando que él iba a estar mal, pero no es así ... me dijeron que está bien”.
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	“Bueno lo que me ayudó es que mi hija por un tiempo se hizo cargo de mí, de su hermana, de la casa, porque intenté quitarme la vida...ahora me ayudó haber entrado a trabajar... y pienso seguir con lo que te del día”.

ENTREVISTADA SONIA	
RELACION ANTES DE LA SEPARACION	“Mi relación...bueno....Nunca me case, fue unión libre. Nos separamos y nos volvimos a juntar y así duramos 11 años... me dijo que ya lo dejáramos por la paz que no quería hacerme daño, que cada quien su vida, eso me cayó así como balde de agua... lloré, pataleé, no lo podía entender y él solo me decía “hazte a la idea”...Ya habían sido bastantes veces en las que decía “Ya hasta aquí” y a la semana o a los quince días ya me estaba buscando...yo decía “pobrecito sufre mucho, por eso voy a regresar con él”, me compadecía... cuando nos peleábamos, era por estar metida mucho tiempo en la religión...sin embargo la mayoría de veces era por el dinero y porque era alcohólico...le aguanté muchas cosas.... yo lo compadecía....”.
RELACION ACTUAL	“Actualmente él me sigue buscando va a fuerzas, y me trata como si no hubiera pasado nada...le decía “¿Qué quieres?...¿Por qué nada más me vienes a alterar?...sabes que tu presencia, me inquieta...me estás lastimando...Y él “No, es que no quiero lastimarte” y le dije “Si pero desde hoy ya no te quiero ver, espero que respetes mi decisión...Sigue buscándome...digo “Si ya no quiere nada conmigo ¿Por qué me busca?”...Y así nos la hemos pasado total de que no termina de irse... Él me dice “es nada más para estarte molestando...siempre te voy a buscar.... toda la vida... te lo aprendes”... en ocasiones está grite y grite afuera de la casa...No lo entiendo”.
VIVENCIA DE SEPARARSE CUANDO EL TOMA LA DECISIÓN AFRONTAMIENTO	“Él tomaba mucho y un buen día...dejó de tomar, como al medio mes empezó a decirme “cada quien que haga su vida...yo dije “Como es posible que yo lo aguante tanto tiempo y ya no mas así se acabó. Se siente bien feo...Yo me decía “Ya no debo de estar rogando, debo de ser bien fuerte”...e iba yo y le hablaba por teléfono...”.
VIVENCIA DE SEPARARSE CUANDO ELLA TOMA LA DECISIÓN AFRONTAMIENTO	“Yo, no sé porque le llamaba, pero cuando me di cuenta que estaba con otra mujer...”, “...Le dije “me lo hubieras dicho desde un principio, en lugar de enterarme así”...solo me dijo....“no me dejaste explicarte, es una amiga que conocí, yo ya no tengo nada con ella”... en mis descansos ya me agarraba y de estar chille y chille y a cada rato... yo empecé otra vez a llorar en las noches y me decía “¿Por qué me pasa a mí y por qué no a otra? ,...pero uno mismo está permitiendo que te hagan eso al no dejar ya esa situación...”.
VIOLENCIA PSICOLOGICA	“...Después de que nos separamos me sigue buscando, va a mi casa y...le dice a mi niña “Oye, háblale a tu mamá” y mi hija viene bien emocionada y me dice “Te habla mi papá” y enojada le digo “No, dile a tu papá que no voy a salir... ahí me quiere chantajear con mi hija...”.
ANTECEDENTES FAMILIARES	“Él en una ocasión me conto que “...cuando era chiquito, su papá encontró a su mamá engañándolo. Entonces su papá corrió a su mamá y no dejo que ella viera a sus hijos, se los llevó bien lejos y entonces sufrió mucho...”.
EMOCIONES	“Cuando me separe... es algo muy extraño “...te sientes así mal...toda triste... aparecen los celos, la angustia...me llegó una depresión bien cargada...ya hasta ni me daban ganas de vivir”.
CONSECUENCIAS	“...bajé de peso...yo decía estoy quedando flaquita, mis pantalones ya no me quedan...”.

FISICAS	
CONSECUENCIAS FAMILIARES	“Yo me irritaba con facilidad y le gritaba a mi hija... mi hija se volvió así como que igual que yo, igual como yo le contestaba ella también a mi...”.
CONSECUENCIAS EMOCIONALES	“Después de que él se fue...ya no me ilusionaba salir, ya no me arreglaba...no puedo romper el hecho de que alguien del sexo masculino se acercara...luego regañaba a mi hija por cualquier cosa...”.
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	“para superar cualquier problema...siempre me he agarrado de mi religión...pero en esta ocasión no sentí salir de ahí...todo el tiempo me la pasaba en ese trabajo...me ayudó bastante al ir al zumba...tu platica y las respiraciones que dijiste...la familia te ayuda bastante en todo esto casos donde no sabes que hacer”.

ENTREVISTADA ANAYELI	
RELACION ANTES DE LA SEPARACION	“...al principio cuando recién nos juntamos, él tenía mucha aspiración de salir adelante, poner un negocio, comprar un terreno, muchos sueños, no sé qué paso poco se fueron acabando esos sueños. Después como que se conformó...eso había traído que no estuviéramos de acuerdo, no nos llevábamos,... teníamos demasiados problemas... Él me fue infiel con una de mis mejores amigas... estaba muy enojada y le quise hacer lo mismo, lo quise traicionar...pero me sentí muy culpable, sucia...ya no me sentía a gusto con él, me tuve que aguantar porque no tenía a dónde ir... mi hija tenía tres meses, me sentía muy dependiente de él. Lo perdone, me prometió que no lo iba a volver hacer , traté de salvar este matrimonio aunque no estábamos casados...si me daba dinero pero ya no me daba lo que yo sabía que ganaba...ya era muy poco el dinero que él me estaba dejando...Cuando él me besaba yo sentía mucho asco, también cuando teníamos relaciones...”.
RELACION ACTUAL	“...ahora que ya nos separamos él me marca constantemente y me dice que una persona lo está molestando... que lo ayude y le digo que yo no voy a mover ni un solo dedo para defenderlo...él sigue buscando la forma de lastimarme, él sabe lo que me duele y por donde me podría dar ...quitándome a la niña y es lo que está haciendo...está aferrado de que debo volver con él, que debo hacer otro intento por nuestra familia...él trabaja cerca de donde yo vivo y nada más está viendo con quien platico y con quien no...me está pasando 300 pesos cada ocho días, yo ya no tenemos contacto con él hace un mes. Quien va por el dinero es mi hija...”.
VIVENCIA DE SEPARARSE AFRONTAMIENTO	“Recuerdo que todo el tiempo nos agredíamos“...un día me puse a pensar “Yo pago la renta, la comida, visto a mi hija, lo visto a él, yo no me compro nada, esto no está bien... ¿Qué hago con él si ya no soy feliz a su lado, ya no me siento bien?...ya no teníamos nada que hablar nada más nos echarnos indirectas y nos agredíamos uno al otro, ya no teníamos un plan en común... ... la última vez que discutimos, yo lo provoqué para molestarlo...le dije “Ya no voy a discutir contigo, esto ya se acabó.” Ya no me hagas daño, porque yo te lastimo y tú me lastimas...lo que me hizo separarme definitivamente de él, fue el ver que estaba destruyendo a mi hija...yo dije “Si estoy permitiendo que me agredan así, ¿Qué me espero para mi hija el día de mañana? A que cualquier persona venga y me la quiera agredir...voy a enseñarle que vale mucho”. Hable con él y le dije “¿O te vas tu o me voy yo?, no sé a dónde me voy a ir, pero me voy a ir” y él dijo “No, yo me voy”...yo todavía lo sigo extrañando y si he pensado en volver con él, otra vez. .. Estoy viviendo esta separación bien y mal. Bien porque sé que no me voy a morir si él no está...y mal porque siento que mi hija se está alejando de mí...”.

VIOLENCIA FISICA	“Un día llegando a casa él estaba muy molesto, se puso bien agresivo y violento conmigo. Fue la segunda vez que me golpeó. Me agarró y me dijo que ya no quería verme trabajar...que las mujeres se tenían que quedar en su casa a cuidar a sus hijos, los dos nos pusimos muy agresivos, nos pusimos al tú por tú, él me decía, yo le decía, me empujaba, yo le empujaba, casi llegamos a los golpes...en una ocasión me da un jalón de los cabellos y me tira al piso...me soltó un trancazo, en cuanto puede agarré, abracé a mi hija y me eché a correr...”.
VIOLENCIA PSICOLOGICA	“Yo no le perdonaba que me hubiera sido infiel “...me ensañe con él, en cada momento le reprochaba, le echaba en cara su comportamiento decía “¿Así la abrazabas? ¿Así la abrazabas?”...para vengarme varias veces le dije que me daba asco estar con él...yo no lo perdonaba.... lo corría de la casa, le sacaba sus cosas afuera y él se quedaba ahí en la puerta sentado toda la noche...en cierta forma me chantajeaba porque yo le decía “Vete” y él hablaba con mi hija...los dos trataban de chantajearme...”.
EMOCIONES	“...cuando nos separamos me sentí menos... defraudada por él...que no valía nada, que todo lo hacía mal, que todo lo que tocaba lo destruía...me siento sola...triste...a veces llego a pensar tener otro hijo para nunca estar sola”.
CONSECUENCIAS FAMILIARES	“Cuando él se va de la casa mi hija se enferma. La llevo al doctor y me comenta que no tiene nada físico, que si se le había muerto algún familiar que lo estuviera resintiendo... él llega a visitar a la niña y automáticamente se cura...mi hija me echa la culpa de que su papá no esté con nosotras, constantemente me reclama, me lastima con sus palabras. Yo le demuestro que no me duelen sus palabras...me dice” ya no te quiero, ya no quiero vivir contigo”, en su momento permití que me golpeará...nunca le dije nada...sentía que me lo merecía por haberle quitado a su papá...”.
CONSECUENCIAS EMOCIONALES	“Después de esta experiencia “...me fui amargando, tenía un carácter fuerte, agresivo... me decía no quiero un compromiso, porque siento que voy a volver a caer en lo mismo que con mi ex pareja...aprendí que mejor sola que mal acompañada”.
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	“Me sentía muy mal después que nos separamos, aproximadamente un mes después me dediqué a tomar todas las noches... pero dejé de tomar porque conocí a un chico con quien me sentía bien, me agradaba su compañía, mi autoestima se vio elevada...pero lo más importante para salir adelante después de tanto tiempo “...fue seguir trabajando...”.

De la misma manera se complementa esta información con un cuadro comparativo sobre las vivencias, experiencias y la manera de afrontar de cada una de las participantes (Anexo).

DISCUSIÓN

Al conocer, explorar las vivencias, experiencias y consecuencias personales por las que atraviesan estas mujeres que cruzan por un proceso de separación de su pareja se pudo encontrar que aunque cada una de las participantes tenía edades, estado civil, nivel socioeconómico, número de hijos y tiempo de separadas diferentes, todas ellas mencionaron que durante su relación sufrieron violencia física, violencia psicológica e infidelidad “...me dio una cachetada, me aventó...”, “la primera vez que me embaracé me pegó... “... me decía: Ya no te voy a decir flaquita, te voy a decir gorda...tu sin mí no eres nada...”, “... empezó como a desubicarse, a andar con una y con otra mujer... ya eran varias infidelidades... me di cuenta que estaba con otra mujer... me fue infiel con una de mis mejores amigas...”. Otro factor que llegó a influir en su separación fueron los problemas en la vida sexual “...Sexualmente yo me sentía utilizada...” otra participante considero que el realizarse, buscar trabajo, le originó problemas en la relación “...él no quería que yo trabajara... eso estaba desgastando la relación...”. Todo estos testimonios se relacionan con lo que Montenegro (2002), Domínguez & Maldonado (2006), McKay y Quick (2006), Sarquis (1995) y Sandoval (1990) al hablar que durante la relación de pareja se pueden presentar múltiples problemáticas como: maltrato hacia la pareja, problemas en los estilo de vida, comunicación, mitos familiares, económicos, vida sexual, valores, intereses, dificultades con la familias de origen, estilos de crianza, alcoholismo, drogadicción, la relación con los hijos entre otros.

Estas mujeres expresan que durante su relación de pareja pasaron por varios momentos en los que se separaron de su pareja, pesar de ello, ellas tenían la ilusión de que la situación iba a cambiar para bien y retomaban la relación “...yo volvía a comenzar de cero, como si no hubiera pasado nada... yo hacía todo para que él estuviera bien,.... trataba de complacerlo en todo, al grado de que yo hacía como que no veía... me decía “Ahora si va enserio” y yo otra vez volvía a confiar... Lo perdoné, me prometió que no lo iba a volver hacer, traté de salvar este matrimonio...”. Sin embargo la situación se volvía a presentar, por lo que no era la primera ocasión en la que habían pensado en una separación, sin embargo ellos tomaban la iniciativa de continuar con la relación, ellas aceptaban el regresar de su pareja “...pasaban ¿ocho días o una semana?, se desaparecía y regresaba y volvíamos... cuando él regresaba yo decía “Ya no va a volver a pasarme” y él me decía “Ahora si va enserio” y yo otra vez volvía a confiar.... Ya habían sido bastantes veces en las que decía “Ya hasta aquí” y a la semana o a los quince días ya me estaba buscando... está aferrado de que debo volver con él...”. Esta conducta de “viene y va” por parte de las parejas hacen que el proceso se prolongue. En algunas de las participantes se observó una fase de reconquista por parte de sus parejas después las llevaba a aceptar continuar con la relación “...en este momento está como reconquistándome... por fuera digo no y por dentro digo sí...me dice: siempre te voy a buscar...” y situaciones violentas por ambas partes de la

pareja mismas que impiden la completa separación *“...cuando va a visitarnos, les lleva cosas a los niños, y los regaña menos... La relación siempre fue “tú me haces y yo te hago”, “estamos bien, puedes ver a las niñas, no estamos bien, no ves a las niñas... él sigue buscando la forma de lastimarme, sabe por dónde...”*.

En el momento de la separación las participantes reportan su preocupación por la familia al considerar que salieron afectados en los niveles físico y psicológico por ejemplo: *“...mis niños se me están enfermado bien feo a cada rato...”* *“mi hijo se volteó en contra mía, me contesta y me agrede...”* *“mi hija mayor tomó el papel como la responsable del cuidado de su hermana la chiquita...”* *yo me enfrentaba a mi pareja y mi hija también lo agredía y a mí también... por dejada”, “mi hija me echa la culpa de que su papá no esté con nosotras”, “cuando él se va de la casa mi hija se enferma, él llega y automáticamente se cura la niña...”* al respecto Valdés, Basulto y Choza (2009) mencionan que este es solo uno de los síntomas, problemas que se derivan de la separación de los padres cuando se encuentran en la etapa de la crianza de los hijos ya que están expuestos a una readaptación en su nueva vida.

El proceso de separación involucra diferentes áreas en la pareja y la familia a nivel físico, psicológico, emocional y social. Tal como lo señala Sureda (2007) al considerar que las consecuencias físicas van acompañadas de alteraciones en el sistema inmunológico, pérdida o disminución del deseo sexual, sensación de ahogo y opresión en el pecho, resequedad bucal, falta de energía, de apetito, sueño y desganado. Tal como pudo verse y escucharse en la mayoría de las participantes al manifestar síntomas físicos como: la pérdida de peso *“... bajé 15 kilos como en un mes y medio...”* *“yo decía estoy quedando flaquita, mis pantalones ya no me quedan...no cuidaba mi aspecto personal...”*. También se encontró que el insomnio está presente en estos síntomas físicos *“...me da insomnio...”*.

Entre las consecuencias emocionales referidas, van desde el enojo, vivir amargadas, sentimientos de depresión, inseguridad y tristeza *“...soy más enojona...más gritona... miedosa...hasta mi mamá me dice “estás amargada... no sé si necesite algún fármaco o si estoy deprimida...tengo miedo a volver a caer en lo mismo y no cambiar...empiezo a desquitarme con las personas que están cerca de mí, a estar de malas... ya no me ilusionaba salir, ya no me arreglaba...me fui amargando, tenía un carácter fuerte, agresivo...me dan muchas ganas de llorar y no tengo ánimos de nada...”* Además, algunas participantes comentaron que surge un rechazo e intolerancia hacia los hombres *“...no puedo romper el hecho de que alguien del sexo masculino se acercara... me decía no quiero un compromiso, porque siento que voy a volver a caer en lo mismo que con mi ex pareja...aprendí que mejor sola que mal acompañada...”* y una participante más, agrega que no tolera los ruidos fuertes *“... A mí me gustaba bailar, la música y ahora ya todo eso me molesta...si está todo callado mejor para mí...”*. Otros de los efectos como lo señalan; Montenegro (2002) y Alfonso (2009).aparte de los ya mencionados es baja autoestima, conductas antisociales, culpa, rabia y ansiedad.

En cuanto a las emociones experimentadas durante la separación de la pareja Valdés, Basulto y Choza (2009) y Sánchez (2012) señalan en sus estudios que se experimentan frustración, desahogo, enojo, gusto, decepción, alivio e impotencia, así como sentimientos de inseguridad, culpa. Odio, coraje, ansiedad, depresión (llanto, tristeza) y angustia, tal como lo refieren las mujeres que participaron en la investigación *“...Me volví...fría... se me ha venido como odio hacia él...antes sentía ansiedad, miedo de verlo, ahora, siento mucho rencor, coraje... aún estoy insegura de todo...a veces me siento muy deprimida... tristeza, desesperación, impotencia, mucho coraje...”*. También reportaron algunas participantes *“miedo a la soledad “... no puedo estar sola, porque me da por llorar... a veces llego a pensar tener otro hijo para nunca estar sola...”*, paradójicamente una participante refirió tranquilidad *“...me sentía muy tranquila...o eso creía...”*, celos *“...aparecen los celos, la angustia...me llegó una depresión bien cargada...”*, confusión *“...estoy muy confundida...”*, devaluación *“...cuando nos separamos me sentí menos... defraudada por él...que no valía nada, que todo lo hacía mal, que todo lo que tocaba lo destruía...”*. Tal y como menciona en sus acerca de

Hasta este punto se han analizado las reacciones, emociones y las dificultades enfrentadas antes, durante y después de la separación por las participantes. Para complementar la experiencia de separación se realizó una revisión a las maneras, formas y estrategias utilizadas para afrontar y superar la separación de su pareja y sobretodo continuar con su vida.

Entre las estrategias de afrontamiento las participantes consideran que en algunos momentos no fueron las correctas, porque tuvieron consecuencias negativas, más que productivas o satisfactorias, entre las estrategias negativas se encuentra: beber alcohol e intentar suicidarse *“...intenté quitarme la vida... aproximadamente un mes después, me dediqué a tomar todas las noches...”*. Entre las estrategias adaptativas y positivas referidas por la mayoría de las participantes es el enfocarse en su trabajo y buscar apoyo psicológico en el Centro de Desarrollo Comunitario Xochimilco *“...Buscar trabajo...me ayudó haber entrado a trabajar... todo el tiempo me la pasaba en ese trabajo... seguir trabajando”*, *“...con las terapias en el DIF... he buscado apoyo psicológico...estoy en un grupo en que está en contra de la violencia hacia las mujeres... tu platica y las respiraciones que dijiste...”*. Otras estrategias giran en torno a apoyarse en creencias religiosas, esta es solo compartida por algunas las participantes, *“...siempre me he agarrado de mi religión pero en esta ocasión no sentí salir de ahí...”* enfocarse en sus actividades del hogar *“...acarrear el agua, eso de bajar y subir escaleras como que hace que uno se distraiga...”*, platicar con amigos *“...todo lo que me pasó se lo he contado a una señora y nos hicimos muy amigas... he buscado nuevas amistades, ella fue la que me dijo que viniera al DIF...a ella le contaba todo, haga de cuenta como que se desahoga uno...”*, practicar actividades recreativas *“...Me metí a bordado...”* practicar ejercicio *“...zumba, natación...”*, tener una nueva relación *“...conocí a un chico con quien me sentía bien, me agradaba su compañía, mi autoestima se vio elevada...”*, y apoyarse en sus familias *“...la familia te ayuda bastante en todos estos casos donde no sabes que hacer...”*. Estrategias como salir con los amigos, buscar actividades sociales, buscar apoyo emocional mediante la expresión y comunicación del sentir e ignorar el

problema, son consideradas las más utilizadas por Meyer (2007) junto con Montoya, Martina y Bernabeu (2002).

Para Lazarus (1991) una estrategia de afrontamiento es y debe ser una respuesta conductual que implique un esfuerzo más allá de una respuesta automática, esto al mismo tiempo de que ninguna estrategia es mejor que otra sino que su calidad estará en función de sus efectos en la persona y en la solución a la situación.

Ahora bien, durante la realización de esta investigación se procuró seguir una línea de investigación encaminada a contestar ciertas interrogantes surgidas del objetivo principal de este estudio que fue el conocer la experiencia de afrontamiento de mujeres que atraviesan por un proceso de separación de su pareja que asisten al Centro de Desarrollo Comunitario Xochimilco y a partir de ahí se derivaron las preguntas ¿Cuál es la experiencia de afrontamiento de mujeres que actualmente atraviesan por un proceso de separación de su pareja? ¿Qué emociones experimentan las mujeres que están en proceso de separación? ¿Cómo afrontan las mujeres el proceso de separación de su pareja? ¿Qué estrategias utilizan las mujeres para afrontar el proceso de separación? Poder contestar estas preguntas y concretar los objetivos particulares de la investigación, que fueron el profundizar en la vivencia, conocer las emociones e identificar las estrategias de afrontamiento que utilizan las mujeres que asisten al Centro de Desarrollo Comunitario Xochimilco, permitió un enriquecimiento conceptual importante ya que conocer las experiencias, vivencias, significados, que darán pauta a nuevas líneas de investigación y de intervención en el campo de la psicología.

A pesar de ello se encontraron elementos en los relatos que no estaban previstos en un primer momento en el planteamiento de la investigación y que es importante destacar por su riqueza conceptual. Dentro de estos relatos sobre el proceso de separación de estas mujeres, se encuentran situaciones de violencia originadas antes, durante y de manera pronunciada después de la separación aplicada por uno o ambos miembros de la pareja. Este elemento surge de manera inesperada, sin embargo aporta elementos adicionales para conocer y profundizar en la vivencia de la separación “...*las constantes peleas él empezó a insultarme y después yo me sume a ella... pega fuerte..... Yo le decía ya no quiero pelear... trato de no pelear pero es difícil..., me empujaba, yo le empujaba, casi llegamos a los golpes...en una ocasión me da un jalón de los cabellos y me tira al piso, me soltó un trancazo.... me ensañé con él, en cada momento le reprochaba, le echaba en cara su comportamiento... siento que él se sentía bien si yo estaba abajo... me decía no sabes hacer nada... para vengarme varias veces le dije que me daba asco estar con él...*”. Al respecto Torres (2005) habla sobre los distintos tipos de violencia que se pueden presentar y se continúan presentando en las relaciones de pareja (violencia física y psicológica) lo cual provoca daño a la relación. No se encontró violencia sexual ni la económica. Cabe aclarar que eso no significa que no se presenten estas modalidades de agresión en la relaciones de pareja de las participantes, sino que puede deberse este hecho a que en el ámbito sexual no existe una apertura a hablarlo abiertamente y

podieron omitir este tipo de información al no considerarla importante o se reservan a comentarlo.

Otro de los elementos que enriquecen la experiencia y la entrevista fue que una de las participantes mencionó que su pareja vivió la misma situación con sus padres y que esto lo motivaba a regresar con su familia para no repetir la misma historia “...Él en una ocasión me contó que “...cuando era chiquito, su papá encontró a su mamá engañándolo. Entonces su papá corrió a su mamá y no dejó que ella viera a sus hijos, se los llevó bien lejos y entonces sufrió mucho...”. Esta cadena de sucesos, dan pauta a pensar que puede existir una historia previa relacionada con la separación y que en un determinado momento influye en la decisión de seguir con su pareja o dar por concluida la relación.

Una de las participantes hace referencia que hay momentos en donde se da una separación por cada miembro de la pareja. Es decir, relata cómo fue su experiencia en haber tomado la decisión de separarse “...“Yo, no sé porque le llamaba, pero cuando me di cuenta que estaba con otra mujer...Le dije “me lo hubieras dicho desde un principio, en lugar de enterarme así”...solo me dijo...“no me dejaste explicarte... en mis descansos me agarraba de chillar a cada rato... empecé a llorar en las noches y me decía “¿Por qué me pasa a mí y por qué no a otra?...” y relata también como fue la experiencia cuando su pareja toma esta decisión “...Él tomaba mucho y un buen día “...dejó de tomar, como al medio mes empezó a decirme “cada quien que haga su vida...yo dije “Como es posible que yo lo aguante tanto tiempo y ya no mas así se acabó. Se siente bien feo...Yo me decía “Ya no debo de estar rogando, debo de ser bien fuerte”...e iba yo y le hablaba por teléfono...”. Este tipo de eventos pueden englobar un nuevo significado a la perspectiva de vivencia con respecto a la separación.

Hasta este punto, la separación puede ser vista como una posible salida ante una serie de conflictos originados dentro de una relación de pareja. Las ideas y creencias que se originan pueden girar en torno a que ellas no valen si no tienen un hombre al lado como lo marca la sociedad. Estos conflictos que con el tiempo van adquiriendo fuerza y por ende van debilitando el vínculo que los mantenía juntos, comienzan a transformar la convivencia cotidiana en un verdadero dolor de cabeza para uno o ambos cónyuges.

Otra manera de entender la separación es como el inicio de una serie de inconvenientes personales y familiares impregnados de dolor, reproches e inseguridad que con el tratamiento adecuado habrá de ser disminuido al grado en que la persona pueda adaptarse a su nueva forma de vida.

No hay que perder de vista que la persona que está experimentando esta situación puede tener muchas maneras de afrontar la situación, algunas más funcionales que otras, como resultado de su manera individual de afrontar la separación.

De las posibles formas de atravesar por esta experiencia, me gustaría resaltar un comportamiento que se observa en una de las mujeres entrevistadas y en

una de las parejas. Este comportamiento implica el utilizar a uno de los hijos para infringir cierto grado de dolor a la pareja.

El problema que surge en este tipo de comportamientos, es que el dolor percibido se asocia con sentimientos de enojo y rencor derivados de las condiciones que propiciaron la separación y que en un intento de minimizar el dolor propio surja una condición de desquite para que el otro reciba la misma cantidad de daño percibido, impidiendo una separación exitosa y forzando al proceso de separación a ser dañino.

Pero de la misma manera dentro de esta experiencia y como se ha comentado, cuando estas mujeres se enfrascan dentro de una dinámica en la que es permitido entrar y salir de la relación creyendo que la otra persona va a cambiar, creando falsas expectativas, para que la relación regrese a un estado de "felicidad y equilibrio".

Es así como la relación permanece generando patrones de conducta repetitivos aun después de haber tomado la decisión de separarse y en donde cada movimiento se produce cierta cantidad de dolor y frustración.

En los casos donde se presenta violencia, donde hay una víctima y un victimario, existe una persistencia de la dinámica de interacción donde cada uno asume uno de ambos papeles y ofrece su experiencia desde ese lado. En muchas ocasiones no se percatan de que pueden asumir ambas etiquetas pasando de víctima a victimario. En caso de percatarse lo toman como un juego y no notan que la relación se fractura más.

Estos patrones de interacción se repiten hasta que uno de los dos o ambos están hartos de la relación. Sin embargo, por la condición de ser un proceso (el acto de estarse separando) no es posible cortar de tajo la relación y en muchas ocasiones la pareja no sabe cómo ni cuándo hacer ese corte.

Es así que tomar la decisión de separarse adquiere una gran importancia. El dualismo entre el amor y el dolor percibido frenan la determinación, originando esa inseguridad de haber elegido el mejor camino tanto para ellas como para sus hijos.

CONCLUSIONES

En este trabajo se pretendió explorar la experiencia de las mujeres durante el proceso de separación de sus parejas y así mismo se ofreció una mirada a las razones por las cuales decidieron poner fin “a vivir juntos”, no a terminar la relación porque continúan las interacciones y encuentros. Dentro de esta misma experiencia, se encuentra que los hijos también juegan un papel importante tanto para afrontar la situación como factor determinante para continuar o detener la convivencia con la pareja.

Como se ha podido observar, la separación de la pareja no es un simple acontecimiento momentáneo, sino que forma parte de un proceso lleno de contrastes emocionales y con serias repercusiones físicas, psicológicas y familiares como son la pérdida de peso, el insomnio, la tristeza, el coraje, el odio, los cambios y reacciones de sus hijos y familiares entre otros.

La experiencia de afrontamiento de la separación de la pareja que experimentan estas mujeres, es un proceso en el que hay dolor y fortaleza para enfrentarlo. Esto es debido a que antes de separarse ya había una serie de situaciones que se presentaba, violencia física, psicológica, problemas económicos, peleas, infidelidades, entre otros. Todas estas condiciones han orillado a estas mujeres a hacer utilización de sus recursos individuales algunos enfocados a resolver el problema y otros a resolverlo lastimándose.

En cuanto a las limitantes que se pudieron observar son que estas mujeres al tener problemáticas encaminadas a la violencia se les tuvo que canalizar a otra institución especializada en estos casos puesto que el Centro de Desarrollo Comunitario Xochimilco trata a un nivel preventivo no se puede encargar de este tipo de situaciones y por ende no se le podía dar continuidad a las participantes. En el ámbito social es preocupante que no exista la cantidad necesaria de lugares especializados para tratar con este tipo de personas y así darles continuidad, algunos de los lugares en los que existen grupos de ayuda no cuentan con el apoyo de un profesional o terminan prontamente sus intervenciones dejando de lado la readaptación a las nuevas vidas de estas personas. Se encontraron durante la realización de esta investigación se encuentran la falta de disposición de mujeres y hombres a contar su experiencia. Esta condición puede deberse a que creen poseer las herramientas necesarias para superar efectivamente la separación pero que muchas veces no es de esta forma. El desconocimiento de sus opciones también es una limitante pronunciada y difícil de vencer a pesar de la promoción de no violencia y de salud.

Ante estas limitantes y con lo ya revisado, surgen varias interrogantes que sería importante retomar en futuras investigaciones como: ¿Existen registros de antecedentes familiares que hayan atravesado por esta experiencia de separación de la pareja? ¿Toda separación de la pareja se da de forma violenta? De ser así, ¿Qué orilla a que sea de esta manera? ¿Cuál es la

influencia que pueden tener los hijos en el proceso de separación y en su afrontamiento?

El poder abordar la separación en este trabajo puede ayudar a los psicólogos a crear programas de atención especializados en personas que están atravesando por un proceso de separación de su pareja, ya que las personas que atraviesan por esta situación pueden quedar bloqueadas, no encontrar un lugar adecuado para manejar este suceso de separación, negándose a superar la situación y que permite que el proceso se lleve una cantidad considerable de tiempo. De hecho no basta con adentrarse en el tema sino que se debe brindar alternativas de solución y un posible “como hacerle para salir adelante”.

Para lograr este objetivo se propone que estas personas se integren a una combinación de la terapia individual y de talleres temáticos en los que se maneje de una manera integral su tratamiento y que permitan su reintegración familiar, a nivel personal y social. Este tipo de tratamientos y específicamente los talleres que habrán de diseñarse deberán girar en torno a los siguientes temas:

1. Regulación de emociones.

Se ha visto durante el desarrollo de esta investigación que las emociones han surgido como consecuencia de esta experiencia. Dentro de este tema habrán de proporcionarse las herramientas prácticas de control de emociones como son aprender a respirar, interiorización del proceso de las emociones a nivel psicológico y fisiológico con la finalidad de concientizar y prever la situación emocional que puede aproximarse en determinado momento, externalizar de manera controlada la emociones que se experimenta, utilización de situaciones ficticias en donde se tome conciencia de los momentos en que se pierde el control sobre lo que se siente.

2. Acciones legales.

Muchas de las personas que se presentan en el Centro de Desarrollo Comunitario tienen una falta de conocimiento sobre las implicaciones legales que acarrea una separación y un divorcio y que de no ser tratadas a tiempo pueden llegar a ser un problema mayor como es pensión alimenticia, patria potestad así como la guardia y custodia.

3. Autoestima.

Este tipo de situaciones es desgastante para las mujeres por lo que es importante brindarles herramientas en las que se puedan volver a reencontrar como personas, madres, hijas y ahora el principal sustento de sus familias. En este rubro deberán tratarse cuestiones sobre dejar de devaluarse, respeto hacia su cuerpo y sus decisiones y el abandono de las comparaciones que suelen presentarse con frecuencia.

4. Comunicación.

Al parecer con el paso del tiempo se les olvida a las personas a comunicarse de una manera adecuada. Para tratar esta temática es importante abordar una perspectiva de comunicación asertiva ya que

esta línea de intervención fortalece lo que se ha visto en el resto de las temáticas de los diferentes talleres.

5. Relación con los hijos.

Al ser un tema de interés para las madres se les debe brindar orientación sobre la manera de mejorar la convivencia con sus hijos, fomentar la comunicación entre ellos y brindar estrategias para ayudarlos a asimilar el proceso de separación.

6. Estrategias de afrontamiento.

Como su nombre lo indica y como se observó en el transcurso de esta investigación, es importante que las mujeres conozcan las opciones que tienen para poder salir adelante. Cuando existe un desconocimiento sobre las diversas maneras de afrontar la situación, se tiende a la utilización de estrategias que perjudican a la persona y a los que le rodean. En este taller habrá de abordarse lo que son las estrategias de afrontamiento, los posibles elementos que impiden la utilización de diversos recursos y la aportación de cada una de las estrategias que otras personas han utilizado y les han sido de ayuda.

Estos temas fueron elegidos de las categorías antes presentadas y su relevancia tiene que ver con que en muchas ocasiones la población no tiene el conocimiento de cómo aprovechar todos sus recursos y muchos de estos con el paso del tiempo han sido desvalorados y no son puestos constantemente en práctica. Al ser una experiencia individual, la manera de reaccionar también lo es y potenciar otras habilidades que no han sido puestas en práctica o que no son tan recurrentes en su utilización, pueden ayudar a que este proceso, que suele prolongarse por una variable cantidad de tiempo, vaya reduciendo su intensidad.

En futuras investigaciones se recomienda incluir relatos de mujeres que estén atravesando por este proceso de afrontamiento, realizar entrevistas a hombres que estén atravesando por proceso de separación para conocer como lo están experimentando. Investigaciones que estén enfocadas a la readaptación de las mujeres a su nueva forma de vida y quizá ofrecer antecedentes para formular propuestas de investigación cuantitativas de corte longitudinal con la finalidad de explorar hasta que momento puede durar este proceso y sus consecuencias a largo plazo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfonso, M. (2009). *Superar el abismo. Manual de autoayuda para resurgir tras una ruptura de pareja*. Alicante: Ed. Club universitario.
- Alizade, M. (2008). *La pareja rota: ensayo sobre el divorcio*. Buenos aires: Ed. Lumen.
- Álvarez–Gayou, J. (2007). *Como hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. México: Ed. Paidós Ibérica.
- Attie, T. (1989). *Que hacer y qué no hacer en caso de divorcio*. México: Ed. Ediciones científicas.
- Barron, A. & Martínez, D. (1999). Atribuciones de causalidad y responsabilidad de una muestra de casados y divorciados. *Psicothema*. 11 (3). pp. 551-560.
- Bernárdez, A. (1961). *Las causas canónicas de la separación conyugal*. Madrid: Ed. Tecnos.
- Buceta, J., Bueno, A. y Mas, B. (2001). *Intervención Psicológica y Salud: Control del Estrés y Conductas de Riesgo*. Madrid: Ed. Dykinson.
- Cáceres, J. (2002). Análisis cuantitativo y cualitativo de la violencia doméstica en la pareja. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*. 60. 57-67.
- Castaño, E. & León del Barco, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 10 (2). 245-257.
- Castro, I. (2004). *La pareja actual. Transición y cambios*. Buenos Aires: Ed. Lugar editorial.
- Corsi, J. (1994). *Violencia familiar. Una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social*. Buenos Aires: Ed. Paidós.
- Davison, D. (2006). *Separación y divorcio. Un faro en el camino*. Buenos Aires: Ed. Universidad.
- Delgado, J. & Gutiérrez, J. (1995). *Métodos y técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales*. Madrid: Ed. Síntesis.

- Díaz-Loving, R. & Sanchez, R. (2002). *Psicología del amor: una visión integral de la relación de pareja*. México: Ed. Facultad de Psicología.
- Domínguez, K. & Maldonado, G. (2006). *Estilos de comunicación en la relación de pareja en tres áreas de conflicto: relaciones sexuales, distribución de dinero y familia política*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Dowling, E. & Gorrel, G. (2008). *Como ayudar a la familia durante la separación y el divorcio. Los cambios en la vida de los hijos*. Madrid: Ed. Morata.
- Eguiluz, L. (2007). *El baile de la pareja*. Trabajo terapéutico con parejas. México: Ed. Pax México.
- Fernández-Abascal, E.G. (1997). *Estilos y Estrategias de Afrontamiento. Cuaderno de Prácticas de Motivación y Emoción*. Madrid: Ed. Pirámide.
- García, J. (2004). *Conflictos en la pareja*. Recurso electrónico recuperado el día 7 de octubre del 2011 (<http://www.cop.es/colegiados/M-00451/Pareja.htm>).
- García, M. & Reyes, I. (2009). Actitudes hacia el matrimonio y el divorcio: Diferencias por el sexo, residencia y estatus de pareja. *Psicología Iberoamericana*. 17(1). 48-56.
- Garrido, A; Reyes, A. & Ortega, P. (2007). La vida en pareja: un asunto a negociar. *Enseñanza e investigación en psicología*. 12 (2). 385-396.
- González, R; Montoya, M. & Bernabeu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*. 14 (2). 363-368.
- Hernández, R; Fernández, C; & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. México: Ed. Mc Graw Hill.
- Herrera, C. (2009). *Invisible al ojo clínico. Violencia de pareja y políticas de salud en México*. México: Ed. Flacso México.
- Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática de México (2011) "Información nacional por entidad federativa y municipios". Datos nacionales. Disponible en <http://www.inegi.org.mx/sistemas/mexicocifras/default.aspx?e=9> en el sitio www.inegi.com.mx [10 de noviembre de 2011]
- Kalbermatter, M. (2006). *Violencia. Esencia o construcción*. Córdoba: Ed. brujas.

- Labrador, F; Fernández, M. & Rincón, P. (2010). Características psicopatológicas de mujeres víctimas de violencia de pareja. *Psicothema*. 22 (1). 99-105.
- Larrain, S. (1994). *Violencia puertas adentro. La mujer golpeada*. Santiago: Ed. universitaria.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1991). *Estrés y procesos cognitivos*. México: Ed. ediciones roca.
- Lazarus, R. & Lazarus, B. (2006). *Coping with Aging*. USA: Ed. Oxford University Press
- López, F. (2010). *Separarse sin grietas. Sufrir menos y hacerlo bien con los hijos*. Barcelona: Ed. Grac.
- Mancilla, B. (2009). Las máscaras "amorosas" de la violencia. *Revista Sefpsi*. 2 (1). 33-51.
- Martin, K. & Schevier-Legewie, B. (2009). *Madre separada: Como superan las madres con hijos la separación*. Urdiluz: Ed. Desclee De Brouwer.
- Matud, M; Rodríguez, C; Marrero, R. & Carballeira, M. (2002). *Psicología del género: implicaciones en la vida cotidiana*. Madrid: Ed. biblioteca nueva.
- McKay, M. & Quick, B. (2006). *Los diálogos del compromiso. como superar los momentos difíciles y construir una relación sólida y duradera*. Barcelona: Ed. Paidós.
- McKenry, P. & Price, S. (2003). *Families & Change. Coping with stressful events and transitions*. USA: Ed. Sage Publications.
- Méndez, P; Valdez, R; Viniegra, L; Rivera, L. & Salmerón, J. (2003). Violencia contra la mujer: conocimiento y actitud del personal médico del Instituto Mexicano del Seguro Social, Morelos, México. *Salud pública de México*. 45 (6). 472 - 482.
- Meyer, M. (2007). Estilos de afrontamiento en situaciones de tristeza en estudiantes de la Universidad Iberoamericana mediante el Coping Inventory of Depression (CID). *Psicología Iberoamericana*. 15 (1). 24-33.
- Montenegro, H. (2002). *Separación matrimonial y conflicto conyugal. Sus efectos en los hijos*. Santiago: Ed. Mediterráneo.
- Montenegro, H. (2007). *Problemas de familia*. Santiago: Ed. Mediterráneo.

- Moral, J; López, F; Díaz, R. & Cienfuegos, Y. (2011). Diferencias de género en afrontamiento y violencia en la pareja. *Revista CES Psicología*. 4(2). 29-46.
- Muñoz, A. (2009). Personas divorciadas: Análisis de las características del proceso de ruptura. *Intervención psicosocial*. 18. 65-74.
- Nardone, G; Giannotti, E. & Rocchi, R. (2005). *Modelos de familia. Conocer y resolver los problemas entre padres e hijos*. Barcelona: Ed. Herder.
- Ochoa, I. (1995). *Enfoques en terapia familiar sistémica*. Barcelona: Ed. Herder.
- Ojeda, N. & González, E. (2008). Divorcio y separación conyugal en México en los albores del siglo XXI. *Revista Mexicana de Sociología*. 70(1). 111-145.
- Omar, A. (1995). Stress y Coping. *Las estrategias de coping y sus interrelaciones con los niveles biológico y psicológico*. Buenos aires: Ed. Lumen.
- Poo, A. & Vizcarram B. (2011). Diseño, implementación y evaluación de un programa de prevención de la violencia en el noviazgo. *Terapia psicológica*. 29(2). 213-223.
- Rage, E. (1997). *Ciclo vital de la pareja y la familia*. México: Ed. Plaza y Valdés.
- Ramírez, J. (1997). Algunos aspectos sobre la magnitud y trascendencia de la violencia domestica contra la mujer: un estudio piloto. *Salud mental*. 20 (2). 5-16.
- Ramírez, M. (2003). *Cuando los padres se separan. Alternativas de custodia para los hijos [Guía práctica]*. Madrid: Ed. Biblioteca Nueva.
- Real academia española (2011). *Diccionario de la lengua española*. Madrid: Ed. Espasa calpe
- Rivera, R; Díaz Loving, R. & Flores Galaz. (1986). Percepción de las características reales e ideales de la pareja. *La psicología social en México*. 01. 379-385.
- Rocha, L. (2009). Indicadores del proceso de empoderamiento de mujeres divorciadas. *Revista Sefpsi*. 2 (1). 53-67.
- Rodríguez, F. & Córdova, L. (2009). Violencia en la pareja: manifestaciones concretas y factores asociados. *Espacio abierto*. 18 (2) 323-338.

- Rojas, L. (2003). *La pareja rota*. Madrid: Ed. Espasa Calpe
- Sánchez, R. (2012) Adiós de ti. Una mirada a la ciencia. Numero 359 (7) recuperado el 17 de julio de 2012 de http://www.unamiradaalaciencia.unam.mx/la_prensa/lista_anteriores_detalle.cfm?vNoCartel=359
- Sandoval, D. (1990). *Divorcio proceso interminable*. México: Ed. Pax México.
- Sarquis, C. (1995). *Introducción al estudio de la pareja humana*. Santiago: Ed. textos universitarios.
- Satir, V. (1986). *Psicoterapia familiar conjunta*. México: Ed. científicas.
- Satir, V. (2002). *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Ed. Pax México.
- Snyder, C. (2001). *Coping with stress effective people and processes*. Estados Unidos: Ed. Oxford.
- Stecca, C. (2004). *Cómo aprender de las experiencias cerrando ciclos vitales. Una perspectiva sistémica y gestáltica del pasado*. México: Ed. Pax Mexico.
- Sureda, M. (2007). *Como afrontar el divorcio. Guía para padres y educadores*. España: Ed. Wolters Kluwer.
- Taylor, S. & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Ed. Paidós Ibérica.
- Torres, M. (2005). *La violencia en casa*. México: Ed. Paidós.
- Valdés, A; Basulto, G. & Choza, E. (2009). Percepciones de mujeres divorciadas acerca del divorcio. *Enseñanza e investigación en psicología*. 14(1). 23-35.
- Vargas, J. & Ibáñez, J. (2006). *Solucionando los problemas de pareja y familia. Fundamentos teóricos y alternativas de solución a los conflictos desde la perspectiva del vínculo*. México: Ed. Pax.
- Walsh, F. (2004). *Resiliencia familiar. Estrategias para su fortalecimiento*. Buenos Aires: Ed. Amorrortu.
- Zarza, M. & Frojan, M. (2005). Estudio de la violencia doméstica en una muestra de mujeres latinas residentes en Estados Unidos. *Anales de psicología*. 21 (1). 18-26.

ANEXOS

ENTREVISTAS

Nombre: Yanin
Edad: 30 años
Profesión: Ama de casa
Tiempo de separación: 4 meses
No. de hijos: 3

1.Una vez más ¿me podría dar su nombre por favor?

2.Yanin

3.¿Su estado civil?

4.Unión libre

5.Unión libre. Ok. ¿No llegó entonces como a formalizar?

6.Ay no, eso fue lo único bueno

7. ¿Durante cuánto tiempo estuvieron en unión libre?

8.10 años

9.¿Y hace cuánto tiempo aproximadamente que se separó?

10.Cuatro meses, bueno ya van a ser cinco meses

11.Va a ser cinco meses, cuatro y cachito

12.Ja ja

13.Ok. Ahora si señora Yanin cuénteme ¿Qué pasó? ¿Cómo pasó? ¿Qué tal era su 14.relación antes de...?

15.Ay es que es difícil. Lo que pasa es que cuando nos juntamos todo iba bien, todo bonito y
16.todo. Pero cuando sucedió que perdí a mi bebe, ósea yo, a lo mejor yo tuve la culpa ¿no?
17.¡A lo mejor! Digo yo a lo mejor si, a lo mejor no. Me volví así como que fría, como que
18.“quítate”, como que “déjame” como que “pus mejor búscate a otra, yo no puedo darte un
19.hijo” de ahí unas cosas como que cambiaron entre a trabajar pero después me salí.
20.Después este... como al, que será, como año me embarace bueno pues ya empezaba la
21.relación a cambiar pero después era así como que se le metían cosas de amigos según no,
22.de que “Muy hombre y que no, pues fíjate que esto que el otro” y él “no pues es que tengo
23.a mi esposa”, “Si pero al rato que no se que, debes que vivir la vida” ósea consejos malos.
24.Y entonces ahí él empezó así como que “pues bueno si” y la mala influencia fue en este
25.trabajo, ay es un trabajo pero bien feo, en el charco de las ranas, ahí todo mundo se mete
26.con todos, todas las mujeres se meten con todos con quien se les da la gana, entonces de
27.ahí ya se empezó como a que a desubicarse, a andar con una, a andar con otra y ya ósea
28.las ósea ya empezar a cambiar y todo, nos empezaba a abandonar. Cuando tuve a mi
29.tercer bebe, él al segundo día que yo salí del hospital él este... no llegó, ósea nos dejó al
30.abandono no teníamos que comer, no teníamos, no teníamos los pañales y la única que me
31.veía era mi hermana. Entonces ya empezaron a haber y ya después de ocho días regresó y
32.bueno pues ya platicamos y que no es que según, según el había ido a ver un trabajo pero
33.que en un tal pueblo que porque según se iba ver para el otro lado y se quedó con un señor
34.y que no se que, y le digo “No te creo, le digo, pero en fin si dices que si y que si bueno”
35.pues ya paso “No que perdóname” y otra vez ¿no? Y bueno ya después este a la primera
36.vez me pegó y obvio que dicen que cuando a la primera nos dejamos pegar ahí se le sigue
37.y si fue cierto. Ya después se la agarraba de pelear y de pegar. Cuando estaba embarazada
38.me pegó, mi bebe nació mal, y dije bueno ni lo culpo ¿no? dije ya pus total salió pus para
39.que se lo culpo porque si este la verdad si me dejó muy, muy moreteada y eso si le afectó

40.al bebe. Ahorita mi bebe esta malito, bueno que no es grave hasta eso si oye y toda la cosa
41.pero dijo que iba a cambiar y todo. Cuando nació el bebe pues si cambio ¿no?, se dedicaba
42.a mí pero después otra vez que sus mensajes y cosas así. No se si es bueno o es malo
43.pero yo soy muy curiosa llegaba un mensaje y yo los leía. Hasta la fecha si deja el celular
44.me da la tentación ¿no? de agarrarlo y ver las cosas. Y si ósea siempre lleva cosas bien
45.feas así de, cosas ¿no?, y de ahí le decía “es que te llegó”, “no es que le preste mi celular a
46.mi amigo, dice, y de ahí ya se la agarran en contra de mí. Bueno, no pues si voy a cambiar
47.y que no se qué” y en fin salía con que mejor me voy, con que mejor nos vemos y se iba y
48.después volvíamos a regresar ósea así pasaron como cuatro veces. “pues mejor me voy”
49.bueno esta bien, bueno ya después pasaban que serían ¿ocho días o una semana? Y
50.volvíamos a regresar. Pero ya ahorita si ya no, ya yo digo que ya es definitivo porque si le
51.digo “tú me engañas”, “no, no te engaño nada más que psss vamos a darnos tiempo” ah
52.bueno, y vi su celular y entonces encontré y le digo “No, es que eso no se hace” “No, es que
53.no las tomo en serio que no sé qué”, “Si las tomas o no las tomas lo estás haciendo” y pues
54.así fueron las cosas.

55.Ok. De golpes, de maltratos. Ahí ya entró el maltrato físico, psicológico y moral porque
56.siempre, ósea siempre, yo no sé si, sí o no fue cierto pero siempre me decía que estaba
57.gorda “te ves gorda” le digo “hay si hombre déjame estoy gorda ¿y? ¿Cuál es el problema?”
58.ahorita si ya como que dicen que ya baje de peso pero digo “bueno y que tú me conociste
59.gordita” , “si pero no ahora estas más gorda” y le digo “bueno y que métete al gimnasio,
60.búscate una delgadita, búscate una que vaya al gimnasio” como él según hace ejercicio,
61.pero delgado así muy delgado no es, pero si empezaba con que “estas bien gorda, tu sin mí
62.no eres nada, por mí comes” por no decir una palabrota, me decía “por mí comes, gracias a
63.mí comes, gracias a mí esto, sin mí tú no eres nada” así me decía las cosas y le digo “no
64.fíjate que si puedo trabajar, le digo, pero no quiero por los niños que están chiquitos”, “no,
65.dice, tu para que trabajes, dice, no sabes ni trabajar no sabes hacer nada” le digo “órale”
66.ósea como que siempre me baja la autoestima.

67.¿Cómo se sintió usted cada vez que le decían eso?

68.Ay, mal, la verdad me sentía fatal. Decía hijoles a lo mejor si o cuando la primera vez que
69.me engaño me dice “es que fue tu culpa” y de ahí se la agarro porque no dije nada, le digo
70.pues a lo mejor si ¿no? por los rechazos y todo y le digo “sí, sí, si es mi culpa” pero de ahí
71.ya se la agarraba es que “¿me eres infiel?” , “es tu culpa” hasta que ahorita que nos
72.separamos igual “es que tu andas con otra, ya me entere a donde te fuiste la vez que me
73.engañaste que según te habías ido con un señor, te fuiste a la semana con esa (silencio)
74.vieja ¿no?”, “no, bueno si dice pero ay nada que ver, ahora ya anda con uno y con otro”, “sí,
75.le digo, desafortunadamente dicen que ni fuiste ni el primero ni fuiste el segundo quien sabe
76.en que tantos has de haber entrado ahí”, “pues no, ese no es mi orgullo, dice, mi orgullo es
77.echar competencias, retos”, “¿ósea que tus retos es saber quién ganaba de mujeres?” y
78.dice “no, el reto es echarle ganas a la chamba” y le digo “no eso es mentira” y pues no se
79.jeje.

**80.Ok. Me comentaba que la primera vez que la engaño ¿realmente se lo confirmó a
81.usted?**

82.Sí. Que cree que no ha tenido el valor hasta ahorita, nunca he tenido el valor de decírmelo
83.en mi cara “lo ando” sino que siempre haga de cuenta que a mí me gusta investigar y se
84.entera uno y yo he, ósea siempre, siempre hago lo mismo y digo a lo mejor igual y está mal
85.¿no? pero digo pues que no me engañe tampoco ¿no? y hasta su familia lo sabía
86.desafortunadamente se enteró su mamá. A mí me dijeron que la primera que supo fue su
87.mamá y su hermano y le digo “ay ¿qué es eso que tu mamá y tu hermano se hayan
88.enterado primero que yo?”, “ay es que nada más se lo confesé, dice, pero nada de nada” y
89.le digo “ahora me dijeron que según tú ya te ibas a juntar con ella”, “no que eso es mentira”
90.le digo “te vieron varias veces en Tulyehualco, le digo, que hasta ibas a dejarla a su casa”
91.ósea le digo yo siempre investigo de fondo todo, y ahora resulta que sí, ahora de lo que me
92.entere igual se le dije y no me lo negó y lo que me dijo “pues es algo normal ¿no?” y le digo
93.“ándale pues, es algo normal ”, pero eso si le digo “ahora que te parece que yo te engañe”,
94.“ay te quito lo de los niños, te quito tu dinero” ósea siempre me viene amenazando siempre.
95.“¿Y si me voy a trabajar allá al charco?” “no pues entonces ya no te paso gasto, entonces
96.no sé que, entonces no sé qué tanto” le digo ahora ya me entere, bueno no todavía no,

97.sabía que si andaba con alguien porque siempre decía “no ando con nadie, no y no y no”,
98. “ah está bien entonces no estamos separados puedes hacer tu vida como quieras y con
99.quien quieras, pero ¿qué pasa si yo voy y te busco y te investigo o te voy a espiar?”, “uy,
100.dice, no, te dejo de hablar para toda la vida, dice”, “ósea le digo que él que nada debe
101.nada teme o que ¿tú tienes miedo de que yo vaya al trabajo y te vaya yo a ver?”, “no pero
102.es que no tienes a que ir y que no sé qué”, “ah órale, si llego a ir y te veo con la otra me la
103.desmecho, le digo, ¿a ver qué?”, “no pues te dejo de hablar, dice, no más vas y me haces
104.un drama y te dejo de hablar, dice, y no te vuelvo a pasar gasto, le digo, bueno”.

105.¿Esto fue la última vez?

106.Si

107.¿Y quién tomó esa decisión de separarse?

108.Yo

109.Usted. ¿Qué sintió en ese momento?

110.Es que siempre les ha pegado bien feo a mis niños, o sea la verdad. Es bueno ósea si los
111.quiere a veces jugaba, bueno juega hasta la fecha porque luego los ve y se pone a jugar y
112.todo. Pero a mí lo que no me gusta es que siempre les pega y les pega bien feo y primero
113.fue una discusión, ósea yo si me espante bastante porque le digo que de que pega si da, y
114.ese día le digo bueno debe de haber comunicación entre pareja ¿no? y le digo “que crees,
115.ya nos íbamos a ir a la escuela, que crees que Cris agarró una paleta de la papelería, le
116.digo, y no me había dado cuenta” ya agarré y le di la paleta y me regresé a pagarle, como
117.la señora nos habla muy bien y le digo “ya me regresé a pagarla” No sé qué le dio estaba
118.de buenas y en el momento no mas así le dije que se enciende y le pegó bien feo al niño,
119.en serio, agarró una pista de esas de las hot weels, de esas, estas bien gruesas, y que le
120.empezó a pegar al niño ¿no? y le digo “¿ya déjalo no?” pues también me tocó a mí ¿no? y
121.siempre dice que por mi culpa, que si por mi culpa son drogadictos que si por mi culpa van
122.a ser esto ósea que van a crecer con malas mañas. Digo, son unos niños, los niños tienen
123.derecho a gritar, a correr, a jugar y siempre esa vez si le pegó bien feo y le digo “no le
124.pegues” ya me metí con él y también me dio ¿no? mis niños se espantaron y les digo ya
125.vámonos y como mi otro niño estaba enfermo de hepatitis, le digo “pues no vas a la
126.escuela” ya estaba en reposo, ay no sé cómo me dio tanto coraje le digo “sabes que
127.vámonos” y que le grita “¡¡tú no sales de aquí, siéntate en el sillón!!” y mi niño así como
128.que se espantó le digo “no Kevin salte córrele” que abro la puerta y que le digo “¡córrele,
129.échate a correr!” corrimos y se quedó con su coraje. Ese día no estuve en todo el día dije
130.“Yo no vengo, que se le baje el coraje” y después este ya el motivo de la separación fue
131.porque siempre me hace a un lado a mi niño digo yo no sé porque razón porque motivo, a
132.lo mejor porque sangre con sangre no coinciden porque es idéntico al papá, idéntico tiene
133.le mismo genio, el mismo carácter, hasta el físico, haga de cuenta que volvió nacer él.
134.Igual yo creo que no son compatibles o no sé pero siempre me lo está regañando y ese día
135.no más porque no le hizo caso de que le llevara un bombón, o sea de que le llevara un
136.tenedor porque lo quería quemado y Kevin se sentó y no hizo nada y que lo regaña “vas a
137.ver” que le empieza a hablar con majaderías ¿no? “pero me has de pedir algo”, “papá
138.quémame mi bombón” “¡no te voy a hacer nada!” le digo “es un niño, le digo, que te pasa”
139.y ahí empezamos a discutir y por mala suerte yo creo que se hartó porqué se enfermó mi
140.niño de hepatitis, después empecé yo y después empezó mi otro niño ¿no? y así como
141.que él llegaba del trabajo y se tenía que hacer de comer, el quehacer lo hacia mi hermana
142.le pagaba para hacer el quehacer y lavar la ropa. Yo creo que se fastidio de todos los días
143.era de “siéntate, cállate ” y así como uno enfermo y él así como que “cállate, siéntate” y
144.tómala ósea siempre les pegaba no quería que ni se levantaran del sillón “es que voy al
145.baño”, “pues órale vete rápido y te regresas y te sientas” y así fue lo que me explotó, le
146.digo “sabes que ya, ya estoy harta, le digo, o te vas tu o me voy yo, le digo, pero ya está
147.situación no puede seguir así, le digo, todos los días gritas todos los días siéntate, todos los
148.días esto, todos los días golpes, le digo, ya tu ofensas, tus insultos son unos niños” y luego
149.lloran “ y no llores porque pareces pinche mariquita, pareces pinche niña ¿Qué no eres
150.hombre?” pero así con groserías ¿no? y dices así como que se tienen que tragar el dolor
151.de los golpes y le digo eso les va a hacer daño. Y le digo “pues si no te vas entonces me
152.voy yo”, dice “no, no que no sé qué, no me voy a ir pues no te vas pues me largo yo
153.mañana” le digo “entonces tú te quedas yo me voy”, “no está bien nada más dame tiempo

154.voy a buscar donde irme a rentar”, “ándale pues” fue su gusto de rentar dos meses y se
155.fue con su mamá, como su mamá lo alcahueta. Haga de cuenta que a su mamá le viene
156.valiendo los problemas, ¡todos!. Cada que teníamos problemas nunca se presentaba ella
157.para “oye que paso” sino que él tres ocasiones se fue por su propia voluntad y ahora dice
158.su familia que no que yo siempre lo corro, ósea cada vez que yo quiero lo corro, le digo,
159.eso es mentira porque ni siquiera sabe ser hombre de enfrentar la situación, decir la
160.verdad le digo “eso está mal” y dice “bueno eso sí”, le digo “¿entonces por qué vas de
161.chismoso con tu familia?” y ahorita su familia así como que tienen mal aspecto porque lo
162.volví a correr al pobrecito, le digo, pero nunca ven o preguntan el motivo o razón. Le digo
163.“ahora tu mamá ¿Sabía que me pegabas?, ¿tu mamá supo que me fuiste infiel?” porque
164.cuando estaba embarazada no llego tres veces ósea fue la primera vez que no llego, yo si
165.me espante le digo “es que, que cree, que Eduardo no ha llegado”, “¡cómo crees hija!” le
166.digo “no, no ha llegado” y dice “haber vamos a hablar al trabajo” hablamos al trabajo pues
167.que no se presentó al trabajo “no pues Eduardo no vino a trabajar hoy”, “hijoles y ahora
168.dice, pues espérate a mañana” llego otro día volvimos a hablar al trabajo “no pues con
169.Eduardo”, “no pues no vino a trabajar”, le digo “es que no es ahí ¿Qué tal si, si le pasó
170.algo?”. No pues ahí nos ve buscando en todos los hospitales, en Locatel en todos lados y
171.nada y nada y nada. Le digo “es que no llega” y dice “no te preocupes mañana salimos
172.otra vez a buscarlo” le digo “bueno”. Ya salimos a buscarlo y dice “sabes que vamos a
173.esperarlo al trabajo a ver si de pura casualidad llega” y le digo “bueno”. Y si llego él bien
174.quitado de la pena y con otra, así como que y negándolo y le digo “andas con esa pinche
175.vieja”, “no que no, es compañera del trabajo me la encontré de casualidad en el micro” y le
176.digo “ándale pues” y hasta la fecha vea que salen las cosas y dice que sí, uno no es tonto,
177.la verdad, pero bueno.

178.Amm ahora que están separados ¿cómo es la relación con él?

179.Ay que se cree que no lo entiendo, esta como, ay creo que está loco él y dice que la loca
180.soy yo ¿no? Hay veces que cuando va a visitarnos llega de buenas, porque eso si tengo
181.bien mal acostumbrados a mis niños a que todo les compraba y antojos y todo. Ahorita si
182.como que si estamos careciendo ¿no?, pero si le lleva cosas a los niños los regaña menos
183.y ósea si a veces como que si va de mal humor y nos ponemos a discutir. Como por
184.ejemplo hoy. Subió y nada más por un mínimo problema que mis niños no sé qué carajos
185.le hicieron al DVD y empezó a decirme de cosas “es que es tu culpa porque tú, por tu
186.culpa, no saben cuidar nada” y digo “pero porque mi culpa” ósea yo así como que pues
187.oye que te pasa ¿no? porque mi culpa, “es que tu no los has educado bien ya te dije que
188.no anden allá atrás en las hierbas ve como tienen su cara” porque como que hay mucho
189.aire y desde que nos separamos mis niños se me están enfermando bien feo a cada rato y
190.a cada rato. A uno le botaron como unas ampulitas y se le truenan y se le componen y a
191.otro se engrano de la cara así bien feo no sé porque motivo razón pasaron esas cosas. Mi
192.niño supuestamente tiene un tumor, así como que, nada más que se fue han pasado un
193.montón de cosas y me culpó le digo “no yo no tengo al culpa de nada, le digo, son niños y
194.tienen derecho de salir a jugar”, “no es que no se que y no se que tanto y pues ahora por
195.no se que se van a quedar sin ver nada, dice, ni modo Axel, dice, no te vamos a comprar
196.otro DVD que no se que pero todo por tu mamá es su culpa de ella”, le digo “¿pero por
197.qué mi culpa?” o sea ya me lo estaba “si dice, de nada te sirve”, porque de eso de las
198.terapias se enteró por mi hermana por la primera vez de que vine y me preguntó que
199.donde había ido, porque según por pura casualidad fue a la primaria y no recogí yo los
200.niños y ya no, pasó. Le digo bueno le digo, pues ya ahí me dice “si, dice, pues al menos yo
201.no estoy mal como tu, dice, no que tu hasta psic...tu necesitas terapias” que me hace
202.enojar y le digo “¿ah sí!? le digo, pues al menos yo necesito terapias y voy a quedar bien
203.no que tu, le digo, de que te sirve ya ser señor, papá y toda la cosa si tus mensajitos, por
204.que le digo que leí sus mensajes, le digo, ¿de que sirve? le digo, lo que escribes son
205.babosadas”, “es que nunca debiste leer eso, dice, yo nada mas juego con las mujeres”, “a
206.mi me viene valiendo si juegas o no juegas, ya estas demasiado grande como para que
207.estar ahí con tus mensajitos babosos de secundaria pareces colegial, le digo, ¿sabes que?
208.no vamos a discutir por un algo tan insignificante que tiene remedio volverse a comprar o
209.mandarse a arreglar, le digo, ahí que queden las cosas” y ya, ya se le bajo el coraje y todo.
210.“Hay discúlpame” le digo “es que no tiene caso de hay discúlpame, porque les di de
211.desayunar a mis niños y me salí a lavar, le digo sabes que ahí si quieres desayunar,

212. desayunar yo voy a seguir lavando y ya me salí a lavar”, “dije ya no quiero pelear, le digo
213. ya”.

**214. A partir de que por ejemplo usted se separa hace cuatro meses más o menos ¿Qué
215. es lo que siente usted? ¿Cómo se siente usted?**

216. Como deprimida

217. ¿Cómo lo ha notado que se siente deprimida?

218. Porque haga de cuenta que yo no puedo estar sola, porque me da por llorar y llorar y llorar,
219. ja, ja, y casi no como. Ósea como que me viene valiendo si como o no como. Y cuando,
220. pues ósea tenemos muchas actividades donde vivimos como tener que acarrear el agua.
221. O sea acarreamos el agua porque no tenemos potable, entonces eso de bajar y subir,
222. bajar y subir como que se distrae uno se esta haciendo este... se esta componiendo el
223. camino y pues ya entre que platicamos y eso bueno ya se despeja uno, pero si estoy solita
224. haga de cuenta que todo se me viene a la mente todo, todo, todo, entonces no puedo
225. estar sola ósea me siento mal, aja así como que yo no ¡yo no soy para estar sola! y nunca
226. he estado sola ósea así sola ni de soltera siempre he andado en la calle con amigos y que
227. en la escuela, siempre riéndome, ósea siempre así como que me decían “es que tu
228. siempre te estas riendo” le digo “pues no estoy loca pero me gusta reír, me gusta platicar,
229. me gusta.. me gustan muchas cosas, le digo, y luego dice mi hermana “si quieres me llevo
230. a los niños a la escuela”, “no Alicia mejor yo bajo” ósea me gusta porque tanta gente que
231. ya nos habla pues ya si no platico con una platico con otra o los niños de sus compañeritos
232. de mis niños “hola señora” “ay hola” y así ¿no? pues ya, dice uno, se despeja uno que ir
233. al mercado y eso y ya pero no me gusta quedarme en mi casa sola.

234. Ok. Y por ejemplo a partir de que se separan hasta ahorita, ¿se ha sentido igual?

235. Si. La verdad si. Le digo que como yo digo que si ya no nos viéramos yo creo que
236. fuéramos así como así feliz, pero bueno no se.

**237. Ok. Amm ¿Qué significa para usted el hecho de haberse separado? ¿Cómo lo esta
238. viviendo?**

239. Mal.

240. ¿Mal?

241. Bueno... luego si pienso digo a lo mejor cometí un error ¿no? de separarme pero a la vez
242. digo, “no a la mejor no es un error” ósea como que digo a lo mejor mi vida cambia mi vida
243. mejora porque eso de vivir con insultos, con golpes, con maltratos, sin libertades digo no,
244. ósea como que tampoco.

245. ¿Y por qué consideraría usted que es un error?

246. Porque según si me quería, y según bueno yo si lo quería pero con lo que me entere
247. ahorita ósea como que en lugar de querer se me ha venido como odio. O sea antes este,
248. sentía la sensación, la ansiedad de verlo que sea así de que subiera y verlo nada mas.
249. Ahora así como al verlo siento coraje, ósea, ya no digo “si viene pues que bueno y si no,
250. no”. Y antes no, es así como que “ay venga, que venga, ya que venga, así como que ya
251. que venga” pero ahorita no, ahorita subió y lo veo ya así como con odio, así como que
252. siento, no se, como que siento mucho rencor.

**253. Ok. Amm ¿de qué manera ha intentado usted sobrellevarlo? Este hecho que me
254. decía de que: “no estoy como para estar sola”.**

255. Aja, para sobrellevarlo. Que cree que yo trato de no pelear pero...pero es difícil, es difícil
256. porque luego me dice cosas, le digo “ay aja, si” incluso hoy así como que “si hombre, si te
257. voy a poner el cuerno”. Le digo o luego así vienen entre platica vienen los relajos pero
258. vienen tan así como que le digo, no se a lo mejor estoy mal pero entre platica y platica
259. luego así sale le digo “sí, le digo, ¿y a ti quién te dice algo?, le digo, tu pinche vieja ociconas
260. ¿no? pinche trompa de no se que, de burro, así le digo, no me imagine que te gustaran las
261. ociconas”, no y así viene y dice “no , dice, si nada mas es de pasadita” le digo “aja tu, le
262. digo, pinche cara de loco”. Haga de cuenta que, como que me da como pelear para que le
263. diga y luego yo le diga, pero luego digo ya mejor me calmo. O sea luego ya ni peleamos ya
264. nada mas nos reímos y le digo “sabes que ya mejor me voy a apurar”, “no, siéntate”, “no ya

265.me voy a apurar” porque luego nada mas me da risa porque haga de cuenta que siento
266.ansiedad como que para provocarlo y pelear. Ósea como que siento odio y digo “¡ay no
267.mas donde me toques!”. Ja ja.

268.Ok. ¿Qué otra cosa ha hecho para afrontar la situación? Para salir adelante.

269.Buscar trabajo.

270.¿Buscar trabajo?

271.Ya he... aja. O sea, haga de cuenta que no me siento en paz entonces así como que ya
272.busque trabajo y esperemos que el lunes ya me presente. Para salir adelante ya es eso así
273.como que buscarme un trabajo y distraerme, despejarme y ya así como que con las
274.terapias y luego como los martes estamos con un proyecto, así como que algo así de
275.prestamos, pues tenemos que ir a junta cada ocho días y pues ya me relajo y así como
276.que si se despeja, la semana se me va bien rápido.

277.Ok. A parte de buscar trabajo ¿qué otras cosas ha hecho?

278.Pues le digo que andar ahí cada tercer día nos estamos poniendo a acarrear el agua, ja,
279.ja, ja. Si, si nos ayuda porque haga de cuenta que pues en un viaje nos echamos una
280.media hora casi una hora entonces nada mas nos echamos dos o tres vueltas y ya viene
281.que el desayuno, el escombrar, bañarnos y ya córrele y ya si quiero subo sino no subo,
282.ósea me ayuda a distraerme el quedarme a platicar y eso de cualquier cosita minima andar
283.escombrando, andar componiendo se me va el día.

284.Ok. ¿De qué buscó trabajo?

285.En una empresa, de hacer etiquetas de coca-cola y cigarros y todo eso.

286.Ok. Entre estas cosas que me ha estado platicando de estar buscando trabajo, estar

287.acarreando el agua, ir a sus juntas, ¿Cuál de todas estas le ha proporcionado como

288.que una mayor eeeh satisfacción?

289.Hay pues es que... todavía no, este... todavía estoy insegura de todo. Todavía no.

290.¿Todavía se siente insegura?

291.Si

**292.Ok. ¿Algo mas que haya hecho? ¿Ha tenido que recurrir a alguien?¿algo que haya
293.hecho usted para...?**

294.Pues todo lo que me paso se lo he contado a una señora que bueno es la mamá de su
295.amigo de mi niño pero nos hicimos muy amigas entonces ella fue la que me dijo que
296.viniera al DIF, por ella me entere, “señora que cree que ya este investigue si gusta ir vaya
297.al DIF ahí están dando terapias de separación”, “ah, le digo, gracias” dice “es que ya se ve
298.bien mal, dice, ya no es como antes” le digo “ah!!, le digo , si verdad”, “como que se esta
299.amargando, dice, usted no era así”, le digo “ay señora, le digo, es que no es fácil” dice “si
300.verdad, dice, si, si, la comprendo, dice, vaya, dice, porque a parte ya se ve así como que
301.mas demacrada, mas acabada”, le digo “¡ay no me diga cosas feas!” dice “no señora es
302.que ya, dice, antes se veía llenita ahorita ya no, nada que ver, dice, ya se ve mal, yo ya
303.pedí información”, le digo “ay pues gracias le digo, si, si voy a ir”, “¡pero vaya!”, le digo “si”.
304.Y con ella le contaba todo, haga de cuenta como que se desahoga uno y ella venía como
305.que así como que nos platicábamos ¿no? cosas y ya, aja entonces este pues si.

306.De todo esto que le dijo usted si... ¿cómo se siente usted? ¿Si coincide o no?

307.Pues si. Si, no quería venir. Bueno de hecho me dijo, creo que fue miércoles o jueves, dice
308.“vaya que son todos los lunes a las 4” le digo “bueno”. El día lunes le digo a mi hermana
309.“te encargo a mis niños, le digo, voy a ver que pasa”, dice “pues si córrele ve, dice, te hace
310.falta” le digo “bueno” y ya venía por Xochimilco y dije “ay no mejor ya no voy” ja ja ja, como
311.que no me siento este capaz de ir dije “bueno mejor ya no voy que tal si eso ya ni funciona
312.ni me ayuda, dije, no mejor ya no” dije bueno haber voy a ver. Y ya llegue aquí, como
313.llegue temprano, dije a lo mejor era mas por el tráfico y no, llegue rápido dije “ hijoles
314.apenas son cuarto para las cuatro” ya me senté a esperar y todo y ya dije “no yo creo que
315.mejor me voy, ya no paso” estaba indecisa entre que si entre que no y dije “no mejor me
316.regreso, mejor si paso, mejor me regreso” estaba así como que no como que si y dije

317.“bueno ya pues total, ya estoy aquí haber que pasa” pero ese día si me sentía muy, muy
318.mal.

**319.Ok. A parte de esos ammm cambios digamos que físicos ¿ha notado otro cambio a
320.su alrededor?**

321.¿Cómo a mí alrededor?

322.Aja. ¿En algún otro aspecto de su vida?

323.Si soy más enojona. Si, mas enojona y como que dice mi mamá “hasta estas amargada”
324.porque a mi me gustaba bailar, me gustaba la música y ahora ya no. Luego mi niño pone
325.las canciones que a mi me gustaban ¿no? así de dance y todo eso “ay hijo bájale a esas
326.cosas”. “¿Por qué mamá?”, “es que esta muy fuerte, bájale al radio por favor”, “esta bien” y
327.ya le baja ¿no? y prende la tele “¡¡noooo!! apaga la tele” haga de cuenta que ya no me
328.gusta el ruido, ya no, es así como que me gusta, nos estamos apurando a hacer el
329.quehacer y todo callado debe de estar, ellos jugando afuera y yo adentro haciendo el
330.quehacer pero no pongo música. Luego mi hermana pone su radio como vivimos casi
331.juntas le digo “ay bájale a tu radio, le digo, no dejas dormir”, “ay es que tu estas
332.amargada”, le digo “pues quizás si, digo, pero bájale, ósea es que casi, casi pones una
333.trompeta tu” pero ya no me gusta la música, de plano ya ni la tele ni la música, si esta todo
334.callado mejor para mí. Le digo a mi niño “ay, le digo, vete a jugar córrele”, “¿me das
335.permiso de jugar con el perro?”, “si, córrele vete” pero ya no, como que no soy la misma de
336.antes. Soy mas enojona, mas gritona no se de todo.

337.¿Todo a partir de la separación?

338.Si. Aja.

339.¿Alguna otra cosa que quisiera comentar?

340.No.

Entrevista 2

Nombre: María Concepción

Edad: 35 años

Profesión: fotógrafa

Estado civil: Divorciada

Tiempo de separación: 9 meses

No. de hijos: 2

1. Mi familia ¿no? mi esposo y mis hijos ¿no? Entonces este... pues yo decido terminar esa
2. relación y este... y empiezo así como dices tú a buscar nuevas amistades, otros quehaceres,
3. otras actividades ¿no? para no encerrarte en tu círculo ese. Este... pero como se llama,
4. ahora ya no era, ahora en la actualidad ya no es el círculo de mi esposo sino mis papás.

5.Ok. Haber vámonos despacito porque ya me ando perdiendo. Amm ¿Su nombre es...?

6. María Concepción.

7.Ok. (Suena el celular) (Cuelga).

8.¿No? ¿De plano no?

9. No es que... es este hombre y de plano no quiero que me acompañe.

10. (Sonido de teclas de celular)

11.¿Su estado civil?

12. Hummm... Divorciada

13.Divorciada ¿Estaba anteriormente casada como tal?

14. Aja. Por todas las leyes. Ja ja.

15. ¿Durante cuánto tiempo fue esto?

16. 15 años

17. ¿Y hace cuánto tiempo se separó?

18. Mmm... Divorciada son como 4 meses, como... como 6 meses en Agosto y separada este 9

19. meses.

20. 9 meses. Ok. ¿Qué fue lo que sucedió como para terminar la relación?

21. Mmm...

22.¿Mmm...?

23. Ja ja. Mira el meollo del asunto, eh... fue que yo empecé a recibir este... vía telefónica
24. amenazas de que dejara a mi esposo, de que mi esposo me era infiel, de que mi esposo me
25. estaba embrujando, de que mi esposo les quería hacer daño a mi familia. Él se mete mucho
26. a lo que es la santería cubana ¿sí?, yo soy católica. Entonces empezamos tener conflictos
27. por esa situación. Entonces cuando empiezo a recibir esas llamadas por teléfono pues si en
28. cierta forma me... me, como que ese fue el chispazo de que era la mechita que se iba a
29. encender el fuego ¿sí? entonces si este empecé a, pues a tener problemas con él y a
30. decirle que porque este se había metido mucho en eso, en eso, no se, no es religión, es
31. culto pues ¿no? Pero independientemente de que se haya metido sino que se jaló a mi hijo
32. el mayor y seme estaba jalando a mi hija menor, a Abigail, entonces empezamos a tener
33. conflictos de esa situación. Entonces ya eran muchas cosas de que, te digo ya era como la
34. gotita que derramó el vasito y ya eran infidelidades en dos ocasiones que yo lo encontré,
35. otras dos que mis papas lo encontraron. Este mmm..., que crees que yo mentalmente me,
36. me mentalice que si yo en 15 años no hacía nada con él, ósea un patrimonio, ya no lo iba a
37. hacer. Entonces yo siempre dije "En quince años no hacemos nada y pues cada quien por
38. su lado ¿no?" esa situación no se, entonces este él no era un buen proveedor.

39.¿Cómo era la relación?

40. Él se concretaba con dar un gasto semanalmente ¿sí? pero cuando yo le pedía que lo de la
41. luz, el agua, el gas "No pues no hay, no, no hay" entonces si me molesto porque siempre se

42.va a las 7 de la mañana y regresaba 7 de la noche y cuando le pedía dinero pues no había.
43.Y yo decía “Bueno entonces ¿Qué haces no? Si no estás trabajando pues dime ¿qué estas
44.haciendo?”, “No pues es que no hay, yo hago todo lo posible pero pues nomás sacar para lo
45.del gasto y además tú también trabajas” me decía. “Si, si trabajo” pero pues yo más que
46.nada me enfocaba a vestirlos y a calzarlos no me hacía cargo de los gastos de la casa.
47.Entonces cuando empecé a ver pues que no, no funcionaba así, pues ya este, yo empecé
48.también a..., como siempre viví ahí con mis papas en el cuarto de soltera ahí se
49.acondicionó y ahí viví esos 15 años ¿no? entonces si yo a mí era la que me decían
50.“Necesito lo de la luz, lo del gas, ahora el Internet, el teléfono” entonces si me molestaba
51.mucho cuando me lo piden y era cuando yo tenía problemas con él ¿no? entonces todo eso
52.se fue juntando. Aparte sexualmente yo, yo me sentía como utilizada o sea de que, todas
53.las noches y a la hora que tu quieras y llegabas y a lo que vas y ya se acabó, entonces si yo
54.me sentía utilizada. Entonces todo eso se fue este yo creo que eran pequeñas cositas que
55.fueron acabando con la relación ¿sí? Entonces el día que yo le pedí dinero para su
56.confirmación de mi hija me dijo que no tenía y que pues si yo había decido confirmarla pues
57.que yo asumiera esa responsabilidad. Entonces si me enojé mucho y si le pedí que se fuera
58.de la casa.

59.¿En ese instante? bueno ¿Cuándo le pidió el dinero?

60.Mju, si, en ese instante le dije que por favor se fuera. Se enojó mucho conmigo y me pegó
61.¿no? me dio una cachetada, cosa que nunca lo había hecho, nunca lo había hecho pero no
62.se que le paso y si me pegó, me dio una cachetada y me aventó, entonces este..., pues si
63.estaba en ese momento yo creo que muy enojada.

64.¿Él qué dijo?

65.Nada. Dijo: “Si no tengo no te voy a dar y entiende no te voy a dar, tu decidiste confirmar a
66.esa niña haz lo que tengas que hacer pero conmigo no cuentas” entonces como te digo que
67.vivimos ahí en la casa de mis papas este... pues es lógico que se metieran ¿no? mas que
68.ven si te están gritando, pegando ahí afuera y que este si le pedí que se fuera y que este...y
69.que pues que este ya ahí se había acabado la relación y que pues la abogada me iba a...
70.de hecho yo antes de que pasara esto, este yo había ya tramitado mis papeles de divorcio
71.por lo mismo que te digo que yo recibía este llamadas de esa persona ¿no? y aun ahora
72.todavía las sigo recibiendo. Entonces este...ese fue el meollo de que yo decidí terminar esa
73.relación.

74.Ok. ¿En algún momento hubo amm algún intento por reparar la relación?

75.¿De los 15 años?

76.Si. ¿Qué es lo que hizo?

77.No se, yo siempre para que él este bien este...pues voy ser así como que no veo nada, que
78.no se nada y que tratar de complacerlo. Eh... antes de esta vez que se fue, un año antes se
79.había ido también. Entonces en esa ocasión yo ya estaba yendo a terapias con una
80.psicóloga particular este... pero cuando él regresa, otra vez, este... le digo que si me
81.acompaña y todo eso, me acompaña pero como dos o tres sesiones que él fue y se lo dijo a
82.la terapeuta que él no quería estar ahí que él la verdad, pues que la verdad él y yo la
83.sabíamos y que la verdad este... el cambio está en uno mismo y que no necesitaba de
84.terapitas y que pues que era la última vez que iba a ir. Entonces él no, no quiso hacer nada,
85.pues con tal de que él estuviera bien pues yo era la que proveía económicamente los gastos
86.de la casa ¿sí? pero pues no, no se dio.

87.Ok. Entonces ¿usted fue la que tomó la decisión?

88.Mju.

89.¿Cómo se sintió de haberla tomado?

90.Pues en ese momento yo dije “Pues ya me quité de un peso de encima ¿no? ya, se fue,
91.este... se fue mi problema” lo que yo nunca contemplaba o, o no estaba en mi, en mi
92.proyecto, porque yo tenía un proyecto de dejarlo y quedarme con mis hijos, este...creo que
93.eso nunca estaba en mi proyecto era que mi hijo se volteara en contra mía, que mi hijo
94.decidiera quedarse con su papá, que mi hijo me llegara a odiar tanto a decirme que yo no
95.soy su mamá, eso yo creo que nunca lo planeé. De hecho, cuando yo le comentaba a la

96.terapeuta que a mi me hubiera gustado hablar con Alejandro, o sea que yo quería hablar
97.con Alejandro y explicarle la situación ¿no? porque había tomado esa decisión de, de
98.terminar con esa relación y ella me dijo "Pues díselo, antes de que otra cosa pase, tu dile,
99.habla con tu hijo y explícale porque vas a tomar esa decisión" cuando yo platico con mi hijo,
100.como 3 días antes de que yo corriera a su papá de la casa, eh le dije le platique a mi hijo la
101.situación de cómo yo me sentía, que me sentía mal, que la verdad yo no era un objeto y
102.que la verdad su papá no era un buen proveedor y que su papá pues tenía otra familia
103.¿no? y que la verdad pues a mi no me gustaba eso. Entonces en ese momento el niño me
104.dijo que no me preocupara, que él iba a estar conmigo, que no me iba a dejar nunca y que
105.él me quería mucho. Entonces pues ese fue yo digo que lo que más me dolió de la
106.separación, el, el haber perdido a mi hijo y la confianza de mi hijo y no se.

107.¿Qué es lo que sintió en ese momento?

108.¿De decirle a mi hijo?

109.A su hijo, a su ex esposo.

110.Decirle a mi hijo me sentí yo con la confianza de decirle, de contar con a una persona que
111.era de mi sangre y que podía confiar ¿no? me sentía pues liberada, en cierto modo
112.comprendida. Si porque me decía "No te preocupes, no me voy a ir, me voy a quedar
113.contigo ¿no?" pues dije "Entonces me comprende mi hijo ¿no? que padre" Eh...cuando yo
114.le digo a mi esposo que se vaya de la casa pues si me siento así como que "Ay ya se fue
115.mi problema, mi dolor de cabeza, la persona con la que yo estoy peleando" entonces este
116.pues me siento tranquila. Los primeros meses, bueno la primera semana muy tranquila
117.pero muy, muy ansiosa o como que "¿Qué está haciendo mi hijo? ¿En dónde están? ¿En
118.dónde están?" si, porque no era nomás pensar en mi hijo sino también en él ¿no? "¿En
119.dónde están? ¿Con quién están? ¿Se habrán ido con esta persona?" No se, se me
120.imaginaron muchas cosas ¿no? Eran mensajes que yo mandaba a mi hijo y que nunca me
121.los respondía, era... la angustia de saber que está bien. Fueron días muy para mí muy,
122.muy difíciles.

123.A partir de que su ex marido se va hasta el día del divorcio ¿Cómo lo vivió usted?

124.¿Que crees que... no se pero yo siempre lo he visto así que mi familia, mis papas y mi
125.hermano o sea, yo creo que en el fondo siempre lo quisieron eso, el divorcio, separarme
126.de él ¿sí? Mmm... yo en casa de mis papas mmm..... pues si tienen su casa mis papas y
127.en la parte de atrás como que hizo departamentos ¿no? Entonces yo eh... hubo una
128.ocasión que me ofrecen un proyecto para una casa, entonces teníamos ahorros mi
129.esposo y yo, era en la colonia Moctezuma o sea que si era lejos ¿no? Y cuando yo le digo
130.esto a mi papá que yo me voy a ir a la colonia Moctezuma él me dice "¡no! te vas a ir muy
131.lejos y tu tienes aquí tienes tu negocio y tienes esto" y este "¿Cómo te vas a ir?" y
132.entonces él me dijo "¿Qué te parece si en la parte de arriba haces un pequeño
133.departamento y te subes y haces tu departamento y ahí vives?" pues si efectivamente así
134.lo hice. Hice un pequeño departamento pero este... cuando lo terminé de construir se casa
135.mi hermano entonces la casa, pues como nada más somos dos hermanos, a mi hermano
136.le dan un departamento abajo que ya está construido y yo pues este tengo el de arriba.
137.Entonces me dice mi papá "Estoy pensando que la casa está muy grande para tu mamá y
138.para mí ¿Qué te parece si mejor te quedas aquí?" pero que crees que en ese momento
139.pues a mí se me hizo lo más práctico y lo más cómodo ¿no? dije "Bueno si está bien" pero
140.en ningún momento me dijeron ya puedes ocupar el cuarto de tu hermano que desocupó o
141.puedes ocupar la cocina o puedes no. Se me hizo tan práctico porque la cocina pues yo
142.era la que la compartía con mi mamá y entre las dos hacíamos de comer para nuestras
143.familias, lo mismo, pero para nuestras familias. Yo le ayudaba a hacer la comida y el
144.quehacer igual entre las dos entonces se me hizo muy cómodo y a mi marido pues
145.también se le hizo cómodo ¿no? de no subirse, de no subírnos a ese departamento.
146.Entonces, este... mi papá decidió rentar ese departamento y la renta pues siempre se le
147.ha quedado a él ¿sí? Entonces yo veo que ahora, que ellos siempre vieron a mi esposo así
148.como que "Él no es el tipo para concha" entonces yo siento que influyeron mucho en...en
149.eso. Yo cuando decido terminar esa relación uh los veo pero así con su carita feliz y así
150.como diciendo "¡No te preocupes!, ¡No pasa nada!, va a llegar otra relación este ¡échale
151.ganas! ¡Haz lo que te gusta ahora eres libre!" Y pues no.

152.Ok. ¿Qué ha significado para usted toda esta experiencia?

153.Pues en mi experiencia, el día del divorcio, no se te lo juro que yo porque en ese momento
154.yo quería que él me dijera “Sabes que no me quiero divorciar de ti” En ese momento yo
155.estaba pues si todavía muy enojada ¿no? pero que crees que en el fondo pues si mas bien
156.si él lo dijo porque la juez nos dijo “¿Sabes para que están aquí?” y yo “Si, para el divorcio”
157.y él dijo “No es que yo no me quiero divorciar” dice “Yo no me quiero divorciar” decía la
158.juez “Es que no es que quiera, es que ya se tiene que divorciar ya es por, si la señora lo
159.solicitó pues usted lo tiene que llevar a cabo porque tiene una acusación de violencia
160.intrafamiliar”, porque yo levante un acta. Y él dijo “Es que no me quiero divorciar” dos
161.veces lo dijo que no se quería divorciar y me volteaba a ver y me decía “¿Verdad que no?”
162.y yo le decía “Sí, sí” y ya firmamos y se acabó y cada quien por su lado.

163.De que usted termina de firmar a la fecha ¿Cómo se ha sentido?

164.No. mal. Era, es como una guerra. Es, me sentido bien mal. O sea porque digo no se, no
165.se que hice. Realmente no. A lo mejor legalmente pues ya no pertenezco a él ¿no? pero
166.no, o sea ahora últimamente que nos hemos visto pues si o sea, me mueve mucho el
167.tapete y está ahorita como, como reconquistando o sea llega y te lleva un pastel, lo que a ti
168.te gusta, fresas, rosas “¿Por qué ahora? ¿Por qué ahora lo haces? ¿Por qué no lo hiciste
169.cuando estabas ahí?”.

170.¿Esto se lo ha dicho?

171.Si.

172.¿Y qué contesta?

173.“Porque nunca es tarde, nunca es tarde y yo se que cometí mucho errores y... tienes razón
174.primeramente tengo que perdonarme yo primero” lo que pasa es que se llegó a un acuerdo
175.porque yo estaba pidiendo la guardia y custodia de mis hijos, de mi hijo mas porque Abigail
176.quieras o no me corresponde a mi, pero de mi hijo. Empecé a ver que este, que él había
177.bajado mucho sus calificaciones, él esta en prepa 5 y me lleva reprobando 7 materias
178.entonces pues si me preocupaba a mi porque decía “¡bueno que esta pasando! ¿No?”.
179.Entonces es cuando le hablo a la abogada y le digo que por favor necesito que abra el
180.expediente de guardia y custodia del niño porque el niño esta muy mal. Entonces este
181.pues es otra vez empezar a pelear. Entonces cuando nos citan ahí, este...con los niños,
182.este... le digo al juez pues es que la verdad pues si me preocupa el niño porque va muy
183.mal y me dice “Pero es que el niño no quiere estar con usted, ¿Qué va a hacer? O sea yo
184.ahorita le doy a su niño y el día de mañana el niño desaparece, ¿Usted donde lo va a
185.buscar? O sea el niño no quiere estar con usted entiéndalo” entonces quedamos en un
186.acuerdo de que el niño iba a ir a este como se llama...(suena el teléfono)
187.“bueno....nada...nada ahorita te marco ¿sí? no, no tengo nada ahorita te marco
188.¿va?...no...¿te marco en un rato va?...no te digo que voy a ir con mi mamá...no es que va
189.a ir mi mamá conmigo...¿te marco al ratito va?...gracias... (Cuelga) Este... como se
190.llama...Entonces te digo que, que empiezo esa pedida de guarda y custodia de Alejandro y
191.quedamos en acuerdos en que él iba a ver a la niña, yo iba a ver al niño lunes, miércoles y
192.sábados, los lunes y miércoles por dos horas y los sábados pues si 5 horas ¿no?. Él tiene
193.que ver a la niña miércoles y viernes 2 horas y los domingos pues 5 horas. Entonces
194.este... el primer día que llevé yo a Abigail o sea el día que fue el juicio y que se quedaron
195.esos acuerdos... era un miércoles y que me dice mi abogada “pues desde ahorita ya
196.empieza a correr tu día, aprovéchalo, llévate a tu niño, llévatelo a desayunar” pues yo iba
197.muy contenta ¿no? porque después de cerca de 7 meses pues ya tenía a mi hijo a mi lado.
198.Entonces si salí pues muy contenta, muy feliz, mi hijo iba serio, molesto hasta cierto punto
199.¿no? En ese acuerdo también se quedo establecido que si el niño reprobaba sus materias,
200.reprobaba año, inmediatamente se iba a regresar a vivir conmigo. Y este... entonces y a
201.parte también nos mandaban en ese acuerdo a terapia, a una terapia. Entonces este de
202.todo ese acuerdo lo único que se ha llevado pues son las visitas, las terapias pues no se
203.han seguido. Por mi parte y por la de Abigail ¿pues si no? estamos en terapia pero por
204.parte de ellos no. Ellos dicen que si van pero pues no se la verdad. Este... mmm... yo firmo
205.ese acuerdo pues la verdad en ese momento yo lo único que quería a lo mejor era
206.encontrarme con mi hijo ¿no? Cuando yo llego a casa y enseñe el acuerdo y, mi mamá no
207.me dice nada y mi papá pues tampoco, pero cuando llega mi hermano pues si se enoja
208.conmigo ¿no?, y me dice “¡porque hacerte eso!” que como era posible que yo tenía que ir

209.por Alejandro a su casa y que él no podía venir por la niña a su casa, porque no él quiere
210.acercarse para no tener problemas con mi familia. Entonces yo llevo a Abigail a un jardín y
211.ahí esta con Abigail las dos horas en el jardín pero yo si tengo que ir por Alejandro a su
212.casa. Entonces mi hermano me empieza a regañar “Que como era posible, que no hubiera
213.aceptado esas condiciones y que en ese horario y que si ya no iba a trabajar, que estaba
214.yo mal” entonces en ese momento dije este pues no se que pasa. Mmm... lo único que le
215.dije a mi hermano es que “¿Sabes que? así lo decidí yo y lo siento, si no estas conforme
216.con lo que yo decidí tu me hubieras acompañado ¿no? y tu hubieras firmado”, “Es que no
217.leíste”, “Ni modo lo hecho, hecho está y pues ni modo” en ese momento me sentí muy mal
218.y más que mi mamá le dio la razón a él y así como que me dijeron “eres una estúpida, no
219.supiste lo que hiciste”. Ellos están enojados, ellos me refiero a mis papás y a mi hermano,
220.ellos están enojados porque... pues porque yo llevo a la niña al parque, porque yo convivo
221.con mi marido, con mi ex marido ¿no? ni modo o sea yo les digo, quieren que deje a
222.Abigail y que me vaya ahí dos horas y regrese. Y si, si lo hago porque a veces me toca ir a
223.mi clase de computo y dejo a Abigail y ya regreso por ella después pero no siempre. Hubo
224.un domingo en que me invitaron a los dinamos ¿no? y yo fui y vi a mis hijos tan seguros y
225.tan felices, que me dijo mi hijo “Así es como los quiero ver siempre, juntos y sin problemas
226.mamá” y le dije “Si” y me dijo “¿Sigues queriendo a papá?” y le dije “Pues no te lo puedo
227.contestar” y Abigail también así como que lo ve así como que voy a regresar con su papá y
228.que su papá me quiere y que yo acepto todo y no se, estoy muy confundida.

229.¿Actualmente como es la relación que mantiene con su exmarido?

230.Pues así como que... te digo que esta como en su reconquista y que llega y me da un
231.beso y o llega y me toma de la mano y yo lo acepto es lo que, por fuera digo no y por
232.dentro digo si, si. Y...desgraciada, no se yo digo no es desgraciadamente porque yo si lo
233.quería, fuimos a un hotel y tuvimos relaciones y si me gusto. Como le digo yo “¿Por qué no
234.lo hiciste antes? Yo me sentía utilizada” y dice “Es que nunca lo hablamos, realmente
235.nunca ni yo supe como expresarme ni yo supe como pedirte” pero pues tenía ganas de
236.estar con él. Entonces esta relación de ahorita yo digo que es, no se, yo digo que
237.parecemos amantes porque nos estamos escondiendo ¿no?

238.A partir de toda esta situación ¿Qué es lo que usted ha hecho para salir adelante?

239.Pues yo he buscado apoyo psicológico, estoy aquí con ustedes y como te digo que levante
240.un acta de violencia intrafamiliar y estoy en un grupo de violencia contra las mujeres. Toda
241.mi vida, yo digo que nada mas esta violencia viene a partir de mi marido era una violencia
242.psicológica que yo vivía con él y violencia física que viví con mi papá ¿sí? Entonces yo he
243.buscado ayuda psicológica. Le he comentaba a la psicóloga Andy que yo a veces me
244.siento muy deprimida y no se si necesite yo tomar medicamento o no se. Me dan muchas
245.ganas de llorar, no tengo ánimos de nada, de nada, de nada, me da a veces insomnio, no
246.se a veces hasta pierdo la cabeza o no me acuerdo de las cosas que tengo que hacer.
247.Entonces este yo le platicaba a Andy no se si yo necesite algún fármaco o si estoy
248.deprimida o que me pasa porque o no se cuanto tiempo pueda durar el duelo... pero ya me
249.canse.

250.Ok. Am. ¿Ha hecho alguna otra cosa?

251.Pues si como tu ayer lo decías ¿no? buscar actividades. Me metí a zumba, me metí a
252.natación, me metí a bordado, me metí a cómputo porque no sabía nada de compu, fui a
253.ver lo de mi situación académica en la UNAM. Este trato de ayudar mucho a mi hijo
254.recuperar esas materias, yo como se lo dije “A mi no me interesa realmente si, si
255.repruebas año que tu te quedes conmigo porque vas a estar ahí pero a lo mejor no vas a
256.estar ahí al cien ¿sí? entonces a mi lo que me interesa es ayudarte a salvar esas materias”
257.Entonces si, trato de ayudarlo en su escuela.

258.Am. ¿Alguna de estas alternativas le ha sido satisfactoria a usted?

259.Pues si el ejercicio, yo veo que antes me cansaba mucho y ahora pues si ¿no? trato de
260.cansarme para llegar y dormirme con el ejercicio. La computadora, pues gracias a Dios si.
261.Yo soy este... fotógrafa pero ahora se utiliza mucho la fotografía digital y yo no, no sabia
262.nada, nada de como era la fotografía digital ahora ya la se manejar. Entonces si digo de
263.algo pues si sirve de algo estar, estar estudiando o aprendiendo ¿sí?

264.Después de todo esto que ha intentado hacer como para afrontar toda esta situación
265.¿Cómo se siente ahora?

266.¡Ay! Muy confundida, realmente no se ni lo que quiero y a lo mejor si se lo que quiero pero
267.me da mucho miedo mi familia, mis papas.

268.Sus papás. ¿Qué de sus papás? ¿Cuál sería ese miedo?

269.Aaaaawww. Pues que me digan “Eres una tonta, ¿cómo decides volver con esa persona
270.que te hizo mucho daño?, a volver a caer en lo mismo” Si, a eso tengo miedo, a volver a
271.caer en lo mismo y no cambiar.

272.¿Algo más que le gustaría agregar?

273.Pues no se... tengo mucho miedo con mis papas yo creo que ahora, ahora es el miedo con
274.ellos que les falle, no se este... te digo ellos siempre vieron en cierta manera la forma de
275.que este hombre pues saliera de mi vida ¿no? Y este... yo creo que si ellos me hubieran
276.querido ayudar me hubieran dicho “sabes que vete” pero no, ahí... ahí están. No quiero
277.sentir esa, como esa pesadez de estar cargando siempre con ellos, estar cargando
278.siempre con ellos. Yo sabes como que lo siento, como que yo veo que “Ahora como estas
279.sola ahora es tu obligación cuidarnos, ahora es tu obligación estar al tanto con nosotros y
280.yo la verdad no, o sea no, no quiero tener esa responsabilidad, no porque me pese sino, si
281.me gusta pero tengo mucho coraje mucho rencor con ellos porque ellos no me dejaron
282.crecer, ese es mi coraje y ese es mi miedo también de reiniciar otra vez esta, esta relación.
283.Él me propone irnos a vivir lejos de aquí donde nadie nos conozca...pero tengo mucho
284.miedo que vuelva a caer en lo mismo en sus infidelidades. Eh... yo estoy acostumbrada a
285.vivir más o menos bien pero él no, él se conforma con lo poco que...entonces eso es lo
286.que me da mucho miedo.

287.¿Esto lo ha comentado con la psicóloga?

288.Pues que crees que como las terapias que yo tenía con ella a la hora que diste el taller
289.pues ya no he podido comentárselo ¿si? entonces yo no se lo he comentado.

290.Ok. Muchas gracias sería todo.

Entrevista 3

Nombre: Itzel
Edad: 30 años
Profesión: Empleada
Estado civil: Separada, aun casada.
Tiempo de separación: 3 años
No. de hijos: 2

1. ¿Su nombre por favor?

2. Itzel

3. ¿Su edad?

4. 30 años

5. ¿Su estado civil?

6. Mi estado civil... es como... como... estoy separada... pero legalmente estoy casada.

7. ¿Sigue casada? ¿Está divorciada?

8. No. No.

9. ¿Únicamente separada?

10. Pero no me he divorciado.

11. No se ha divorciado, Ok. ¿Cuántos años tiene de matrimonio?

12. ¿Cuántos años de matrimonio?... 10

13. Ok ¿Y de separada?

14. 3 años

15. Ok. Ahora si por favor señora Itzel dígame ¿Cuál fue el motivo por el cual usted se separó?

17. Mmm..... bueno finalmente ahorita yo veo que, que más bien como, como se podría decir
18. emm... lo último o para culminar una serie de malos momentos fue una infidelidad.

19. Una infidelidad. Ok. ¿A qué se debieron todos esos malos momentos?

20. Emm... la mayoría de las veces fue eso, bueno no era la primera vez que pasaba. Y, a raíz
21. de la primera vez a la siguiente y a la última, emm... se sembró en mi tal desconfianza
22. hacia la otra persona, unos celos enfermizos. Yo todo el tiempo estaba imaginando eee que
23. esa persona estaba con alguien mas, aunque a lo mejor había momentos en los que pues
24. ya él ya no lo estaba haciendo pero yo siempre lo pensaba. No podía ver que nadie se
25. acercara. Ya era muy, muy, muy, muy, muy de muy mal gusto ¿no?

26. ¿Antes de todo esto usted era así?

27. No.

28. ¿Fue a raíz de todas estas ocasiones?

29. Aja.

30. ¿Cómo en cuantas ocasiones se dio?

31. ¿Qué me enfrente a él? Que yo supiera 3 veces, 3 ocasiones, que fueron casi como al
32. nacimiento de mi segunda hija. Mas bien en esos 4, 3 meses, 2 años, fue como todo, fueron
33. los últimos dos años, que yo supiera, realmente no se si anteriormente ya había pasado.

34. ¿Cómo era la relación entre ustedes?

35. Eh... yo creo que desde un principio no fue buena. Fue un matrimonio hecho por un poco de
36. conveniencia. Em... él tenía muchos problemas en su casa y yo recuerdo que él quería
37. salirse de su casa. Entonces tuvo un problema con su mamá, sus papas también son
38. separados, y entonces fue a vivir unos días a la casa. Mi mamá, llegó un momento en que
39. me dijo que pues no era correcto y entonces él me dijo que nos casáramos. Y que porque
40. sino él tenía que irse a mudar con su papá y vivía muy lejos entonces se presentó esa

41.situación y yo dije que si y entonces en una semana nos casamos. No nos dimos la
42.oportunidad, teníamos 8 meses de novios nada más. Y este y pues fue esa parte como muy
43.rápida ¿no? no lo asimilamos, no lo pensamos y lo hicimos.

44.Ok. ¿En cuanto tiempo, una vez que ya habían formalizado, tuvieron a la primera hija?

45.Dos años después.

46.Dos años después

47.Aja, entonces si fue un tiempo en el que estuvimos solos.

48.Ok. La relación ¿cómo se fue dando entonces?

49.No todos los momentos fueron malos pero si suscito siempre una cierta violencia. ¿Aja? Y
50.siempre fue, algunas veces fue física, muchas veces fue verbal, tal vez al principio fue de su
51.parte este...después yo me sume a ella. Entonces ambos siempre "Tu me haces y yo te
52.hago" ¿no? entonces siempre como parte de los dos.

**53.Ok. A partir de la última infidelidad, igual desde la primera, ¿de qué manera intentaron
54.solucionarlo?**

55.No, no hubo solución. Yo creo que él regresaba haciéndome el perdón ¿no? tal vez y si
56.cambiando un poco, no se quince o veinte días, y yo volviendo a ser la misma de antes,
57.aaaa este...pues a que siempre si algo fue es que mmm... lo que él decía yo lo hacía ¿no?
58.O sea esa parte si fue como muy dominante de mí. Si él decía "Esto así" fuera o no lo
59.correcto yo lo aceptaba ¿no? O aún en contra de mis propias hijas ¿no? si él decía que esa
60.era la forma en la que se tenían que corregir las cosas, pues yo lo aceptaba ¿no? O sea no
61.había cosa que él dijera que yo no lo apoyara o estuviera en contra de que él estuviera
62.contento.

63.Am y ¿Quien tomó entonces la decisión de separarse?

64.Él, él. Siempre tuvimos un problema, siempre que nos peleábamos él se iba de la casa,
65.siempre, siempre. Fueron muchísimas, yo creo que no recuerdo ni cuantas ocasiones se fue
66.de la casa ¿no? Por lo regular lo mas que duraba fuera de la casa era como una semana y
67.entonces después ya este... regresaba ¿no? siempre terminaba regresando. Entonces la
68.ultima ocasión emm, yo me volví como muy de buscar siempre. Y entonces yo me daba
69.cuenta cuando él ya no tenía su teléfono o, cuando él estaba tranquilo dejaba el teléfono tal
70.vez en cualquier lado ¿no? Este...cuando yo notaba que él ya lo traía consigo mismo,
71.inclusive me daba cuenta si se metía a bañar con el mismo teléfono. Entonces yo ya
72.empezaba así como que "Algo esta mal" ¿no? "Algo esta ocultado, lo siento raro, lo siento
73.raro" y buscaba a toda costa ¿no? Saber que es lo que era hasta que yo lo encontraba ¿no?
74.y a investigar. Desafortunadamente él tenia un trabajo un poco complicado, él es bailarín
75.entonces siempre estaba rodeado de mujeres ¿no? entonces pues siempre tenía yo esa
76.desconfianza ¿no? Entonces la ultima vez yo me di cuenta que otra vez pasaba eso ¿no? el
77.teléfono ya no lo dejaba donde siempre, siempre hasta para bañar se lo metía. Entonces yo
78.empecé así como que a tener desconfianza pues otra vez a pelear y a pelear y a pelear.
79.Entonces se fue de la casa pero yo tenía la esperanza de que era como las demás veces
80.¿no? que siempre yo decía "si o sea aunque tu te vayas tres, cuatro días pero vas a
81.regresar a la casa ¿no?" Pero en esa ocasión él se llevó a las niñas y cuando me las
82.regresó en la noche mi hija la mayor me comentó que habían salido ya con otra persona
83.¿no? Entonces si fue como algo muy rápido, era algo que pues no tenía yo, o sea que no
84.me imaginaba y mucho menos que iba a involucrar a mis hijas ¿no? Entonces de ahí todo
85.fue, ya, todo se vino para abajo. Todavía regreso a la casa por sus cosas y entonces le dije
86."No pues ¿vamos a regresar, no?" entonces él me dijo "Si, estoy de acuerdo. Pero vas a
87.aceptar que yo ande con alguien mas, que salga, que siga con mis relajos, todo lo que yo
88.quiera hacer lo voy a hacer, esas son mis condiciones ¿aceptas? Regreso" entonces me
89.recuerdo que le dije "No, no creo que pueda aguantar todo", "Ah, pues órale" se fue y ya de
90.ahí ya no volvió a regresar nunca. Pero ya pues a raíz de ahí ya fueron más y más
91.problemas, más fuertes.

92.¿Qué clase de problemas más fuertes?

93.Pues a raíz de ahí, eh... yo me la pase siempre investigando. Me afecto mucho, yo recuerdo
94.que baje 15 kilos como en un mes y medio ósea fue muchísimo. Este... físicamente pues

95. estaba muy mal, este... no cuidaba mi aspecto personal, no cuidaba a mis hijas. La casa, lo
96. que comentabas en el curso ¿no? o sea la casa estaba tal y como él la había dejado ¿no?
97. O sea yo recuerdo que un año, totalmente un año, duro un refresco en el refri donde él lo
98. dejó ese era su refresco y ahí se quedó, una lata de refresco y ahí se quedó esa lata.
99. Entonces era, ya no podía vivir yo en la casa este... solo vivía con mis hijas, mi mamá en la
100. parte de abajo, y recuerdo que teníamos que ubicar la ropa y cosas así porque yo ya no
101. hacía nada ¿si me entiendes? O sea igual y si cumplía con lavar y tenderlo pero lo botaba
102. ¿no? y la ropa sucia se revolvió con la limpia, teníamos que a dar brincando la ropa
103. este... todo estaba de cabeza ya ¿no? pero los muebles seguían igual, la sala como la
104. había dejado, yo salía y me sentaba donde él se sentaba y este "Aquí estabas ¿no? o aquí
105. esto o aquí hacíamos lo otro" cuestiones así ¿no? Este eso fue un año, todo un año, que si
106. era una condición que si vivimos como muy, muy deprimente ¿no? tanto mis hijas como
107. yo. Mi hija adopto por tomar el papel como de la responsable de la chiquita y de mi porque
108. ella si no lloraba, ella si no estaba triste ¿no? porque yo creo que me veía tan mal, que ella
109. así de "No, vamos a echarle ganas, no, tu tranquila mamá yo te voy a apoyar, yo te cuido"
110. o sea ella tomó el papel que yo debí de haber tomado con ellos dos ¿no? y "Yo voy a
111. cuidar a mi hermanita" y pues yo no también no pensé en esa parte ¿no? ¿Qué tanto daño
112. le estaba yo haciendo a ella por pensar nada mas en mi sufrimiento? Entonces si se volvió
113. muy, muy desgastante esa parte y el estar siempre investigando ¿no? contactando
114. teléfonos de sus alumnas, que me dijeran que estaba haciendo, en donde se veían, que
115. hora daba las clases, en que trabajaba esta... todo lo de esa, lo de la otra persona yo
116. quería saber ¿no? ¿Quién era? si tenía un buen comportamiento, si era una buena mujer,
117. o sea fue muy, muy, muy este... enfermizo. Esa parte siempre andar investigando,
118. investigando y saber día a día cual era sus actividades y yo sabía a que hora salía, a que
119. llegaba, a que hora daba clases, todo ¿no? y pues olvidarme de mi, del trabajo, de todo
120. ¿no? Y es ahí donde me doy cuenta y me di cuenta de que pues no tenía amigos. Mi
121. entorno giraba solamente a él, a la casa, a cuidar a mis hijas, ya no tenía a nadie que me
122. hablara, ningún amigo, no tenía amigos. Tenía poco de haber entrado a trabajar cuando
123. me separe y esa parte si me ayudó un poco pero esa vez fue de entrar a trabajar aun en
124. contra de su voluntad porque recuerdo bien que él no quería que yo trabajara. Y este... y
125. entré a trabajar dos meses antes de que nos separáramos, ese también fue un pleito fuerte
126. que también ya estaba como desgastando la relación. Mi familia pues estaba separada de
127. mi porque lo que él decía yo lo hacía aun a costa de mis padres, de lo que fuera ¿no? Y no
128. tenía una vida ¿no? realmente me di cuenta de que no tenía nada. No tenía papá, no tenía
129. nada de esa cuestión ¿no? porque él era siempre de que vamos a comprar algo pero era
130. siempre de tu ¿no? "No te preocupes pues yo me quedo en la casa, yo no lo necesito", "Tu
131. si, tu cómprate, tu vístete" "Finalmente pues aquí me quedo ¿no?", si aquí me quedo en al
132. casa yo no necesito de esa parte ¿no? yo estoy bien así con lo que tengo" y pues darme
133. cuenta de que pues no tenía nada. Lo único que me agrado fue que baje de peso, eso fue
134. algo bueno dentro de todo. Y este... muy, muy desgastante. A los 8 meses recuerdo que
135. venía yo del trabajo y tomé un pesero equivocadamente, tomé otro pesero, entonces voy
136. bajando del pesero y me los encuentro en el carro ¿no? ellos venían. Y en ese momento,
137. yo tenía una semana de haberlo visto y él había estado como cambiante conmigo ¿no?
138. Entonces otra vez como que me emocionó mucho ¿no? esa parte. Entonces había tenido
139. problemas en mi casa otra vez porque me habían dicho "Oye pues lo que te hizo y todo
140. eso" y yo "No, es que hace unos días me busco y lo vi diferente, creo que ya viene el
141. cambio ahora si". Entonces mis papás no me hablaban estaba mal con ellos y dije bueno
142. no importa creo que ya voy a estar bien con el papá de mis hijas ¿no? Y bajo así del
143. pesero y me lo encuentro otra vez con esa persona ¿no? Él me buscaba siempre que se
144. enojaba con la otra persona ¿no? ya hasta después lo comprendí y siempre que me
145. buscaba era porque estaba enojado con ella y yo siempre estaba ahí ¿no? pensando en
146. que pues ya pues era la definitiva ¿no? y ya no iba a regresar con la otra persona. Ese día
147. los veo, me acuerdo bien que bajo del pesero, y fue tal impresión, llegue a la casa, yo me
148. sentí muy mal ¿no? de haberlos encontrado si apenas unos días me había dicho otra cosa
149. ¿no? Y llego y pues obviamente mis papas tampoco me hablaban ¿no? y digo "chin las
150. dos partes salieron mal, no escogí la correcta" y también todo estaba mal. Yo creo que fue
151. tal mi depresión mis... me acuerdo bien que ese día subió mi hija también y no me acuerdo
152. porque discutimos algo me comento no me acuerdo que o me dijo "Te lo dije" o algo así, o
153. sea también la niña ¿no?, e intente quitarme la vida, ese día. Si me puse muy mal empecé
154. a ingerir muchas, muchas este... pastillas, de donde sea las busque lo que yo quería era

155.como que olvidarme del problema, no se realmente que pasó en ese momento ¿no? Y
156.este... no se porque motivo subió mi mamá a la casa y pues yo ya estaba así muy, muy
157.mal ¿no? Entonces se dio cuenta me pregunto "Bueno ¿Qué hiciste? ¿Qué pasó?", "No,
158.pues nada. Solo me siento mal quiero dormir" y se dio cuenta ¿no? y pues si estuve un fin
159.de semana en el hospital. Y si fue algo así como muy triste, si fue así que dije, bueno en
160.cierto modo toque fondo pero volví a lo mismo, tal vez con menos intensidad pero si
161.regrese otra vez ¿no? a lo mismo. Pasó el tiempo y bueno ya no va a volver a pasarme y
162.regresaba ¿no? "No que ahora si va enserio que no se que" y pues yo otra vez volvía a
163.confiar ¿no? Yo creo que esa fue la parte que me dejó que se hicieran 3 años, el hecho de
164.que en ese lapso de 3 años regresó a mi y ya cuando iba yo como encarrerándome pues
165.otra vez regresaba al principio ¿no? y esa parte se volvía a ir y yo volvía a comenzar de
166.cero.

167. Todo esto que me acaba de relatar, ¿Cómo la hacia sentir? ¿Qué sentía usted?

168.Mal. Sabes que es lo que no controlaba yo, como la ansiedad. Era como una
169.desesperación mmm... este... si había algo que me afectaba, desafortunadamente vivimos
170.muy cerca ¿no? son dos calles las que nos separan. Entonces, en vez de que yo tal vez no
171.saliera yo siempre estaba afuera, buscando encontrarlo, y una vez que lo conseguía emm
172.pues era una desesperación una impotencia, hablaba con su familia, quería tal vez atacar
173.¿no? por ese lado, el que él siempre quedara como que el malo, el poner a las niñas así
174.como que en contra de...inculcarles así como que cierto rencor hacia su papá, así de
175."Velo, velo, ahí esta allá y nosotros estamos aquí y él prefiere estar allá" ¿no? Entonces
176.este bueno pues así. Yo creo que si lo que más he hecho es esa parte, como que ya no
177.encontré la forma de desquitarme de él, porque bueno él ya perdió el interés tal vez hacia
178.mí. Entonces dije "Bueno ya no le puedo hacer daño con nada de mi, entonces ahora pues
179.voy a utilizar a las niñas ¿no? con esta parte voy hasta donde te puedo hacer que sientas
180.un poquito todo el dolor que yo he vivido todo este tiempo".

**181.Ok. Y particularmente, en el momento en que usted se separa, ¿qué emociones son
182.las que siente cuando se da cuenta de que ya no va a regresar?**

183.Es tristeza al principio pero yo creo que es un poco mas de impotencia, como de perder el
184.control de la situación. Este... no se, el estar pensando "Ahora que estrategia voy a hacer
185.para conseguir que regreses o pretexto para buscarte y hacer que te acerques otra vez"
186.Aja, o sea, yo creo que todas las emociones juntas, coraje, mucho, mucho coraje de que
187.no estén saliendo las cosas tal vez como yo quería. Algo que le he recriminado mucho
188.fue, que le he recriminado mucho fue así de mmm... no se en este barco nos subimos
189.juntos decidimos hacer, porque eso si mis hijas fueron planeadas, "decidimos que íbamos
190.a estar ahí juntos y tu te bajaste ¿no?, entonces ¿Por qué? ¿Por qué lo hiciste si era un
191.compromisote los dos?" es esa parte de siempre estarle recriminando "¿Por qué tuviste
192.que abandonarnos si los dos lo hicimos ¿no? si fue un acuerdo de las dos partes, en que
193.momento decidiste hacerlo, sin consultármelo tal vez o no se" entonces viene esa parte
194.donde digo "Ok. Te quisiste ir bueno pues yo asumo lo que me quedó pero ya no eres
195.parte de esto ¿no? ni de mi, ni de tus hijas" porque sabíamos que era de ambas partes
196.¿no? entonces decidiste irte pues pierdes todo ¿no? entonces tal vez es ¿incorrecto? Pero
197.bueno esta parte es la que pienso ¿no? o sea como que el desquite "Te fuiste pues
198.pierdes todo. O era el paquete completo o no es nada" ¿no?

199.¿Actualmente cómo se siente?

200.Fijate que teníamos eh... como desde octubre que no nos veíamos. Me tranquiliza mucho
201.el no saber nada de él y me tranquiliza mucho el no verlo. Esa parte puedo yo andar muy
202.bien si nadie me dice nada pero no me lo menciones así ni tantito porque empiezo como
203.que a rascarle ¿no? así de: "Vi a Hugo" se llama Hugo, y yo "ah", en vez de que diga "pues
204.ya ¿no?" empiezo "entonces ¿no? ¿Y con quién se va? ¿Y cómo es? y ¿Cómo le ves el
205.semblante se ve bien o lo ves triste?" O sea ¿si me entiendes? y empiezo a buscar ¿no?
206.Entonces ya con eso basta para que yo me vaya todo el camino y este piense y piense:
207."¿Será cierto?¿ por qué estará así?¿por qué va a estar en ese lugar" y ya es para que yo
208.este inquieta, inquieta y me empiece yo a desquitar por ejemplo con las niñas ¿no? a
209.ponerme de malas con ellas, que me dijeron que tal vez lo ven muy bien o esa cuestión
210.¿no? entonces ya empiezo desquitarme con las personas que están cerca de mi, a estar

211.de malas y estar piense y piense ¿no? "Hijoles yo pensé que iba a estar mal pero ya me
212.dijeron que esta bien" y entonces este pues lo ves así como que...

213.Ok ¿Qué ha significado para usted esta separación?

214.Eh... yo creo que, yo creo que si he aprendido a vivir con esto mmm... pero como que lo
215.he aparentado, como que he aparentado con todos, con mi familia así de "No pues si estoy
216.bien", "¿y si regresa?" "no pues le diría que no" pero se que en el fondo no es así. Se que
217.en el fondo estoy viviendo como que... de verme que si estoy bien pero que dentro de mi
218.no. O sea sigo esperando, aja, que un día regrese ¿no? y un día me dice "No pues no me
219.funcionó" Entonces como que si ha sido complicada esa parte porque dentro de todo se
220.que no es lo correcto. O sea estoy bien conciente de esa parte y también estoy como
221.conciente de que sé que si regresara, ya nada sería lo mismo, ya no sería feliz con él y ya
222.no sería feliz conmigo misma ¿no? o sea definitivamente ya no. Pero sin embargo lo
223.espero, sin embargo lo deseo ¿no? o sea deseo que esa parte ocurra ¿Para qué? no se,
224.no se que pasaría si en ese momento ocurriera ¿no? y si realmente regresara.

225.Ok. ¿Cómo es la relación que mantiene con él ahora?

226.Mmm...yo que apenas me lo encontré hace dos semanas que te comentaba, después de
227.un rato de no verlo estoy tranquila ¿no? Este... mi primer reacción fue explotar contra él y
228.yo así de "¡No toques a mis niñas, no te acerques!" y bueno fue un relajo ¿no? después si
229.vi un poco la reacción de las niñas se mortificaron, empezaron a llorar, "Queríamos
230.saludarlo" ¿no? la grande me dijo ¿no? inclusive me dijo: "Tu como te sentirías si no has
231.visto a tu papá tanto tiempo y lo ves, ¿no te darían ganas de darle un abrazo?" entonces
232.fue como esa parte que yo dije "Ok, esta bien" pero pues si traigo eso también muy, muy
233.¿no? "Ok. Pero valora que la que esta haciendo todo soy yo ¿no?, yo soy la que esta
234.sacándote adelante, él es el que se fue y yo soy la que esta aquí ¿no? nada mas piénsalo,
235.¿no? no me vayas a traicionar ¿no?" en cierto modo también se los manejo así "no me
236.vayas a traicionar" ¿no? "este pues inclinándote un poco mas hacia aquel lado porque yo
237.soy la que estoy aquí, yo soy la que hace las cosas, yo soy la que estoy con ustedes, y
238.pues él nada, él decidió irse y él no está aquí" ¿no? Y ya después me lo encuentro y venía
239.con la chiquita, la vio y si la niña se me quedó viendo como que diciendo "¿Me das
240.permiso? ¿lo hago o no lo hago?" Entonces fue cuando le dije "¿Quieres saludar? Saluda"
241.no pues ella luego, luego pues si, saludo a su papá ¿no? Entonces él ya lo único que me
242.dijo fue "¿Me das permiso de comprarle algo?" no recuerdo que y yo le dije "Si" y este...y
243.así han sido los encuentro ¿no? o sea muy como muy cortitos, casuales nada mas. Pero si
244.es verlo y ya ir todo el tiempo pensando ¿no? y ya así como que...o sea ya me inquieto, o
245.sea ya fue como para que me inquietara y todo el día estuviera así como que inquieta
246.¿no? O ideando alguna otra cosa para volver a encontrarlo ¿no? o "Ya vi a que hora
247.pasaste, pues a esa hora mañana voy a pasar para ver si te encontramos aunque sea por
248.casualidad."

**249.Ok. ¿De qué manera ha intentado usted sobrellevar la situación? ¿De qué manera la
250.ha afrontado a partir de que se separa?**

251.Pues no se, yo creo que mas bien la he sobrellevado, no la he afrontado.

252.¿Qué es lo que ha hecho?

253.Eh mmm...pues seguir nada mas con lo que venga el día ¿no? hoy no te vi, hoy estoy
254.tranquila pues ya pasamos un día mas ¿no?

**255.¿No ha intentado algo como para que este "seguir adelante" sea como más
256.reconfortante para usted?**

257.¿Cómo qué? no se.

**258.Algo más allá que este ammm digamos que no sea lo mismo que ha hecho todos los
259.días, que no nada más consista en trabajo y en hijos.**

260.No.

**261.Y por ejemplo. ¿Qué es aquello que siente cada vez que está frente de usted, en
262.estas pequeñas ocasiones que se han...?**

263. Fíjate que cuando no lo veo es como mucho coraje ¿no? y planeo muchas cosas ¿no?
264. "Ahora si me vas a ver firme, ahora si me vas a ver firme, no voy a gritar, no voy a pelar
265. pero si me vas a ver indiferente" ¿no? y bien raro porque cuando estoy enfrente "Esto",
266. "Si". Entonces ¿si me entiendes? sigue teniendo como esa parte como que de dominio. O
267. sea digo, soy muy fuerte y la gente inclusive me ha dicho que si he cambiado, que si me
268. veo diferente ahora que estoy separada y que he mejorado mi aspecto, mi apariencia,
269. muchas cosas ¿no? pero una vez que estoy enfrente de él es otra vez sentirme como que
270. bien chiquita ¿no? y si lo que te digo no esta bien ¿si me entiendes? Esta parte del
271. dominio de él o sea de que cuando estaba así me sentía muy, muy, si él como que creo en
272. mi un autoestima muy, muy baja. Siempre fue así como que de: "Tienes suerte de que me
273. haya casado contigo" este cuestiones así "Tienes suerte de que me haya fijado en ti
274. porque pues alguien como yo no se hubiera fijado en ti" si me entiendes esa parte ¿no?
275. cuando subí un poco de peso así de "Ay ya no te voy a decir flaquita eh, te voy a decir
276. gorda" entonces ya para todo el tiempo era gorda. Él te digo que daba clases en un
277. gimnasio y yo no podía entrar a la clase por esa cuestión de que "ay no vayas a entrar
278. porque no vas a coordinar los pasos, ¿Qué van a decir mis alumnas?" y yo "ah no pues
279. aquí me quedo ¿no?" Entonces como que él siento que se sentía bien si yo estaba abajo
280. ¿no? y entonces al volver a verlo, eh resurge esta parte de sentirme menos ¿no? Aunque
281. igual y el mundo me este diciendo que no que ya no es nada pero estoy ahí y él ya no, o
282. sea él ya hizo que yo me sintiera muy, muy chiquita ¿no? y que me diga "Oye Itzel ya esto
283. o porque no traes tapada a la niña" cuando yo tal vez le podría responderle "bueno haber
284. cálmate vamos a hablarlo" no se esa cuestión. Entonces yo es así de "No, si, este, al rato
285. ya voy a taparla, no este, si tienes razón" entonces planeo mucho y estoy como muy fuerte
286. y en el momento que yo me presento ahí ya no.

287. ¿Por qué no han llegado todavía al divorcio?

288. Eh... yo siempre lo he dicho y lo he planeado y se han suscitado las oportunidades de mi
289. parte y ya cuando las he tenido no lo he hecho. Siento que es lo último que me queda, digo
290. finalmente pues son mis hijas ¿no?, pero en cuestión de pareja de los dos, siento que es
291. como lo último que me queda como ese papel, como decir "todavía soy tu esposa" ¿no? o
292. sea como se que eso es lo último que queda de nuestra relación y en el momento en que
293. pase eso ahora si ya no va a haber nada. Entonces como que me agarro de eso último
294. para seguir dentro de... Y por parte de él, al principio él decía que a quien le urgiera lo iba
295. a hacer, quien necesitara divorciarse pues que lo hiciera, yo le decía "Pues vamos a
296. hacerlo de mutuo acuerdo ¿no?" Este también con ese temor de que me dijera que si pero
297. en el fondo que me dijera que no. Entonces él siempre dijo "No pues quien lo necesite que
298. lo haga, a quien le urja" Hace poco ahora en diciembre estuve investigando y entonces
299. este... él comentaba mucho esa parte ¿no? "Me quiero divorciar, ¿Alguien conoce a
300. alguien que me divorcie?" y cosas así ¿no? Y este "Me voy a volver a casar, me quiero
301. casar" entonces dije "Híjoles. Creo que ahora si viene de su parte ¿no? viene algo en
302. serio" y dije "Bueno pues ahí no voy a ser yo" dije "Ni modo" pues ahí no voy a poder decir
303. ¿no? si él empieza. Pero eso surgió como en Noviembre, Diciembre y pues no, no,
304. también él como que lo dejó, ya ahorita, entonces por eso es que no se ha hecho nada a
305. pesar de que se que es necesario.

306. Ok. El hecho de que lo haya dejado ¿cómo la hace sentir a usted?

307. Tranquila

308. Tranquila. Ok. Y el hecho de que haya tomado todas estas como actitudes para con 309. sus hijas de intentar meterle como que... tierrita contra él o que lo ve y empieza a 310. discutir, ¿Cómo la hacen sentir?

311. Al principio satisfecha cuando veo que lo logro y ya después viene el arrepentimiento ¿no?
312. al ver que no hace lo correcto o que tal vez a quien le estoy haciendo daño no es a él sino
313. a ellas. Pero lo hago ya después, lo pienso ya después de que lo hice. Entonces digo
314. "chin" pero mientras ya lo hice

315. ¿Han llegado a una especie de acuerdo para ver a los hijos?

316. No. Yo siempre fui así de, no se, fue como de "Estamos bien tu y yo puedes ver a las
317. niñas, no estamos bien o no veo algo que me parezca no ves a las niñas" y yo lo hago y él
318. se deja o sea, si llevo y digo "No pues es que no ves a las niñas ahorita" pues si él también

319.opta por apartarse y puede pasar mucho tiempo y tampoco las busca ¿si me entiendes? O
320.sea es también esa parte él tampoco lo hace por intentarlo o por hacerlo legalmente o
321.cualquier cuestión así y pues bueno yo “si ya no las buscaste bueno pues ya ni modo”
322.¿no? esperando que tal vez si va a buscarlas después de que yo le dije que no y no
323.tampoco el lo hace.

324.Ok ¿Algo más que le gustaría comentar acerca de esta experiencia?

325.Mmm... no se que tan bueno o no sea esta parte. Tal vez yo no estaría muy en desacuerdo
326.que él viera a mis hijas siempre y cuando el fuera él solo, no con la otra persona. Eso es
327.algo que me atormenta y que no me deja estar tranquila, el hecho de que no las quiero ver
328.con otra persona. Con la que él esta ¿no?, solamente tu y ya.

329.¿Qué es aquello que la atormenta en ese sentido?

330.El hecho de que este cerca de algo que ya me quitó y que este cerca de otra cosa que es
331.parte también de mí.

332.Ok. Muchas gracias

Entrevista 4

Nombre: Sonia

Edad: 35 años

Profesión: Empleada

Estado civil: Unión libre

Tiempo de separación: 1 año, 1 mes

No. de hijos: 1

1. Señora Sonia ¿Sonia que? Ok. Así nada más. ¿Cuál es su edad?

2. Treinta y... bueno voy a cumplir 35, el 27 de marzo.

3. Ok. 34 todavía. ¿Su estado civil?

4. Ahorita pues soltera.

5. Anteriormente este... ¿Se casó?

6. Nunca me case, no mas fue como que unión libre y nos separamos y nos volvimos a juntar y

7. nos separamos y así por 11 años que tiene mi niña. Nunca nos casamos.

8. ¿Durante cuanto tiempo duró la relación?

9. Pues... como quitando ya el... los años como 9 años, mas los dos años que él me dijo que ya

10. lo dejáramos por la paz y que no, no este, como se llama, que según él no quería hacerme

11. daño que cada quien su vida y yo así como que ¿Qué? ¿What? Si me cayó así como que...

12. ¿De peso?

13. De, aja, un balde así de agua, ¿Por qué tanto tiempo? Ay ya, lloré, pataleé, no lo podía

14. entender y él "Ya pues hazte a la idea" pero no dejaba de ir a mi casa, ni a dejar de

15. buscarme. Y yo "Bueno" yo, pues yo con tal de verlo yo estaba contenta, y decía "Bueno

16. pues esta con mi hija". Y es que si habían sido bastantes veces en que "Ya hasta aquí" y ya

17. a la semana o así a los quince días ya me estaba buscando.

18. Como...

19. Y era algo, siempre de las veces, era siempre me andaba buscando "Oye este" ya me

20. andaba buscando en el trabajo, me iba a traer y yo que "¿No que ya terminamos?, o sea

21. ¿en que quedamos?", "No que mira vamos a pensar bien las cosas, que la niña", "Yo ya me

22. andaba haciendo a la idea con que ya estábamos separados y ahora vienes otra vez", "No,

23. que no seas así, que no se que", y yo "Ay Aron. Pues yo nada mas te voy a ver así como

24. amigo", "No que si que no se que y no se que", bueno y ya otra vez volvíamos a empezar

25. otra vez "No que vámonos a mi casa y no se que, vamos a empezar otra vez" o bueno "Ya

26. quédate en mi casa" y ya volvíamos a hacer, hablaba con mi papá y bueno. Y nos

27. peleábamos otra vez por el dinero la mayoría de veces por el dinero. A parte él tenía así

28. tenía un vicio, el alcoholismo, pero ya pesado porque ya perdía los trabajos ya este, ya lo

29. veía como cada tercer día tomado y eso me daba mucha tristeza que mi niña viera a su

30. papá todo tomado, yo le decía "No vengas, no vayas a venir nunca así" y como que él ya

31. como que todos estos años ya fue quitando así un poco el alcohol ¿no? para poder ver a su

32. hija... y poderme verme a mi. "No pues que vamos a caminar, vamos a comer acá" y

33. pasaba algo y ya venía así y yo con bueno, la buena gente la conformista ¿no? "Ay bueno

34. pues así me voy a estar" y así me estuve años así. Y no que la niña que deje ver a su papá,

35. es un lazo muy fuerte que no quisiera quitárselo yo ¿no? pero siempre yo pensando ahora

36. si que en los demás y menos en mi. Y este, y total que este... ya hace dos años él me dijo

37. "No que no se que" y dejó de venir y todo y yo "No, es que no puedo dejarlo de ver" en otras

38. ocasiones yo lo había dejado y yo lo iba aceptando, pasaba cerca de tres meses y yo como

39. si nada, ni lo extrañaba ni nada, ya dije "Ay que bueno voy a rehacer mi vida ¿no? voy a 40

40. darme una oportunidad" y ya cuando lo estaba logrando ya para conocer a alguien así

41. relacionarme y ya, porque luego hasta te, no se, te sientes así como que mal ¿no? porque

42. dices "¿Por qué no trabaja? ¿Por qué no se pone a hacer? ¿Realmente estaré gacha o

43. qué? Porque otras familias veo que están bien" y ya la depresión, toda triste, y ya me

44. reanimaba yo solita y pues ya "Ay pues ya, voy a volver a rehacer mi vida" lo bueno que

45. viene a ver mi vida la lleva al parque y todo, "Ay que bueno pues así estoy bien" y cuando

46.menos lo siento otra vez “Oye háblale a tu mamá, háblale a tu mamá” y pues metía a mi
47.hijita en sus problemas y la hacia que mi niña “No, es que te habla mi papá” así con cara
48.triste y yo “Ashhh como es posible” y yo bueno pues ahí voy “¿Qué paso?” “No pues es que
49.ya estoy cambiando y que quien sabe que y no se cuanto” y ¡otra vez! Entonces esta
50.ocasión que te digo que me dijo “no pus ya hasta aquí” se desapareció por completo
51.entonces me empezó a entrar así aaaaaaaa, como dice la señora, los celos, la angustia y
52.dije “Como es posible que yo aquí tanto tiempo que lo aguante, tanto tiempo así y ya no
53.mas así ¿no?” si se siente así bien feo ¿no? de que tantas oportunidades que le das, tantas
54.cosas que él no valora y él ahí “No pues es que ya hasta aquí” y entonces empezaban a
55.entrar los celos y todo “¿Y con quien estará y porque él es feliz y yo no?” entonces así como
56.que... me llegó una depresión bien así cargada no se porque. Siempre me he agarrado de
57.mi religión y he dicho “Primero Dios voy a salir de esto” pero en esta ocasión no sentí salir
58.de ahí. En esta ocasión no se, no se que me paso porque yo tenía una fe muy grande ¿no?
59.así que dice “Con esto yo me voy a levantar” y ahora si como que no me lleva a
60.pensamientos y “Y ya no está y esta canción ah y me acuerdo cuando pegó aquí la cortina”
61.y ahí empezaba la tristeza y llore y llore y “Ya no debo de estar rogando, este... debo de ser
62.bien fuerte” ya le hablaba por teléfono “Oye es que me siento bien mal que ya me dijiste que
63.no, ¿qué estas haciendo?”, “No, este, no te preocupes ya cálmate, has algo, has otras
64.actividades para que no estés pensando nada mas en eso, yo no te quería hacer tanto
65.daño” le digo “Pero ya me lo hiciste” y él “Hay perdón pero, este como me dijo, ayúdame en
66.tu religión pues entonces a que vas a misa y no se que”, “Si pero no se que me esta
67.pasando, ni yo misma se” y como antes yo tuve un trabajo de secretaria, de capturista y en
68.eso entonces te digo que rompíamos y yo dije “Ay gracias a Dios ya tengo un trabajo
69.estable, de lunes a viernes, veo a mi hija los sábados y domingos” y ya estaba yo bien y
70.como todo el tiempo me la pasaba en ese trabajo pues ni enterada de él, de él de su vida
71.¿no? pero yo sabia que él seguía tomando y no me daba dinero. Y entonces, yo este... por
72.azares del destino, entró un compañero así y pues me empezaba a hacer la platica y todo y
73.así como que yo me sentía bonita porque ya te digo que me sentía yo así mal ¿no? pues
74.que “¿Por qué no trabaja? ¿Por qué no puede estar con nosotros?¿Por qué siempre este...
75.pone pretextos?”Y esto el otro y ese muchacho me llegó a hacer sentir bien ¿no? y
76.entonces él se dio cuenta y así borracho iba a buscarme al trabajo y yo con un chorro de
77.pena. Le digo “¿Qué quieres Aron? ¿No que ya rompimos?”, “No es que te quiero ver que
78.estas haciendo allá adentro” y como me salía riendo, siempre me hacia reír este muchacho,
79.y este pues siempre salía del trabajo y ahí estaba y me veía que estaba riéndome “¿Qué
80.haces? y que no se que. De seguro has de estar ahí y que quien sabe cuando” le digo “Yo
81.no ando con nadie, si platico con mis compañeros pero hasta ahí”, “No, que quien sabe que
82.y que quien sabe cuando” y ya él también sufrió cerca de un año de que yo no le hacia
83.caso de que se supone que ya íbamos a rehacer nuestra vida y sufrió mi rechazo de estarle
84.diciendo “Ya has tu vida, ya olvídate de mi, si tu no quieres trabajar, no quieres dejar de
85.tomar todo eso, pues déjame a mi crecer” ahora si que “Hazte a un lado” y todo ese año
86.también él se la pasó así que me hablaba por teléfono tarde y yo “¿Qué quieres?” así yo
87.también le hice muchas cosas de que y ahora las sufrí yo, porque con esto que pasó así
88.estaba yo hablándole y luego lo venía a buscar y él “Ay otra vez ahí vienes” y yo también le
89.hice así igualito y dije “Bueno ¿Por qué me está pasando por esto?, ¿Estoy pagando por lo
90.que hice o por qué?” y ya después de un rato luego ya empecé en las noches a no poder
91.dormir estaba yo así de repente durmiendo y me llegaban así.... de tanto que estaba, no se
92.si... que o porque me llegaban esos pensamientos decían “ ya estas pagando lo que tu le
93.hiciste, ya viste ahora este lo mismito así igualito tal cual lo estas pasando ahorita, ¿Por qué
94.se lo hiciste?” y yo “Ay pues es que, ya solito como si alguien me estuviera diciendo y yo
95.contestaba, “pues es que... él no le echaba ganas ¿yo que quería que hiciera? yo quería
96.salir adelante tener mi casa, mis cosas, a parte porque estaba viviendo con mis papas y la
97.situación en la casa con los papas es muy diferente ya cuando tienes una niña, entonces
98.pues ahora si que hay que trabajar a fuercitas y tienes que proteger a tu hija porque muchas
99.veces mi papá también toma, vez que te platique, mi papá también toma bueno tomaba
100.porque desde el accidente que tuvo ya dijo que según el que ya no. Pero si nos hacia la
101.vida de cuadritos, mi papá también es neurótico. Entonces por cualquier cosita que no les
102.gustaba que hiciéramos “Ay te dije que quien sabe que” y si le pedí mucho a diosito que
103.me ayudara a tener un espacio, una casa ¿no? para mi hija por esa situación y si gracias a
104.Dios hace como 3 años o 4 me dieron un crédito del INVI es que a cada rato estaba viendo
105.esas imágenes “Te ayudamos a ampliar la casa”, “¿Cuando me lo van a dar a mí?, yo

106.nunca he tenido suerte para juegos de azar ni nada de eso” y así. Así hasta que llegaron
107.enfrente de mi casa “Vamos a estar aquí a las 6 de la tarde” yo dije “Ya es mucho ¿no?” y
108.dije “Haber me siento” y ya le expliqué a la señorita “¿Podría usted ayudarme?” y dice “Ah
109.si” le digo “Mire es que así es mi situación”, “Ah bueno” y le digo “Estoy viviendo en una
110.habitación y está muy chiquito y esto” total que si me lo dieron y por eso sentía yo que Dios
111.estaba conmigo pero ya después de que esto que me pasó, me dijo, me dijo este Aron, por
112.qué así se llama, dice “Este... híjoles ahora si te estas viendo como yo verdad cuando..” y
113.le digo “Ay Aron pues no te burles, le digo, no, no pues si estoy pasando lo mismo y te
114.pido perdón a lo mejor, le digo” y dice “Ay no me digas eso, dice, porque me pides perdón
115.si soy un hijo de la quien sabe que, dice, y yo también no te he tratado bien y que no se
116.que”. Y entonces este yo creo que lo veía así y ya venía cada semana y ya nos veíamos.
117.Yo tenía esa idea de que pues ya que tuviéramos nuestra casa, bueno el cuarto que me
118.hicieron las dos habitaciones, pues ya estuviéramos juntos ¿no? y es cuando le entró un
119.miedo o no se que dijo “No es que yo no soy para casarme, dice, no y además este para
120.irme de mi casa y que no se que” y yo “Es que siempre me has dicho eso que vamos a
121.estar juntos, que donde quiera que estemos vas a estar con nosotros ¿y ahora me sales
122.con esto?”, “No, es que no, yo no puedo dejar mi vida, mis cosas y que quien sabe que”
123.pues más me agarró la, el, ósea el deprimirme. Y ya este... yo dije “Pues ¿andas con otra
124.Aron? dímelo, dímelo, a lo mejor así dejo de sufrir y ya digo estoy con la idea de que tienes
125.otra persona y pues a lo mejor yo busco o no se” y él “No. ¿Quién te dijo yo no ando con
126.nadie?” y yo “Pues es que ya dime sinceramente porque no se”, “Ya te dije”, “Pero es que
127.esa no puede ser razón tu me tuviste 10 años diciéndome que querías estar con nosotros
128.a donde fuera ¿y ahora me sales con esto? O sea no te entiendo, le digo, dime si sí andas
129.con alguien” y ya “¡No! Dios sabe que yo no ando con nadie, dice, pero como me gustaría”
130.le digo “¿Te gustaría?” y se queda pensando y dice “sí” y yo mas me dolía ¿no? “¿Cómo
131.es posible que quieras eso que quieras destruir una familia? Algo bonito. Porque no sabes
132.lo bonito que es tener una familia y dice “No pues es que yo soy como mis papas” es que
133.como sus papas se...su...sus papas cuando él era chiquito, este su papá encontró a su
134.mamá engañándolo, a su mamá, entonces su papá corrió a su mamá y su papá no dejaba
135.ver a sus hijos se los llevó bien lejos o sea a todos sus hermanos y no dejaba ver a sus
136.hijos y entonces sufrió mucho y esa es otra de las cualidades que por eso yo decía “
137.pobrecito sufre mucho, ay es que por eso voy a regresar con él porque pobrecito” me
138.compadecía yo. Y este... se lo llevaban y no lo dejaban ver y pues de chiquito, creo que
139.tenia 3 años, pues buscaba a su mamá y dice que lloraba y que nada mas los iban a
140.aventar con cualquier tía y pues hay que dice que si sufrió bastante porque luego hasta su
141.papá pues hasta en las mismas peleas “Es que quiero ver a mis hijos por favor dejamelos
142.ver”, “Esta bien los vas a ver un rato” y ya se los llevaba a ver y dice “Ya estuvo 10
143.minutos, ya adiós, ya nos vamos en el taxi” y pues sentía feo y todo eso me lo platicó ¿no?
144.y yo así como que “Chin pues que mala onda ¿no?” y muchas veces por eso también
145.decía “pues, pobrecito vivió muchas cosas feas que yo no viví” y él hasta me decía “Que
146.suerte tienes porque tu si tienes a tus 2 papás y nunca se han engañado o separado” y yo
147.“Ah pues si gracias”. Pero yo lo veía así como que un poco de coraje así o sea “Es feliz”
148.casi, casi me decía. “Ay tu mamá, quien sabe que” y yo como luego queríamos salir y él
149.decía “Vamos a salir acá” y yo “ah si pero con mis papás” y él “¡Ay otra vez, ay otra vez!
150.¿Cuándo vamos a salir sin tus papas?” y yo “Bueno ahí a la próxima, ya a la próxima” y si
151.como que si yo también le daba mas al lado a mis papás que a él, no le daba tal vez su
152.lugar cuando ya estábamos viviendo ahí en mi casa, entonces también fue un parte del
153.conflicto este. Pero ahorita si le digo que me deprimí mucho y no se porque me refugie
154.mucho en la religión católica, como antes le había hecho, y ahora no me funcionó porque
155.hasta deje de comer, este... ya no me ilusionaba salir así una fiesta ya no me arreglaba yo.
156.Llegué hasta pensar dije “Ay mejor no” y luego como por lo mismo de que yo estaba
157.encerrada en mi misma no le hacia caso a mi hija y le digo “¿¡Qué quieres!?” con carotas
158.“¿Qué quieres?” Y ella “¡Nada ya!” y también se volvió así como que igual que yo, igual
159.como yo le contestaba ella también a mi y yo no veía que pues era por lo mismo que yo
160.era la que iniciaba. Y luego la regañaba por cualquier cosa “Te dije que no hicieras esto” y
161.ahí con mi carota “Te dije que quien sabe que” luego hasta la llegué hasta a jalonear feo
162.¿no? ya después me arrepentía yo. Pero no me daba cuenta, no me daba cuenta. Y ya
163.hasta mi mamá decía “¿Oye hija porque estas así con Naty? en lugar de que la escuches
164.estas en contra de ella” y le digo “Ay mamá pues es que no quiere hacer esto” pues si hija
165.pero eres la única que tiene para platicar contigo y tu la rechazas” y yo “Chin si es cierto”

166.pero ya hasta ni me daban ganas así como de vivir y así. Y ya este... él seguía “¿Oye no
167.está tu mamá?” y yo “Ay dios mío como le hago, si lo quiero ver pero tampoco ya no quiero
168.seguir con lo mismo de que, que tal si está saliendo con otra persona y yo aquí ¿no? me
169.esta viendo la cara o burlándose de mi o viene a verme a criticarme o ¿a qué viene?” no,
170.no. Y Naty “Es que está mi papá allá afuera y dice que si puede pasar” y yo “Ay, bueno
171.pues ahí platiquen, yo me meto a mi habitación”, “Si” Y pues ya estaba ahí y no a fuerzas
172.iba y él “Oye, oye” y yo por acá “¿Qué quieres?”, “No, es que te quería platicar”, así como
173.si no hubiera pasado nada, “Es que te quería platicar que pasó esto en el grupo” ah porque
174.esta en un grupo de alcohólicos anónimos. Y yo también por eso también me hice ilusiones
175.porque dije “Ya estando en alcohólicos anónimos ya deja de tomar ¿no?” y ya este pues
176.es mejor ¿no? que ya dejara de tomar y todo eso y pues piensa mejor. Pues también a
177.partir de que dejó de tomar, que fue hace dos años también, o sea todo se me juntó en
178.esos dos años porque dejo de tomar y yo dije “Ya van a estar las cosas bien, ya se va a
179.venir para acá ya tenemos una casa sola para nosotros para que nadie nos moleste” y cual
180.va siendo que después de que dejó de tomar como a los medio mes empezó a decirme
181.eso que “No, es que ya cada quien hay que hacer su vida y que quien sabe que” pero
182.antes de que dejara de tomar “ya lo vamos a hacer, ya merito, ya mira la casa ya esta
183.cuando me venga voy a hacer esto voy a hacer el otro” y también eso me fulminó de que
184.yo esperaba de que dejando de tomar pues iban a ser las cosas mejor, una vida mejor. Y
185.eso también me llegó, me llegó así como que chin ya teníamos la casa, todo así bien
186.bonito y...y tampoco este, ahora si que... ahora si que ni él que dejara de tomar este... iba
187.a mejorar nuestra vida. Y ya este, empecé a este...como se llama, a leer la Biblia pero
188.como que no entendía nada, no entendía y me despertaba en las noches o igualmente
189.empezaba a decir “Que tal si ahorita esta en su casa con alguien y ya esto y ya el otro” y
190.ya después alguien me decía “No porque estas ideando todavía ni sabes y ya estas
191.ideando” y así estoy peleando desde ahorita estoy peleando así con otra persona que me
192.esta poniendo comentarios que como que me quieren herir, me dicen “Es esto y ahorita
193.esta haciendo y esto el otro” y estoy constantemente así ya así como que...fui a la, en una
194.ocasión fui a la biblioteca y estoy este...fui por mi hija porque estaba en un curso y ya voy
195.a sentarme y ya veo y esta sentado ahí en las computadoras de la biblioteca y ahí esta
196.chateando y ya veo el nombre y él “Ay” y ya no mas se quedo así como que diciendo “Ay
197.ya me cacho” le digo “¿Qué? ¿Quién es? ¿Angie?” y él “Ah este, ah este” y chin que le
198.cambia a la pagina. “Hijo de tu...”le digo, “Ay aron me lo hubieras dicho desde un principio,
199.me hubieras hablado: sabes que quiero iniciar esto ya conocí a otra persona. Pero me
200.hubieras dicho en lugar de enterarme así” y él “No, es que no es nadie, ven” y yo agarré y
201.me salí y ni deje que me explicara nada, agarré y me salí “Ven, ven, te voy a decir que es,
202.oye por favor” ya llegue a mi casa y le digo “No pues que diosito te acompañe que hagas
203.tu vida y todo” y él sintió mas feo cuando yo le dije así “que diosito te acompañe” y él “No,
204.no, que no se que” y yo “no ya no me expliques nada” “no es que yo te tengo que explicar
205.y que no se que” y ya me habla por teléfono “Oye es que sal por favor, te voy a dar dinero
206.para la niña” le digo “no, que no se que” dice “Es que ni siquiera me has escuchado” “no es
207.que yo no quiero saber nada” y desde ahí pues mas empecé a sufrir que dije “entonces si
208.esta con alguien, entonces si esto, entonces si el otro” y ya después pasó como unos
209.quince días y ya otra vez me andaba buscando, ya me esperaba afuera en la calle y yo
210.¿hijos! “¿Qué quieres Aron? ¿A qué vienes? ¿Por qué me vienes a lastimar? Con ver a tu
211.hija ya está suficiente y me siento agradecida. ¿Qué quieres? ¿Por qué nada mas me
212.vienes a alterar? porque yo ya estoy en algo pensando en algo y tu otra vez vienes, sabes
213.que tu presencia, me inquieta, me inquieta porque yo siempre pensé que querías estar con
214.nosotros y ahora resulta que tienes otras ideas” y él “No pues es que, tu no me dejaste
215.explicarte es una amiga que conocí pero yo ya no tengo nada con ella y que quien sabe
216.que” le digo “Mira este...yo ya no quiero saber ya nada de eso, ya por favor has tu vida
217.hazte a un lado y ya”, “No pero es que...es que yo no quiero terminar así contigo, yo quiero
218.que nos llevemos bien por el bienestar de nuestra hija, quiero que nos sigamos viendo y
219.platicando como buenos amigos” y le digo “¿Y tú crees que así como estoy voy a aceptar
220.una amistad? le digo no Aron ya haz tu vida” es que, es que te quiero ver quiero platicarte
221.mis cosas” y yo “Ay Dios mío” y así me la pase y ya hazte que ya entre a tu...vi, le digo “Ay
222.diosito ya no puedo con esto ayúdame mira como estoy quedando con esto así flaquita ya
223.sin, ahora si que mis pantalones me quedaban bien justos ya ahora ya no me quedan. Me
224.empecé a dar cuenta de que ya estaba afectando a mi persona dije “¿Y ahora qué?”. Y en
225.mi trabajo decían “¿Qué te esta pasando?” y yo “¿Por qué?” dicen “es que no juegues

226. estas bien delgada” Y yo le echaba la culpa porque si después de eso de que me dio la
227. depresión así como que estoy en esto me dijeron “ve al zumba y que no se que” y si fui y si
228. me ayudó bastante al ir al zumba. Y este, y yo digo que también fue parte de bajar de peso
229. eso, pero también yo veía que ya no comía porque estaba el plato de comida y yo “Ay no
230. quiero ahorita, ay sin sopa y en las mañanas cuando voy a trabajar “No desayuno, así me
231. la paso hasta que venga, ahí me compro un pan o lo que sea” y este los dolores de cabeza
232. ya después. Pero este le digo “Ay dios mío ayúdame porque no puedo y tus lecturas no las
233. puedo entender y no se porque siempre las he entendido y me han calmado, me han
234. serenado y ahorita no se porque” Dice mi mamá “A lo mejor has de necesitar ayuda ya de
235. un este... como se puedo decir... de un profesional”, “pero me va a decir diosito ¿Cómo me
236. cambias?”, “No hija, por eso dios los hizo, por eso les dio lucidez para que aprendan a
237. ayudar a otras personas” y le digo “¿Ay tu crees?” y dice “Si” Y exactamente a la semana,
238. deajo a mi niña ahí en el Centro, y ya vi ahí tu, el anuncio y dije “si iré o no iré, mejor no” y
239. ya así y ya después empecé te digo, empecé otra vez a llorar y a llorar en las noches ahí a
240. las tres de la mañana, “¿Por qué me pasa a mí y por qué no a otra? ¿Por qué mi prima si
241. es feliz y yo no? ¿Por qué ellos tienen esto y yo no?” y así, y llore y llore. “Ay pero es que
242. mis primas si están casadas bien y yo y otra prima siempre estamos ahí sufriendo y todo
243. eso porque ¿dime porque?” Ya hasta que fui a tu plática y si, pues si me ayudo bastante
244. porque ya no la veía llegar. Con las respiraciones que me dijiste, si como que te, como te
245. diré, te oxigenan el cerebro y te hacen pensar como que diciendo “Ya esta, ya corta eso
246. por lo sano”, “Pero como le voy a decir eso de que ya no entre, pobrecito. ¡Ay no! ¿cómo?”
247. y ya empezaste a enseñar eso de respirar y que este..., que mas, que las relaciones así
248. destruyen y todo eso, le digo, y que uno mismo se las esta haciendo porque, mas bien uno
249. esta permitiendo que te hagan eso al no dejar ya esa situación ¿no? y hasta que le dije a
250. él, ah porque a partir de que le dije “Sabes que ya no quiero verte, espero que respetes mi
251. decisión, este... ya esta afectando a mi hija, a mi, no se si te has dado cuenta” y él nada
252. mas se quedó así “ya esta afectando la vida de mi hija, mi persona y la verdad es que yo
253. ya no puedo con esta situación, a lo mejor tu eres mas liberal muy no se como pero yo no,
254. no se, no permito que”, “Es que yo no ando con nadie y que no se que”, “Pero si ya me has
255. dicho en otras ocasiones que si quisieras andar, entonces ¿eres o no eres?”, “No pues es
256. que digo puras tonterías” le digo “pero ya me estas lastimando mucho, yo no se, de veras
257. que yo no te puedo ver así como si nada y si te veo me lastima verte porque ni estas
258. conmigo y quien sabe que andes haciendo por allá” le dije. Y él “No, es que... ya no quiero
259. lastimarte” y le dije “Si pero desde hoy te digo ya no te quiero ver, espero que respetes mi
260. decisión y este... y si te hice algo pues que me disculpes, este, si en algo me llegaste a
261. estimar, le digo, por favor retírate y ya no me hagas sentir mas mal” y él “ah si” Y al otro día
262. me habla por teléfono “Hola ¿cómo estás? es que fíjate que quien sabe que” y ya me
263. empieza a platicar su vida y yo “¿oye que no entendiste lo que te dije?”, “Ah no pero es
264. que no se que y no se cuando” y yo “Ay... que hago dios mío” y me acordaba de las
265. respiraciones “Calma, calma” y le digo “Sabes que ahí nos vemos” y chin que le cuelgo. Y
266. al siguiente día, como sabía que descansaba los jueves, habla desde la mañana “¿Qué
267. pasó? ¿Estás en tu casa?” y yo “Ay que...” ah no, no es cierto, me dice mi mamá “te hablan
268. por teléfono” y ya voy y este, levanto la bocina y digo “¿bueno?” pero no me dijo quien y yo
269. “¿Bueno?” y dije “han de ser mis amigas ¿no?” y ya me dice “bueno” y yo “uta” y agarro y
270. que le cuelgo. Agarre colgué y me subí y dije “Ya no me voy a deprimir” porque ya me
271. agarraba de mis descansos de estar chille y chille en la mañana. Y este... y ya a cada rato.
272. Y mi hija me dice “Mamá porque estas llore y llore”, “Es que tu papá nena” y ya le tuve que
273. decir la verdad “Tu papá no quiere estar con nosotros” “Pero ¿entonces porque viene?”
274. “pues yo también no se porque viene, a lo mejor para estar contigo” “ah si verdad” le digo
275. “Si, tu no te enojas con él, tu quiérello porque esta situación es muy a parte de la relación
276. que tu tienes que es tu papa que lo quieres mucho”, “Ah si, ah bueno” entonces este, pues
277. mas tarde en colgarle y ya estaba ahí “¡Sonia! ¡Sonia!” Grite y grite y dije “No, yo no le voy
278. a contestar que piense que me fui a misa con mi mamá” y ya sale mi mamá y dice “¿Qué
279. pasó Aron?”, “ah señora”, nunca la saluda, que tal buenas tardes ¿cómo está?” y yo
280. escuchando, “este, ¿esta Sonia?” “Si, súbete esta allá arriba” siempre le dicen súbete esta
281. allá arriba. Y está grite y grite desde afuera de la casa ¿no? “Sonia, Sonia” ya cuando
282. estaba tocando y ya que me escondo en el baño. Y ya estoy “no, no, no” y así como que
283. sentía las ganas de verlo ¿no? “Hijoles es que tengo muchas ganas pero si sigo con esto
284. va a ser un círculo de nunca acabar” Total que ya me estaba escondiendo pues hasta allá
285. me fue a buscar, dice, toque y toque como estaba entre abierta ya no puede cerrar anda

286.mas abre y dice “¿Qué, porque te escondes?” le digo “Pues ¿por qué te imaginas?” y ya
287.dice “Ay eres bien payasa y que no se que” le digo “Pero es que Aron ¿qué no entiendes?
288.tu me dijiste que ya termináramos y ya lo estoy haciendo yo y ahora hasta vienes” casi le
289.digo “Que no entiendes que por eso te colgué” y él “no pues” y ya pone su cara de tristeza
290.como gatito de Shrek ¿no? “No pues es que quería platicar contigo” y le digo “Mira Aron ya
291.no eres bienvenido en esta casa, tu nada mas vienes y te sirves y haces y esto y agarras y
292.te vas yo no quiero eso para mi vida, sabes que, en esta casa ya no eres bienvenido por
293.favor retírate”, “¿Me estas corriendo?” le digo “Si, lo siento pero tu lo quisiste así” y él “No
294.pero es que, y dice así de, ¿quieres que me vaya?” le digo “pues que estas esperando te
295.estoy diciendo que te vayas, que no quiero alguna relación así contigo porque ahorita
296.estoy mal. Deja a lo mejor en un tiempo ya que yo este bien te vuelvo a hablar pero
297.respétame” y él “Ay si, pues este, pues si me voy pero conste eh ya no me vas a volver a
298.ver nunca y que quien sabe que” “Si, aron si” “Ah si pues de seguro tu a fuerzas quieres
299.que yo este aquí, a fuerzas verdad quieres verme como un marido y aquí y allá pero no
300.Sonia yo no soy así”, “Pues por eso precisamente quiero que te largues” “Si, dice, pero no
301.se te va a cumplir, no se te va a cumplir yo no quiero estar así yo soy como mis papas, así
302.me dijo, yo soy como mis papas así que conmigo no cuentes” “¿Entonces a que vienes? Si
303.ya te colgué el teléfono, ¿a que vienes ahorita?” , “Bueno es que nada mas quiero te
304.quería pedir un favor, es que quiero que me des la dirección X que busques en Internet”
305.como tengo la computadora. Le digo “No, yo ya no te voy a hacer ningún favor, porque
306.siempre agarra y me pedía favor, yo no te voy a hacer ningún favor, no es mala onda pero
307.te estoy diciendo respétame, ya vete”, “Bueno, ya me voy” y agarra y se va. Y esta es ya
308.como cuatro veces va a llamar a mi hija le habla por teléfono, “Hola se encuentra Naty” y
309.yo contesto y él “ah hola ¿eres tu Sonia?” como si nada “Eres tú, ay ¿cómo estás?” le digo
310.“Ahorita te paso a Naty” y ya se la paso. “Dice mi papá que ahorita va a venir” “si que
311.venga nena, que te lleve y te lleve a pasear, dile que te compre esto” porque hasta eso ni
312.me ayuda, no me da ni un centavo y este... y ya le dije ve. Y estas ocasiones que te digo
313.me he...como te diré me...me he hecho a un lado viene a buscar a mi hija y yo no salgo
314.para nada, este que me habla por teléfono yo no estoy y luego ya esta allá abajo y espera
315.a que salga o algo así y le dice a mi niña “Oye, háblale a tu mamá” y Naty ahí viene “Te
316.habla mi papá” bien emocionada y le digo “No, dile que no”, “Dice que vayamos a comer
317.tacos”, “No, dile que no” y ya le digo desde arriba “no me estés molestando, ya te dije que
318.no, para que quieres que vaya yo” “Es que es por educación” le digo “¿por educación?
319.Pues entonces respétame primero” y ya agarra y este ahí me quiere chantajearme con mi
320.hija “dile a tu mamá que no se haga la payasa, dile a tu mamá que esto, háblale” y ya no
321.he salido así ya, te digo ya tenia tres ocasiones en las que ya. Y también me hizo sentir
322.mal porque llega mi niña y dice “Que crees mamá, me pidió prestado mi papá dinero, ya
323.dejó su anterior trabajo” yo siempre estaba al pendiente “No, no dejes tu trabajo échale
324.ganas mira que puedes hacer esto, puedes hacer el otro” y él “Ah pues si verdad” y así lo
325.ayudaba ¿no? mas o menos. Y ahora que me dijo “Me voy a salir de mi trabajo” y yo “Pues
326.salte es tu bronca” se me quedo así como que ya no le importo “Pues salte”, “No es que te
327.voy enseñar mi pie que quien sabe que, me lastime”, “No yo no quiero ver nada” y así fue
328.hasta que te digo en estas ocasiones que ya no le he visto. Pero si me dio mucho coraje
329.que le pidiera dinero y que mi niña me viniera a pedir para prestarle. Le digo “No, ¿cómo te
330.atreves a pedir? No nos das y nos quieres quitar o sea que sinvergüenza eres, ¿cómo es
331.posible!?”, “Ay ya, ya, no mas fue una ocasión” le digo “Pues las que sean...no quiero que
332.vuelvas” ah porque para eso si le hable por teléfono, le digo “Sabes que quiero que sea la
333.última vez que le haces comentarios o que nos pides dinero. Si no nos das, no nos quites.
334.Estas viendo como esta la situación de que mi papá no puede trabajar en su taxi porque
335.está como se dice...quebrado su pie y tu todavía vienes a sacar dinero”, “Pero es prestado
336.se los voy a pagar” y yo “No manches, no tienes vergüenza de plano” y “Ja, ja” se empieza
337.a reír “Ja, ja era una broma, no creas que es en serio. Pero ¿Qué vas a hacer hoy? ¿Qué
338.vas a hacer ahorita?” y yo “¿Qué te pasa? Voy a salir” lo engañe, “¿Con quién?”, “¡Ay! ¿Yo
339.te estoy preguntando de tus cosas con quien vas a salir? yo no te pregunto. Y a lo mejor te
340.llegue a preguntar y tu apoco me contestaste, tampoco, yo no tengo porque contestarte”,
341.“No pero este, mejor vamos a misa como antes ¿te acuerdas? vamos, ándale vamos” y yo
342.“No, yo no voy a ir a misa y discúlpame que te voy a colgar” “No pero es que quien sabe
343.que” discúlpame y chin que le cuelgo. Pero si me hizo enojar y por eso le hable y le dije
344.“Oye no me estés pidiendo dinero, estas viendo como estamos”. Y si me ha ayudado
345.mucho, las platicas y las sesiones y todo eso y las practicas ¿no? de tener atadas las

346.manos, ahora si que fue, en el tiempo que estuvimos así, lo que yo estuve sintiendo todo
347.este tiempo, ay pues “quiero hacer esto” y él no le hecha ganas “quiero hacer el otro” y el
348.borracho “quiero hacer esto” y el no quiere salir con mis papas “quiero hacer esto”. Como
349.que si he visto bastante ayuda en esto y digo bueno este “Creo que Dios me puso en ese
350.camino” porque yo necesitaba mas, mas que ahora si que, por tan mala que estaba yo no
351.entendía la Biblia y todo eso, porque antes si, con eso ya me ayudaba, pero ahora te digo
352.que ya hasta baje de peso, sin ganas de vivir y ahorita ya en base a estos, no se cuantas
353.cómo 4 semanas ¿verdad? No pues ya hasta me siento mejor. Mi amiga dice “oye ya te
354.ves mejor, con un semblante mejor dice, ¿Qué has hecho?” pues nada más voy a unas
355.sesiones de aquí del centro” y dice “Ah pues que bueno porque la verdad si estabas bien
356.mal. Ahorita físicamente te vi pero pues, como que tu semblante iba bien triste” y yo le digo
357.“Ay que bueno que me veas así”. Lo único que no puedo romper es el hecho de que
358.alguien, por ejemplo del sexo masculino, como que antes yo me ponía una barrera y decía
359.“No porque le estoy poniendo el cuerno, no ni cuando llevábamos una relación así que
360.digamos” y ahora no puedo romper ese... de pensar siempre que ya alguien me esta
361.viendo así y yo digo “Ay me da pena” si lo veo digo si esta bien, esta bien el chavo, y yo
362.por acá “Chin este, hay no mejor no” como que siento eso de antes de no dejar lo pasado,
363.que ya estoy casi, casi, diciendo ya estoy libre ahora si puedo no puedo con eso.

364.Naty también me ayuda bastante, es que es bien lista. Me dice “Mamá es que si te veo
365.muy triste, mejor ya ve a que te ayude alguien” le digo “Pues ahora ayúdame con algo,
366.cuando veas a tu papá este...y te quiera decir que... oye dile a tu mama que venga, dile
367.que no, porque estoy ahora si que... en un proceso y que por favor me respete, que no
368.quiero verlo ahorita”, “Si verdad mamá” le digo “Pues yo creo que sería lo mejor ¿no crees
369.nena?” dice “Si, porque la verdad es que, no veo que mi papá actúe bien contigo” le digo
370.“Ay gracias nena por comprenderme” dice “Si, ahora que vino le dije, ah porque me
371.pregunto mi papá, ¿y tu mamá cuando descansa?” “¿Para que quieres saber papá?
372.¿Nada mas quieres venir a molestarla verdad?” dice que le dijo así a su papá. Dice “No
373.papá, ya no la estés molestando, ya déjala tranquila” y que su papá le dijo “Ah, si” y desde
374.ahí santo remedio. Pero si, si te ayuda bastante la familia en todo esto.

**375.Ammm ¿Cómo es que en esta ultima ocasión, bueno de las últimas ocasiones, cómo
376.es que él toma la decisión? ¿Por qué la toma? La decisión de separarse.**

377.No la ha tomado. Sigue, sigue buscándome. Es que eso es lo que yo no entiendo porque
378.yo estoy en algo y “Ay” y cuando menos veo viene y quiere hablar conmigo. Habla por
379.teléfono y “¿Quién habla eh?, este... ¿Sonia? ¡Ah hola!” entonces eso es lo que también
380.me trastorna digo “Si ya no quiere nada conmigo ¿Por qué me busca?”

381.¿Cómo la hace sentir eso?

382.Antes me hacia sentir bien. Hace como te digo hace como unos que serán... en diciembre
383.que paso eso de que... como, este, son fechas así como que dices “Ay en otros años” y
384.resulta que Naty pues ella hablaba con su papá. Y yo en una ocasión si le dije “Háblale a
385.tu papá para desearle feliz navidad y todo ese rollo” y a lo mejor ahorita hasta digo “Chin
386.creo que la regué al estar diciéndole a mi hija de que háblale a tu papá para decirle como
387.esta, si esta bien” y este dice, se le ocurrió a mi hija decirle “¿Por qué no te vienes a
388.quedar papá?” hijoles, nombre, se fue a quedar en la casa y yo así como “¿Qué hago Dios
389.mío?” no pues que se quede, ahora si que yo me quedo en la cama de Naty y ellos dos
390.que se queden allá. Y ya llega él “Oye este... ¿me puedo bañar?” y yo “Ay, pues ahí
391.adelante” y yo agarre y me baje ósea no supe. Pero yo en el fondo sentía bonito de que
392.estuviera ahí y que estuviera con mi hija porque la otra vez subió y estuvieron jugando y yo
393.“Ay ojalá que así fuera todo el tiempo” ¿no? Y si este... una de las ocasiones es que es
394.bien, como se dice, de esos que no les gusta las fiestas, no les gustan las fiestas, esta
395.todo serio, si platica pero con alguien que sepa de su platica de sus libros porque es súper
396.fan de estar leyendo sus libros y que lee a no se quien. En su cuarto ya puso todo así
397.repisas y repleto de libros enciclopedias y no se que “Tú deberías de leer” así se enojaba
398.conmigo “Deberías de leer y que no se que”, “Es que no me gusta”, “Es que es para
399.crecer”, “Es que a mi no, ¿qué quieres que haga?”, “Pero es que te transportas a otro
400.quien sabe que” total de que se fue a quedar y yo así “Chin” pues ya pasó hasta abajo,
401.bajo ahora si que a la sala de mi tía porque hicieron una fiesta y hasta bajo a cenar y yo
402.“¿Qué le pasa si nunca quería?, nos la hemos pasado aquí los tres pero él no quiere ir a

403.fiestas ni así a reuniones donde este...haya música o gente así mucha gente” y este...dice
404.“Si, voy a bajar pero no quiero que me dejes ahí solo eh, que siempre agarras y te vas a
405.servir y que a ayudar y quien sabe que y ahí me dejas ahí” y yo “Bueno” y ya empecé a
406.servir y ya me senté a comer y todo pues nos la pasamos bien y sentí feo ¿no? primero
407.bien de que estuviera con nosotros y así. Y así nos la hemos pasado total de que no
408.termina de irse, cuando él me dice una cosa y yo ya estoy en eso en esa idea y ya viene y
409.me busca y le digo “¿Por qué me busca?”, hasta le dije “¿Y por qué me buscas?” Y él
410.“Pues nada mas para estarte molestando” y se empieza a reír y yo “¿Cómo es posible
411.Aron? Tu me dijiste que ya nos dejáramos en paz, que ya hiciera mi vida, que tu ya no
412.sentía nada por ti, entonces...” y no se que. Y se queda piense y piense, y yo “Ay Aron de
413.veras ya no me estés buscando pues ya estamos en una quedamos en una cosa y vienes
414.a buscarme, pero si ya tienes a alguien ya quédate allá haz tu vida y yo también la mía y
415.ya voy, ahora si que ya no volteo atrás tu eres el pasado y yo voy al frente” y él “No” le digo
416.“Pero ya por favor, no me hagas esto de venir y convivir sabiendo que no quieres estar con
417.nosotros” y dice, fíjate como me dijo “Pues siempre te voy a buscar toda la vida, eh y te lo
418.aprendes, siempre te voy a estar buscando toda la vida”, “Pues no te entiendo” y también
419.eso me hacia otra vez deprimirme, dejarme ahora si que, este.... Y luego mi niña le presta
420.el celular “Papá préstame tu celular” y este y ya esta viendo, y te digo que es bien
421.habilidosa, ahí ve los mensajes y ve “Pamela: este...Aron no voy a poder salir el sábado,
422.dice, no voy a poder salir el sábado y abajo decía te quiero” Y luego otro mensaje “Y no
423.creas que yo pongo de pretexto a mi hija” y yo así como que “Si estas saliendo con alguien
424.¿A qué carajos vienes?” ¿No? pero eso ya me dijo mi niña ya cuando se fue su papá. Y ya
425.me dijo “Es que no se si decírtelo mamá, pero mira” y le sacó una foto de su celular, le
426.sacó una foto a su celular con el mensaje y yo “Ah”. Y ahí voy otra vez a deprimirme “No
427.pero porque ¿qué nada mas te vienes a burlar de mi o que? Si ya estas saliendo con otra
428.persona ¿a qué vienes? no entiendo me estas lastimando ¿a que vienes?”, “No pues es
429.que ya, ya no voy a venir, no ya, ya no voy a venir” y a la semana ahí esta. Eso es lo que
430.no me deja vivir en paz porque está buscándome, si ya dijo una cosa y hace otra. Te digo
431.no hemos, bueno él, que no ha entendido eso, de que lo que me hace daño es su
432.presencia, le dije “Me hace daño tu presencia, ya no vengas. Ven a ver a tu hija eso si,
433.vele porque ella te necesita mucho” y él “No pues si”. Pero eso siempre ha sido el, el que
434.algo me quiere decir el que si anda con alguien o no, no se. Al decir te quiero es que yo
435.digo que quiere decir que ahí hay una relación ¿no? ¿Verdad? Y digo porque viene a
436.poner su cara de...una grosería iba a decir, su cara de mustio y quiere venir aquí a
437.organizar en mi casa y a disponer de las cosas “O sea ¿qué te pasa aquí? ¿Qué vienes a
438.hacer aquí?, aquí ya no tienes lugar” y he visto que cuando le digo eso tiene ganas de
439.llorar y se pone así... ya se cuando son sus ganas de llorar, pero es la única formula que
440.yo agarro para salir adelante. No lo entiendo.

**441. Todo esto eh ¿qué ha significado para usted, ósea toda esta experiencia que le ha
442.dejado? ¿Qué ha significado todo esto para usted este viene y va?**

443.Pues ya ahorita que he estado en las platicas me ha pasado así como que... a veces lo
444.veía así como que una desgracia, de lo que me paso lo he visto y ya después ahora si que
445.como que con esta platica de la ultima vez dijiste “Pero también hubo buenos momentos” y
446.yo ups ahí vamos otra vez al principio o que. Porque empezaste a decir “Es que por algo
447.siguieron con esa persona, por esos momentos y recuérdelo como tal a lo mejor se
448.abrazaron” y si pues fueron muchos momentos de felicidad se puede decir porque vivimos
449.juntos, salíamos juntos, nos paseábamos así como familia y entonces yo me sentía bien
450.¿no? así dije “Bueno los dos echándole ganas y todo esto y pum” creo que yo sola me
451.estaba engañando porque nunca, bueno... yo eh, siempre tenía la esperanza de que él
452.quisiera hacer una familia ¿no? que sintiera lo mismo que yo. Porque tener a una familia
453.es un... como se podría decir...una...no se, algo muy valioso, tener una familia es algo
454.muy valioso, yo lo quería y yo quería que él lo viera así. Dije si él no tuvo a su familia pues
455.ahora si que aquí la iba a tener. Y no, siempre hablaba muy mal de mi hermano, ni lo cono,
456.le digo estas ultimas veces “No tu hermano que se siente un maguiver, un superman”
457.como sabe hacer de todo la luz, esto y así cosas así que el no sabe, ahora si que ni
458.arreglar un enchufe, no lo sabe hacer, le daba coraje no se que “Si, se cree mucho tu
459.hermano que quien sabe que y no se cuanto” le digo “Mira ni hables, porque ni lo conoces
460.nunca lo has tratado, ni has platicado con él como para que hables”, “Ah si pero tu papá
461.que no se que, quien sabe que ha de querer de mi” le digo “Mira ya ni hables que ya ni

462. vela tienes en el entierro y ya, mira mi familia es mi familia respétala y tu ya eres un cero a
463. la izquierda y ya no, no hables de mi familia porque ni siquiera en los labios mereces
464. mencionar el nombre de mi hermano”, “No siempre tu dándole el lugar a tu familia” le digo
465. “Ay ya ni hables porque no conoces a mi hermano para que estés opinando de cómo es” y
466. pues si mi hermano es bien buena onda, es muy noble mi hermano y que hablara así de mi
467. hermano pues si me pone así bien. Y si todo esto como que si he visto que estoy en una
468. balanza de un cien por ciento de lo que he sido todo, todo estos años y casi, casi un 30%
469. de felicidad con un 60 o 70% de tristezas, de que “No quiero hacer esto, de que ya andas
470. tomado, otra vez, y ya te pasaste de este...oye tienes que ir a trabajar”, “No es que ya me
471. corrieron”, “No es que quien sabe que, ya te peleaste con mi papá, ay que quien sabe
472. cuanto” este... estaba viviendo en mi casa y no quería dar ni un quinto y pues todos en
473. una casa pues todos tenemos que colaborar ¿no? para que no se venga abajo, como una
474. mesa ¿no? si alguien no esta aportando pues ¿verdad? Va en decaimiento y es lo que le
475. explicaba yo, le digo “Mira todos tenemos que echarle ganas, tu también, si estamos
476. viendo aquí estamos gastando comida, este...baño, todo se utiliza, hay que también dar
477. para poder recibir” y él “Ay ya vas a empezar, ya mejor me voy a mi casa” y así, así ahorita
478. ya viéndolo así digo hijoles creo que yo por estar tanto metida a lo mejor, estoy pensando
479. así, por estar tanto metida en la religión me compadecía de él, porque yo decía “No creo
480. que dios quiera que yo lo corra feo o que ya este si decidí que era mi pareja pues ya me
481. amole, este...que lo ayudara en las buenas y en las malas” porque luego me decía “A lo
482. mejor no estamos casados por el civil o la iglesia pero ante Dios estamos casados” y yo
483. así como que “¿A poco sí?” pues es que uno cuando esta enamorado esta uno como que
484. en otro planeta o lo quieres ver así o no se. Y le decía “¿A poco sí?” y dice “sí” y como leía
485. mucho pues ahí me andaba verbeando y yo “Aaah”, “no es que para Dios estamos
486. casados y nos debemos de ver en las buenas y en las malas” y yo “Ah bueno” y por eso yo
487. también pasaba por muchas cosas. Así de, este, que no llevaba dinero a la casa, de que
488. no, a veces luego no quería salir con nosotros que porque tenía que hacer otras cosas y se
489. iba y ya regresaba pero en la noche pero ya bien jarra. Entonces pues si es que si le
490. aguante muchas cosas y yo por compadecerlo “Ay pobrecito es que como sufrió eso pues
491. le voy a ayudar” y ahí va. Entonces si decía yo, por ayudarlo lo que hice contra Dios ¿no?
492. “Has que tu Dios, tu tuviste la culpa porque me dices que hay que ayudar al hermano que
493. esta caído, ¿por qué? Y ahora me lo quieres quitar” así le decía, ahora que ya esta bien
494. que ya no toma, tiene dos años que, ahora si lo digo gracias a Dios no toma, se lo pedí
495. mucho a Dios. Diario hacia oración para que dejara de tomar por mi niña porque no podía
496. tener un papá todo ahí, que diga que estuviera borracho que ya se cayera en la calle se lo
497. pedía “Por favor ayúdalo” pues estos dos años pues si él ya dejo de tomar y eso me hace
498. sentir bien. Pero si también me, como se puede decir, me volteé contra Dios le dije
499. “¿Cómo es posible que yo que tanto lo ayude, que tanto estuve con él, en las buenas y en
500. las malas y ahora este...me lo quieres quitar?” así le decía “¿Cómo es posible?” y le
501. echaba la culpa. Y ahora que he estado en las platicas digo “no pues a lo mejor me esta
502. pasando esto porque él ya no quiere que viva esto, ¡ya!” hasta ya lo he de tener harto, Dios
503. mío como que soy bien necia estoy viendo las cosas y ahí voy otra vez y si este pues es
504. que ya no podía.

**505. ¿Cómo le ha hecho a partir de esto? que entre que se sale, entre que no se sale,
506. entre que me toca a mí, te toca a ti pasar lo mismo, ¿Qué ha hecho para afrontar
507. todo esto? ¿Para salir adelante?**

508. Entre me toca a mi y a ti, eso ¿a que se refiere?

**509. Si a..., al hecho de que era usted primero era quien lo rechazaba, quien lo sacaba y
510. luego el hacia lo mismo con usted y que ahora bueno hace ratito comentaba “ahora
511. me toca a mi, pasar por esto que yo te estaba haciendo” hace ratito.**

512. Ah, de lo que yo le hice a él, de hacerlo a un lado y que ahora me toco a mi.

513. Aja. A partir de toda esta experiencia ¿como le ha hecho para salir adelante?

514. Pues es que mmm... ya después de que eso que dije “Chin estoy sufriendo lo mismo”
515. porque hasta las llamadas que él me hacia las mismísimas que yo le hacia a él “Ay ya
516. estas hablando ¿qué quieres Aron? ¿Haber que? ya te dije que no me hables en el
517. trabajo”, “Es que Sonia es que quiero ir por ti, ¿qué estas haciendo? ¿Con quién estas
518. platicando? es que te estas riendo” le digo “Ay es que estoy en el trabajo”, “Si pero es que

519.oigo que te estas riendo” y yo “ay deja de molestar, nos vemos eh bye” chin que le cuelgo.
520.Y ahora yo quien sabe porque bueno en mi misma yo estaba hablando a su celular “Oye
521.Aron en donde estas y que no se que”, “ay estoy aquí en el centro ¿qué quieres?”, “Ay es
522.que porque no has venido y que quien sabe que” y yo así como que hice lo mismito que
523.Aron estaba haciendo, lo mismo que pasó él, lo mismo estaba haciendo yo y dije a lo mejor
524.es que dije ya lo estoy pagando lo que estoy haciendo y dije “Dios mío ayúdame si estoy
525.pagando lo que hice ayúdame porque no puedo desfallecer porque tengo una hija, tengo
526.por quien ver, si yo me derrumbo mi hija se derrumba, ya no puedo tengo que hacer algo”
527.y ya te digo que fue cuando vi tus... bueno los anuncios así, fue en esa ocasión que dije ya
528.no puedo, ya no puedo. Y así lo lleve... vi tus anuncios, la respiración y todo y si me
529.relajaron bastante. Porque parece uno que vive así sin respirar, así, así no mas
530.aguantando y el estomago duro, duro y así. Y ya con eso me dicen “Oye hija pues si creo
531.que si estas, si te esta ayudando bastante, dice, ya no regañas a Naty y a mi ya no me
532.contestas feo” y yo “Chin, digo, perdón” “no pues sigue yendo ahí porque la verdad si te
533.están ayudando” y fue así como lo pude llevar eso de que, pero si lo llegue a pensar eso
534.“ya estoy pagando lo que estoy haciendo, lo que le hice”.

535.Ok ammm ¿algo mas que le gustaría comentarme acerca de toda esta experiencia

536.que sigue viviendo, que a pesar de todo sigue viviendo?

537.Pues si ahora si que hay que seguirle.

538.Ok. Bueno muchas gracias.

Entrevista 5

Nombre: Anayeli
Edad: 26 años
Profesión: Empleada
Estado civil: Separada
Tiempo de separación: 9 meses
No. de hijos: 1

1.Su nombre otra vez por favor

2.Anayeli

3.¿Su edad?

4.Tengo 26 años.

5.¿Su estado civil?

6.Separada.

7.Ok. Anteriormente ¿Casada, unión libre?

8.Anteriormente unión libre.

9.Ok. ¿Durante cuanto tiempo duró esta unión libre?

10.Con esta persona

11.Aja.

12.3 años

13.3 años. Ok ¿Y hace cuanto tiempo aproximadamente se separó?

14.Ves que te había comentado la vez pasada que o sea dos veces estuve juntada, ahorita te

15.estoy hablando del primero se podría decir. ¿De cuál quieres saber? ¿Del primero o del

16.segundo?

17.Ok. Del más reciente

18.Ah, no. Del más reciente yo con él dure 4 años.

19.4 años. Ok ¿Qué tiempo de separada?

20.¿Qué tiempo de separada?...9 meses apenas.

21.Ok. Ahora si por favor platíqueme ¿cómo es que se da esta separación?

22.Como es que se da esta separación... pues este... ya habíamos tenido demasiados

23.problemas, demasiados problemas este... él me fue infiel con una de mis mejores amigas.

24.Después de que pasó eso este...yo ya no me sentía muy a gusto con él pero yo estaba

25.este, ya había nacido mi hija, mi hija tenía tres meses entonces como que yo me tuve que

26.aguantar porque dije "¿A donde voy a ir? Mi hija esta pequeña, no voy a poder trabajar, no

27.voy a poder tener un trabajo para mantener a mi hija" entonces o sea como que me sentía

28.muy dependiente de él, o sea como que en el momento si fui muy, muy dependiente de él

29.porque dependía demasiado de él. Pero después pasó, yo lo perdone traté de salvar

30.este...mi matrimonio ¿no? aunque no estuviéramos casados para ser un matrimonio. Y

31.pues no falta después quien te dice que la gente "No lo dejes, es una buena persona, que

32.no se lo dejes a otra persona" y a veces te llegan comentarios de disque de amigas donde

33.te dicen "Es que la que vale es la que esta en la casa, la que es la mujer es la que esta en la

34.casa las demás son cualquiera y siempre va a regresar a tu lado" entonces hay comentarios

35.que luego así te llegan comentar ¿no? y uno pues según su orgullo no, o no se como se le

36.pueda decir, de decir "No pues porque lo voy a dejar" ¿no? entonces eh...esa fue la primera

37.que me hizo. Luego paso el tiempo yo lo perdoné, según le perdone ¿no? pero yo seguía

38.teniendo resentimiento. Y luego cuando mi hija tenía como 8 meses, él trabaja en las platas

39.al igual que yo, entonces este yo iba a verlo pero él era como que muy indiferente conmigo

40.y empezaba a llegar tarde a la casa y así. Entonces este, un día yo voy a verlo y lo quiero

41.abrazar y besar y él me rechaza y yo digo "Pues aquí hay algo malo ¿no? me llega bien
42.tarde a la casa, siempre anda de malas, este vengo lo quiero abrazar quiero estar con él y
43.me prohíbe que venga a su trabajo, ¿entonces de que se trata no?" Bueno para eso, este,
44.ahí hay cocinas. Una muchacha de una cocina me habló y me dijo "¿Oye no sabes quien
45.quiera trabajar?" y agarre y le dije "No, no, no se, ¿Cuánto estas pagando?" y ya me dijo y le
46.dije "Yo, le digo, pero si me aceptas con mi hija" y como que se quedó así pensando,
47.entonces ya no me dieron ese trabajo ¿no? Paso el tiempo y él seguía cambiando y
48.cambiando ¿no?.

49.¿Cómo eran esos cambios?

50.Llegaba a la casa y se ponía de muy malas, llegaba a las 11 y media de la noche, a las 12 a
51.la una de la mañana y este se iba a las 5 de la mañana a las 6 de la mañana, entonces
52.prácticamente ya no estaba con nosotras. Yo le decía que porque no estaba con nosotras y
53.él me decía que pues si yo quería tener lo que tenía, que él tenía que trabajar más duro. Y
54.me decía "Es que mi patrón me lleva a hacer jardines y yo tengo que ir a trabajar, si quieres
55.los pañales y la leche de la niña o quieres esto o quieres el otro yo lo tengo que cubrir" para
56.eso si me daba dinero pero ya no me daba lo que yo sabía que ganaba. Porque aparte de
57.cuando iba a hacer el mantenimiento, a él le daban extras entonces ya no me estaba dando
58.y como que se disminuyó mi gasto y yo seguía aguantando ¿no? Crece la niña, la niña tiene
59.mas o menos como un año y ocho meses o dos años si no mal recuerdo, yo vuelvo a
60.regresar al mercado y la misma muchacha me ofrece trabajo y me dice "Si te acepto con tu
61.hija, ¿sabes hacer lo que hacemos?" que eran quesadillas "No pero yo aprendo" así le dije
62."Con que yo te vea una vez yo aprendo" le dije así, y me dice "Pues de una vez" le digo
63."Bueno" y ya de una vez me quede a trabajar, sin pedirle permiso a él. Cuando llegué a la
64.casa él luego, luego se puso bien agresivo, bien violento conmigo, esa fue la primera vez,
65.no, la segunda vez que me golpeo. Me agarró, me golpeó y me dijo que ya no quería verme
66.trabajar, que por eso él estaba trabajando, que porque yo tenía que salir yo a buscar trabajo
67.que las mujeres se tenían que quedar en su casa a cuidar a sus hijos estas cosas así ¿no?
68.Entonces este...yo le dije que no, que como ya era muy poco el dinero que él me estaba
69.dejando entonces yo quería ayudarlo a trabajar para que él pasara mas tiempo con
70.nosotros, le digo "Tú llegas cuando la niña ya esta durmiendo y te vas cuando está
71.durmiendo entonces casi la niña ya no te ve, le digo, entonces yo quiero pasar mas tiempo
72.contigo, le digo, y si me voy a trabajar ahí te voy a ver mas cercas y así nos podemos
73.ayudar" así le había yo comentado ¿no? Entonces cuando yo llego ahí pues le empiezo a
74.hablar a la gente, porque de repente a mi me mandaba a dejar lo que vendía, me mandaba
75.a dejar lo que vendíamos y este las mismas compañeras de las cocinas me empiezan a
76.hablar me empiezan a preguntar como me llamo, y ya ves que yo trato de hacer amistades
77.o trato de donde trabajo de llevar la fiesta en paz ¿no? aunque me caigo un poco mal pero
78.si él me habla o ella me habla yo de igual maneras le respondo ¿no? Entonces me
79.empezaron a hablar y una chica ahí se me acerca y me dice que si yo era casada y le dije
80."Si, yo soy casada tengo a mi esposo ¿Y tú?", "No, yo ando con" para esto él tiene a su
81.patrón se llama Toño y dice "Yo ando con el chalán de Toño" le digo "¿Ah poco? Ah que
82.casualidad ahí trabaja mi esposo, así le dije. Y ya me empezó a contar que la llevaba, que la
83.sacaba a pasear, le compraba rosas, osos ¿no? "E incluso me dedicó una canción" que una
84.canción que a él le gustaba esa canción, pero no se de quien era, pero a él le gustaba esa
85.canción o sea así padre ¿no? Entonces este le dije "Ay pues que padre, yo a mi esposo ya
86.se olvidó de esos detalles, cuando yo me fije en él, él tenía esos detalles para mí y ahora ya
87.no "Le dije "Pero que padre se ve que es buena persona, así le dije ¿no? Por azares del
88.destino o la casualidad o lo que usted quiera le digo "Haber cuando me lo enseñas" en eso
89.salen los dos empleados que estaban ahí que era mi esposo y el otro, es lo que le digo que
90.ahí entra los azares del juego los azares del destino o que se yo, los dos llevaban playera
91.negra ese día, y me dice "Es ese de playera negra" y le digo "Ah pues es el otro es mi
92.esposo" dice "Ay que padre que no se que" o sea pero nunca, o sea nunca pregunte
93.nombres yo ¿no? entonces este pasó. Y yo así seguía yendo a su puesto y me dice "Vete
94.porque te va a regañar tu patrona" le digo "no, no estamos haciendo nada ya acabamos",
95."No que ya vete, vete a la casa, vete a cuidar a la niña, ve a bañarle, ve a hacer tus cosas
96.en al casa" y así me corría o sea constantemente como que me trataba de alejar de ahí. Ese
97.día lo agarro y lo abrazo a la fuerza en eso pasa esta chica y se nos queda viendo y se va.
98.Al día siguiente muy temprano cuando yo llego ella me agarra y me dice "Oye quiero hablar
99.contigo" y le digo "¿de que?" me dice "Discúlpame, yo no sabía que era tu esposo. Si me

100.vas a pegar hazme lo que quieras, yo no sabia que era tu esposo, con el chico que andaba
101.es él" dice. Y yo me quede así ¿no?, sin palabras sin poderle decir nada ¿no? y le digo
102."Como es posible", "no, es que sí" dice "Él me dijo que había sido casado y que tenía su
103.hija pero él me dijo que ya no era casado por eso yo anduve con él, cuando tu me
104.hablabas yo pensé que era del otro muchacho" le digo "Cuando tu me hablabas yo también
105.pensé que era del otro muchacho" así yo le decía ¿no? Entonces yo bien enojada voy la
106.agarré, llevo y le digo que, que poca madre ¿no? lo que me había hecho que como era
107.posible de que me había traicionado con esa persona, como era posible que pasara mas
108.tiempo con esa persona que conmigo. Entonces este, agarre y le solté dos bofetadas y él
109.me dijo "Es que no es cierto", "Tráeme a esa persona que me lo diga en la cara" así me
110.dijo. Yo muy enojada voy y le digo a esa, a esa persona le digo "Oye tu ven pinche zorra
111.ven para acá" así le dije ¿no? "Dile todo lo que me dijiste en su cara de él" le empezó a
112.decir las mismas cosas que a mi me había dicho y le dijo "Es que tu me habías dicho que
113.eras soltero por eso yo ande contigo" y él simplemente agacha la cabeza y no dice nada.
114.Entonces agarre y le dije "Sabes que esta ya es la última que me has hecho, ahorita llegas
115.a la casa, recoges tus cosas y te me vas" así agarre y le dije. Entonces este... yo ya me
116.venía, y me agarra y me alcanza en el estacionamiento me quiere abrazar y me quiere
117.besar y ahí va corriendo detrás la muchacha también, o sea él y la muchacha atrás. Y
118.este... agarro y le digo "Sabes que, ya déjame en paz, ya déjame en paz, quédate con
119.esa" le digo este, era un poco mas morena que yo, creo que es de Oaxaca, apenas y habla
120.el español entonces agarre y le dije "Quédate con esa persona que es mas culta que yo,
121.que es mas joven que yo, que es mas hermosa que yo " o sea como que en su momento
122.como que me sentí menos ¿no? en ese momento como que me sentí menos porque ella
123.tenia creo 16 años, entonces yo un poquito más grande entonces como que me sentí
124.menos, me sentí menos ¿no? entonces este... y le digo "Quédate con ella, mira ya no me
125.busques, ya está grande mi hija, yo siempre he salido a trabajar, yo no se porque he
126.estado dependiendo de ti" así le dije. Y la chava estaba ahí diciéndome "Discúlpame, no
127.quiero que me hagas, yo no quiero que me hagas nada, yo no sabía que era tu marido" o
128.sea tratando de disculpar ¿no? y agarro y le digo "No, le digo, no te voy a hacer nada, le
129.digo, porque no vale la pena, le digo" y él agarra y me dice "¿Cómo no vas a hacerle
130.nada? Reviéntale la madre" dice, así me dice, que le pegara, yo agarre y le dije "Yo no le
131.voy a pegar y ¿sabes porque no le voy a pegar? ¡Porque no vales la pena! Yo no voy a
132.estar dando un espectáculo ni un show aquí por ti" le digo "Muchas veces, le digo, he
133.agredido a la gente, le digo, te he defendido, le digo, te he defendido contra todos con
134.capa y espada, le digo, pero esta vez ya no, le digo, esta vez ya no te voy a defender"
135.porque ahí en el mercado me hice una fama ¿no? de que pues no me dejo, el que me la
136.hace me la paga, ya sea hombre, sea mujer, me la pagaba. Entonces como que en cierta
137.forma como que él se sentía como que protegido por mi ¿no?, él se sentía protegido.
138.Entonces ahora que ya nos separamos él me marcó y me dijo que tal persona lo estaba
139.molestando. Y ya agarro y le digo que yo no iba a mover ni un solo dedo para defenderlo,
140.que sus problemas eran sus problemas y que si yo lo defendía cuando estábamos juntos
141.era porque yo quería que él estuviera bien, pero ahora ya no me interesa, o sea según yo
142.así le conteste. Bueno después de eso me deje convencer después de que, o sea se
143.acabo me di media vuelta y me vine. Después de eso llegó a la casa y me pidió perdón,
144.agarro y este... yo no lo perdonaba lo corría de la casa, él se quedaba afuera, o sea me
145.chantajeaba en cierta forma me chantajeaba porque yo le decía "Vete" le sacaba sus
146.cosas afuera y él se quedaba ahí en la puerta sentado toda la noche y así
147.consecutivamente o luego se arrodillaba o iba caminando en la calle y se arrodillaba, me
148.pedía perdón y empezaron las rosas y los regalos otra vez. Y me empezó a prometer
149.muchas cosas, me dijo que iba a volver a ser igual, que lo perdonara, que por mi hija, que
150.no le quitara su padre a mi hija. En ese momento él se fue como una semana, cuando él
151.se fue Camila se enferma, la llevo al doctor, ella tuvo temperatura, la llevo al doctor y me
152.dice el doctor que no tenía temperatura. El doctor me dijo que si se le había muerto el
153.abuelo o algún familiar que se le había ido lejos que la niña lo estuviera resintiendo y
154.estuviera pues algo así me dijo ¿no? O sea que lo extrañara ¿no? Y este, entonces esa
155.noche yo le hablo a Miguel y le digo que la niña estaba internada en el hospital que estaba
156.enferma, que tenia temperatura entonces él llega ve a la niña y automáticamente la niña se
157.cura ya no tenia temperatura ya estaba bien ya estaba riéndose. Y así dos, tres veces
158.Camila como que de esa forma también ayudaba a su papá a chantajearme, a lo mejor yo
159.estoy mal pero yo así yo lo vi. Entonces este...lo perdoné otra vez, otra vez lo volví a

160.perdonar, otra vez volví caer en sus redes otra vez...otra vez volví a caer en sus redes
161.pero ya después de que regreso ya no era igual. Cuando él me besaba yo sentía mucho
162.asco, cuando teníamos relaciones yo también sentía mucho asco, sentía mucho asco,
163.sentía que así la besaba a ella, sentía que así la abrazaba. Entonces ya no fue, para esto
164.yo me fui amargando, fui teniendo un carácter muy fuerte pues de por si soy un poquito de
165.carácter un poquito más fuerte pero como que me ensañe con él cada momento le
166.reprochaba, cada momento le decía “¿Así la abrazabas?¿así la abrazabas?” varias veces
167.le dije que me daba asco estar con él, o sea nada mas yo cerraba los ojos y yo dejaba que
168.él hiciera lo que él quisiera porque, no se porque, pero así lo hacia.

169.¿Qué respondía a todo lo que usted le decía?

170.Nada. Se callaba, agachaba la cabeza y se callaba y no decía nada. Dejaba que yo lo
171.agrediera, dejaba que yo le dijera de cosas. No decía nada, absolutamente nada decía.

**172.En todo esto que me ha relatado ¿Cómo es que se sentía usted? ¿Cómo se sentía en
173.ese momento?**

174.Como me sentía en ese momento...pues yo me sentía como defraudada por él, como que
175.me sentía sola, me sentía que no valía nada, me sentía que todo lo que hacia todo lo hacia
176.mal, todo lo que daba todo era malo, me sentía que todo lo que tocaba todo lo destruía, así
177.me sentía o así me llevo a sentir de vez en cuando que no valgo nada como persona.

178.Ok. Una vez que regresa, ¿cómo es que se da entonces una vez mas la separación?

179.Una vez mas la separación...Así como ya la vida era muy estresante ya no nos llevábamos
180.para eso yo entré a trabajar otra vez, entré a trabajar bien, ganaba mi dinero, ganaba un
181.poco mas que él, él dejo de ir a hacer jardines, yo ya lo tenia mas tiempo en la casa pero
182.se empezó, o ya, no se empezó ya era irresponsable pero teníamos que pagar la renta “Ay
183.pues dile a la señora que en tal fecha” pero como yo ya había trabajado yo ya tenía dinero.
184.Este... pero le hacían falta zapatos a Camila yo se los compraba, yo veía que él ya no
185.tenía ropa o zapatos o algo así yo se los compraba con mi dinero que yo trabajaba.
186.Entonces este... yo agarré y me puse un día a pensar y dije “Yo pago la renta, yo pago la
187.comida, yo visto a mi hija, lo visto a él, yo no me compro nada, ¿Qué hago con él si ya no
188.soy feliz a su lado, ya no me siento bien? Entonces ¿qué hago al lado de él?” Él, al
189.principio cuando recién que nos juntamos tenia mucha aspiración de salir adelante, que
190.trabajemos juntos, poner un negocio, no se salir adelante, comprar un terreno que se yo,
191.muchos sueños ¿no? que muchas veces quedan en eso. Entonces este... de repente él
192.como que, después de esas dos personas, como que él se quedó así como que, como que
193.se conformó, como que yo lo sentí, así nunca me lo dijo, pero yo sentía que como que
194.decía “Bueno pues ya tengo una hija, tengo un cuarto, voy a pagar toda la vida una renta”
195.así no se como que, sentí que se volvió una persona conformista ¿no? Entonces este no
196.he logrado yo grandes cosas, o si los he logrado una que otra así cosita, pero siempre me
197.he venido para abajo o...porque cuando ya trato de, ya tengo ese me miedo y huyo, y
198.entonces este, yo siempre trato de no estancarme donde estoy de cómo que buscar mas
199.cosas ¿no? como que no se, no se como explicarlo pero o sea a diferencia de él como que
200.ya no teníamos nada que hablar nada mas echarnos indirectas agredirnos uno al otro, ya
201.no teníamos un plan, ya no teníamos un proyecto que realizar o sea ya todos, él jalaba por
202.su lado, yo por el mío. Entonces este, yo cometí un error después de que, después de la
203.segunda persona con quien me traicionó, yo le quise hacer lo mismo lo quise traicionar. Se
204.presento una persona, iba a mi trabajo, platicábamos, esa persona me agarró un día y me
205.besó. Pero fue tanta mi, no se como se le podría decir yo le digo que es como mi pretexto
206.¿no? no me gustó, me sentí muy culpable, me sentí muy...me sentí muy sucia. Y fue de
207.ahí cuando yo empecé a comprarle cosas a él, a comprarle sus zapatos a que él estuviera
208.bien. Pero yo lo hacía como que por culpa, como que...si. O sea y él se enteró pero nunca
209.me dijo nada. Él se entero o sea lo único que paso fue peso un beso ¿no? y el chavo iba
210.para allá y todo eso y me iba a ver pero él como que cerro los ojos y no veía y yo lo
211.estaba provocando para que el viera ¿no? yo lo estaba provocando incluso lo provoque
212.para que él viera. O sea si se dio cuenta pero nunca me dijo nada.

213.¿Cómo sabe que se dio cuenta?

214.¿Cómo se que se dio cuenta? Porque este... porque después de que nos separamos él
215.me empezó a echar en cara todo, todo me empezó a echar en cara. Me empezó a decir

216.que yo las cosas que yo hacia “¿Tú crees que yo no me daba cuenta?” y me empezó a
217.decir persona tal, así o sea, por eso yo se. Y has de cuenta que yo también sabia porque
218.yo lo como que yo lo intuía, como que él me daba a entender que él sabia algo. Pero ya
219.después de ese beso que paso con esa persona yo me retiré porque no me gusto. ¿Por
220.qué no me gusto? Porque yo estaba diciendo que yo estaba jugando el mismo juego que
221.él. Entonces no me gusto me retire, me retire porque a mi me dijeron alguna vez, o me
222.dijeron mis papás alguna vez que “Cuando tu estas con una persona tienes que serle fiel”
223.Entonces yo decía que yo estaba fallando al ponerle los cuernos ¿no? No lo hice pero,
224.pero siento que si lo hice, en su momento siento que si lo hice. Entonces este... pues ya
225.fue cuando nos separamos empezó esto. Unas cosas eran reales otras cosas que invento
226.o aumentaron un poco.

227.¿Quién tomó la decisión de separarse?

228.¿Quién toma la decisión? Yo creo que yo.

229.¿Cómo es que la toma?

230.Cómo es que la tomo... pues agarro y hablo con él y veo que como ya no nos peleábamos
231.mucho, no nos golpeábamos pero nos peleábamos demasiado. Entonces ya agarré y
232.medio le dije que eso ya no era vida, que yo ya no quería, una este...una este...un vida
233.así. Y yo le comente, bueno le dije que yo no quería vivir la vida que mis papas habían
234.vivido. Entonces agarré y le dije que yo ya estaba harta de que todo el mundo me quisiera
235.humillar, que todo el mundo me quisiera maltratar y yo no quería eso para mi hija. Nos
236.pusimos a discutir, empezamos a...yo en ese momento yo no estaba tan segura, o sea
237.nada más como que se lo comentaba como para lastimarlo pero no estaba tan segura.
238.Entonces dos o tres veces así le empecé a comentar. La última vez así lo hice igual para
239.molestarlo, para molestarlo. La última vez nos pusimos muy agresivos los dos él me decía,
240.yo le hacia, me empujó, yo le empujé, nos pusimos al tú por tu, un poquito e iba a llegar yo
241.creo que iba a llegar hasta los golpes ¿no? En eso mi hija se levanta y se pone en medio
242.de los dos y nos dice “Mamá yo te quiero mucho, papá yo te quiero mucho” y los dos como
243.fuimos tan egoístas él agarra a la niña, la agarra y la avienta. Y a mi no me importo, yo
244.seguía discutiendo con él aunque mi hija estuviera ahí sentada llorando. Entonces no se,
245.cómo que alguien me dijo “Voltea a ver a la niña” volteo a ver a mi hija, mi hija estaba así
246.con su carita, nos estaba viendo como estábamos discutiendo. Agarro, la abrazo y le digo
247.“Esto ya se acabo, esto fue lo ultimo que hiciste” agarro, abrazo a mi hija me salgo a la
248.calle y le digo a mi hija que no va a pasar nada que todo esta bien, que mamá y papá
249.estaban locos pero que iba a pasar ¿no? entonces este como que eso fue lo que me hizo
250.decidir a separarme de él definitivamente, al ver de que estaba destruyendo a mi hija. A lo
251.que yo he escuchado que cuando, puedes golpearla psicológicamente, físicamente, tu hija
252.o tu hijo repiten el mismo patrón, yo le he escuchado no se si sea cierto. Entonces yo dije
253.“Si estoy permitiendo que me agredan así de esta forma, ¿Qué me espero para mi hija el
254.día de mañana? A que cualquier... pendejo...persona venga y me la quiera agredir, y que
255.ella tenga que agachar la cabeza no más porque vio a su madre que le dio el ejemplo”, dije
256.“No, no, yo voy a cortar esa cadena y yo la voy a cortar y hasta acá se acaba, voy a
257.enseñarle lo poco que se a mi hija, que mi hija vale mucho y que ningún pendejo va poder
258.llegar a golpearla y maltratarla de ninguna forma, que mi hija vale demasiado” y fue
259.digamos que una de esas razones en que yo decidí dejarlo definitivamente. Hable con él y
260.le dije “¿O te vas tu o me voy yo?, no se a donde me voy a ir, pero me voy a ir” y él agarró
261.y dijo “No, yo me voy”. Para eso yo todavía lo seguía extrañando y si pensaba en volver
262.con él otra vez, otra vez después de todo. Pero yo dije “No, tengo que ser fuerte, tengo que
263.ser mas fuerte que él” y ya me lo encuentro y él me empieza a agredir y agarre y dije “Ya
264.no voy a discutir contigo, ya no, ya se acabo esto. Ya por favor ya no me hagas daño, ni
265.quiero lastimarte porque yo te lastimo, tu me lastimas, ya no quiero lastimarte”. Yo la vez
266.pasada cuando estábamos platicando yo le dije algo que cuando se quiere a una persona
267.¿Por qué se llega a causar tanto daño si supuestamente la quieres o la has llegado a
268.querer no? Entonces yo agarre y le dije “Yo te quiero mucho pero porque te quiero te tengo
269.que dejar ir, no quiero lastimarte, le digo, ya no quiero lastimarte mas no quiero que me
270.lastimes déjame en paz” agarra y me quita mi bolso le digo “Quédate con lo que quieras
271.son cosas materiales que se pueden comprar”, agarro y me vengo, le doy la espalda y
272.camino, traía a mi hija cargando porque se había dormido, entonces siento que me da un
273.jalon de los cabellos y me tira al piso. Camila despierta y él me suelta dos patadas y me

274. dice mi hija "¿Mamá, mamá que pasa?!" le digo "Nada me caí, me caí no pasa nada
275. ahorita me levanto" volteo a verlo, llevaba mi bolsa y con una sonrisa burlona se iba
276. burlando de mí, hasta que ya no pude aguantar el llanto, abrazo a mi hija y me pongo a
277. llorar. Y me dice mi hija "Mamá ¿qué tienes?" le digo "Es que me dolió mucho donde me
278. caí" así le dije pero seguía ahí tendida y me quede, no se, me quede como media hora
279. llorando. O sea, si en ese momento yo tenía alguna esperanza de regresar con él en ese
280. momento que él me hizo se acabó, se acabó por completo esa esperanza, se acabó, él la
281. destruyó. Entonces me levanto, camino, cuando veo él sale de las plantas me quita a la
282. niña y se echa a correr, empieza a llover y yo corro y corro para alcanzarlo y quitarle a mi
283. hija y llorando gritándole que no me quitara a mi hija que yo quería a mi hija y que era lo
284. más, no se, lo valioso de mi vida pero no le importó se echo a correr, se echo a correr.
285. Para esto el ya tenía un puesto de planta que yo le había ayudado a poner después. Me
286. voy al puesto y le digo: "Miguel por favor devuélveme a mi hija, por favor devuélveme a mi
287. hija, si quieres que regrese contigo regreso pero devuélveme a mi hija" no, no quería
288. volver. Eran las 10 de la noche, las 10 y media, estábamos, yo me regreso a mi trabajo.
289. Voy y traigo, voy a mi trabajo, encuentro a una persona que había conocido unos días
290. antes y le digo a esa persona: "¿oye no tienes un martillo?" y me dice "¿para que?" y le
291. digo "Es que perdí mis llaves" y me dice "¿pero qué tienes? ¿por qué están tus cabellos
292. así?", yo traía el pelo mas largo, y le digo "Por nada, préstame un martillo, ¿tienes o no
293. tienes un martillo?" Me dice "¿Para que lo quieres?" le digo "Es que perdí mis llaves y voy
294. a botar mi candado" así le dije ¿no? y él agarra y me dice, esta persona "ahorita déjame
295. traerlo" y ya me lo trajo ¿no? y me dice "¿Quieres una chamarra?" y le digo "No gracias"
296. me dice "te acompaño", "No gracias" le digo, así le dije ¿no? entonces agarro y me voy con
297. el martillo, llego al puesto otra vez y empiezo a golpear las masetas con el martillo,
298. empiezo a golpear las masetas, el cristal, todo lo que había lo empecé a romper. Y le
299. digo: "Yo se que vas a salir, si no sales voy a acabar con este puesto" así le gritaba yo
300. ¿no? "Yo se que me estas viendo" o sea yo le gritaba y le decía así "Se que me estas
301. viendo y si no vienes voy a acabar con el puesto. Voy a quemar el puesto pero tu vas a
302. salir de donde estés" así le decía ¿no? Y salí, salí. Me agarro, otra vez me volvió a
303. aventar, me soltó otro trancazo, agarre, abraza a mi hija y me eche a correr y me fui, y me
304. fui, y me fui. Llego a la casa, trato de pensar que es habíamos hecho, hasta que grado
305. habíamos llegado y ya. Esa noche decidí ya no volver con él, así me trajera a su mamá,
306. así me trajera a quien me trajera ya no iba a regresar con él. Y él, como él sabe que de
307. esa forma me puede lastimar demasiado quitándome a la niña, es lo que esta haciendo
308. también. Ves que te comente ayer que ya se lo volvió a llevar, ya se la había llevado en
309. tres ocasiones. Camila me dice, me lastima con sus palabras. Yo no le demuestro que me
310. lastima pero me lastima demasiado. Entonces apenas ahorita se la volvió a llevar, dice que
311. ya no quiere vivir conmigo, que ya no quiere estar conmigo y que ya no me quiere.
312. Entonces ya no se ni que hacer. Tampoco no estoy segura que ya no le voy a demostrar
313. que me lastima con mi hija, ya no me lastima más.

314.Ok. Am. Actualmente ¿cómo es la relación que mantiene con el?

315. Yo y él.

316.Aja.

317. Es que él esta aferrado de que debo de volver, a que debo de hacer otro intento por
318. nuestra familia. Pues es como que, no, no es una relación buena es algo complicada, es
319. una relación medio complicada, no es buena. Entonces él sigue buscando la forma de
320. lastimarme y él sabe por donde lastimarme.

321.¿Actualmente cómo se siente?

322. Actualmente como me siento...me siento sola...a veces pienso tener otro hijo para nunca
323. estar sola, para dejar ir a Camila y quedarme con otro hijo. Ya no quiero ir a trabajar allá,
324. me quiero retirar de allá, me quiero ir lejos de ahí. Si Camila es su felicidad estar con su
325. papá que se quede con su papá, mi hija quiere más a su papá que a mí, lo prefiere más.
326. Cuando luego a veces le digo algo de su papá, por ejemplo, le agarro y a mí, es una niña
327. ¿no? pero ella esta pide y pide cosas y en su momento yo le daba todo, todo, todo lo que
328. me pedía ¿no? todo, todo, todo. Aunque no tuviera dinero no se como le hacia pero yo se
329. lo daba todo, todo. Llego alguien que me dijo "No hagas eso, porque estas mal. A los hijos
330. no se les debe de dar todo porque si se les da todo los echas a perder" Entonces me dijo

331. una persona ya mayor, de experiencia ¿no? a esa persona es la única que yo le hago... no
332. le hago caso, me hace entender las cosas, me hace entender las cosas ¿no? entonces yo
333. como que le fui quitando privilegios poquito a poquito, poquito. Pero le daba demasiados
334. dulces y me dicen "Checa sus dientes como están" o sea no los tiene así amarillos pero si
335. un poco picados, a los cuatro años ya los tiene picados. Y me dice: "Checa lo que estas
336. haciendo" entonces le hice caso le quite un poco de privilegios, ya permitía que ella me
337. golpeará también. No me golpeará así como tan fuerte ¿no? pero si me soltaba
338. cachetadas, si me jalaba mis cabellos, me daba de patadas.

339. ¿Qué le decía usted?

340. Nada, nunca le decía nada. Nada mas me reía, pensaba que era un juego. Sentía que me
341. lo merecía por haberle quitado a su papá. Entonces ya estábamos llegando a un grado de
342. vivir que en donde yo creía que porque la había dejado su padre tenía derecho a todo lo
343. que ella pidiera ¿no? Entonces este... le quite los privilegios, después le agarro y le decía
344. "¿Ay por que yo todo?" así yo le decía ¿no? o le he llegado a decir "¿porque yo todo?, le
345. digo, "Ve y pídele a tu papá también es tu papá y también tiene derecho a comprarte tus
346. cosas", así yo le decía ¿no?, y me dice "No porque mi papá esta ahorrando y se va a
347. comprar un carro, no porque mi papá este no le han pagado, no porque mi papá no tiene
348. dinero" o luego le decía yo, cuando yo no la podía dejarla a la escuela, le decía "Ve y dile a
349. tu papá que hoy no puedo llevarte a la escuela, que hoy yo no puedo", "No porque mi papá
350. lo van a correr si deja su trabajo. No porque mi papá no puede" entonces siempre como
351. que lo justifica demasiado ¿no? y le dice "No lo van a correr" le digo "Hay veces que se va
352. a la lavandería y no le dicen nada, entonces ¿Por qué no puede ir a dejarte y por ahí
353. pasan a la lavandería?", "No, por eso es tu obligación" así me dice, "Por eso es tu
354. obligación de que tu me lleves a la escuela, tu eres mi mamá" no se que pasa ahí, no se
355. que pasa ahí.

356. A partir de todo esto, usted ¿cómo considera que ha estado viviendo esta 357. separación?

358. Como considero que estoy viviendo esta separación... pues bien y mal. Bien porque pues
359. ya se que no me iba a morir al estar pesando que no podía salir adelante, al pensar que
360. dependía 100 por ciento de él, al pensar que no iba a poder sacar adelante a mi hija, al
361. pensar que no la iba a poder mantener, al pensar que la iba a tener en la calle. Es buena
362. porque volvieron mis sueños, volvieron mis emociones. Al decir "Tengo que juntar y
363. ahorrar porque me voy a comprar un suéter que a mi me gusta, una blusa" cosa que antes
364. ya no tenia esa ilusión, yo me ponía lo primero que me encontraba. Si me compraba ropa
365. me compraba lo que fuera. Entonces ahora mínimo tengo el detalle o el gusto de decir "Ah
366. pues me voy a comprar un rosa porque me hace falta" ¿no? o sea como que un poco mas
367. de ilusiones ¿no? Por ejemplo le estaba comentando que Camila se fue desde el jueves, el
368. domingo mi amiga bueno disque comadre porque va a bautizar a Camila, que por cierto
369. aun no ha pasado, me dice "Vamos a la feria, va a estar una banda" le digo "Tengo ganas
370. de dormir" me dice "Vamos, ¿a que te quedas si no va a estar la niña? Vamos" y le digo
371. "Bueno vamos" y nos fuimos ¿no? Pero tenia como que una ilusión de ir y bailar un poco,
372. divertirme un poco no, "Bueno, ya mañana será otro día, hoy es hoy, hoy voy al baile, me
373. voy a divertir, mañana lo que Dios diga ¿no?" así yo dije. Ya cuando nosotros llegamos la
374. banda ya se había acabado nada mas toco una canción y se acabo, eso dijimos ¿no?
375. todos así de yo y ella y otro amigo risa y risa que venimos "Pa' colmo de nuestra suerte" y
376. ahí veníamos. Y mala porque siento que mi hija se esta alejando de mi, otra vez siento
377. como que prefiere mas a su papá que a mi. Como que yo no se si le he dado demasiado
378. que siente ella que no le he dado nada o no le he dado nada no lo se. O sea me siento así
379. mal porque... porque no esta a mi lado mi hija, porque no la tengo a mi lado porque a
380. pesar de todo a él lo prefiere que a mi. Yo me pregunto digo "¿En que falle si le he dado
381. todo? Todo le he dado" incluso apenas el día lunes que, no se si este bien o este mal, esta
382. persona que le comente que le había pedido el martillo, llegó un momento en la separación
383. donde yo me separé de él, en que yo como me sentía tan pero tan sola tan triste si tenia a
384. mi hija pero me sentía triste ¿no? entonces lo que hice que aproximadamente como un
385. mes todas las noches me dedique a tomar, yo cerraba el puesto y me dedique a tomar,
386. tomar, tomar, tomar hasta olvidarme. Ya venía a la casa pero según yo siempre tomaba sin
387. que mi hija viera ¿no?, mi hija ya estaba dormida en el puesto y yo tomaba. La abrazaba y
388. nos veníamos acostada seguía tomando, dormía unas tres horas y me iba a trabajar. Y así

389.era mi vida trabajaba en el día y en la noche lo mismo de siempre. Un día yo me quede ahí
390.noche, Camila seguía durmiendo, llega esta persona y empieza hacer amistad conmigo
391.¿no? tener una amistad de así platicar y platicar y platicar pero yo ya tenía
392.aproximadamente como un mes tomando entonces esta persona se acercaba y... me
393.platicaba, me hizo entender que no valía la pena seguir tomando que le estaba dando un
394.mal ejemplo a mi hija y todo eso ¿no? Entonces deje de tomar y nos empezamos a hacer
395.amigos, amigos, amigos hasta que llego el día que me dijo que quería andar conmigo. De
396.por si mi autoestima estaba por los suelos ¿no? él es una persona mas chica que yo, él
397.tiene 18 años. Entonces como que con su compañía y que me había pedido que fuera su
398.novia como que si me sentí con mi autoestima más elevada, mi autoestima se elevó. Y lo
399.quise disque aceptar y Camila me decía que no, que no lo quería cerca de mi, que no lo
400.quería cerca de mí. Se enojaba mucho Camila porque no quería que yo hablara con él, no
401.quería que me agarrara, no quería que me abrazara. Nunca nos besamos delante de ella
402.pero si de repente me abrazaba, de repente me agarraba ¿no? Entonces cuando yo vi...
403.Camila así entonces yo agarré y le dije a él que mejor no, porque si me iban a elegir entre
404.él y mi hija, mi hija iba a salir ganando. Entonces como que me lo deje de lado, le dije que
405.no quería nada con él y paso, paso el tiempo. Hace como 3 meses él volvió a insistir, él
406.volvió a insistir y este...otra vez yo accedí otra vez, otra vez yo accedí. La primera vez
407.había durado como una semana nuestra relación ¿no? pero pues no era nada porque pues
408.si me sentía yo bien así con el autoestima bien, si me sentía alagada pero así como que
409.para iniciar una relación con esa persona como que no. Entonces este, o sea era un juego
410.para mí en ese momento ¿no? como que era un juego para ese momento. Entonces este,
411.si hace como 3 meses, ese día me tocó llevar este... pues Camila se fue con su papá y me
412.quedé sola otra vez y este... y fuimos a un baile que nos invitó un amigo en Tlalpan. El
413.chiste es que fue un fiasco total porque el amigo se enoja ahí en Tlalpan nos deja en
414.Tlalpan tirados entonces yo y este amigo "Vamos a regresarnos, vamos a regresarnos"
415.dice "¿tenías ganas de comer?", "Pues si tenía ganas de echarme unas chelas" así nada
416.más le dije ¿no? y dice "vamos a un oxoxo que el taxi nos lleve aun oxoxo y pues nos
417.compramos unas, nos tomamos unas y ya nos vamos cada quien a su casa" y le digo
418."Bueno" así le dije ¿no? Ya llegamos al oxoxo compramos una botella, nos tomamos una,
419.nos tomamos dos, nos tomamos tres como cuatro. El chiste es que para no hacerte el
420.cuento mas largo ¡Oh sorpresa paso lo que tenía que pasar! Nos fuimos a dar a un cuarto
421.de hotel y paso lo que tenía que pasar. Para serte sincera como estaba un poco borracho
422.o...si estaba borracha. Como fue no se, o sea si se que hubo sexo pero el sentimiento no
423.se ¿no? Yo estaba más borracha que él. Así pasó. Y luego al día siguiente yo muy feliz
424.¿no? porque agarro y me dijo que gracias por la noche y que no se que, que ya éramos
425.novios y no se que y agarre y le dije "No, espérame tantito para mi nada mas fue una
426.noche de sexo porque para mi hacer el amor para mi es otra cosa y lo que pasó entre tú y
427.yo nada más fue sexo yo no quiero que confundas las cosas y además no estoy preparada
428.para tener una relación contigo" así le dije ¿no? Y me dice "Pero es que no, no es posible
429.que te hayas ido conmigo que hayamos hecho el amor y este me digas estas cosas" así
430.me dijo ¿no? y agarre y le dije "No, es que fue un juego nada mas" le digo este... "yo
431.estaba borracha es mas ya ni me acuerdo", "No pero para mi fue lo mas hermoso" el
432.chiste es que se enoja ¿no? "al cabo que tu fuiste como que la numero 20" así me dijo, "Ah
433.pues esta bien que quieres que te diga, yo también para mi fue un juego" así le dije ¿no?
434.Y ya pasaron los días como al tercer día, trabajamos juntos, me busca otra vez y me dice
435."¿Qué crees?" le digo "¿Qué?", "Estoy enfermo" le digo "¿Estás enfermo de que?" así yo le
436.dije ¿no? dice "Creo que me contagiaste una infección" le digo "¿Yo?" así le dije, "¿Yo?" le
437.dije "¿Por quien me tomas?" así le dije, le digo "Yo hasta donde sé, estoy limpia y
438.podemos irnos a hacer unos estudios y yo no tengo absolutamente nada" le digo "Tu eres
439.el que me has de haber contagiado" así le dije ¿no?, y me dijo "No, es que tengo sífilis" así
440.me dijo ¿no? y no sentí que mi mundo se venía para abajo porque dije, no se que sea eso
441.pero se oye muy, muy malo ¿no? Dije "no que paso" o sea, no se como decirte o sea... yo
442.he escuchado que esa enfermedad si tiene cura pero que si es muy feo ¿no? Entonces
443.este... yo estaba otra vez llorando por las esquinas me dije "¿Cómo es posible? ¿Cómo es
444.posible que me haya pasado eso, que me haya pasado esto? ¿Tanto tiempo andando de
445.cabróna y no me había pasado nada como que con esta persona me pasó esto?" y yo
446.estaba muy enojada ¿no? y le reclamo le digo "Esto no se va a quedar así me las vas a
447.pagar" yo bien enojadísima ¿no? y dice "no es que tu me contagiaste", "No, yo mañana me
448.voy a hacer unos estudios y te voy a restregar de que yo no tenía nada antes de haberme

449.metido contigo” así le dije ¿no? y ya me voy a hacer los estudios, salgo bien, no tengo
450.absolutamente nada y voy y le digo “¿Sabes que? yo no tengo nada. Yo no tengo nada, tú
451.eres el que esta enfermo afortunadamente no me contagiaste de nada, buena suerte con
452.tu enfermedad adiós no me busques” y entonces este, él se empieza a reír y agarra y me
453.dice “No, es que yo no estoy enfermo yo nada mas te dije para que tu sintieras lo que me
454.habías hecho sentir” o sea de que yo le dije había sexo y era sexo nada mas ¿no? Y él de
455.esa forma como que se las cobro diciéndome de que tenía una infección ¿no? y le digo “Ay
456.que poca suerte tienes, le digo, como es posible vieras como estuve temblando estos días
457.por los estudios”, “No es que tu me hiciste sentir mal, que solamente para ti fue una noche
458.de sexo y no hacer el amor” le digo “Es que ¿cómo voy a hacer el amor con una persona
459.que apenas y conozco?” así le dije ¿no?, dice “No es que ya me conoces de tiempo”, “Si
460.pero te conozco como un compañero de trabajo pero no como un novio, ni como mi pareja”
461.así yo le dije ¿no? y bueno y ya después no me lo puedo quitar de encima ahora, no me lo
462.puedo quitar de encima porque según él que fue su primera vez conmigo y que no me
463.puede olvidar y que me quiere y que me ama y que no se que y que no se cuando no me
464.lo puedo sacar de encima y ahí anda.

465.¿Cómo la hace sentir eso?

466.A veces me hace sentir bien pero a veces me hace sentir bien incomoda porque siento
467.como que si lo acepto o sea siento que voy a volver a caer en lo mismo de mi ex pareja.
468.Siento como que, luego o sea...no somos nada, nada somos ¿no? pero antes de esa
469.relación que habíamos tenido de amigos con derechos, no quiero un compromiso porque
470.siento que voy a volver a caer en lo mismo con mi ex pareja. A veces cuando no voy me
471.dice “¿Y donde fuiste y donde estabas?” y ahí le está preguntando a mi amiga “y Ana
472.porque no vino” o luego cuando me salgo voy a dejar a la niña a la escuela agarra y le dice
473.“¿Dónde está Ana?” dice “¿Ya tiene rato que se fue?” así o sea me está checando no mas
474.el tiempo y según... yo le he reclamado le he dicho que porque me checa el tiempo si no
475.somos nada, me dice “No es que me interesas, imagínate que te llegue a pasar algo” dice,
476.y yo así ¿no? como que muy protegido, algo así, como que me protege según él
477.demasiado pero su protección como que me asfixia, me asfixia porque no quiero que me
478.proteja yo se me proteja sola.

479.Ok. A partir de que usted se termina de separar, de esta separación. ¿Qué es lo que 480.ha hecho para afrontar esta situación? Para salir adelante

481.¿Qué es lo que he hecho para salir adelante?... ¿no hay opciones? Ahí si me la puso
482.difícil...no se, ¿cómo? es que no, no entiendo.

483.A partir de todo esto de que, decir “sabes que ya no vamos a estar juntos” usted me 484.comenta que se ha sentido sola, que se ha sentido hasta cierto punto triste, ¿Qué ha 485.hecho como para sobrellevarlo o como para no sentirse así, como para salir 486.adelante? ¿Algo que usted haya intentado?

487.Pues seguir trabajando.

488.Seguir trabajando. Ok.

489.Seguir trabajando, no detener mi trabajo, no detener así mi vida ¿no? y del muchacho que
490.le estaba comentando si como de cierta forma como que quise tener otra relación pero
491.cuando según yo ya iba caminando como que me dio miedo y dije “Ay no mejor me voy
492.para atrás” no quiero otra vez así como que tener otra persona. Como que ya aprendí que
493.mejor sola que mal acompañada, algo así. Entonces como que a la vez yo creo que con
494.esta persona tengo la culpa y por ahí va. Porque como que si le doy pie pero como que me
495.echo para atrás, como que sí, pero como que no. Entonces yo digo que es una de esas
496.razones que he hecho.

497.¿El hecho de estar trabajando la ha como ayudado o la ha dejado totalmente 498.satisfecha en el sentido de poder dejar atrás este evento?

499.Pues si y no. Si porque este traigo lo mismo empiezo a tener ilusiones, sueños, proyectos
500.¿no? a lo mejor y no los cumplo pero si como que me voy enfocado a algo ¿no? como que
501.digo pues, “Voy por eso” ¿no? voy a tardar pero voy a llegar ¿no? O sea como que tengo
502.una inspiración un algo que anhelo ¿no? entonces este como que sí. Y no porque él
503.trabaja cerca de mí y de una o de otra forma como que al lado esta mi ex pareja y me esta

504.chocando, nada mas esta viendo con quien platico, con quien no. Apenas me mandó un
505.recado diciéndome que este... no tiene mucho tiene como un mes, va a ser un mes, que él
506.me esta pasando 300 pesos cada 8 días pero yo y él ya no tenemos contacto hace un
507.mes. Entonces Camila es quien va a traer el dinero y ya viene y me los da ¿no? Esta vez
508.fue Camila y le mando un mensaje, bueno un recado un papel diciéndole que para que
509.quería el dinero pues si supuestamente le habían llegado chismes de que yo lo ocupaba
510.para emborracharme. Entonces este yo le mande un mensaje diciéndole que este...yo le
511.dije que este que no, que si, si me llevo a emborrachar pero me llevo a emborrachar con el
512.dinero que yo gano, con el dinero que yo gano. Y le digo que con sus 300 pesos no me
513.alcanza ni para una buena botella, yo le empecé a decir ¿no? y agarré y le dije "Tu y yo ya
514.habíamos quedado en que el dinero que me ibas a dar era para juntar lo que... al tercer
515.día en noviembre... para bautizar a la niña" porque ese fue el acuerdo en que le dije
516."Sabes que quiero que le des el dinero a tu hija, yo no me lo voy a gastar lo voy a ahorrar
517.para comprar lo de bautizo de la niña" y por eso accedió a darme el dinero. Este...y bueno
518.así le mande el recado y él me contesto con el otro y ya agarró y me mandó el dinero y ya.
519.Pero si yo y él ya no hemos cruzado palabra.

**520.Con respecto a toda esta experiencia de separación que ha tenido usted, ¿hay algo
521.más que le gustaría comentar?**

522.No.

523.Ok. Bueno, por parte de estas preguntas sería todo, muchas gracias.

EL SIGUIENTE CUADRO MUESTRA CÓMO VIVIERON, VIVEN, EXPERIMENTARON Y SOBRE TODO CÓMO AFRONTARON LA SEPARACIÓN DE SU PAREJA LAS MUJERES ENTREVISTADAS EN EL CENTRO XOCHIMILCO.

PARTICIPANTE	EDAD	TIEMPO DE SEPARACIÓN	ESTADO CIVIL	VIVIENCIA SEPARACIÓN DE PAREJA			EMOCIONES	CONSECUENCIAS ACTUALES EN LAS AREAS			ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO
				ANTES	DURANTE	ACTUAL		FÍSICO	EMOCIONAL	RELACIÓN FAMILIAR	
YANIN	30 años	4 meses	Unión libre	-infidelidad -periodo de separación	-infidelidad -violencia -expectativas (quién se tiene que ir de la casa)	-peleas	-soledad -odio -inseguridad -tristeza	-pérdida de peso	-enojona -apática	- somatización en los hijos	-actividades del hogar -platicar vecinas y amistades -insertarse en un trabajo -buscar y asistir a apoyo psicológico
CONCEPCION	35 años	9 meses	Divorcio	-acceder a peticiones -economía -sexual	- infidelidad -divorcio	- reconquistar a la pareja	-tranquilidad -confusión -depresión -tristeza -inseguridad -enojo	-insomnios -olvidos	-depresión -inseguridad	- familia de origen -rebeldía del hijo	-buscar nuevas amistades -actividades deportivas (zumba, natación) -actividades recreativas (bordado) -actividades académicas (computo, situación académica) -buscar y asistir a apoyo psicológico y a grupos de ayuda

PARTICIPANTE	EDAD	TIEMPO DE SEPARACIÓN	ESTADO CIVIL	VIVIENCIA SEPARACIÓN DE PAREJA			EMOCIONES	CONSECUENCIAS ACTUALES EN LAS AREAS			ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO
				ANTES	DURANTE	ACTUAL		FÍSICO	EMOCIONAL	RELACIÓN FAMILIAR	
ITZEL	30 años	3 años	soltera	-economía -periodo de separación	-infidelidad -negociación -expectativas	-peleas -planes de divorcio	-tristeza y coraje -ansiedad -irritable desesperación	-pérdida de peso -aspecto personal	-todo el tiempo estaba de malas -buscaba con quien desquitarme	-mi hija se hizo responsable de la casa	-intento de suicidio -buscar y asistir a apoyo psicológico -continua con su trabajo
SONIA	30 años	1 año	Unión libre	-economía -p. de sep. -alcoholismo	-llanto y búsqueda de la pareja -infidelidad y enojo -familia de origen	-búsqueda por parte de la pareja	-tristeza -celos -angustia -depresión -enojo	-pérdida de peso	-apatía -estar de malas -rechazo masculino	-hija responde	-apoyo en la religión -continuar con su trabajo -actividad deportiva (zumba) -buscar y acudir a apoyo psicológico -apoyo familiar por parte de la hija y mamá
ANAYELI	26 AÑOS	9 meses	Unión Libre	- aspiraciones -infidelidad -economía	-análisis -discusión bien y mal	-búsqueda por parte de la pareja -peleas	-defraudada -soledad -tristeza -baja autoestima -enojo		-amargura -rechazo a futuros -compromiso	-somatización de la hija -enojo de la hija	-continuar en el trabajo -consumir alcohol -relacionarse emocionalmente con otra persona -apoyo en sus compañeros de trabajo

