

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
Facultad de Psicología
División de Estudios Profesionales

**LA DISCAPACIDAD VISUAL COMO
FRENO Y MOTOR DE UNA VIDA:
Estudio autobiográfico.**

T e s i s
Que para obtener el título de
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
Pr e s e n t a

María del Carmen Patricia Navarrete Fosado

DIRECTORA: Dra. Luz María Rocha Jiménez

REVISORA: Dra. Gabina Villagrán Vásquez

SINODALES:

Dr. Jorge Rogelio Pérez Espinoza

Dr. Samuel Jurado Cárdenas

Lic. Refugio de María De La VegaAyala



Universidad Nacional
Autónoma de México



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.

ÍNDICE

	Página
Agradecimientos	
Resumen	4
Introducción	5
OBJETIVO	6
Justificación teórica	8
CAPITULO 1	
DISCAPACIDAD VISUAL	10
1.1 Tipos de discapacidad	10
1.2 Definición	10
1.3 Causas	11
1.4 Miopía	11
1.5 Degeneración coroidomiopica	11
1.6 Lesión isquémica del Quiasma óptico	13
1.7 Evento vascular cerebral	14
1.8 Diabetes	15
CAPITULO 2	
ERIK ERIKSON Y LA TEORIA DEL DESARROLLO PSICOSOCIAL	
2.1 Síntesis biográfica de Erik Erikson (1902-1994).	16
2.2 Teoría del desarrollo psicosocial	17
2.2.1 Primera etapa: lactancia	22
2.2.2 Segunda etapa: infancia temprana	25
2.2.3 Tercera etapa: edad de juegos o infancia media	30
2.2.4 Cuarta etapa: edad infantil o infancia tardía	33
2.2.5 Quinta etapa: adolescencia	36
2.2.6 Sexta etapa: estado adulto temprano o juventud	41
2.2.7 Séptima etapa: estado adulto medio o madurez	45
2.2.8 Octava etapa: estado adulto tardío o ancianidad	48
Cuadro Sinóptico de las Etapas del Desarrollo Psicosocial de	51
CAPITULO 3	
METODOLOGIA	52
3.1 INVESTIGACIÓN CUALITATIVA	52
3.2 METODO BIOGRÁFICO O HISTORIA DE VIDA	53
CAPITULO 4 AUTOBIOGRAFIA	58
4.1 Mi familia de origen	58
4.2 Mis padres	59
4.3 Mis hermanos	61
4.4 De la infancia a la juventud	62
4.5 Formación profesional	70

4.6 Socialización	71
4.7 Inicio de la discapacidad	71
4.8 Entrada a la Facultad de Psicología	76
CAPITULO 5	
ANALISIS DE MI HISTORIA A TRAVÉS DE ERIKSON	81
5.1 Primera etapa: lactancia	81
5.2 Segunda etapa: infancia temprana	83
5.3 Tercera etapa: edad de juegos o infancia media	86
5.4 Cuarta etapa: edad escolar o infancia tardía	88
5.5 Quinta etapa: adolescencia	90
5.6 Sexta etapa: estado adulto temprano o juventud	92
5.7 Séptima etapa: estado adulto o madurez	93
5.8 Octava etapa: estado adulta tardía o ancianidad	96
Capítulo 6	
CONCLUSIONES	101
BIBLIOGRAFIA Y REFERENCIAS	105

AGRADECIMIENTOS

A quien primero debo agradecer para ser congruente con cuanto digo y hago, por supuesto que es a Dios, a Quien le reconozco toda la Gloria de cuanto pasa y deja de pasar en mi vida. El Ser Supremo que ha estado conmigo aún antes de ser concebida, Quien me da el aire que respiro y el sol que me llena de energía, el agua que forma mi cuerpo y la tierra que me sostiene.

A mis padres, quienes me dieron la vida, todo su amor y me lo siguen otorgando desde donde están.

A mis hermanos y cuñados, a quienes quiero como a mis padres.

A mis sobrinos, a quienes quiero como a mis hermanos.

A mis sobrinitos, a quienes quiero como a mis hijos.

A los amigos, que en muchas ocasiones han sido como hermanos.

A todos ellos que son mi amorosa familia, quienes me apoyan, protegen e impulsan en la vida para ser quien ahora soy.

A la Universidad Nacional Autónoma de México que me ha permitido transitar por tres Facultades a lo largo de mi vida.

A la Facultad de Psicología, que me recibió con los brazos abiertos.

A mis docentes, por su gran calidad profesional y humana.

A mi Directora de Tesis, Dra. Luz María Rocha Jiménez, por su amistad, ayuda, guía, trabajo personal, que fueron muchas horas, y todo cuanto me dio para poder realizar esta tesis.

A la Dra. Carmen Merino Gamiño (Q.E.P.D.) quien cambió mi postura epistemológica y me introdujo en el método cualitativo, la Psicología humanista y

Transpersonal.

A mi sinodales por su afortunada intervención en la consecución de esta Licenciatura.

A todos cuantos me han dado ánimos, a los que me han dado apoyo, ayuda, palabras afectuosas e impulso para cumplir esta meta.

A todos aquellos que algún día me dieron la mano para descender del transporte, cruzar una calle, acompañado en el camino y a tantos que no tendría espacio suficiente para mencionarlos.

A todos: Muchas gracias y ¡Que Dios les bendiga!

RESUMEN

El objetivo de este trabajo es identificar a través de mi autobiografía, los valores y sus significados construidos durante mi vida, basado en Erik Erikson. La confianza básica bien cimentada nos permitirá llegar a la vejez con etapas mejor desarrolladas y que en ésta se podrá alcanzar la sabiduría. Que la confianza (con fidelis), nos permite desarrollar la virtud de esta etapa que es la esperanza, y con ellas, la fe.

Desprendo, en la primera etapa, que la fortaleza adquirida fue la Confianza que lleva a la esperanza y posteriormente a la Fe, fue excepcionalmente bien transitada ya que la máxima expresión de la numinosidad es la idea de Dios. El Omnipotente, Omnisciente y Omnipresente. El que cuida de mi cada instante de mi vida, como si fuera un bebé que requiere de los cuidados maternos.

Esta fortaleza y virtud, han sostenido mi vida, pues ha sido el cimiento en donde descansan mis demás atributos. El que tenga una buena vida, me ha permitido mantenerme firme.

La etapa que resultó más complicada fue la de afiliatividad contra aislamiento, en la juventud. Me relaciono más fácilmente con amigos que con una pareja. No se dar apropiadamente mi amor: o lo doy todo o no doy nada. He concluido que me quedé en la adolescencia emocional, porque actué como adolescente en situaciones de pareja. Fui tan consentida y protegida que le tengo pavor a sentirme vulnerable. Tampoco sé hacer un equipo de trabajo. Seguramente la sobreprotección que he vivido me ha hecho egocéntrica.

Mi actitud para relacionarme con otros como amigos o compañeros, es de aceptación y de acercamiento. Soy altamente sociable, pero mi dependencia actual para movilizarme no me lo permite. Algo que sí puedo hacer es escuchar a otros. Esto es retroactivo, porque ayudar a otros también me ayuda a mí. El estudio constante me ha dado mucha seguridad.

Mi actitud es como de alguien sin una discapacidad. La felicidad tiene más que ver con tu aceptación de la vida que te tocó vivir, o las condiciones de ésta, mi discapacidad es sólo una "complicación".

No pude ser completamente objetiva en mi análisis, pero intenté hacerlo. Tampoco revisé más bibliografía por la dificultad que representa.

INTRODUCCIÓN

Las personas con discapacidad nos enfrentamos cotidianamente en nuestro entorno, con situaciones que generan tensión física y psíquica. Aún en el caso de actividades, que para las personas normales son cotidianas y ni siquiera piensan en ellas, como caminar, buscar una taza, un cubierto, y no se diga encontrar un documento.

"Discapacidad es un término general que abarca las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación. Las deficiencias son problemas que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad son dificultades para ejecutar acciones o tareas y las restricciones de la participación son problemas para la acción en situaciones vitales. Por consiguiente, la discapacidad es un fenómeno complejo que refleja una interacción entre las características del organismo humano y las características de la sociedad en la que vive". (OMS, 2011)

Con base en que las limitantes son estas dificultades para ejecutar, nosotras como personas con discapacidad, vemos más esa limitante en el entorno, que en nosotros mismos.

Hablar de la discapacidad es para algunas personas un tema confuso. No se distinguen diferencias entre discapacidad e incapacidad (Chaire<, 2009). La discapacidad se refiere a la disminución de una capacidad sensorial, motriz o intelectual, que no interfiere con el uso y aprovechamiento de la capacidad residual, ni del resto de capacidades, que como especie, tenemos todos los seres humanos.

La incapacidad es la ausencia de capacidad, refiere a discapacidad única o múltiple, pero que interfiere absolutamente con el desempeño de las actividades normales para cualquier persona.

Para las personas que padecen una discapacidad, es importante aclarar, que el resto de sus capacidades generalmente están íntegras, como las de cualquier otra persona. No es que desarrollen capacidades, sólo aguzan sus otras modalidades sensoriales, es decir, hay una mayor atención a los estímulos externos. Puede estar alguna disminuida, por diversas razones, como cualquier otra persona. Pero en las personas discapacitadas no hay nada especial, se encuentra dentro de los límites ordinarios.

El primero de los retos que nos plantea padecer y vivir con una discapacidad, es desarrollar *valores de actitud* ante una realidad adversa que en la infancia no se puede comprender. A partir del desarrollo en la primera infancia escolar, se nos obliga a adoptar una actitud especial ante una discapacidad que es muy difícil reconocer.

Más adelante en la vida, nuestra tarea madurativa es reconocer nuestras limitantes, pero también nuestras fortalezas, enmarcadas como virtudes, valores, habilidades o atributos, que nos permitirán proyectar y planear una vida mejor (Domínguez, 1999).

"Del total de la población mundial el 10% sufre alguna discapacidad y de éste, el 4.5% tiene alguna discapacidad visual". (OMS, 2011).

Cuando yo decidí escribir una tesis sobre mi experiencia personal, convergieron varias ideas en la elección del tema.

Primero, hablar sobre Psicología Humanista y Transpersonal, lo cual me daba la oportunidad de llevar estos temas a la Facultad de Psicología, que tiene poca afición por lo humanista y nada por lo transpersonal.

En el Humanismo encontré la conveniencia de relacionar a varios autores con mi desarrollo personal. Entre ellos encontré en Erik Erikson una posición más humanista que dinámica y más compleja que lineal y que estudia ampliamente las "Tareas Madurativas", concepto elaborado por Sigmund Freud, pero que Erikson desarrolló con gran amplitud a lo largo del ciclo vital humano, desde el nacimiento hasta la vejez (Cueli, 1999).

Me parece que es más conveniente en mi caso, recurrir a sus teorías y experiencias, dado que soy una persona en la adultez media, que ha recorrido ya casi todas las etapas de la teoría del desarrollo psicosocial y que, a partir de mi juventud y entrada en la adultez entré en una discapacidad visual permanente y progresiva.

La teoría del *Ciclo Vital Completado* (Erikson, E. 1982), me ha dado la oportunidad de hacer una revisión profunda y completa de mi propia historia personal, que se convirtió en una evaluación teórico vivencial de mi vida, y de mi personalidad, enfocada principalmente a mi aprendizaje de vida. Mi formación en Psicología me ha facilitado revisar los momentos, las circunstancias y la historia de mi padecimiento, desde la infancia. Cuando se inició mi problema visual, creó una condición limitante y restrictiva, a la cual me he tenido que enfrentar, con todos los recursos que he podido desarrollar, arrojando todos los problemas y riesgos que he vivido y alcanzando algunas de las "virtudes" que corresponden a las etapas de la vida mencionadas por Erikson.

En segundo lugar, trabajar desde el método cualitativo, ha sido una gran oportunidad de enfrentarme a una problemática muy compleja que significa un gran reto, considerando la filiación cuantitativa y positivista de nuestra Facultad.

Decidí adoptar este método porque responde a la concepción humanista del ser, como una totalidad bio-psico-social, en donde, según Aristóteles (384 – 322 a. C.) "El todo siempre es más que la suma de sus partes" (Shields, C. 2009). Esto quiere decir que como investigadores cualitativos, cuando abordamos el estudio de un ser humano, no podemos fraccionarlo en elementos simples y mucho menos en cantidades, la extraordinaria complejidad de los seres humanos y particularmente de su Psicología.

Uno de los problemas del estudio psicológico humano, ha sido esa incapacidad de ir de una comprensión biológica de la psique a una comprensión cultural, subjetiva en la cual las emociones y la autorreflexividad no aparece. Ese tránsito, nos dice González Rey (2002 p. 213): "...exige el desarrollo de un aparato de categorías que nos permita superar el racionalismo subyacente a las diferentes representaciones de la subjetividad, que pretenden reducirla a registros provenientes de la significación, con la cual las emociones pasarían a ser comprendidas como epifenómenos de los

significados, perpetuando la tendencia a explicarlas por “causas” externas a su propia condición.”

OBJETIVO

El objetivo de este trabajo es identificar a través de mi autobiografía, basada en una metodología cualitativa, los valores y sus significados, construidos durante mi vida, apoyada en la visión de Erik Erikson. Se propone que la adquisición de una confianza básica bien cimentada nos permitirá llegar a la vejez con etapas mejor desarrolladas y que en ésta se podrá alcanzar la sabiduría.

Que la confianza (con fidelis), nos permite desarrollar la virtud de esta etapa que es la esperanza, y con ellas, la fe.

Con la finalidad de que pueda ser de utilidad a otras personas en mi situación y a personas sin discapacidad, para que les sirva de motivación.

JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

En la búsqueda de enfoques psicológicos que se ocuparan del ser humano incluyendo sus valores más elevados, me encontré con la Psicología Positiva que estudia las bases del bienestar psicológico y de la felicidad, así como de las fortalezas y virtudes humanas. Tradicionalmente la ciencia psicológica ha dedicado mucho esfuerzo a estudiar los aspectos negativos y patológicos del ser humano, dejando de lado a menudo el estudio de aspectos más positivos como, por ejemplo, la creatividad, la inteligencia emocional, el humor, la sabiduría, la felicidad, la resiliencia, el crecimiento postraumático, etc. Este enfoque es denominado también: salugénico. (Vera, B. 2006)

El interés por comprender y explicar cómo el ser humano hace frente a las experiencias traumáticas, siempre ha existido, actualmente este interés ha resurgido con fuerza. El impulso definitivo para la creación de la Psicología Positiva fue dado por Martin Seligman, profesor de la Universidad de Pennsylvania y antiguo Director de la Asociación Americana de Psicología.

A finales de los años 1990 este conocido investigador, tras destacar la necesidad de investigar de forma decidida los aspectos saludables del ser humano, propuso la creación de la Psicología Positiva como corriente específica dentro de la Psicología. Se pueden encontrar los antecedentes de esta vertiente, en filósofos como Aristóteles, que dedicó parte de sus escritos a la *eudaimonia* (término griego habitualmente traducido como felicidad), pero también en psicólogos como Abraham

Maslow o Carl Rogers, pertenecientes a la corriente llamada Psicología Humanista. (Luppano, 2010) Sin embargo, a pesar de sus raíces humanistas, sus fundamentos epistemológicos son positivistas, por lo que la Psicología Positiva no fue incluida en este trabajo.

CAPITULO 1

DISCAPACIDAD VISUAL

Dentro de este rubro, existen diversos tipos de discapacidad. Pero antes debemos definir el término discapacidad. **Es “la ausencia, restricción o pérdida de la habilidad, para desarrollar una actividad en la forma o dentro del margen, considerado como normal para un ser humano”.** (OMS, 2012)

1.1 Tipos de Discapacidad

Las diferentes discapacidades son muy numerosas y de diferente etiología. Sin embargo podríamos mencionar las cuatro más importantes:

- Discapacidad Intelectual
- Discapacidad Motriz
- Discapacidad Auditiva
- Discapacidad Visual. (Manuel Bueno, M. 2009)

En este trabajo nos referiremos sólo a la *Discapacidad Visual*

1.2. Definición.

Se llama Discapacidad visual, a la agudeza visual corregida en el mejor de los ojos (igual o menor) de 20/200 o cuyo campo visual es menor de 20° (NOM -SSA1-173, 1999)

Esto significa que lo que una persona normal ve a 200 m, la persona con visión subnormal lo ve a 20 m. ($1/10 = 0.1$) y que el círculo de visión del ojo se ha cerrado de su normal de aproximadamente 90° hasta 20°.

El ojo de mayor visión, habrá de poseer al menos una de las cuantificaciones de la definición anterior ya que las personas que con corrección óptica superen en un ojo las medidas señaladas, no se consideran discapacitadas. La mayoría de las personas “ciegas” conservan restos visuales útiles para la movilidad e incluso para la lectoescritura en tinta sistemáticamente (Manuel Bueno, M 2009).

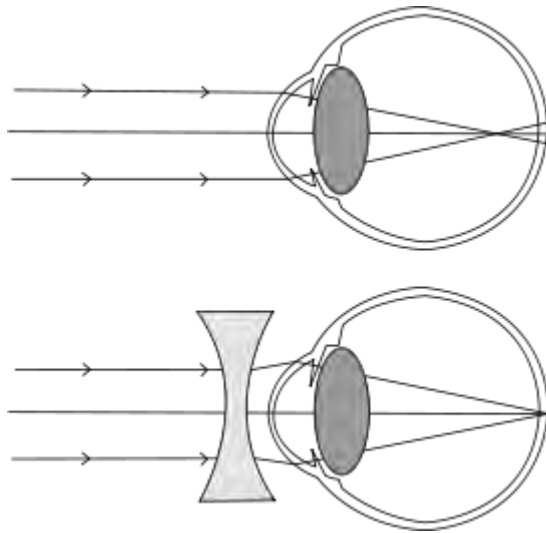
Entre los límites que se han dado en llamar inferior y superior de la discapacidad visual grave, en cuyos extremos estarían la ceguera total y la visión “normal” se sitúa una terminología más o menos afín, pero que entraña matices y modos de ver de muy distinta funcionalidad.

1.3 Causas

Muchas son las etiologías de esta discapacidad, desde genéticas, infecciosas, metabólicas, físicas, etc. En el caso que nos ocupa, que es mi caso, son la miopía, la degeneración coroidomiópica, lesiones isquémicas del quiasma óptico, evento cerebral vascular y diabetes.

1.4 Miopía

La miopía es un defecto de refracción que puede ser corregible con lentes divergentes y esto proporciona una visión considerada normal. Sin embargo, la miopía mórbida, como la que padezco, es causa en mi caso, de la degeneración miópica coroido-retiniana que hoy me tiene en calidad de persona con discapacidad visual. Existen otras patologías que a la fecha se han sumado al deterioro de mi visión, e incluyo para una mejor comprensión de la magnitud del problema.



Actualmente, la miopía se define como la formación de la imagen del objeto por delante de la retina debido a que la curvatura de la córnea y del cristalino del ojo presenta una mayor potencia o que el ojo tiene una longitud axial mayor al valor normal (Fredrick, 2002, citado por Rodríguez, L. 2011).

Aunque son posibles diferentes clasificaciones, lo más usual es dividirla en dos grupos:

- Miopía simple: La graduación no sobrepasa las 6 dioptrías y es de evolución limitada hasta los 22 o 23 años.

- Miopía patológica, también llamada miopía magna, mórbida o progresiva: La graduación sobrepasa las 6 dioptrías, se cree que está causada por una alteración en el desarrollo del segmento posterior del ojo, pueden aparecer diferentes complicaciones como la atrofia coriorretiniana, la maculopatía miópica y el desprendimiento de retina. De estas patologías subyacentes las primeras dos son parte de mi proceso de discapacidad.

Miopía patológica: se manifiesta en edades tempranas (primera década de vida), presentando una longitud axial anormalmente larga, con una progresión rápida y acompañada de complicaciones en las estructuras coriorretinianas debido a la gran elongación del polo posterior. Este tipo de miopías puede llegar a afectar la calidad de vida del sujeto que la padece a causa de la pérdida de visión que pueden provocar los cambios en retina, sobre todo por la posibilidad de su desprendimiento.

En mi caso la miopía afectó la longitud axial de mis ojos, los que fueron creciendo con el paso de los años, produciendo una mayor miopía y un estiramiento anormal en la coroides, que al no ser un órgano elástico, fue rompiéndose como lo hacen las estrías de la piel de una embarazada, así en donde se va formando tejido conjuntivo o cicatrizal, la retina no tiene sustento, por eso se va perdiendo en forma de red y no de tapete. (Paczka, J.A. 2013)

La refracción que requiero en la actualidad es de -24.00 D. en ambos ojos, sin que en ninguno logre una visión superior a 20/800.

La patogénesis de la miopía que padezco, es principalmente genética, el hecho de ver la televisión o el monitor de la computadora a muy corta distancia no produce miopía, si no, es causa de la misma (Hinnes, 1991, Paczka, 1991 al 2013).

1.5 Degeneración coroidomiópica

Una de las principales causas de ceguera es la miopía mórbida o patológica (OMS, 2011) que produce lesiones degenerativas a nivel de la coroides que tienen por consecuencia el adelgazamiento de la retina y pérdida de células funcionales.

1.6 Lesión isquémica del quiasma óptico

Otras son las lesiones del nervio óptico que producen la pérdida de la correcta transmisión de la información sensorial al lóbulo occipital.

1.7 Evento Vascular Cerebral

Muchos accidentes cerebro-vasculares traen también aparejados reducción del campo visual, dificultad que la persona no puede comunicar o ni siquiera identificar claramente. (Mon, Id.)

1.8 Diabetes

Las lesiones maculares que inutilizan la visión central. Retinopatía diabética (afección de la retina relacionada con la diabetes) (Mon, F 2005)

De éstas tengo todas las causas *miopía mórbida, lesiones por accidente vascular cerebral, lesiones maculares y diabéticas.*

La vista es el sentido de síntesis. Cuando una persona normovisual entra a una habitación, por ejemplo, la información visual recibida le proporciona rápidamente datos referentes a dimensiones, objetos o personas presentes, distancias relativas entre ellos, presencia o ausencia de luz, etc. La persona que carece de visión, necesita analizar para conocer. A través de la información que le proporcionan los otros sentidos construye la realidad. Sin embargo hay nociones que por ser exclusivamente visuales no logra aprehender: los colores, el horizonte, las estrellas... Sin embargo, de ningún modo significa que la persona ciega tenga un conocimiento “inferior” o “fragmentario” sino que conoce de forma diferente privilegiando el sentido del tacto (sentido de inmediatez, como el olfato y el gusto) y del oído. Al respecto, existe la creencia que la persona ciega tiene “más desarrollados” los otros sentidos. Esto es una imprecisión, ya que la agudización de la percepción táctil o auditiva, es el resultado de la ejercitación y no de una compensación espontánea.

La persona que sufre ceguera en edad adulta encuentra que el entorno que le rodea, se ha tornado hostil: no sabe que es lo que hay cerca, teme movilizarse solo, los desplazamientos se vuelven experiencias de tensión y miedo. En cambio, el ciego de nacimiento que ha sido estimulado, tiene una relación positiva con el espacio y el movimiento.

Existen muchos tipos distintos de baja visión. Podríamos decir, sin temor a exagerar, que casi tantos como personas disminuidas visuales hay. Incluso dos personas con idéntica agudeza visual pueden funcionar de manera diferente. Natalie Barraga (pionera indiscutible en el área de la estimulación visual) diferencia claramente agudeza de eficiencia, definiendo a esta última como el “grado en el que una tarea visual específica se realiza con comodidad, facilidad y en tiempo mínimo, dependiendo de variables personales y ambientales”.

La ceguera legal que considera ciego a “aquel cuya agudeza visual es de 20/200 o menos, en el mejor ojo, con corrección, o limitación del campo visual a menos de 20°.

La rehabilitación requiere de factores sociales y psicológicos. El protagonista finalmente es quien vive su realidad.

CAPITULO 2

ERIK ERIKSON Y LA TEORÍA DEL DESARROLLO PSICOSOCIAL

2.1 Síntesis Biográfica de Erik Erikson (1902-1994).

Erik Homburger Erikson nació el 15 de junio de 1902 en Frankfurt, Alemania. Sus padres se separaron antes de que él naciera. Su madre era una joven judía que tuvo que criar a su hijo sola los tres primeros años hasta que se casó con un médico pediatra judío, Theodor Homburger.

En 1927 conoció a Joan Serson, una profesora de danza, canadiense, con la que se casó y tuvo tres hijos. En esa misma época Erikson estudió en el Instituto Psicoanalítico de Viena, especializándose en psicoanálisis del niño.

En 1933 Erikson emigra a los Estados Unidos cambiándose el nombre al obtener la ciudadanía en 1939 de Homburger por Erikson. Trabajó en la Universidad de Harvard y posteriormente en la de Yale, dedicándose en este periodo en la influencia de la cultura y la sociedad sobre el desarrollo del niño, teoría que extrajo de sus estudios sobre grupos de los indios americanos. Luego se fue a trabajar en la Universidad de California en Berkley y San Francisco, entre los años de 1939 hasta 1951.

Erikson formuló un modelo psicoanalítico para describir el desarrollo de la personalidad del niño y la edad adulta, su perspectiva tiene en cuenta los aspectos psicológicos y los sociales, y liga el comportamiento del individuo según la edad. Su Tesis es básicamente una teoría de la psicología del Yo a diferencia de Freud que se centró en el inconsciente y el Ello.

Para Erikson el desarrollo de la personalidad se encuentra en función de secuencias de estadios, los estadios son cambios, pero también estabilidad, ya que son bloques homogéneos. El Yo se va fortaleciendo hasta alcanzar una identidad definitiva. En la adolescencia es cuando se debe empezar a construir la identidad, luego en el

período de adultez inicial se entra al mundo adulto, aquí hay una transición hacia los 40 con una cierta acomodación y posteriormente se entra en el período de adultez mediana que dura hasta los 60, en adelante, culmina el desarrollo de la vida, la adultez tardía (Cueli, 1999).

La identidad se da como el resultado de tres procesos: biológico, psicológico y social, los cuales están en continua interacción. También tiene dos niveles, el de identidad personal y el de la identidad cultural, que interactúan durante el desarrollo y se integran para lograr una unidad cuando se logra culminar exitosamente este desarrollo.

Erikson fue notable profesor de Desarrollo Humano y dijo que es importante tener una teoría del desarrollo humano que intente aproximarse a los fenómenos descubriendo desde donde y hacia donde se desarrollan.

Escribió varias obras sobre el desarrollo psicosocial desde un punto de vista evolutivo, en el que interactúan las fuerzas biológicas con las psicológicas y sociales en un proceso de desarrollo del individuo. De alguna manera, los problemas entre el individuo y su sociedad son registrados en la identidad y a su vez crean una nueva identidad.

Erikson murió en mayo de 1994.

2.2 Teoría del desarrollo psicosocial¹

Erikson elaboró una Teoría del desarrollo de la personalidad a la que denominó "Teoría psicosocial".

Erikson empezó a identificar las características de la personalidad sana. Estas características pueden ser las metas y los signos de un deseable desarrollo humano.

Tres de los rasgos más significantes del trabajo de Erikson son:

a) El desarrollo de una personalidad sana, en contraste con el tratamiento de conductas neuróticas.

¹ Este capítulo está basado en el libro de Erikson, Erik (1963) *El ciclo vital completado*. Edit. Paidós, Barcelona

b) El proceso de socialización del niño dentro de una cultura particular, en la cual atraviesa por una serie innata de etapas psicosociales.

c) El trabajo individual de lograr una identidad del yo mediante la solución de crisis de identidad específicas en cada etapa psicosocial del desarrollo.

Una personalidad sana domina activamente su medio, muestra una cierta unidad de personalidad y es capaz de percibir al mundo y a sí mismo correctamente.

Tiene dos aspectos:

El primero, o enfoque interno, esto es, conocerse y aceptarse uno mismo.

El segundo, o enfoque externo, es el reconocimiento individual y su identificación con los ideales y patrones esenciales de su cultura; esto incluye el compartir un carácter esencial con otros. La persona que ha logrado la identidad del yo es aquella que tiene una clara visualización y aceptación, tanto de su esencia interna como del grupo cultural en el que vive se encuentra su propuesta de que el individuo pasa por ocho crisis psicosociales durante su crecimiento. Cada crisis o etapa está planteada como una lucha entre dos componentes o características conflictivas de la personalidad.

En ella describe ocho etapas del ciclo vital o estadios psicosociales (crisis o conflictos en el desarrollo de la vida, a las que han de enfrentarse las personas).

Propone el criterio de que el desarrollo de la personalidad consiste principalmente en el crecimiento del ego, conforme la persona afronta las principales tareas de la vida. Crecer es el proceso de lograr la identidad del yo.

Muchos conflictos son el resultado del choque entre las necesidades y los deseos del niño y las expectativas y limitaciones que le impone la cultura. Cualquier conducta determinada puede ser entendida en función de adaptaciones biológicas, psicológicas y sociales.

Erikson no ve al ego como el indefenso sirviente de impulsos básicos, como el títere de un medio ambiente todopoderoso ni la víctima de un superego tiránico, sino más bien como un agente activo dentro de la personalidad, que coordina las necesidades del organismo con las demandas del ambiente. El ego adquiere fuerza, si se desarrolla normalmente a lo largo de las ocho etapas de la vida.

Erikson divide el ciclo vital en ocho etapas, cada una de las cuales pone ante el individuo una tarea importante de desarrollo. Las tareas principales son conflictos; la resolución acertada favorece al ego; cualquier fracaso lo debilita. En cada etapa el ego afronta una crisis, la cual es un punto de decisión. La falta de resolución de los problemas tiene como resultado la persistencia de éstos en la siguiente etapa. Las ocho etapas son:

- a) Lactancia. Confianza básica contra desconfianza,
- b) Etapa Infantil. Autonomía contra vergüenza y duda en sí mismo,
- c) Etapa de Juegos. Iniciativa contra culpa,
- d) Etapa Escolar. Laboriosidad contra inferioridad,
- e) Adolescencia. Identidad contra confusión de roles
- f) Adulthood Temprana. Intimidad contra aislamiento,
- g) Adulthood Media. Generatividad contra estancamiento, y
- h) Adulthood tardía. Integridad del ego contra desesperanza

Para Erikson los mismos problemas se repiten a lo largo de la vida, pero en formas diferentes. Distingue entre la fase inmadura, la fase crítica y la fase de resolución de estos problemas universales. La resolución concede al ego una fuerza, por ejemplo confianza, autonomía iniciativa, laboriosidad, identidad, intimidad, generatividad e integridad. Erikson incluso considera los mayores atributos humanos, a los que llama virtudes y sostiene que se producen si el ego alcanza un éxito extraordinario en cada etapa. Las virtudes en orden de desarrollo son esperanza, valor, autocontrol y fuerza de voluntad; determinación, competencia y método; fidelidad y devoción; amor y afiliación; cuidado y producción; y sabiduría. Estos pueden considerarse los dones ideales del ser humano. Las fuerzas y las virtudes del ego aumentan nuestros potenciales para vivir efectivamente y constituyen grandes ventajas para quien las posee.

Los patrones y prácticas de una cultura son comunicados al joven mediante ritualizaciones, que son patrones repetitivos de conducta característicos de una sociedad en particular. Los principios de conducta se aprenden a través de ritualizaciones. Erikson se refiere a las ritualizaciones falsas o distorsionadas como ritualismos, que tienen el efecto de limitar las acciones de la persona y producir rigidez en la personalidad. Cada etapa se caracteriza por una ritualización apropiada o un ritualismo que es una forma exagerada de anormalidad. El fracaso del ego en cualquier etapa puede tomar muchas formas de anormalidad.

Las ritualizaciones y ritualismos, en orden de etapas, son:

- " numinosidad contra idolatría;
- " sensatez contra legalismo,
- " autenticidad contra limitación,
- " formalidad contra formalismo,
- " ideología contra totalismo,
- " afiliatividad contra elitismo,
- " generacional contra autoritarismo e
- " integral contra sapientismo.

Las ritualizaciones promueven la fuerza del ego y capacitan a la persona para encajar en los patrones de la cultura.

Al analizar las ocho etapas de vida, de Erikson, hay que tener en cuenta que cada etapa, si es encontrada y vivida exitosamente agrega algo al ego. Erikson (1963) se refiere a esos logros del ego como fuerzas del ego. Es uno de los pocos psicólogos destacados que ha incluido en su sistema lo que tradicionalmente se llama virtudes como la esperanza, la voluntad, el valor, la determinación, la fidelidad. Para Erikson, esas fuerzas del ego no son sublimaciones sino verdaderos logros del ego. (Di Caprio, 1989).

Erikson divide el ciclo vital en ocho etapas: cinco para cubrir los primeros 20 años de vida, aproximadamente, y tres más para abarcar el resto de la vida. Cada una de las etapas es distinta y única, con problemas y necesidades particulares, así como

expectativas y limitaciones culturales adicionales. Conforme el ego aumenta en importancia en la personalidad, la persona obtiene un control cada vez mayor de sus circunstancias y de sí mismo. Cada etapa presenta al individuo con una tarea principal para que la cumpla, como el desarrollo de un sentido de confianza básica en el medio ambiente y en el yo, un sentido de autonomía, o un sentido de laboriosidad (Erikson, 1963). Sólo ciertas condiciones del ambiente pueden hacer esto posible, ya que todos los organismos requieren de alguna forma de nutrición y, en el caso de los seres humanos, una gran cantidad de apoyo sociocultural.

Para Erikson, los mismos problemas se repiten a través de toda la vida. Distingue entre la fase inmadura, la fase crítica y la fase de resolución de estos problemas universales (1968).

Cuando dice crisis, Erikson no quiere decir una tensión abrumadora, sino más bien un punto de viraje o perspectiva de cambio en la vida del individuo, cuando un nuevo problema debe ser enfrentado y dominado.

Los principales problemas son conflictos. Durante cada etapa de la vida, según Erikson (1963), el individuo se enfrenta con un problema principal que es realmente un conflicto básico; permanece como un problema recurrente a través de la vida, aunque puede tomar formas diferentes en diversos periodos.

2.2.1 **PRIMERA ETAPA: LACTANCIA.**

Fuerza del Ego: CONFIANZA CONTRA DESCONFIANZA

Atributo o Virtud: ESPERANZA

Ritualización: Numinosidad

Ritualismo: Idolatría

Edad: del nacimiento al primer año

Erikson (1963) afirma que durante el primer año de vida posnatal, el lactante afronta su primer desafío importante, cuya victoria ejerce un efecto profundo en todos los desarrollos ulteriores. El lactante se encuentra en el desgarrador dilema de confiar o desconfiar de las cosas y la gente que lo rodean. El sentido de confianza se desarrolla, si las necesidades del lactante son satisfechas sin demasiada frustración. Un ambiente de confianza. También determina el desarrollo de la confianza en el yo propio; la seguridad en sí mismo. Un sentido de confianza se manifiesta en la fe en el ambiente y el optimismo ante el porvenir. El sentido de desconfianza se revela a través de la suspicacia, la introversión y una temerosa y angustiada preocupación respecto a la seguridad. El niño que ha alcanzado un sentido básico de confianza percibe cuanto le rodea como predecible y congruente.

Durante la infancia, la naturaleza del niño exige que reciba la satisfacción apropiada de sus necesidades básicas, especialmente la de ser atendido porque el niño poco puede hacer para satisfacerlas. La orientación del niño es incorporadora: para relacionarse con el ambiente recibe. No hay otra época, excepto en ciertas circunstancias de enfermedad y vejez, en la que el desamparo sea tan completo. Las necesidades del niño deben satisfacerse no sólo en el momento y grado adecuado. El fracaso en cualquier aspecto puede producir diversos trastornos.

Podemos experimentar este sentimiento de desamparo infantil en momentos altamente traumáticos, como los siguientes a la pérdida súbita de un ser amado.

Las madres infunden un sentido de confianza en sus hijos mediante la clase de sus cuidados la cual en su calidad combina la atención sensible de las necesidades individuales del bebé y un firme sentido de honradez personal, dentro de la estructura confiable del estilo de vida de su comunidad. Esto forma la misma base en el niño para un componente del sentido de identidad, que posteriormente combinará con un sentido de ser "correcto", de ser uno mismo y de convertirse en lo que otras personas confían que uno se convertirá. Los padres deben tener no solamente ciertas formas de orientar mediante prohibiciones y permisos, deben también ser capaces de representarle al niño la convicción profunda, casi somática de que tiene sentido cuanto ellos están haciendo. En ese sentido, un sistema tradicional de crianza puede pensarse como un factor productor de confianza, incluso cuando los componentes de esa tradición, tomados aisladamente, pueden parecer arbitraria o innecesariamente crueles o indulgentes (Erikson, 1968)

Erikson cree que si la relación entre madre e hijo es mutuamente satisfactoria, el niño recibe aparentemente un sentido de "bienestar interno" a través de la interacción armónica con la madre, que no necesita reafirmarse continuamente (1968). La falta de un sentido de confianza en los niños hace que exhiban signos de inseguridad, si sus madres los abandonan incluso por un momento. Parece esencial que el niño experimente seguridad en la satisfacción de sus necesidades a través del cuidado afectuoso y constante de cuantos lo atienden. La madre cuyo cuidado de su hijo armoniza con las necesidades del niño engendra en él un sentido de ser aceptable o ser bueno y adorable, y éstos son los ingredientes esenciales del sentido de confianza básica. Las personas que tienen un sentido de confianza básica se sienten unidas consigo mismos y con los demás; se sienten "útiles y buenos" así como aceptables por quienes los rodean. Pueden ser auténticos y les agrada serlo. Si su sentido de confianza está inusualmente bien desarrollado, los niños adquieren la virtud de esperanza perdurable, una perspectiva optimista de la vida.

Numinosidad contra idolatría.

Erikson llama a la primera ritualización como numinosa. Ocurre como resultado de las interacciones repetidas de la madre y el niño. La madre actúa y reacciona en presencia de su bebé en formas rutinarias para atender sus necesidades. El niño a su vez actúa y reacciona en relación a la madre. Hay un reconocimiento y afirmación mutuos: el niño necesita a la madre y la madre necesita al niño. En forma idealizada, cada uno afirma la identidad del otro en esta relación. Erikson subraya que:

Hay muchas sugerencias de que el hombre nace con la necesidad de esta afirmación y certificación regular mutua: sabemos de todos modos que su ausencia puede dañar radicalmente al niño, disminuyendo o extinguiendo su búsqueda de impresiones, que verificarán sus sentidos. De todos los trastornos psicológicos que hemos aprendido a conectar ontogenéticamente (dentro del periodo de vida del individuo) con las primeras etapas de vida, las más profundas y más devastadoras son aquéllas en las que la luz del reconocimiento y la esperanza mutuas son perdidos tempranamente en un retraimiento autista y psicótico (1977, págs. 88-89).³

La formación del sentido de confianza en el ambiente y la adquisición del atributo de la esperanza son fomentados por las relaciones sociales en las que existen respeto y apoyo mutuos. En esta relación la otra persona es venerada. Lo que al parecer Erikson quiere decirnos es que necesitamos a las personas (incluso figuras religiosas numinosas) que nos inspiren devoción. La distorsión de la ritualización numinosa es lo que Erikson llama el ritualismo de la idolatría. La idolatría es una exageración de la veneración y el respeto. Paradójicamente, puede tener como resultado la sobreestimación del yo (narcicismo), por una parte, o la idealización de los demás, por la otra.

La persona confiada es capaz de la ritualización numinosa, con lo cual Erikson quiere decir sensibilidad social. El término numinoso se refiere a las experiencias emocionales profundas. La persona sociable experimenta sensaciones y sentimientos sociales en presencia de los demás. Las habilidades y costumbres sociales son valoradas y practicadas para agradar a los demás. La expresión exagerada es el ritualismo de la idolatría: la admiración excesiva y la idealización de

los demás. Debemos notar que una persona desconfiada puede simplemente carecer de sentimientos y habilidades sociales.

Para cada una de las etapas, Erikson especifica un ritualismo que debe entenderse como una exageración de una ritualización, y por lo tanto, es una anormalidad.

No obstante, la falta de desarrollo de una fuerza apropiada del ego puede expresarse en muchas y distintas formas de anormalidad.

2.2.2 **SEGUNDA ETAPA: INFANCIA TEMPRANA**

Fuerza del Ego: AUTONOMÍA CONTRA VERGÜENZA Y DUDA

Atributo o Virtud: VOLUNTAD

Ritualización: Sensatez

Ritualismo: legalismo

Edad: De 1 a 3 años

Con el desarrollo de habilidades perceptuales y musculares, el niño consigue una creciente autonomía de acción. Dos formas de enfrentarse con sus alrededores, aunque existieran previamente en forma primitiva, se vuelven maneras dominantes de comportamiento: aferrarse a las cosas y desprenderse de ellas. Estas son expresiones de la voluntad en desarrollo. Este paso necesario del crecimiento puede poner en conflicto al niño con la gente importante en su vida. Marca una afirmación clara del ego y a menudo las demandas del niño se oponen directamente a las de los demás. Además, debido a la inmadurez de las facultades psicológicas del niño, carece de discreción en el uso de esas modalidades y puede oponerse a las demandas de sus padres con tenacidad obstinada; en el entrenamiento del control de esfínteres, es capaz de rehusarse a cooperar con los deseos de la madre: en efecto, el niño puede generalizar su enfoque a todo su trato con los demás. Puede también "abandonarse" a actitudes hostiles y agresivas, creando fricción y conflictos, y la inmadurez puede hacerlo en extremo vulnerable a los sentimientos de vergüenza y duda. Aquí, vergüenza significa el sentimiento de ser inaceptable para los demás, mientras duda significa temor a la autoafirmación.

En virtud de que el niño no ha aprendido aún a evitar ciertas situaciones, como el mal humor de la madre, fácilmente se convierte en la víctima de la agresión desplazada de ésta. El niño puede cometer los mismos errores una y otra vez por ignorancia y los padres pueden interpretar esto como un desafío. Luchando por satisfacer las demandas del ambiente y encontrando frecuentes fracasos, frustraciones y rechazos, el niño puede desarrollar un sentido de duda en sí mismo. Un resultado de ello puede ser el desarrollo de tendencias obsesivas y compulsivas: dudando de sus propias habilidades, el niño limita su participación en la vida diaria a

rutinas fijas y rígidas y hace únicamente lo que es seguro y lo que entra en los límites marcados por las personas significativas en su vida. En el otro extremo, el niño puede desarrollar tendencias agresivas y hostiles y reaccionar negativamente ante todos los controles externos e internos. La necesidad de vencer la duda en sí mismo puede ser tan intensa que engendra una orientación rebelde y autoafirmativa, que anula los efectos de las recompensas ofrecidas por los padres, de manera que la aprobación de éstos no es valorada tan altamente como la satisfacción derivada de la autoafirmación. El niño puede desarrollar un verdadero odio hacia sus padres y generalizarlo a toda autoridad y restricción de cualquier clase: reglas, patrones, leyes. La autoestimación no es reforzada por la conformidad con las expectativas culturales, sino por negativismo. La sobreconformidad con el bloqueo de los impulsos y la total ausencia de respeto por la regulación y el control son dos de los trastornos extremos provocados por el sentido de duda en sí mismo, aunque también hay muchos otros.

Además del sentido de duda en sí mismo, el niño puede desarrollar un sentido de vergüenza que persiste durante toda la vida. La vergüenza se produce cuando el ego es expuesto en forma indefensa a un examen desfavorable o poco halagüeño. Es una forma indeseable de autoconciencia, una lesión a la autoestimación, producida por la censura y la desaprobación de los demás: por tanto, es probada por evaluaciones externas más que por autoevaluaciones, las cuales pueden derivarse de la conciencia, experimentarse como culpa y ocurrir en la siguiente etapa de desarrollo. Antes de que la conciencia se desarrolle suficientemente, la culpa es imposible, pero la vergüenza puede sentirse bastante pronto. Debemos notar que los impulsos incontrolables del niño pueden ser la base para el desarrollo de un sentido de duda en sí mismo y vergüenza que persisten toda la vida y, posteriormente, de culpa.

Un niño es pequeño e inferior en relación a aquellos que tienen autoridad sobre él; por tanto, tiene la tendencia de subvalorar el yo y, al mismo tiempo, de sobrevalorar a los que ejercen esa autoridad. Si los padres, profesores y niños mayores rebajan o degradan los logros del niño, éste puede sentirse inútil, sucio, malo y comenzar a creer que nada de lo que produce tiene valor. Aquí podemos observar los fundamentos de un profundo sentido de duda en sí mismo, vergüenza e inferioridad.

Muchos padres fomentan estos sentimientos, porque son impacientes con el nivel de ejecución de sus hijos; continuamente regañan al niño por hacer mal las cosas o siempre los castigan por cosas que rebasan las capacidades del niño. Algunas veces éste puede reaccionar en una forma opuesta y se burla de toda autoridad o hace caso omiso, insensiblemente, de los intereses y derechos de los demás. El que ocurra esta reacción depende de la naturaleza del niño y los métodos que se utilizan para avergonzarlo.

Conforme la conciencia comienza a tomar forma (el fundamento de la siguiente etapa) ejerce control sobre la conducta. Lleva a cabo este dominio a través de autorrecompensas y autocastigos, expresados como orgullo y odio a sí mismo. La forma de culpa resultante de una conciencia pobremente desarrollada también promueve la duda en sí mismo. La conciencia proporciona una fuente de controles internos y un modelo de conducta deseable. Antes de desarrollarse la conciencia, dominan las regulaciones y los controles externos. Si obedece estas fuentes de control internas y externas, puede en gran medida evitarse dudas, vergüenza y culpabilidad. ¿Por qué algunos individuos no utilizan su conciencia de esta manera? La razón es que el impulso de autonomía compite con la voz de la conciencia. Podemos ver los efectos de este conflicto entre la conciencia y la autonomía en rasgos malsanos como la terquedad y la rigidez en la toma de decisiones o en los rasgos sanos como la cooperación y la conformidad con las expectativas. Estos rasgos (que constituyen la gran diferencia entre un estilo de vida satisfactorio y uno que conduce a la insatisfacción, la infelicidad y el sentimiento de estar atrapado), por consiguiente, tienen sus orígenes durante la etapa en la que la autonomía está en crisis. Debemos notar que estos rasgos son expresiones sanas o malsanas de la voluntad.

Antes de desarrollarse la conciencia, la cultura proporciona, por lo general, un código de leyes para regular la conducta del niño y ayudarlo a alcanzar una medida limitada de autonomía, mientras le evita dudas y vergüenza. Otras guías sutiles tradición, costumbres, usos, tabúes ayudan al niño a conocer lo que debe o no debe hacer para convertirse en un miembro aceptable de su cultura. La justicia a nivel institucional y la equidad a nivel individual aseguran la protección de los derechos y garantiza a todos un cierto grado de igualdad de autonomía. El individuo, si el

desarrollo es normal, adquiere gradualmente un conocimiento de sus derechos y limitaciones e incluso de sus privilegios, si acaso tiene ventajas sobre los demás. El individuo también aprende sus obligaciones. Del mismo modo como el propio sentido de confianza de los padres es comunicado a su hijo y afecta el desarrollo del sentido de confianza del hijo, así el grado de autonomía de los padres afecta las condiciones para el desarrollo de la autonomía del niño. Los padres que valoran la conformidad conservadora difícilmente pueden esperar el desarrollo de individualismo en su hijo. Una madre temerosa y angustiada puede tener tanta influencia sobre su hijo, que esos rasgos se vuelven características perdurables de la orientación del niño hacia la vida.

En resumen, algunas actitudes fundamentales se forman durante la segunda etapa de desarrollo, cuando la necesidad de autonomía crea una crisis. La formación de esas actitudes depende del grado de éxito con que se resuelva la crisis y cómo sale de ella el ego. Si una persona desarrolla un sentido de autonomía a un grado inusitado, demostrará las virtudes de valor, autocontrol y poder de la voluntad (Erikson, 1965). En la autonomía los resultados favorables o desfavorables se comprenden mejor, según Erikson, en función de expresiones sanas o malsanas de la voluntad.

El ejercicio de la voluntad sirve a la autonomía. Pero la afirmación de la voluntad puede crearnos problemas, a menos que uno conozca las limitaciones y fronteras dentro de las que puede ocurrir la conducta autónoma. Debe aprender a discriminar lo correcto de lo erróneo, lo aceptable de lo inaceptable. La libertad de autoexpresión requiere sensibilidad para la aprobación y desaprobación de los demás. Erikson se refiere a la ritualización de este periodo como la sensatez. Este segundo tipo de ritualización es la segunda etapa de la vida, caracterizada por los avances rápidos en la autonomía psicosocial. Conforme la habilidad para gatear y finalmente ponerse de pie sirve para aumentar la confianza del niño en sí mismo, también conduce pronto a jugar con los límites de lo permitido. Si a la primera etapa, llamémosle lactancia, se le adjudica los rudimentos de la esperanza, es la voluntad la fuerza básica encontrada en la segunda etapa, es decir, en la infancia temprana.

Las nuevas adquisiciones en lo cognoscitivo, así como en las capacidades musculares y locomotoras y la mayor facilidad de interacción con los demás fomenta, en circunstancias favorables, un gran placer al ejercer la propia voluntad y en encontrarse capaz y justificado para usarla. Este es el origen de esa gran preocupación humana con el "libre albedrío", el cual podemos observar y encontrar su comprobación en la ritualización de la vida diaria de emitir juicios y saber imponerse (1977, págs. 92-93).⁴

Necesitamos aprender a juzgarnos a nosotros mismos desde el punto de vista de aquellos que nos juzgan, de manera que no seamos inaceptables para los demás, particularmente para quienes tienen poder sobre nosotros. A la larga, la voluntad del superego nos ayuda en esta difícilísima tarea. Nos enfrentamos a la opción de dudar de nosotros mismos o de quienes nos juzgan. Ninguna forma extrema de acción es deseable. El niño necesita tener indicaciones bastante claras de lo correcto y lo erróneo para minimizar la duda en sí mismo y el sentido de vergüenza. La ritualización que sirve al ejercicio de la voluntad es llamada sensatez. Se refiere a las leyes, reglas, reglamentos, prácticas honradas y formalidad en la vida diaria. Una forma anormal de ritualización es el ritualismo que Erikson llama legalismo, preocuparse más por la letra que por el espíritu de la ley. Un ejemplo de legalismo es el profesor de literatura que se preocupa más por la gramática que por la calidad del contenido. Erikson advierte que la conformidad con la ley o los reglamentos pueden provenir del temor más que del consentimiento personal con el valor de estos controles. Las ritualizaciones previenen las consecuencias nocivas del ritualismo.

El término ritualización de la sensatez es la forma de Erikson de resumir los códigos de conducta aceptable. El niño que goza de un sentido de autonomía conoce las reglas y los papeles apropiados. El niño con un sentido de duda o vergüenza puede sujetarse a expresiones exageradas de las reglas, el ritualismo del legalismo. Por supuesto, el efecto en la autonomía puede derivar en otras formas de anormalidades, como rehusar exponerse a riesgos o abstenerse de participar en las interacciones sociales.

2.2.3 TERCERA ETAPA: *EDAD DE JUEGOS O INFANCIA MEDIA.*

Fuerza del Ego: **INICIATIVA CONTRA CULPA**

Atributo o virtud: autocontrol y fuerza de voluntad. Podríamos llamarle Determinación.

Ritualización: Autenticidad

Ritualismo: Limitación.

Edad: entre los 3 y 7 años.

Entre los tres y los siete años de edad, la necesidad de autonomía toma una forma más vigorosa; se vuelve más coordinada, eficiente, espontánea y dirigida hacia un objetivo. En este periodo, el principal logro del ego, según Erikson (1963), es el sentido de iniciativa y fracasar en esta tarea se interpreta como culpabilidad. Si la duda de sí mismo y la vergüenza son el resultado del fracaso de adquirir un sentido de autonomía, un sentido profundo y constante de culpa e indignidad es el resultado de no adquirir un sentido de iniciativa. Las capacidades y habilidades que maduraron durante la etapa de autonomía continúan su maduración; pero los esfuerzos de la autonomía toman ahora una gran actividad y dirección: emprendedora, dinámica, planificadora. El niño puede hacer cosas esenciales sin ningún esfuerzo, caminar, correr y levantar cosas cuya realización previamente le costaba trabajo; por consiguiente, la energía puede utilizarse de modo más eficiente. De hecho, el nivel de energía del niño es mayor y puede trabajar y jugar durante periodos más prolongados. Debido a que el niño puede hacer mucho más, el fracaso en una tarea puede olvidarse fácilmente conforme se dedica rápidamente a alguna otra cosa (Erikson, 1963).

En cada niño hay en cualquier etapa un nuevo milagro de despliegue vigoroso, el cual constituye una nueva esperanza y una nueva responsabilidad para todos. Este es el sentido de la cualidad extendida de la iniciativa. Los criterios para todos esos sentidos y cualidades son los mismos: una crisis más o menos rodeada de torpeza y temor, es resuelta, con lo que el niño súbitamente parece "crecer en conjunto" tanto en su persona como en su cuerpo. Parece "más auténtico", más cariñoso, relajado y lúcido en sus juicios, más activo y activador. Está en la posesión libre de un excedente de energía que le permite olvidar rápidamente los fracasos y aproximarse

a lo que parece deseable (aun cuando le parezca incierto o peligroso) con una dirección no disminuida y más exacta.

Erikson afirma que el intento de desarrollar un sentido de iniciativa adquiere un aspecto sexual, aun cuando al principio sea de carácter rudimentario. De manera más amplia, el niño deriva placer de la agresividad masculina y de las hazañas de conquista. Es curioso, activo e intruso. La niña se interesa románticamente en su padre. Su iniciativa sexual se transforma en modalidades de "capturar", formas agresivas de arrebatarse o de hacerse atractiva y cariñosa.

Erikson no modifica la idea de la iniciativa sexual, sino le coloca un tono más acorde con los principios convencionales del desarrollo infantil y concede un lugar preponderante, a las influencias sociales y del ego.

Los esfuerzos por la iniciativa, como la lucha por la autonomía, a menudo causan una colisión entre el niño y las personas con autoridad que pueden hacerlo sentirse culpable por entrometerse y afirmarse a sí mismo. El niño desea y compite con los adultos, atrayendo la atención de la madre para evitar la intromisión del padre, en el caso del niño; y también ser incluido en las conversaciones adultas y preocupándose por obtener los privilegios de la posición de los adultos, en el caso de ambos, niño y niña. Si los padres son demasiado rigurosos con el niño(a) y lo reprimen por interferir en sus actividades, el niño(a) desarrollará un sentido de culpa.

El sentido de iniciativa es influido en gran medida por el desarrollo del superego. El superego consta de dos componentes: conciencia (reglamentos internos, reglas y tabúes), y del ideal del ego (imágenes y modelos internalizados de conducta aceptable y loable). Esta es la parte del superego que supervisa y vigila al ego activo. Es el agente moral de la personalidad, que refleja las normas y los valores, así como los tabúes de la cultura. Estos son comunicados al niño en diversas formas: por los padres, otros niños, instituciones, personas tenidas como modelos y héroes de la sociedad. El superego tiene el poder de producir culpa en el ego, si éste no sigue los dictados de la conciencia o no vive de acuerdo con las prescripciones del ideal del ego. La culpa es sentida como indignidad, insatisfacción con el yo y a menudo depresión. Con el desarrollo del superego, entonces, el ego

comienza a recibir censura interna, además de externa, que comenzó en la etapa de autonomía. Las restricciones internas pueden volverse tan severas que la persona limita en un grado notable sus satisfacciones potenciales. En estos casos, la persona puede describirse como inhibida y de hecho necesitar terapia extensa para disminuir la tiranía del superego.

En las primeras etapas de la formulación del superego, algunos niños están demasiado dispuestos a reprimirse y castigarse a sí mismos. Las tendencias patológicas pueden desarrollarse por ese motivo: el autodesprecio crónico, la sobreconformidad compulsiva, el resentimiento profundo y constante, resultante del fracaso en satisfacer los patrones en la forma en que otros lo hacen. Cuando el superego persiste en una forma infantil, impide la libre expresión del ego; por lo tanto, se bloquea el desarrollo de un sentido de iniciativa y nunca se realizan los potenciales más completos del ego. El ego debe finalmente reducir la tiranía y el poder del superego al volverse fuerte y dominar la personalidad.

Erikson también subraya que aun cuando el superego puede ser un obstáculo serio al desarrollo y al funcionamiento de la personalidad, con el adiestramiento y experiencia apropiados puede volverse una importante ventaja personal. Si el desarrollo es normal, el niño está bastante deseoso de identificarse con las personas importantes en su vida: padres, profesores, héroes y otros modelos de su cultura. El niño está listo en esta etapa para los comienzos de las aventuras en equipo y el trabajo productivo rudimentario. Estas actividades pueden fortalecer sus capacidades para cumplir los requerimientos en la siguiente etapa, en la que enfrentará nuevos problemas. Si el desarrollo del niño es normal durante esta etapa, Erikson afirma, que el ego logra otra fuerza importante: la virtud de la determinación o direccionalidad.

La ritualización y el ritualismo de esta etapa son: Autenticidad contra imitación. Erikson subraya que los niños usan la conducta de juego para enfrentar la crisis psicosocial de la edad de los juegos, es decir, iniciativa contra culpa. El juego capacita al niño para volver a vivir, corregir o simplemente recrear experiencias pasadas, como medios de aclarar lo que constituyen los papeles auténticos. La conducta de juego ofrece oportunidades que no se presentan a través de la conducta real, de probar una diversidad de papeles y conductas aprobadas y

también deseables para la individualidad del niño. La exploración de la conducta productora de culpa también es posible por medio de la conducta de juego. En el juego solitario o en grupo, el niño adopta una variedad de papeles que representan las funciones aceptadas y reprobadas de la sociedad. En las dramatizaciones del niño, se imponen las recompensas y los castigos sancionados por la sociedad.

La formación del ideal del ego ocurre durante este periodo. El niño internaliza los patrones de conducta y los papeles sancionados y también rechaza los reprobados. A la iniciativa corresponden tareas concretas de permisibilidad y restricción.

El ritualismo que puede resultar es la imitación, o la usurpación de papeles y actitudes falsas. Los individuos pueden glorificarse, fingiendo tener atributos que no poseen. Otras formas de patología que pueden resultar de la resolución fallida de la crisis de iniciativa, son la represión del pensamiento y la inhibición de la actividad. La persona no se atreve a pensar ni imaginar ciertas líneas de conducta ni a tomar ciertas acciones. El otro extremo también es posible; la persona puede identificarse con papeles inaceptables y dar rienda suelta a sus impulsos sin sentir ninguna culpa.

Los niños con un sentido de iniciativa bien desarrollado pueden ser sinceros y actuar auténticamente a través de reglas culturales aceptables para su sexo, edad, posición y ambiente. La expresión exagerada es la imitación: intentos de impresionar a los demás con papeles artificiales.

2.2.4 CUARTA ETAPA: EDAD ESCOLAR O INFANCIA TARDÍA.

Fuerza del Ego: **LABORIOSIDAD CONTRA INFERIORIDAD.**

Atributo o Virtud: Competencia y método.

Ritualización: Formalidad.

Ritualismo: Formalismo.

Edad: entre los 7 y los 13 años.

Con un sentido básico de confianza, un sentido adecuado de autonomía y una dosis apropiada de iniciativa, el niño entra en la etapa de desarrollar la laboriosidad. Las fantasías e ideas mágicas de la infancia deben ceder el paso a la tarea de

prepararse para papeles aceptables en la sociedad. El niño se familiariza con el mundo de las "herramientas" en el hogar y la escuela. Los juegos continúan, pero se esperan del niño el trabajo productivo y los logros reales. Es preciso adquirir habilidades y conocimientos: el que se aprendan en un ambiente escolar formal o en una situación de campo depende de la cultura, pero todas las culturas proporcionan alguna forma de adiestramiento de los niños, es pues, la habilidad de generar conocimientos y habilidades apropiados

Se puede describir al niño de esta edad como un aprendiz del arte de aprender las tareas de la edad adulta. El periodo de adiestramiento es, por lo general, bastante prolongado en las sociedades civilizadas, debido a que se espera mucho de cada individuo. Hay muchas formas posibles de vivir en una sociedad tecnológica altamente diversificada, pero aún no se concibe la mejor preparación educativa; Erikson critica el sistema educativo actual por constituir una cultura independiente, no realmente en armonía con los requerimientos de la vida después de la etapa escolar. La escolaridad parece embotar y anular la creatividad, más que avivarla; fuerza a todos a entrar en un molde, que no es adecuado para la vida moderna en una sociedad compleja.

Aunque el aprendizaje antes de la edad de seis años se concentra principalmente en habilidades básicas, como hablar, caminar, vestirse y comer, los años escolares amplían estas habilidades para incluir el trabajo productivo, la vida social independiente y los comienzos de la responsabilidad personal. El niño aprende a ganar recompensas y alabanzas, haciendo cosas que son más que facsímiles de los logros reales. Erikson (1963) sostiene que si todo va bien durante este periodo entre los seis y los 12 años, el niño comenzará a desarrollar dos virtudes importantes: método y competencia. Por lo general, los niños están deseosos de ser como los adultos y, si no se reprimen sus esfuerzos, gustosamente cumplirán las demandas que se les hacen. Pero si esas demandas son contrarias a sus tendencias naturales (como sucede a menudo en la educación formal donde, por ejemplo, se espera que los niños estén sentados y presten atención durante largos periodos), se rebelan y se resistirán.

Si las cosas toman un mal camino Erikson nos dice:

El peligro del niño, en esta etapa, radica en el sentido de insuficiencia e inferioridad. Si se desespera de sus herramientas y habilidades o de su posición entre sus compañeros que utilizan las herramientas, puede desanimarse respecto a su identificación con ellos y con un segmento del mundo que utiliza la herramienta. La pérdida de la esperanza de esta asociación "industrial" puede hacerlo regresar a la rivalidad familiar de la época infantil, más aislada y menos consciente de las herramientas. El niño se desespera de sus dotes en el mundo de las herramientas y en su anatomía y se considera condenado a ser mediocre o inadecuado. Es en este punto en que una sociedad más amplia se vuelve importante en sus formas de admitir al niño a un entendimiento de los papeles significativos en la tecnología y la economía. Muchas veces se interrumpe el desarrollo del niño cuando la vida familiar no ha sabido prepararlo para la vida escolar o cuando ésta no cumple las promesas de las etapas anteriores (1963).

Y nuevamente: pero hay otro peligro, más fundamental, a saber, la restricción y la contracción de los horizontes que el hombre se impone a sí mismo para incluir solamente su trabajo para lo cual, según la Biblia, ha sido sentenciado después de su expulsión del paraíso terrenal. Si acepta el trabajo como su única obligación, y "lo que funciona" como su único criterio de lo que vale la pena, puede volverse en esclavo conformista e irreflexivo de su tecnología y de quienes están en posición de explotarlo (1963).

La ritualización y el ritualismo de esta etapa son: Formalidad contra formalismo. La ritualización de la formalidad ocurre durante la edad escolar. El niño en crecimiento aprende habilidades apropiadas, ejecución metódica y patrones de perfección. El juego es transformado en trabajo. En contraste con la ritualización de la sensatez, que se refiere a la conducta moral y socialmente correcta, la ritualización de la formalidad tiene que ver con las formas apropiadas de hacer algo. Las habilidades para la solución de problemas y las estrategias que promueven un sentido de laboriosidad y competencia.

La formalidad puede expresarse en el ritualismo del formalismo perfeccionismo, ceremonialismo vacío. Los estudiantes que sólo se interesan en las calificaciones ejemplificarían el ritualismo del formalismo. En referencia al nombre de este

ritualismo, Erikson dice: " ...cualquiera que sea el nombre, debe expresar el hecho de que la lucha humana por el método y la lógica puede también conducir a una autoesclavitud, que convierte a cada hombre en lo que Marx llamó un "idiota astuto", es decir, alguien que por la misma pericia olvidará y negará el contexto humano dentro del cual tiene una significación y, quizá, una función peligrosa" (Dicaprio 1989). Uno puede estar tan cautivado acumulando dinero que esto se vuelve un fin en sí mismo, más que un medio. Uno quizá esté tan preocupado con la eficiencia que hace caso omiso de los resultados.

La persona que ha alcanzado un sentido de laboriosidad utiliza la ritualización de la formalidad, que puede interpretarse como maneras eficaces de hacer las cosas. La persona que se siente inferior puede recurrir al ritualismo del formalismo: el fingimiento de ser competente.

De nuevo, como en las otras fallas del ego, hay otras formas de anomalías. La persona que se siente inferior puede evitar la competencia y los esfuerzos activos para superar sus limitaciones, haciéndolo en forma de conformidad.

Los primeros logros se relacionan con el manejo personal y las actividades de juego. Aunque durante la etapa de la laboriosidad el niño aprende a realizar muchas cosas que los adultos hacen leer, escribir y calcular estos logros están aún en el campo del entrenamiento y no contribuyen al bienestar del hogar. La formación del sentido de identidad del niño puede verse afectada en forma adversa: puede experimentar sentimientos de inferioridad, debido a que comprende que las actividades de juego son sólo juego y que ser un adulto es una posición mucho más deseable. .

2.2.5 QUINTA ETAPA: ADOLESCENCIA

Fuerza del ego:

IDENTIDAD CONTRA CONFUSIÓN DE ROLES.

Atributo o Virtud: Fidelidad y devoción.

Ritualización: Ideología

Ritualismo: Totalismo

Edad: de los 13 a los 20 años.

Durante los años de adolescencia el tema del logro se vuelve altamente crítico y a menudo los jóvenes sienten que no son muy hábiles en ninguna actividad. Son juzgados por sus logros y se juzgan a sí mismos según éstos. Hay muchas áreas de logro y las normas son muy elevadas. En realidad, el idealismo afecta mucho de lo que los jóvenes tratan de alcanzar, por lo que a menudo sus logros quedan cortos en relación con sus expectativas y se decepcionan y desaniman. Pueden culpar a la sociedad, pero por lo general tienen la idea obsesiva de tener ellos la culpa en el fondo. Por consiguiente, el logro debe capacitarlos para encontrar un lugar dentro de su grupo social; deben aprender cómo vestir y actuar en la forma definitiva que apruebe el grupo. A menudo los patrones, aunque impuestos estrictamente, no están especificados con claridad. Estos jóvenes están en un trance particularmente penoso; experimentan rechazo y censura, pero permanecen en la obscuridad en cuanto a las razones.

Erikson subraya que en una sociedad industrializada compleja la formación de un sentido de identidad confronta al joven con otros problemas peculiares. Los jóvenes están desconcertados; su conocimiento de lo que tienen disponible es vago y son limitadas sus oportunidades de ensayar diferentes estilos de vida. Al no saber realmente qué rumbo tomar, están obligados a aventurarse a lo largo de una senda en particular, con muchas incertidumbres e incógnitas que ensombrecen su camino. Hay injusticias en pertenecer a una clase, desigualdad de oportunidades, valores diferentes y diversas desviaciones de la corriente principal de la cultura. Por ejemplo, el niño que crece en una familia cuya fuente de ingreso es muy limitada, o en la que el padre nunca ha tenido un trabajo estable, seguramente tiene modelos deficientes para moldear su propio sentido de identidad. De la discusión precedente, debe aclararse que la formación de un sentido de identidad es un proceso altamente complejo, que se lleva a cabo en un largo periodo y a menudo el individuo es víctima de circunstancias que no puede controlar lo cual propicia difusión y confusión de los papeles.

Erikson hace notar que la identidad se relaciona con la elaboración de compromisos a largo plazo:

La adolescencia es la última etapa de la infancia. Sin embargo, el proceso adolescente queda concluyentemente completo sólo cuando el individuo ha subordinado sus identificaciones infantiles a una nueva clase de identificación, lograda al absorber la sociabilidad, y en un aprendizaje competitivo con sus compañeros de edad. Estas nuevas identificaciones no están ya caracterizadas por la alegría de la infancia y el entusiasmo experimental de la juventud; con urgencia extrema obligan al joven a tomar opciones y decisiones que, con creciente urgencia lo llevan a comprometerse "para toda la vida". La tarea que debe ser ejecutada aquí por el joven y por la sociedad es formidable. Necesita, en diferentes individuos y en diferentes sociedades, grandes variaciones de la duración, la intensidad y la ritualización de la adolescencia. Las sociedades ofrecen, conforme lo requieran los individuos, periodos intermedios, más o menos sancionados, entre la infancia, y la edad adulta, a menudo caracterizados por una combinación de inmadurez prolongada y precocidad provocada (1963).

Erikson denomina este periodo intermedio de inmadurez prolongada moratoria psicosocial. Erikson ha utilizado el término moratoria psicosocial para designar algunas conductas muy desconcertantes de la adolescencia tardía y la edad adulta temprana. Se refiere a una ruptura temporal con las demandas del curso psicológico de desarrollo. En su forma más pura, la moratoria es un cambio abrupto en la dirección de la conducta. Por ejemplo, el estudiante de bachillerato que ha proclamado que planea asistir a la universidad puede cambiar de opinión en el último momento. En vez de inscribirse en la universidad puede ingresar en los Cuerpos de Paz, aceptar un empleo o simplemente no hacer nada por un tiempo. Esta actitud al parecer irresponsable la malinterpretan fácilmente los padres y maestros como pereza, desafío o un claro trastorno de la personalidad. Pero Erikson tiene un punto de vista diferente; cree que es una respuesta normal a las tensiones y esfuerzos del crecimiento. La moratoria psicosocial ofrece una inusitada oportunidad para escudriñar los valores de una persona. Cuando los jóvenes reanudan sus actividades anteriores a menudo tienen mayores oportunidades de lograr sus objetivos.

Para los muchos que literalmente no pueden "desertar", hay reacciones más sutiles. El joven universitario puede comenzar a beber en exceso, ingerir drogas o unirse a

un grupo extremista y dedicar todo su tiempo a asuntos ideológicos. El joven puede perder el incentivo para llevar sus asignaturas, quizá incluso salga reprobado en un semestre o sus calificaciones pueden descender bruscamente o tal vez experimente hastío y fatiga buena parte del tiempo. Si tiene éxito el proceso de alcanzar un sentido de identidad, los individuos están convencidos de que tenían que convertirse en lo que son, que no existe otra manera de ser para ellos; es más, deben sentir que la sociedad los ve de esa forma. Esta convicción implica que se sienten integrados, consigo mismos y a gusto en relación a su ambiente físico y social (Erikson 1968). Este sentido total de identidad es un ideal que nadie alcanza completamente o logra de una vez y para siempre. La mayoría de las personas se sienten aceptadas y se aceptan a sí mismas en algunos aspectos de sus vidas y parcial o totalmente rechazadas en otras. Además, la integración de la personalidad es siempre una cuestión de grado; todos experimentamos tendencias divergentes dentro de nosotros mismos, aspectos disociados de la personalidad que se comportan como personalidades y elementos aparte y parecen totalmente ajenos. Con respecto al curso de desarrollo de un sentido de identidad, Erikson dice:

Desde un punto de vista genético, entonces, el proceso de formación de identidad emerge como una configuración que evoluciona una configuración que se establece gradualmente por las sucesivas síntesis y resíntesis del ego a través de la infancia. Es una configuración que integra gradualmente dones constitucionales, capacidades favorecidas, identificaciones significativas, defensas efectivas, sublimaciones acertadas y papeles congruentes. La reunión final de todos los elementos de identidad convergentes al final de la infancia y el abandono de los divergentes, parece ser una tarea formidable.

En sus intentos de alcanzar su sentido de identidad, la juventud experimenta tanta confusión de papeles como difusión de papeles, particularmente hacia el final de la adolescencia, cuando los primeros conflictos se intensifican y es mayor la urgencia de adoptar un papel estable. El adolescente "juega" con diferentes papeles animado por la esperanza de encontrar uno que le "quede" (Erikson, 1956, citado por Cueli 1998). Las defensas del ego durante este periodo son bastante fluidas y la experimentación de papeles puede dar la impresión de que existe un trastorno grave de la personalidad, a pesar de que a menudo el único medio que tiene el joven para

enfrentarse con las tensiones internas y externas es el empleo del comportamiento de ensayo y error y los mecanismos de adaptación. En esta época, el sentido de difusión de papeles o falta de identidad, está a su máximo; cuando se logra un sentido de identidad, se experimenta como un estado emocional placentero, como Erikson subraya: "Un sentido óptimo de identidad... se experimenta como un sentido de bienestar psicosocial. Se experimenta también un bienestar de estar en el propio cuerpo.

La ritualización y el ritualismo de esta etapa son: Ideología contra totalismo. Durante la adolescencia, ocurren muchos cambios físicos, psicológicos y sociales que comienzan a definir la categoría de adulto. Una diversidad de papeles debe ser integrada conforme el individuo busca un sentido continuo de identidad. Las tensiones de este periodo pueden conducir a diversas estrategias anormales, por ejemplo la regresión a las técnicas de comportamiento infantil como un medio para evitar la tensión del cambio, o salirse de la corriente principal (la moratoria psicosocial) para encontrarse uno mismo o un compromiso fanático a un sistema o culto.

El individuo en la adolescencia tardía busca las respuestas a algunas interrogantes básicas de la vida para comprometerse con los valores culturales y los patrones aceptados de conducta. La mejor resolución de las ideologías en conflicto que afrontan los adolescentes es la inducción dentro de la cultura como adultos contribuyentes que ocupan posiciones aceptadas y observan reglas aprobadas. Erikson llama a la ritualización de este periodo ideología, la cual se refiere a la identificación con los ritos y patrones de la cultura. El ritualismo de esta etapa es el totalismo. Erikson dice: "El elemento ritualista reservado para la juventud lo he llamado totalismo, o sea la preocupación exclusiva con lo que parece incuestionablemente ideal dentro de un sistema hermético de ideas" (1977, pág. 110). La persona se encierra a sí misma en un sistema que ofrece una forma de vida ideal una religión, un sistema económico, un sistema político.

Ciertos ritos y ceremonias marcan el cambio de la adolescencia al estado adulto, tal es el caso de la graduación del bachillerato, la obtención de la licencia para manejar, llegar a la edad exigida para votar, poder comprar bebidas alcohólicas. Un reciente

anuncio comercial sugería que el momento de alcanzar el estado adulto estaba marcado por la primera compra que realiza la persona con una tarjeta de crédito. Estas diversas ceremonias confieren derechos, obligaciones y privilegios, y también inician a la persona joven en la corriente principal de la cultura.

La persona que ha alcanzado un sentido de identidad se compromete con una ideología aceptada, un sistema de creencias y valores aprobado por su cultura. La vida está reglamentada por esas creencias y patrones. La persona que sufre de confusión de papeles carece de ese compromiso. Hay muchas formas de anormalidades que pueden ocurrir. El ritualismo del totalismo enfatiza la persecución fanática de ideales y las respuestas absolutas a los principales problemas de la vida.

Le hemos puesto más atención al sentido de identidad que a cualquiera de las otras etapas psicosociales, porque este periodo es crucial en el desarrollo de la personalidad.

La falta de alcanzar un sentido sano de identidad tiene mayores efectos adversos en el desarrollo y el funcionamiento de la subsecuente personalidad que los demás logros psicosociales.

Erikson atribuye dos virtudes humanas muy importantes, devoción y fidelidad, a la consecución de un sentido sano de identidad. Sin un firme sentido de identidad, la persona no puede ser leal a nada ni nadie.

2.2.6 SEXTA ETAPA: ESTADO ADULTO TEMPRANO o JUVENTUD.

Fuerza del Ego: INTIMIDAD CONTRA AISLAMIENTO.

Atributo o virtud: AMOR y afiliación.

Ritualización: Afiliatividad.

Ritualismo: Elitismo.

Edad: de los 20 a los 40 años.

Las interacciones sociales son significativas a lo largo de toda la vida, pero durante el estado adulto temprano alcanzan un punto crítico. La mayoría de las personas tienen un anhelo profundo de relacionarse íntimamente con un miembro del sexo opuesto, y el matrimonio es el medio usual mediante el cual se satisface esta necesidad. Se recordará que si la exigencia o tarea básica de una etapa en particular se termina con éxito se convierte en una fuente principal de actividad y placer en la siguiente etapa. El adolescente que lucha con problemas de identidad se aproxima temerosamente a las relaciones sociales, con más desagrado que placer; pero si ha resuelto sus problemas de identidad, las interacciones sociales también mejorarán. Conforme el adulto joven satisface con competencia los retos de las interacciones sociales, disfruta genuinamente las relaciones sociales, tanto las íntimas como las casuales.

La intimidad en las relaciones humanas presupone otros logros importantes y, por tanto, muchas personas son incapaces de lograrla. Nadie puede formar una relación íntima sin una confianza básica en el otro. Entonces, también, la relación íntima se construye sobre la autonomía segura de ambas partes; la persona con los pies en la tierra puede dar más que el individuo dependiente, desvalido, que sólo desea recibir. Un sentido de iniciativa bien desarrollado capacita a los cónyuges a realizar cosas productivas para el otro. Un sentido de laboriosidad capacita a cada uno a mostrar amor en una forma tangible, haciendo cosas en forma competente para su pareja. El sentido de identidad proporciona a la pareja el papel de ego estable, una capacidad sana para la fidelidad y una serie bien definida de valores y prioridades.

Erikson acepta la idea de que uno de los signos de madurez es la capacidad de amar. Amar verdaderamente exige cualidades como compasión, simpatía, empatía, identificación, reciprocidad y mutualidad. La compasión es el sentimiento de ternura hacia otro y el deseo de ayudarlo. La simpatía significa unidad o armonía con otro. La empatía es el sentimiento de compartir una experiencia. La identificación es convertirse en una sola persona con el otro. La reciprocidad significa aceptar el punto de vista del otro como igualmente válido que el propio. La mutualidad significa querer lo que el otro desea dar y conceder lo que el otro desea recibir. Estos son los aspectos sociales de la personalidad, sin los cuales no puede haber intimidad.

Consideremos el matrimonio como un ejemplo de una relación íntima; si el matrimonio ha de tener éxito, cada cónyuge debe sentir hacia el otro las emociones que mencionamos. Debe haber mutualidad y reciprocidad; cada uno debe querer lo que el otro puede dar y, a su vez, ser capaz de dar lo que el otro desea o necesita. Cada uno desiste de una parte de sus deseos por los del otro. La compasión, simpatía, empatía e identificación sirven para suavizar los puntos ásperos y las diferencias naturales entre hombre y mujer, así como agregan riqueza a la relación. Estos sentimientos y emociones sociales son bastante evidentes en el acto sexual, el cual es, sin embargo, sólo una faceta de la intimidad asociada con el matrimonio. Antes que se alcance esta madurez genital, gran parte de la vida sexual es de búsqueda de sí mismo, del tipo ávido de identidad.

Con el término genitalidad, Erikson quiere significar algo más que una tensión biológica, implica a la persona completa y una interacción compleja entre los dos cónyuges; mantiene a la pareja unida como ninguna otra cosa puede hacerlo. Erikson (1963) cree que ciertos aspectos de masculinidad son ofensivos para las mujeres y algunos aspectos de feminidad lo son para los hombres. El compartir el placer genital es un medio de afrontar la oposición de los cónyuges; cada uno necesita al otro para satisfacer sus necesidades.

La incapacidad para establecer relaciones íntimas satisfactorias a menudo deja a las personas con un sentido profundo de aislamiento y extrañeza. Aunque las personas sean capaces de sobrellevar su trabajo y mantener alguna apariencia de intimidad en las relaciones superficiales, pueden experimentar un sentimiento profundo de vacuidad y soledad. La mayoría de los seres humanos parece tener una necesidad intensa de amar y una necesidad igualmente intensa de ser amada. Si estas necesidades no se satisfacen, surge un sentido obsesivo de estar incompleto. Otras reacciones al fracaso en la necesidad de intimidad incluyen papeles sociales estereotipados, como ser siempre sarcástico, siempre el payaso o someterse crónicamente a la voluntad de los demás.

Al enfatizar el papel de la intimidad durante el estado adulto temprano, Erikson no dice mucho acerca de la otra tarea importante de este periodo, a saber, prepararse y

trabajar de manera competente en una profesión. Todos estamos obligados a encontrarnos un sitio en la vida y esto, por lo general, significa alguna clase aceptable de trabajo. Quizá Erikson cree que la necesidad de intimidad eclipsa la necesidad de una profesión en esta etapa, particularmente debido a que el trabajo se vuelve el interés dominante de la siguiente etapa, de la generatividad contra el estancamiento.

Erikson atribuye dos virtudes importantes a la persona que se ha enfrentado con éxito al problema de la intimidad: afiliación (formación de amistades), y amor (interés profundo en otra persona).

La ritualización y el ritualismo de esta etapa son: Afiliatividad contra elitismo. La ritualización del estado adulto temprano es la ritualización afiliativa. Se refiere a los ritos asociados con la afirmación mutua de la identidad de las personas que cuidan unas de otras. En una relación hombre-mujer, la ritualización afiliativa fomenta la complementariedad de las identidades. La ceremonia del matrimonio y la subsecuente luna de miel celebran formalmente la unión de las dos partes. Hay ciertas prácticas ceremoniales, como el intercambio de anillos, el juramento de fidelidad y otras prácticas simbólicas que imparten al acontecimiento un sello de dignidad y solemnidad. Erikson sostiene que todas las ritualizaciones precedentes contribuyen a las posteriores: la ceremonia del matrimonio crea un lenguaje numinoso; tiene elementos de sensatez en el hecho de que ciertos derechos son concedidos y sancionados; éste es un suceso dramático con prácticas ceremoniales específicas; hay un aspecto formal del acontecimiento que debe observarse con gran detalle; las promesas mutuas ayudan a definir la identidad de cada cónyuge como marido o mujer.

La exageración de la ritualización afiliativa es la que Erikson llama el ritualismo del elitismo, que se refiere a un sentido de superioridad de un tipo o grupo de afiliaciones.

Su lado ritualístico es una especie de narcicismo compartido en la forma de un elitismo de grupos exclusivos. Debe ser evidente que exactamente esta abierta manifestación de gustos compartidos y predilecciones, de opiniones entusiastas y

juicios severísimos que tan a menudo invaden las conversaciones y acciones de los jóvenes adultos vinculados por amor, trabajo, amistad, o ideologías, completan la forma humana de aquellos lazos instintivos que se confirman en las ceremonias de salutación mediante las cuales, digamos las aves quieren decir que han sido hechos el uno para el otro y para comprometerse en la procreación

Los símbolos de categoría, las ínfulas y las afiliaciones a círculos exclusivos ejemplifican el ritualismo del elitismo.

El sentido de intimidad requiere las capacidades y sentimientos apropiados para formar vínculos humanos, afiliación con los demás. El sentido de aislamiento se caracteriza por deficiencias en las habilidades y sentimientos afiliativos. El ritualismo del elitismo es, sin embargo, una forma de anormalidad resultante del fracaso en la adquisición de un sentido de intimidad. El elitismo se refiere a una afiliación "esnobista"; formación de grupos "de moda"; un sentido de posición de grupo superior.

2.2.7 SÉPTIMA ETAPA: ESTADO ADULTO MEDIO o MADUREZ.

Fuerza del ego: GENERATIVIDAD CONTRA ESTANCAMIENTO.

Atributo o Virtud: Cuidado y Producción.

Ritualización: Generacional o Generatividad.

Ritualismo: Autoritarismo.

Edad: de los 40 a los 60 años.

Junto con la capacidad de amar, la capacidad de trabajar en forma eficaz es una señal de madurez. Erikson (1963) ha delineado una etapa de la vida que ha llamado generatividad para describir la necesidad de un trabajo y afecto sostenidos y productivos. El periodo comprende los años intermedios, de aproximadamente los 25 años a los 60 años de edad. Quizá exista algún desacuerdo acerca del límite superior de este periodo, debido a que ha aumentado la esperanza de vida. Es dudoso que este largo e importante periodo de nuestra vida pueda entenderse como una etapa sencilla. Este es por lo general el periodo de mayor productividad en la

vida; las personas se establecen en una profesión, forman una familia y se forjan una reputación favorable en la comunidad.

Esta es la época en que el individuo alcanza la más completa madurez física, psicológica y social. El funcionamiento vigoroso requiere los logros de las etapas anteriores. Las personas tienen más que ofrecer durante estos años, un hecho bastante evidente es la crianza de una familia, la cual exige la máxima generosidad.

El cuidado de un niño requiere entrega ilimitada de uno mismo. Aunque algunos padres pueden utilizar a sus hijos para satisfacer necesidades anormales, la mayoría no tiene hijos por razones egoístas. Erikson señala que los padres necesitan a los hijos, tanto como éstos necesitan a los padres. Hay matrimonios que no desean hijos y muchos hombres y mujeres parecen bastante satisfechos sin casarse y sin prole. No obstante, es un hecho que, en las circunstancias correctas, tener hijos agrega a la vida una dimensión que no tiene sustituto.

La falla en lograr generatividad (tomando en su sentido más amplio como productividad y creatividad en todas las esferas de la vida) es designada por Erikson estancamiento. Un sentido de estancamiento es un empobrecimiento personal. La víctima puede sentir que la vida es monótona y vacía, que simplemente está marcando el tiempo y volviéndolo viejo sin cumplir sus expectativas. Las personas que se estancan no utilizan eficazmente sus dotes; no hacen su vida interesante ni agradable. Se vuelven apáticos y se quejan de fatiga crónica o pueden ser quejumbrosos y resentidos crónicos. Muchas amas de casa se quejan de que sus vidas son bastante oscuras y monótonas, que están confinadas y atrapadas con sus hijos todo el día y que tienen que hacer tareas serviles. Muchos hombres se quejan de que su trabajo, que quizá fue emocionante los primeros dos o tres años, es obscuro y monótono y que su vida es un tiovivo perpetuo, sin nada verdaderamente interesante que hacer. Estos son casos de fracaso en la utilización de las habilidades personales para hacer la vida un flujo siempre creativo de experiencia. Aun el trabajo más rutinario puede hacerse de manera placentera, si se emplea el ingenio. Ser capaz de trabajar productivamente y con creatividad requiere la consecución de todos los logros de las etapas previas, y no es sorprendente que muchas personas fracasen en el asunto de la generatividad, debido a que no están

completamente preparados para enfrentarse con su situación en la vida durante este periodo. Parece que el problema del significado de la existencia es una de las preocupaciones principales de nuestros días, cuando la existencia misma es tan precaria. Las personas generativas encuentran significado en la utilización de sus conocimientos y habilidades para su propio bien; por lo general, les gusta su trabajo y lo hacen bien.

Las dos virtudes atribuibles a la persona que ha alcanzado la generatividad son: producción o trabajar creativa y productivamente y afecto o trabajar para el beneficio de otros.

La Ritualización y el Ritualismo de esta etapa son: Generacional contra autoritarismo. El adulto es un comunicador de ritos a la nueva generación. Erikson llama generacional a la ritualización del estado adulto maduro. El adulto asume una variedad de papeles, que incluyen ritualizaciones como maestro, guía paternalista, solucionador de problemas, proveedor y protector. La cultura dicta ciertos papeles y prácticas, que son apropiadas para la categoría de padre. Un progenitor en particular recibe apoyo en sus papeles de estas ritualizaciones, que permiten que la cultura pase a la siguiente generación. Muchas de las ritualizaciones previas ocupan una parte, como la numinosa (la autoridad paterna), la sensatez (el proveedor de la verdad y la conducta apropiada), el modelo de autenticidad, el que lleva las habilidades y tradiciones apropiadas, la fuente de ideologías, el ejemplo de intimidad, la persona generacional y productiva y la fuente de sabiduría. El ritualismo de este periodo es lo que Erikson llama autoritarismo y se refiere a la suposición autoconvencida o espuria de la autoridad. Recordemos al padre que asume el papel de dictador, utilizando sus conocimientos y autoridad para dominar a los jóvenes.

El autoritarismo es el ritualismo de los años medios, una forma exagerada de ritualización generacional, referente a los papeles paternos rígidos y autoritarios. La persona que experimenta un sentido de estancamiento durante los años medios puede sufrir multitud de otras anormalidades. La ritualización generacional es el término de Erikson para los modos de paternidad culturalmente aceptados, que transmiten lo mejor de una cultura a la generación siguiente.

2.2.8 OCTAVA ETAPA: ESTADO ADULTO TARDÍO o ANCIANIDAD.

Fuerza del Ego: INTEGRIDAD DELEGO CONTRA DESESPERACIÓN.

Atributo o Virtud: SABIDURÍA.

Ritualización: Integridad.

Ritualismo: Sapietismo.

Edad: de los 60 a la muerte.

La octava y última etapa de la vida, en el esquema de Erikson, abarca de los 60 años a la muerte. La integridad del ego, que es la tarea principal de este periodo, implica una unificación de toda la personalidad, con el ego como la principal fuerza determinante.

Cada etapa de la vida confronta al ego con una tarea importante.

Esta es la manifestación acumulada del ego, de su propensión al orden y el significado. Es un amor posnarcisista del ego humano no del yo como una experiencia que transmite cierto orden del mundo y sentido espiritual, no importa cuan costoso le sea. Es la aceptación de su propio y único ciclo de vida, como algo ineludible y que, por necesidad, no admite substitutos. Por tanto, significa un amor nuevo y diferente de los propios padres.

La perspectiva de llegar al final de la vida puede producirles profunda angustia a muchas personas. Los ancianos experimentan dificultades, que varían de dolores y malestares físicos, de apatía y pérdida de interés en las cosas y las personas, hasta sentimientos de inutilidad, aislamiento y desesperación el término que utiliza Erikson para resumir todos estos problemas. Erikson no cree que el último periodo de la vida deba ser desolado y aterrador para todos; no lo es para quienes han cumplido con éxito las tareas de las etapas previas. Necesitamos confiar en que hemos vivido una vida agradable y confiar, también, en que la muerte no será una experiencia terrorífica; de hecho, para quienes creen en la vida futura, la muerte es el umbral de un nuevo tipo de existencia. La autonomía es necesaria para encarar con seguridad en sí mismo los problemas de este periodo. La iniciativa y la laboriosidad son

necesarias para cambiar las circunstancias susceptibles de cambio. El sentido de identidad es la posesión más vital, debido a que el ego es valorado como la faceta más importante de nuestra personalidad. Al haber logrado amistades profundas, trabajando productiva y acertadamente, la persona no siente remordimientos ni deseos prolongados por las cosas de la juventud. Así, en un sentido, cada logro lo prepara a uno para la tarea final de la vida: la capacidad de encarar la muerte sin desesperación y con el sentimiento de haber llevado una vida plena, vivida como tenía que ser.

Muchos ancianos declaran que no les atemoriza pensar en su propia muerte. Habiendo vivido sus vidas con plenitud no desean una existencia perpetua en la tierra. Esto es, si cada periodo fue vivido plenamente a su tiempo, y no quedaron necesidades insatisfechas para atormentarlos. El sentimiento puede compararse con el consumo de diversos platillos en un banquete; después de haber saboreado la sopa, se pierde el gusto por ésta y se desea otra cosa. Si se ha tenido una infancia satisfactoria, una carrera brillante, un buen matrimonio y una familia que creció y se independizó, se han experimentado los placeres de la vida y no queda mucho más que se pudiera desear.

Sería demasiado optimismo suponer que el mayor misterio de la vida puede enfrentarse sin temor. Cada nueva aventura, no importa lo bien preparado que uno esté, se emprende con temor y vacilación. Consideremos el primer día de escuela, el primer día de trabajo, el día de nuestra boda, el día que llevamos a casa al primer hijo y muchos, muchos otros acontecimientos. Cada empresa primordial de la vida exige fuerza al ego y la muerte probablemente presenta el mayor de los desafíos.

No obstante, cada etapa también proporciona mayor fuerza y rapidez al ego para los desafíos de la siguiente etapa. Habiendo aprovechado las experiencias de la vida, el anciano encara el último periodo de la vida con sabiduría.

La virtud que Erikson atribuye a esta etapa es precisamente la Sabiduría. Aquellos que encuentran la muerte totalmente incomprensible y terrible han fracasado en los logros anteriores en su vida.

La Ritualización y el Ritualismo de esta etapa son: Integral contra sapientismo. Erikson se refiere a la ritualización de la ancianidad como la integral, por la que parece significar la unificación de los objetivos de la vida. La persona que ha pasado con éxito a través del ciclo de vida dentro de una sociedad en particular y ha satisfecho sus necesidades está en posición de afirmar que ha sido valiosa su vida. Los ancianos son la personificación de la sabiduría tradicional de una cultura particular. El ritualismo de la ancianidad es el sapientismo, que es la pretensión insensata de ser sabio. Erikson dice:

Podemos ver ahora lo que los ritos deben ejecutar: combinando y renovando las ritualizaciones de la infancia y afirmando la sanción generativa, ayudan a consolidar la vida adulta, una vez que sus compromisos e inversiones han conducido a la creación de nuevas personas y la producción de nuevas cosas e ideas. Y, por supuesto, enlazando el ciclo de vida e instituciones dentro de un todo significativo, crean un sentido de inmortalidad, no sólo para los dirigentes y la élite, sino también para todos los participantes. Y ahí puede ser poco dudoso que la ritualización de la vida diaria permite, e incluso demanda, que los adultos olviden la muerte como el fin inescrutable de toda la vida y le da prioridad a la realidad absoluta de la vida del mundo compartida con otros de la misma geografía, historia y tecnología. Por medio de los ritos, de hecho, la muerte se vuelve el límite significativo de esta realidad.

Podemos pensar en la ritualización integral como en la personificación de la verdadera sabiduría y el autorrespeto sano. Las personas que han alcanzado el sentido del valor de su vida aprecian las limitaciones de ésta. El sapientismo se expresa en formas autoritarias -como saber más que ningún otro, como tener las respuestas únicas; como tener absolutamente la razón. De nuevo esta es una forma de anormalidad, asociada con el fracaso en la consecución de la fuerza del ego de la integridad.

Para apreciar el significado y el valor de las ritualizaciones, pensemos en cuales son los tipos de conducta apropiados y dignos de elogio en nuestra cultura para el anciano o la anciana. Podemos pensar en conductas tales como contar cuentos, jugar con los nietos, ocuparse en ciertos tipos de pasatiempos y así sucesivamente. Para cada una de las etapas hay ritualizaciones apropiadas, pero también ritualismos que son conductas inapropiadas.

Cuadro Sinóptico de las Etapas del Desarrollo Psicosocial de Erik Erikson.

<i>Etapa</i>	<i>Crisis del Yo.</i>	<i>Virtudes o Fuerzas del ego</i>	<i>Tarea Significativa</i>	<i>Ritualización</i>	<i>Ritualismo</i>
1. Lactancia	Confianza vs. desconfianza	Esperanza	Afirmación mutua de la madre y el hijo	Numinosidad	Idolatría
2. Primera infancia	Autonomía vs. vergüenza y duda	Valor, autocontrol y fuerza de voluntad	Diferenciación entre lo bueno y lo malo	Sensatez	Legalismo Moralismo
3. Edad de juegos	Iniciativa vs. Culpa	Determinación	Experimentación de roles	Autenticidad	Imitación
4. Edad escolar	Laboriosidad vs. inferioridad	Competencia y método	Aprendizaje de habilidades	Formalidad	Formalismo
5. Adolescencia	Identidad vs. confusión de roles	Amor y devoción	Establecimiento de una filosofía de vida	Ideología	Totalismo
6. Estado adulto temprano	Intimidad vs. aislamiento	Amor y afiliación	Relaciones sociales mutuamente satisfactorias	Afiliatividad	Elitismo
7. Estado adulto medio	Generatividad vs. estancamiento o autoabsorción	Afecto y producción	Perpetuación de la cultura	Generacional	Autoritarismo
8. Estado adulto Tardío	Integridad del yo vs. desesperación	Sabiduría	Aceptación de la conclusión de la vida	Integridad	Sapientismo

Desde mi punto de vista, la confianza debe haberse desarrollado por derecho propio, antes de convertirse en algo más que el encuentro crítico en el que se desarrolla la autonomía y así sucesivamente, siguiendo el desarrollo en línea vertical. Si en la última etapa cabe esperar que la confianza se haya convertido en la fe más madura que una persona que envejece puede alcanzar en su marco cultural y su periodo histórico, el cuadro permite la consideración no sólo de lo que debe ser la ancianidad, sino también de cuáles deben haber sido sus etapas preparatorias. Sin embargo, debemos tener claro que no todas las etapas cursan de la misma manera para todas las personas, y podríamos añadir que esto saldría totalmente de lo generalmente esperado, cuando se trata de una persona con discapacidad.

CAPITULO 3

Metodología

Entenderemos como metodología, en Ciencias Sociales, a la manera de realizar la investigación. Históricamente se han dado dos corrientes teóricas sobre ésta: la positivista (hechos independientes de la subjetividad) y la fenomenológica (hechos ponderados en la experiencia personal) (Merino, C. 2002).

3.1 Investigación Cualitativa

La metodología cualitativa se refiere a la investigación que produce datos descriptivos. La investigación cualitativa ha significado una revolución dentro y fuera de los métodos cuantitativos y experimentales, que en los años ochenta alcanzó notable auge en el mundo occidental (Kuhn, T. 1975).

En los medios académicos mexicanos el interés por diversas manifestaciones cualitativas de la investigación comenzó a despuntar con la organización de unos pocos cursos y seminarios bajo el enfoque crítico de la Investigación acción, la Etnografía, la Sociología Clínica, el análisis del discurso y de los “métodos cualitativos” en general. (Merino, 2013)

Actualmente en el amplio terreno de la Psicología, las perspectivas que se adoptan respecto a su práctica son varias: una es la llamada positivista o cuantitativa, representada por las corrientes experimentales, conductual, funcionalista, cognitivo-conductual. Otra, es una vertiente humanista, que ofrece numerosas alternativas de aproximación e intervención a los fenómenos psíquicos (Martínez Migueles, M. 1982).

También tenemos la vertiente psicodinámica, la sistémica y la transpersonal (Merino, 2013)

La vida humana tiene una riqueza de contenido que no captan las técnicas matemáticas u operacionalistas y necesita métodos más humanos y personalistas. La clave para la comprensión de la persona es el estudio del significado de las acciones y de la intención que las anima, más que el mero estudio de la conducta externa. Los caminos que parecen más adecuados para una cabal comprensión de los seres humanos, son los métodos que se centran en el "diálogo": el hermenéutico-dialéctico, el fenomenológico, el etnográfico, el de investigación-acción, el de historias de vida, etc., y, en general, las metodologías cualitativas, ya que reúnen un conjunto de bondades y cualidades que los hacen flexibles y sensibles a las características propias de cada persona. (Martínez M. 2008).

La coordinación e interacción mutua de los procesos no permite aislarlos sin que pierdan su naturaleza, su relevancia y su significado. "El todo contiene propiedades que no se encuentran en la suma de las partes". De aquí, la necesidad de una metodología holista, que sea a la vez científica y profundamente respetuosa de la naturaleza humana (Martínez Migueles, 1997).

3. Método Biográfico o Historia de vida

"Historia de vida es el estudio de caso referido a una persona determinada, que comprende no solo su relato de vida sino cualquier otro tipo de información o documentación adicional que permita la reconstrucción de la forma más exhaustiva y objetiva posible". La historia de vida es un método específico, en el vasto campo de los estudios de documentos personales en las ciencias antropológicas y sociales. Es evidente que entre todos los métodos que se usan en la investigación cualitativa, la historia de vida sea una de las más eficaces para acceder a la interpretación de cómo los individuos crean y reflejan el mundo social que les rodea (Hernández Moreno, K 2011).

El método biográfico es la utilización sistemática de documentos que reflejan la vida de una persona, momentos especiales de ella o aspectos destacados. Las experiencias de personas sobresalientes, suelen reflejar tanto la vida como el contexto histórico-social en el que la obra de esa persona cobra sentido.

Por otra parte, la historia de la vida de una persona, sus vicisitudes o conflictos, pueden ser estudiados en relación con el ambiente científico y cultural de la época y con el significado que en esa época tuvo dicho ambiente. No se trata de meras descripciones, sino de interpretaciones o análisis del pensamiento y el accionar de los sujetos.

La historia de vida representa la forma más pura de los estudios descriptivos. (Hernández Moreno, K.S. 2011)

Como su nombre lo indica, la Historia de vida se apoya fundamentalmente en el relato que un individuo hace de su vida o de aspectos específicos de ella, de su relación con su realidad social, de los modos como él interpreta los contextos y define las situaciones en las que él ha participado, pero esto no significa que el investigador deba aceptar al pie de la letra todo lo que el sujeto refiere sin aplicar controles que garanticen que lo que el entrevistado refiere es fiel, no a la realidad objetiva, sino a la propia experiencia del sujeto. La fidelidad del individuo relator a sí mismo no debe darse nunca por supuesto, antes por el contrario, es un logro técnico en el que el investigador tiene que cooperar activamente y de cuya existencia debe estar seguro antes de iniciar ninguna interpretación de sus datos (Martínez Migueles, M, 1989).

El sujeto es lo que se ha de conocer, pues es la única persona que existe en la realidad concreta y es en su historia donde se puede captar toda su dinámica. Además el sujeto lleva en sí, toda la realidad social vivida. En él se condensa cada grupo social a que ha pertenecido y toda su cultura en la que ha transcurrido su existencia. Al conocer al sujeto se conoce el grupo y la cultura tal como se dan en la realidad, de manera subjetiva, vivida. (Hernández, 2011).

Tres grandes capítulos encierran el contenido básico de una historia de vida. “Primero las dimensiones básicas de su vida: biológica, cultural, social, segundo los puntos de inflexión o eventos cruciales en los que el sujeto altera drásticamente sus roles habituales, se enfrenta a una nueva situación o cambia de contexto social y como tercero, los procesos de adaptación y desarrollo a los cambios, que se suceden en el proceso de su vida” (Tobías, C. 2009).

En esta técnica la persona refiere un largo relato, el desarrollo de su vida desde su punto de vista y en sus propios términos, espontáneamente o acompañado de un “experto sonsacador”, el sujeto va desgranando en una serie de entrevistas, acompañado a veces de grabaciones digitales o de redacciones escritas por él mismo, visita a escenarios diversos, entrevistas a familiares o amigos, fotografías, cartas, los diferentes episodios o etapas de su vida (Strauss, A. 2002).

El primer criterio establece que la persona historiada debe ser considerada como miembro de una cultura, es decir, como alguien que desde su nacimiento ha entrado a formar parte de una cultura y que el pasado, presente y futuro los capta el individuo como parte del conocimiento de sentido común, a través de los esquemas interpretativos de ésta. La historia de vida describe e interpreta el relato del actor en su desarrollo dentro de este mundo de sentido común y el modo como adquiere su bagaje cultural.

En segundo lugar ha de reconocerse el papel de los otros significativos en la transmisión de la cultura, destacando el papel de la familia, los líderes de opinión, más concretamente a través de la “relación nosotros” desde la que capta el mundo social y se tipifican sus contenidos.

En tercer lugar hay que especificar la acción social misma y las bases de la realidad social, esto es, las expectativas básicas, los postulados elementales que se dan por supuestos en la conducta, los criterios centrales con los que se define la situación y se orienta en ella el actor. Los valores centrales, los códigos de conducta, los mitos, los ritos con toda la racionalidad que se les atribuye.

El cuarto criterio reclama la reconstrucción y el seguimiento del hilo conductor que relaciona, a través del tiempo, unas experiencias con otras en la vida del actor. La significación de unos hechos para el comportamiento posterior y las expectativas u objetivos de futuro como hitos marcadores de la conducta a lo largo de la vida. Los momentos de crisis en los que este hilo se quiebra, los cambios significativos en la definición de la realidad y las conexiones de unos comportamientos con otros aparentemente desconectados.

El quinto criterio reclama la recreación continua y simultánea de los contextos sociales asociados con la persona y su acción social. El contexto no puede disociarse de la conducta, puesto que, no sólo las condiciona, sino que sirve de clave interpretativa para su comprensión. (Macías; 2000: 153-154).

Como su propio nombre lo indica la Historia de vida se apoya fundamentalmente en el relato que un individuo hace de su vida o de aspectos específicos de ella, de su relación con su realidad social, de los modos, cómo él interpreta los contextos y define las situaciones en las que él ha participado.

La historia de vida no puede esquematizarse en un patrón fijo: deberá adaptarse a cada caso específico, a cada vida, objeto de estudio. En algunos análisis que se han hecho en la investigación cualitativa comienzan con el reconocimiento íntimo de los datos, se dice que deben leerse todas las transcripciones, notas, documentos y otros datos, identificar las principales etapas, los principales acontecimientos, y las principales experiencias de la vida de la persona.

La historia de vida la conforman cuatro objetivos fundamentales:

Primero, captar la totalidad de una experiencia biográfica, totalidad en el tiempo y en el espacio, desde la infancia hasta el presente, desde él yo íntimo a todos cuanto entran en relación significativa con la vida de una persona que incluye las necesidades fisiológicas, la red familiar y las relaciones de amistad, la definición personal, el cambio personal y el cambio de la sociedad ambiental, los momentos críticos y fases tranquilas, la inclusión y la marginación de un individuo en su mundo social circundante.

Segundo, captar la ambigüedad y cambio, lejos de una visión estática e inmóvil de las personas y de un proceso vital lógico y racional, la historia de vida intenta descubrir todos y cada uno de los cambios por lo que a lo largo de su vida va pasando una persona y las ambigüedades, las faltas de lógicas, las dudas, las contradicciones, la vuelta atrás que a lo largo de ella se experimenta.

Tercero, captar la visión subjetiva con lo que a uno mismo se ve a uno mismo y al mundo, cómo interpreta su conducta y la de los demás, cómo atribuye méritos e impugnan responsabilidades a sí mismo y a los otros. Esta visión subjetiva revela la negociación que toda vida requiere entre las tendencias expresivas de la persona y las exigencias de racionalidad para acomodarse al mundo exterior.

Y cuarto, descubrir las claves de la interpretación de no pocos fenómenos sociales de ámbito general e histórico que solo encuentra explicación adecuada a través de la experiencia personal de los individuos concretos. (Olabuénaga; 1999, p-280, en Hernández Moreno, K. 2011).

Los datos del historiado provienen de la vida cotidiana, de la reconstrucción que el individuo efectúa para vivir día a día. Contando los procesos y los modos como los individuos captan y crean su vida social, entonces se podrá lograr ver el significado subjetivo que las cosas tienen para ellos. Es por esto que la historia de vida va hacia la interpretación de los significados y no a las casualidades.

Para su conformación se tiene en cuenta lo cultural y social, así como los aspectos más significativos a lo largo de su vida y por último, los procesos de adaptación y desarrollo a los cambios que han sucedido en el proceso de su vida e identificar los hechos más relevantes. La historia de vida queda reflejada en una descripción densa, contextualizada y en orden cronológico. (Hernández Moreno, K.S. 2011).

En este caso las entrevistas cruzadas, esto es, a familiares y amigos, es poco relevante, dado que la historia es autobiográfica y el analista es el propio sujeto.

Capítulo 4

Autobiografía

Yo soy María del Carmen Patricia Navarrete Fosado, nací en México D.F. el 14 de febrero de 1962. Soy hija de Ángel Navarrete Samperio y María del Carmen Fosado Balderas. Soy la menor de 5 hermanos, Yolanda, Norma, Enrique, Martha y yo.

4.1 Mi familia de origen

Mis padres eran originarios del Estado de Hidalgo, lo mismo que mis abuelos y bisabuelos.

Mi tatarabuelo paterno, Julián Navarrete, próspero agricultor en Tizayuca, Hgo. era originario de Villa del Carbón, Edo. Mex. Quién adquirió las tierras de Tizayuca en subasta de propiedades de la antigua Hacienda de Paula de Pedro Romero de Terreros, aproximadamente en 1779, fecha que según los antropólogos y arqueólogos contratados por el actual dueño de la antigua casa "grande" fue construida. Mi tatarabuela era Juanita Orozco, quienes tuvieron una gran cantidad de hijos, entre ellos Felipe, mi bisabuelo.

Mi bisabuelo paterno, Felipe Navarrete Orozco, casó con mi bisabuela paterna, Ángela Sánchez, le dio 16 hijos entre ellos mi abuelo paterno, ella murió en 1914. Mi bisabuelo legó a sus hijos la mayoría de sus tierras y bienes, pues se volvió a casar a los 82 años; con su segunda esposa con quien tuvo cuatro hijos más, y murió en 1934.

Mi abuelo paterno, Ciriaco Navarrete Sánchez, nació en 1880, era también agricultor, casado con Enedina Samperio Islas, tuvo 15 hijos y adoptaron seis niños más. Mi abuelito tenía un carácter muy fuerte, pero mi abuelita, era un dulce. De ella heredó el carácter, sin duda, mi papá que como su nombre era un Ángel.

Mi tatarabuelo materno, Bardomiano Fossatti, de origen Siciliano, llegó a México a los 43 años, durante la intervención francesa, en 1862. Mi bisabuelo, Bardomiano Fosado, llegó muy niño; vivía en Hidalgo. Tenía aserraderos. Se casó con mi bisabuela, Otilia Balderas, tuvieron cuatro hijos. Murió cuando mi abuelo, tenía 16 años. A esa edad, se hizo cargo de su mamá, y sus hermanos menores, tomando las riendas de los negocios, acrecentándolos y modificándolos. Ya casado tuvo 7 hijos entre ellos mi mamá.

Mi abuelo materno era tranquilo y afectuoso, mi abuela era muy enérgica. Yo crecí cerca de ella, pues el abuelo se fue a vivir a Jalisco, después de haber perdido sus haciendas. Solo le quedaban las minas, pero mi abuela prefirió quedarse en el Distrito Federal. Mi abuelo materno murió cuando yo tenía como 6 años, pero lo recuerdo. Uno de mis tíos, muy joven, se hizo cargo de mi abuela, de mis tías y mis primos que vivían en la misma casa. Mi madre y una tía se casaron, dos de ellas quedaron viudas, así que regresaron a la casa paterna y la otra soltera. Aquí vemos que por segunda generación, el hijo mayor se hace cargo de su madre y hermanos.

4.2 Mis padres.

Mi mamá, llegó a vivir al Distrito Federal a los cuatro años, vivían en la colonia Roma y la llevaban a jugar al parque de Los Patos que está enfrente del Panteón Francés, donde terminaba la Ciudad. A los 18 años, conoció a mi papá, de 32, a los 15 días él pidió a mi mamá, sin que ella supiera, sin embargo ella emocionada, aceptó. Vivieron muchos años en la Colonia Doctores, y cuando mi abuela se cambió a la colonia Narvarte, ellos se cambiaron también, allí nací yo.

Tiempo después vivimos en la calle de Tajín donde había cuatro casas. En una vivían mi abuela y 3 de mis tías, en otras dos vivían unas primas casadas y en la última vivíamos nosotros. Eso me llevó a convivir todo el tiempo con mi familia Fosado, donde se hablaba mucho de las haciendas, el dinero, los bailes y nuestra "aristocracia pulquera". Estas creencias de "abolengo" y superioridad fueron transmitidas desde varias generaciones atrás, a partir de una situación económica muy holgada que disfrutaban los tatarabuelos (as), bisabuelos(as) y abuelos(as)

tanto de la parte materna como paterna. Esta situación y actitudes generacionales formaron en mí un sentimiento de superioridad y egocentrismo donde pensaba que era una “princesa a la que no merecía ni el sol”. A los quince años, no me permitía tener un novio que no tuviera coche, por temor a que mi familia lo criticara.

Sin embargo, siempre sentí que la familia de mi papá, tenía una actitud menos soberbia, que era más sencilla, con menos pretensiones, más centrada en la realidad. Creo que con esa actitud, crecieron mis hermanas, aunque también considero que es difícil desligarse de las actitudes prepotentes de la familia materna. Siendo casi una bebé, llegué a vivir al lado de mi abuela materna, lo que significaba una mayor influencia soberbia del apellido Fosado. El carácter de mi papá y de mis hermanos me equilibraba un poco. En cuanto a mi madre, aunque recibió la influencia de mi papá, se encontraba muy influenciada por su familia de origen. Ella no se daba cuenta de la influencia que mi abuelita, tíos y primos Fosado ejercían en mí.

Mi papá tenía dos o tres camiones de pasajeros foráneos que tuvo que vender cuando le fue enucleado el ojo, y se dedicó a otra actividad debido a su discapacidad. Se asoció con un Ingeniero y tenían una compañía de Ingeniería de suelos. Cuando tuvo un gran problema económico, a principios de los 70's, le vendió a mi cuñado, esposo de mi hermana, el rancho que él había heredado de mi abuelo. En esas tierras, mi cuñado hizo una casa donde cada uno de nosotros tenía su recámara, así que allí he vivido muchos días felices desde entonces. En semana Santa nos íbamos todos al rancho durante 15 días y disfrutábamos esa casa. Fue de las mejores épocas de mi vida. Ahora vamos esporádicamente y esas grandes reuniones familiares ya se hacen eventualmente, sólo para eventos especiales. Esto significó nuevamente en mi vida que yo era especial, pues nunca cruzó por mi cabeza, acceder a un balneario popular, pues lo teníamos todo en el rancho.

Mi mamá era una ama de casa excelente Tenía un carácter alegre y entusiasta, le gustaban las fiestas familiares en casa. No era amiguera, sólo tenía relaciones sociales superficiales, pero todos los vecinos de la cuadra la saludaban siempre con gusto y amabilidad. Creo que yo tampoco soy muy amiguera, pero tiendo a establecer buenas relaciones con las personas que me rodean.

Ella usaba lentes pues padecía una fuerte miopía, heredada por todos mis hermanos en menor o mayor grado, lo cual le da el factor genético a mi problema de miopía. Una de las hermanas de mi mamá, sufría de la misma degeneración coroidomiópica que yo.

Al ser la más pequeña de mi familia, mis papás y hermanos me tenían muy consentida. Mi papá me llevaba a todos lados, mi mamá era medio seria con eso de los besos y apapachos, pero era maravillosa, pues tengo una *confianza básica* que raya en la exageración.

4.3 Mis hermanos.

Mis hermanos me llevan muchos años, Yola 17, Normita 16, Enrique 15 y Martha 7, para quienes era yo una muñeca con la que jugaban. Además, tenía una nana que se llamaba Agripina, que estuvo conmigo hasta los 12 años, y me cuidaba y atendía con mucho cariño. Lo que determina mi carácter protagonista.

Creo que mis hermanas y nana, aparte de algunas vecinas, me tenían en brazos todo el día y atendían entre todas hasta la más mínima de mis necesidades. Creo que tuve muchas madres, pero sin lugar a dudas, a quien yo consideraba como "mamá", después de mi mamá, y pienso que hasta la fecha, es a mi hermana Normita. Se casó muy joven, a los 19 años, yo, que tenía 3 años, me iba con ella a su casa y le daba una lata tremenda, así que al día siguiente me regresaba a la casa. Claro, que al fin de semana siguiente volvía. Cuando nacieron mis sobrinos Arturo, Gabriela y Gerardo, yo era como su hermana grande, pues a todos lados me llevaban y me llevan hasta la fecha. De hecho actualmente vivo dentro del terreno de su casa, en un departamento anexo con mi hermana Martha.

Norma ha vivido y afrontado problemas y dolores verdaderamente grandes, perdió a su hijo Gerardo de 10 años y a su nieto Arturo de 6, y muchas otras penas que solo me hacen admirarla más. Arturo, su esposo, ha fungido también para mi como un

padre, medio regañón y enérgico, pero muy generoso. Él ya era novio de mi hermana cuando yo nací.

Mi hermano Enrique, se hizo cargo de mi mamá, mi hermana Martha y de mí cuando murió mi papá, en 1979, como una tradición familiar, pues esto se ha repetido en mi historia familiar. Por eso también lo considero como un padre, éste también generoso, pero siempre con el mejor consejo, tan prudente, mesurado, sensible, no necesitaba gritar para poner en orden a nadie, con solo voltear a verte ya estábamos quietecitos, sus hijos, sus sobrinos y sus hermanas.

Martha y yo nunca fuimos muy afines, sin embargo desde que murió mi mamá en 1999, nos convertimos en amigas y compañeras, ahora llevamos una relación de mucho afecto. Aunque como todas las hermanas, tenemos fuertes diferencias, que a los cinco minutos pasan como si nada. Siempre andamos juntas, vamos de compras o de paseo, pero una al lado de la otra. De hecho, es ella quien generalmente me trae a la Facultad a mi asesoría de tesis.

Mi hermana Yola, fue la más despegada de mí, aunque me quería y me quiere como yo a ella, era una adolescente muy inquieta que no iba a prestar más atención de la necesaria a una bebé que requería mucha atención. También se casó muy jovencita, y se fue a vivir cerca de Lindavista, y cuando regresó a vivir cerca de nosotros, ella ya tenía a dos hijos, por lo tanto, ya no era parte de mis madres.

Esta es la principal razón de mi confianza en la vida, tuve una madre ejemplar, buena, dedicada y enérgica; que me marcó límites con amor materno. Una madre jovencita que me atendía y consecuentaba. Tres padres que me dieron todo lo que un solo padre no creo que pudiera, uno era bueno, el otro era sabio y el tercero es fuerte y generoso

4.4 De la infancia a la Juventud

Siempre he sido gordita, pero cuando era bebé, el doctor le decía a mi mamá que cuando cerrara la boca, ya no me insistiera con la comida, a lo que mi mamá

contestaba: ¡Doctor, pero es que ella nunca cierra la boca! Si me acercaban la cuchara, “yo abría el pico”.

Muchas veces mi mamá me contó que cuando tenía dos años, me iban a robar. Mi nana me traía en la calle para que diera un paseo, me tenía cargada en brazos cuando se detuvo un coche del que bajó un tipo que intentó arrancarme de sus brazos, ella me apretó fuertemente y empezó a gritar tanto, que salió mucha gente, los sujetos se fueron, pero este riesgo causó un serio impacto, ocasionándome problemas de sueño, pesadillas, terrores nocturnos, ansiedad, etc. Estas pesadillas me atacaron diariamente, hasta que murió mi papacito, pues después que se fue mi nana Pina, mi papá me acompañaba hasta adentro de la casa, pues yo le temía a la oscuridad. Mi papá era un ángel, llamado Ángel.

Así entre juegos y cariño, llegué a los tres años. A esa edad entré a Maternal en la Escuela “Instituto Renacimiento”, en la colonia Roma. En esta escuela hice desde Maternal hasta Preparatoria. En Maternal, debió haber sido mi maestra la Madre Milagritos, pero yo no me acuerdo de esa época, solo por las fotografías. Pues todas las mujeres de mi familia, fueron a esa escuela.

En preprimaria, la Madre Esperanza fue mi maestra, quien se percató que yo necesitaba lentes. En esa época es donde se presenta la primera crisis de salud visual.

Empecé a usar lentes divergentes a los cuatro años, con una refracción de -0.25 . Al año, ya necesitaba una nueva refracción, de -1.00 , y a los dos años, requería -2.00 dioptrías. Esto significaba una miopía progresiva, magna o degenerativa.

Durante esta época, mi hermana Yola perdió un día su monedero, cuando le preguntó a mi mamá que si ella no lo había visto, también comentó - ¿No lo habrá tomado Paty? Mi mamá le contestó que no, pues ella ya me había preguntado y había dicho que no, que no lo había visto, y agregó: “Paty nunca dice mentiras”. Yo estaba en mi cuarto, pero oí lo que mi mamá pensaba de mí, y hasta la fecha me cuesta mucho trabajo mentir. Lo cual a veces no se si es una virtud.

En primero y segundo de primaria tuve dos amigas, nos separamos en segundo de primaria, pues ellas reprobaron y yo pasé a tercero. Me acuerdo que yo les hacía la tarea, mientras Martha me ayudaba con la mía.

Dicen mis hermanas que todo el tiempo me la pasaba cantando, y me ponía las crinolinas de ellas para parecer Lola Beltrán, o jugaba a que yo era Carmela Rey. Recitaba las poesías que me enseñaban, de las cuales recuerdo: "Margarita" de Rubén Darío. Cuando llegaban visitas, me encantaba que me oyeran recitar, a tal grado que, si me sacaban de la sala, les recitaba a gritos por debajo de la puerta. Otro de mis "shows" era hacer que leía, para que creyeran que ya sabía leer pues me aprendí algunos cuentos de memoria, tan bien, que daba la vuelta a la página justo en la palabra adecuada. A mí me gustaba que me dijeran que era muy lista, y que me aplaudieran todas mis "gracias".

Me gustaba pedir a Los Reyes Magos libros de cuentos y de la vida de los animales, no me gustaban los cuentos animados, me gustaban los libros "con muchas letras".

Aprendí a nadar "casi ahogándome" cuando tenía cuatro años, porque mi hermano Enrique de 20 años, estando en Cuernavaca de vacaciones, me aventó al chapoteadero, cuando se percató que me estaba ahogando, me sacó y me preguntó: -¿Que no sabes nadar? -No.

Me llevó a lo hondo, y tomándome de los tirantes del traje de baño, me dijo: - ¡patalea! y me soltó. Cuando veía que empezaba a hundirme, me levantaba de los tirantes, decía -¡respira! ¿Ya? - Ya, - muy bien ¡patalea! y así hasta que aprendí en un solo día. Ahora no soy muy buena, no tengo técnica, pero se nadar. Nunca tuve miedo, tal vez tenía mucha confianza en que él sabía lo que hacía. Y desde entonces y hasta el día que él nos dejó, para mí, para mis hermanas y sobrinos, no solo sus hijos, Enrique fue siempre el guía de quien se recibía el consejo bueno, prudente, equilibrado, sin duda alguna mi hermano fue un hombre sabio. He sido muy afortunada al tener tantas figuras parentales que me protegieron y protegen hasta la fecha, quienes me dieron fortaleza, sabiduría y bonhomía.

En tercero y cuarto año de primaria, no recuerdo haber tenido amigas especiales, porque siempre tuve una buena relación con casi todas mis compañeras, excepto una compañerita muy flaquita y chaparrita que me pegaba mucho. Tal vez acostumbrada a que me cuidaran, no me sabía defender. Cuando mi mamá la conoció me ordenó que no me dejara, yo era más alta y pesada que ella, por lo que le regresé la agresión. Yo había aprendido a pelear con mis primos varones de mi edad. Tan bien aprendí la lección, que Lupita no me volvió a pegar; y otro día mi prima Rocío, tres años mayor que yo, me tenía sujeta de las muñecas, y con el puño cerrado le conecté un gancho al hígado que la doblé. Entonces me castigaron, pero Rocío no volvió a intentar pegarme.

En esta época, llevaba un diario en el que escribí la letra de un poema llamado Desiderata (decisiones), que estaba muy de moda, pues lo transmitían mucho por la radio e hice de él un modelo de vida. Este poema dice así:

**Camina placido entre el ruido y la prisa; y piensa en la paz
que se puede encontrar en el silencio.**

**En cuanto sea posible y sin rendirte, mantén buenas relaciones
con todas las personas.**

**Enuncia tu verdad en una manera serena y clara
y escucha a los demás, incluso al torpe e ignorante
también ellos tienen su propia historia.**

**Esquiva a las personas ruidosas y agresivas
pues son un fastidio para el espíritu**

**Si te comparas con los demás te volverás vano y amargado
pues siempre habrán personas más grandes y más pequeñas que tu**

**Disfruta de tus éxitos lo mismo que de tus planes
Manten el interés en tu propia carrera, por humilde que sea**

ella es un verdadero tesoro en el cambiar de los tiempos

Se cauto en tus negocios, pues el mundo está lleno de engaños

más no dejes que esto te vuelva ciego para la virtud que existe

Hay muchas personas que se esfuerzan por alcanzar nobles ideales

La vida está llena de heroísmo

Se sincero contigo mismo, en especial no finjas el afecto

y no seas cínico en el amor, pues en medio de todas las arideces

y desengaños es perenne como la hierba

Acata dócilmente el consejo de los años

Abandonando con donaire las cosas de la juventud

Cultiva la firmeza del espíritu para que te proteja

En las adversidades repentinas

Muchos temores nacen de la fatiga y la soledad

Sobre una sana disciplina, se benigno contigo mismo

Tú eres una criatura del universo

No menos que las plantas y las estrellas

Tienes derecho a existir, y sea que te resulte claro o no

Indudablemente el universo marcha como debiera

Por eso debes estar en paz con Dios, cualquier que sea tu idea de el

Y sean cualquiera tus trabajos y aspiraciones

Conserva la paz con tu alma; en la bulliciosa confusión de la vida

Aún con toda su farsa, penalidades y sueños fallidos

El mundo es todavía hermoso; se cauto, esfuérzate por ser feliz.

La repetí tantas veces, que hice de ella algo improntado en mis células. Para mí es como algo religioso.

En quinto, a los nueve años, conocí a María Elena, quien es mi amiga hasta el día de hoy. Sin embargo, en primero de Secundaria, a ella la expulsaron por el crimen de ¡haber salido en la Tele en el programa de Raúl Velazco! *Este era un programa de variedades, que las Madres* no consideraron digno de una alumna de nuestra insigne escuela, y más que eso, fue el hecho de exponerse en público.

Hablando con ella, me recordó que nosotras teníamos a la vez de ser amigas, grupos diferentes de otras amigas, yo me llevaba con las "nerds" y ella con las incorregibles, ella sentaba atrás y yo siempre, hasta la fecha, hasta adelante con las estudiositas, y me gusta hacer equipo con los mejores. Nos hicimos amigas desde un principio pues ella le tocó sentarse conmigo adelante, en los pupitres dobles que había en ese entonces, y después con los años, ella se fue yendo hacia los lugares de atrás; además éramos compañeras en el camión de la escuela pues vivíamos muy cerca una de la otra, así que estábamos en contacto también en las tardes y algunos fines de semana. Y esa fue la razón por la que me empecé a llevar con Margarita, una amiga de ella que vivía en su cuadra. También me contó todas las formas de castigo que le habían impuesto, como lavar las paredes de la cocina o pelar cacahuates mojados, que a mí nunca me aplicaron. Cuando se lo comenté a mi hermana Marthis, sobre todo para preguntarle si ella había sido castigada así, respondió: -¡De ninguna manera, si en mi casa no lo hacía, mucho menos en la escuela, se les hubiera aparecido el diablo con mi mamá!

Lo que me recuerda que en cuarto año, siendo mi maestra la Madre Martha, me castigaron casi todo el año, por no hacer la tarea, por lo que no se me permitía irme a mi casa en el camión, comía en la escuela con las internas y las medio internas, cosa que por supuesto cobraban, y después de descansar media hora, nos íbamos al salón de estudio, donde se nos revisaba la tarea, y a las seis de la tarde ya podían pasar por mí.

No se cómo mi mamá me creyó un año que ya había hecho la tarea, o que no me habían dejado, pero casi al final de curso, ella le reclamó a la Madre Martha, el tipo

de castigo, ya que lo era también para ella, pues si yo tenía el servicio de camión, era porque no había quien me recogiera. La Madre Martha le dijo que si no le parecía, me cambiara de escuela, a lo que mi mamá contestó: - ¡Pero en este instante, Madre!

Salió la Madre Superiora de la Orden, que se encontraba en la escuela ese día, y dado que era la máxima autoridad de la Orden, solucionó el problema, y me mantuve en la escuela hasta terminar el ciclo escolar y posteriormente hasta la Preparatoria. Este evento reforzó mi seguridad en mí y la confianza en mi mamá.

En sexto año me puso una maestra el apodo de "Topo Gigio", por gordita y que además me fascinaba el muñequito aquél. Apodo que llevé hasta el final de la prepa. Me gustaba mi apodo.

Yo tenía que jugar en el patio de la casa, pues nunca me dieron permiso de jugar en la calle, porque las "niñas decentes" no juegan en la calle. Pero tampoco en el patio podía jugar mucho, porque molestaba a mi abuelita y a mis tías, así que lo mejor era jugar dentro de la casa a ser artista, ver mis libros de animales, jugar con mi microscopio de juguete o iluminar cuadernos de dibujos.

En la secundaria, todavía iban por mí en las tardes que me quedaba en la escuela, esta vez no por castigo, sino porque las actividades artísticas se daban en la tarde. Aquí aprendí a tocar la guitarra, pues pertenecía a la rondalla y al coro, soy soprano y creo tener muy buena voz todavía.

Cuando tenía doce años más o menos, estaba en segundo de secundaria fuimos a Acapulco mi mamá, mi tía Elvira, mi prima Rosita, mi hermana Martha y yo. Rosita se estaba ahogando en la alberca y sin pensar me aventé por ella, en su desesperación me hundió, se subió en mis hombros y logró detenerse de la orilla, en fracción de segundos decidí hundirme más, para que me soltara, me hice a un lado y con las piernas flexionadas sobre el piso de la alberca me impulsé hacia arriba con toda mi fuerza, de esa manera yo también alcancé la orilla de la que me apoyé para jalarme y salir del agua y respirar; claro que después me di cuenta de mi error, debí

lanzarle un salvavidas, pues la vida de las dos estuvo en riesgo. Yo no soy muy buena nadadora. No me ahogo, pero no tengo técnica. Creo que el poder pensar rápido en momentos de crisis es otra fortaleza que creo tener.

En esta época, solo me fui de pinta una vez, nada menos que con el grupo de "estudiositas y consentidas", a ver la matinée de una película sobre la vida del Zar Nicolás II de Rusia. Después nos fuimos a casa de Pepita a comer y después regresamos a la escuela y de ahí cada una regresó a su casa, de lo cual mi mamá no se enteró porque no tenía permitido andar sola.

En cuanto a los deportes, nunca fui buena para ellos, empezando que desde los cuatro años me adaptaron mis primeros lentes de armazón, con lo cual tenía prohibido hacer cualquier deporte de pelota, pero gordita como era, tampoco calificaba para pista y campo. De tal manera me hice anti-deportista.

Durante la secundaria, crecí hasta la estatura que tengo ahora que es de 1.64 m, me llevó mi mamá con un Médico para que me bajara de peso hasta 59 Kg, en ese entonces medía 1.45 y pesaba casi 70 Kg. Usaba lentes muy gruesos, así que también me adaptaron lentes de contacto, eran suaves y me fue muy fácil adaptarme a ellos.

Por lo tanto, cuando entré a la prepa, yo era otra persona. El corderito que había sido hasta la secundaria, de repente se convirtió en el Lobo Feroz. Yo sentí que era otra persona, totalmente diferente. Era sumamente inquieta, arrogante e insoportable, ya no me dejaba de nadie, ya no permitía que se me metieran en la fila, por ejemplo. Si alguien me hablaba golpeado, yo contestaba agresiva y prepotente, ahora si me volví competitiva.

Estuve a punto de ser expulsada antes de terminar la prepa, porque me salí de clase de Religión. Pidieron que se presentaran mis papás al día siguiente. Llegué a mi casa muerta de miedo, se lo conté a mi mamá y ella a mi papá. Él, lejos de enojarse conmigo, quiso reclamar airadamente a las monjas, pero mi mamá lo convenció de que se calmara porque no convenía a mis intereses. Este hecho nuevamente me dio la seguridad del afecto de mis padres. Lo que me salvó de la expulsión fue que tenía

ocho de diez materias exentas, pero tenía que hacer el Servicio Social, que consistía en hacer 25 horas de apoyo en hospitales, asilos u orfanatos. Logré la Banda de Perseverancia. Este honor fue otorgado sólo por haber cursado desde Maternal hasta Prepa. No por tener excelentes calificaciones ni por mi desempeño académico y mucho menos en conducta, tuve promedios dignos, entre 8.5 y 9.

Desde la escuela elemental, quise estudiar Biología, y conocer todo de la vida de los animales, pero en tercero de Primaria, decidí estudiar Veterinaria, idea que me acompañó hasta lograrlo. De lo cual me siento muy afortunada, pues soy de las contadas personas que logró ser lo que de niña soñó.

Justo al terminar la Preparatoria y entrar a la Facultad, sufrí el dolor más grande que creía se podía sufrir, murió mi papá a consecuencia del cáncer que sufrió en el ojo izquierdo hacía casi 15 años y por el cual tuvieron que enucleárselo.

Le guardé luto de negro un año, pero me tardé como diez, antes de poder hablar de él en tiempo pasado. Desde entonces, mi hermano Enrique, se hizo cargo de nosotras, de mi mamá, Martha y yo. Y aquí vemos que la historia se repite por tercera generación. Los hombres de la familia asumen el rol de jefe de familia una vez más.

Mi familia ha sido de grandes hombres y grandes mujeres, mis dos abuelitas, de manera diferente, fueron mujeres muy fuertes y buenas. Mi mamá era una mujer cálida, alegre, simpática, fuerte, sobreprotectora, y todos los calificativos amables y positivos que una hija desea. Mis hermanas son también mujeres ejemplares, y dicho sea de paso, mi cuñada Edith, también. Todas ellas han sido cercanas y protectoras conmigo, lo mismo puedo decir de mis sobrinos varones. Actualmente de ellos, es de quien recibo ayuda, principalmente económica, pero también emocional.

4.5 Formación Profesional

De hecho creo que si estudié Veterinaria es porque mi mamá quería que fuera Médico, y a mi papá le gustaba el campo y los animales, supongo que por eso soy Médica Veterinaria.

Entré a la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia de la UNAM, era un ambiente totalmente diferente a lo que yo había vivido hasta entonces, venía de una escuela de puras mujeres, de monjas y con una disciplina bastante rígida. Entonces llegué a una Facultad cuya población era 90% de hombres y solo 10% de mujeres, ahí aprendí a tomar cerveza y a bailar banda porque de lo contrario no iba a ser requerida en las fiestas. Nunca establecí relaciones románticas con nadie de la Facultad, pues mi política siempre ha sido, “no relacionarse amorosamente con nadie conocido de mi familia, nadie de la escuela o nadie del trabajo”, para evitar verlos nuevamente una vez terminada la relación.

4.6 Socialización

En la Facultad me divertí muchísimo, tenía muchos amigos y algunas amigas, me frecuento con algunos de ellos, pero hasta hoy mi amiga de Veterinaria es Luz María.

En ese entonces parecía que usábamos uniforme, podías distinguir a los alumnos de la FMVZ, porque andábamos de mezclilla, botas y camisa de cuadros, sin olvidar la navaja de uso veterinario al cinto. Con esta forma de vestir y "ser" me sentía muy cómoda, era estar en la escuela y en el rancho al mismo tiempo, era oler el estiércol en los pasillos y a la vez, dado que todas teníamos pretendientes, era contonearte al caminar, estar siempre muy peinada y pintada pero sobre todo oliendo a perfume. Ese era mi mundo, mi ambiente, mi identidad. Nunca imaginé perderlo.

4.7 Inicio de la discapacidad

Para cuando terminé la carrera, ya tenía una miopía de -22.00 dioptrías, y dado que sufría muchas infecciones oculares y además era alérgica a las soluciones antisépticas, me adaptaron lentes rígidos, con lo cual me libré de las infecciones, pero eran sumamente molestos, poco después me acostumbré a ellos. No había

muchas elecciones, o eran esos lentes, o eran lentes de armazón, como "fondo de botella".

Obtuve mi título de Médica Veterinaria Zootecnista en Abril de 1985, con la Tesis "Análisis del Mercado de la Lana en México".

En septiembre de 1985, entré a trabajar en la Central de Abasto del D.F., como Jefa de la Oficina de Control de Plagas, donde estuve hasta 1991.

Entré a la Maestría en Administración y Economía Agropecuaria, en la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia, en 1986. Cuando supuestamente había terminado los créditos necesarios, empecé con créditos para el Doctorado, posibilidad que entonces daba la UNAM, en Economía Agrícola en la Facultad de Economía, en 1990.

En esas fechas empecé a darme cuenta que me costaba más trabajo leer, pero no me preocupé, pues cada año había que hacerle modificaciones a mis lentes, y con ellos podía tener una visión normal, tal vez no aguda, pero normal. Ahora estos problemas de visión, me tienen en calidad de Persona con Discapacidad Visual, o vista subnormal.

Me di de baja en la Maestría de Economía y Administración Agropecuaria por depresión, me sentía totalmente desmotivada por mi problema de visión. También me di de baja en el Doctorado en la Facultad de Economía.

El primero de enero de 1991 me dispuse a leer los párrafos de la Biblia, y me percaté que aun cuando las letras eran más grandes que las de un libro común, me costó trabajo hacerlo. Ya en ese año fue cada día más difícil leer, así que fui a que me graduaran otros lentes. Mi optometrista no estaba, así que me atendió su hijo, Médico Oftalmólogo, quien me dijo tenía una lesión en las retinas, y me mandó hacer una serie de estudios. Yo entré en pánico, lo primero que me venía a la mente, era mi papá. Él tuvo un melanoma en retina hacía 28 años, por lo que le enuclearon el ojo, esto es le sacaron el ojo, en esta cirugía se retiró también todos

los músculos que mueven el ojo, tejido graso y párpados. Murió de un melanoma secundario en hígado 13 años después.

De los estudios que me realizaron se coligió la triste verdad: las coroides habían empezado a degenerarse, y las retinas no tenían sustento en esos puntos. La degeneración era bilateral y simétrica, pasa por la mácula, lo que me hace que donde yo fijo la vista, sea la zona de menor visión.

Había terminado la Maestría y empezaba el Doctorado, entonces solicité la entrada a la Maestría en Economía a la Embajada Alemana, para la Universidad de Göttingen, la cual me aceptaba, pero el Buró de Intercambio Académico de Alemania no me otorgaba la beca, por lo cual tuve que dejar la idea a un lado.

Ante el diagnóstico de degeneración coroidomiópica, mi hermana Norma y mi cuñado Arturo me llevaron a Houston a consultar otros médicos, para tener otras opiniones, pero siempre me dijeron lo mismo: no había remedio, lo perdido, perdido estaba. Me dijeron también que estaba en muy buenas manos en México, pues mi oftalmólogo preparó los partes médicos pertinentes, dirigidos a los facultativos que me atendieron, quienes coincidieron totalmente con el Dr. Paczka, quien me atiende hasta la fecha.

Entré en una profunda depresión -aunque no estaba muy consciente de ello- por lo que me di de baja en el Doctorado. De modo que empezaron a aumentar la cuenta de mis pérdidas.

Tuve muchos pretendientes y pretensos, amigos y "amiguitos", y muchos conocidos, que apenas los estaba tratando, pero no se consolidaban las relaciones, pues eran superficiales, no nos comprometíamos. Es más, si un galán me pedía mi teléfono, pero no me hablaba en los tres primeros días, se me perdía la ilusión. Sin embargo, fui muy persistente pretendiendo a otros.

Nunca estuvo entre mis planes tener hijos, yo sabía que mi problema era hereditario, y de ninguna manera iba a poner mis pretensiones de ser madre por encima de la salud y bienestar de un hijo mío.

Les decía a mis amigas que cuando un galán me duraba tres meses, hacía casi casi, fiesta de salón, como festejando boda. Pero novios, de esos que entran a tu casa y conocen a tu familia solo cuatro.

En esas fechas, 1991, mi novio y yo nos disgustamos, así que no me casé, me di de baja en la Maestría en México, no me dieron la beca en Alemania y para acabar, me estaba quedando ciega.

En febrero de 1991, de vacaciones en Colorado, a donde fui con mi hermana Norma y mi cuñado Arturo, me atrevía a esquiar, sintiéndome confiada porque había otros esquiadores ciegos. Sin embargo, en esa ocasión se soltó una tormenta de nieve, no podía ver los letreros, así que pedí ayuda a gritos y pude bajar hasta la villa. Me sentí muy bien conmigo misma, pues tuve la cabeza fría y no entré en pánico.

En 1994, cuando los médicos me dijeron que no había por el momento nada que hacer, pensé en soluciones alternativas: Si la medicina convencional no tenía nada para mí, me inclinaría hacia lo esotérico, la medicina alternativa o tradicional indígena. Recuerdo haber afirmado que iría con los santeros, aunque no tenía la menor idea de qué era un santero, yo pensaba eran las personas que se reúnen a orar, como los espiritualistas y, que me perdonen los evangelistas, pero en ese momento mi ignorancia era más grande que la de hoy, así que también pensé en ellos. Una vez hecho mi decreto, pasaron dos meses cuando conocí a Angola, un santero cubano que me orientó sobre la religión Yoruba, que son los verdaderos santeros. Así fui conociendo diferentes religiones y filosofías esotéricas, algunas un poco conocidas, otras totalmente nuevas para mí.

Empecé a aprender cristaloterapia, cromoterapia, aromaterapia, naturoterapias, meditación y otras formas que empecé a aplicar en mi persona. Y si bien no me he curado, creo que si no aplicara estas terapias en mí, estaría peor de lo que estoy. Estos conocimientos me han dado a darme tranquilidad emocional.

Cuando tenía doce años, una de las hermanas de mi mamá me enseñó a leer las cartas, y en esos momentos de pérdida, fue para mí, una bendición, pues después de hacer una evaluación de mis aptitudes, conocimientos y limitantes, decidí dedicarme al mundo espiritual, atendiendo a personas con problemas, más emocionales que físicos, haciendo interpretaciones del tarot en busca de apoyo para ellas. De esta manera empecé a trabajar en un establecimiento cercano a mi casa, en la colonia Del Valle, dedicado a las *mancias*, donde todos los "lectores" tenían habilidades varias en la interpretación. Muy pronto me di cuenta que este era un lugar donde se ponía a prueba la resistencia. Recién abortada del doctorado, me encuentro entre personas que escasamente habían terminado la secundaria o la preparatoria, me sentía tan fuera de lugar. . . Mi léxico era poco entendido por la gente común, solo encontré entre mis compañeros a Rubén, quien siendo una persona 21 años mayor que yo, era culto, con mucha experiencia de vida, nos hicimos grandes amigos. Apoyándonos y cuidándonos mutuamente, transitamos lo que he llamado la "Zona de las tribulaciones".

Fue en este café-tarot, donde traté a muchas personas con problemas emocionales, así que con objeto de mejorar mis intervenciones, empecé a pensar en la posibilidad de estudiar algún curso o diplomado en Psicología, tal vez nada formal.

Desde 1991 hasta 2005, leí y estudié todo lo que me fue posible de este mundo esotérico y transpersonal. De los logros de esta época, creo que primero, fue la posibilidad de hacer una gran cantidad de interpretaciones, unas en apoyo a todas esas personas que me consultaron y que de mí recibieron aliento o a quienes tuve que decir cosas que a veces no queremos oír, y el segundo, en mi vida, más importante, fue el haber sido iniciada como Sacerdotisa Wicca, por Brida Avelar, la última iniciada de Sybil Leek².

En 1999 viví otro de mis grandes dolores y pérdidas, cuando murió mi mamá. Me sentí perdida, con ella perdía lo único verdaderamente mío que tenía en la vida. Sin esposo ni hijos, cosa decidida por mí, tenía a mis hermanos y sobrinos, pero ellos no son míos, al menos no en el sentido filial.

² Después de abolidas las leyes contra la brujería en Gran Bretaña en 1952, Gerald Gardner y Sybil Leek, fueron de los primeros brujos tradicionales que se dieron a conocer.

Más adelante, acaricié la idea de hacer una Maestría en Psicología que tuviera que ver con lo Transpersonal, y al comentarlo con una Profesora de Psicología, me advirtió que en la UNAM, para hacer una Maestría en Psicología, tendría que ser Psicóloga, y que además no había nada relacionado a lo transpersonal. De tal manera, decreté: pues seré Psicóloga.

Sin embargo, yo tenía mucho miedo de mis limitantes, cuando me fue diagnosticada mi discapacidad, me sentía más que discapacitada ¡incapacitada! No sabía tomar camiones, andar sola por las calles no era algo que fuera fácil para mí. No me sentía capaz de trabajar ni en un despacho como recepcionista, pues ¿Quién me contrataría?

Me desesperaba, pues con toda la educación recibida, no podía hacer nada. Ahora entiendo que tal vez, ese tiempo de duelo me llevó a conocer áreas de espiritualidad desconocidas para mí hasta entonces.

En 2005 nos cambiamos de casa, Martha mi hermana y yo nos fuimos a vivir a casa de mi hermana Norma. Tuve que dejar de trabajar en el café-tarot, y me dediqué a ver la TV, casi todo el día. Un día me vi sentada en una silla en el jardín como cualquier anciano que ha vivido mucho y no tiene ninguna aspiración ni deseo, no había nada para mí. No tenía qué hacer, estaba perdida dentro de mí misma. Mi familia, mis hermanos y sobrinos estaban a mí alrededor, y sin embargo me sentía desprovista de sentido de vida. Tenía muchos años luchando contra la gradual degeneración coroidea, que día con día ganaba espacios. No había remedio, era una incapacitada, incapaz de hacer nada por mí o para mí. Yo que pensé que estar en ese café era poco productivo, ahora no hacía nada, era en mi percepción, solo un bulto, solo esperaba y deseaba la muerte. Este fue para mí el momento más oscuro, aquel en que totalmente desesperanzada pides a Dios que se acuerde de ti.

Era una anciana desesperada. Sin esperanza y en ese momento, sin fe. Aunque realmente empecé a ser anciana desde el primer diagnóstico, más o menos en 1991. Fui perdiendo la fe y esperanza, solo me mantenía mi fuerza de voluntad, me

sentía como un náufrago que se aferra a una madera en medio del océano, no sabía que era lo que me impedía dejarme hundir y terminar de una buena vez.

4.8 Entrada a la Facultad de Psicología

Entonces volvió a salir el sol. La posibilidad de dar un nuevo sentido a mi vida apareció de repente.

En enero de 2006, yendo en un camión urbano con mi hermana, vimos a una chica ciega desdoblar su bastón, iba sola, cosa que yo no podía hacer, pero con mucha seguridad bajó del camión. Nos acercamos a ella en cuanto nos percatamos que pedía ayuda a una persona, la abordamos ofreciéndole la nuestra. En unos minutos que la acompañamos nos platicó que iba a la Biblioteca México, pues estudiaba Psicología en la UPN. Nos contó que grababa sus clases y sacaba apuntes en braille, y los maestros le hacían exámenes orales. Me dije: ¡Si ella puede, yo puedo! Más adelante, por César, mi maestro en la UPN, supe que se llamaba Francis.

Ese mismo día en la tarde, hablé a la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia, para preguntar qué debía hacer para que se me asignara a la Facultad de Psicología. Se me hizo saber que los mecanismos habían cambiado, ahora para hacer una segunda carrera, tendría que hacer examen de admisión otra vez. La buena noticia era que la convocatoria estaba abierta y me podría inscribir por internet. Inmediatamente abrí la máquina y así lo hice. El examen era a las tres semanas, y lo presenté, me faltaron 5 puntos para pasar. Pero pensé que para ser un examen para el cual casi no había estudiado y que lo que me preguntaron lo había estudiado muchos años antes, pues no estaba tan mal.

El sol volvió a salir. Francis fue quien arrancó el motor que me permitiría moverme. Ella era una persona con discapacidad visual total y hacía cosas que yo no creí que podría hacer. Mi vida renació, tenía un sentido, o al menos tenía un objetivo: ser Psicóloga, eso me daría mayor oportunidad de trabajo y de hacer algo por alguien más.

Me preparé para el siguiente examen, que fue en junio de ese mismo año. Entonces sí lo logré. Un gran logro si se toma en cuenta que solo uno de cada cuarenta y un aspirantes lo logramos, y que mis competidores, en su mayoría estaban terminando la preparatoria o habían terminado hace muy poco. Tenían los conocimientos muy frescos a diferencia de mí.

Creo que éste es el Sancto Sanctorum de esta investigación, justo la idea de la muerte con una vida en tinieblas sumamente dolorosa; cuando aparece un nuevo amanecer, luz en mi existencia y un nuevo sentido para mi vida. Fue tomar todas las fortalezas que la vida me había otorgado y ponerlas a trabajar en un nuevo comienzo, una nueva vida, una nueva esperanza y una nueva identidad.

En agosto del 2006, inicié mis estudios de Psicología. Tuve mucho miedo, era como aventarse del trampolín de 10 m, o te avientas sin pensar o no te avientas. El primer día de clase tuve una grata sorpresa de tener un compañero ciego, y de inmediato me acerqué a él. Cristóbal ha sido mi mejor maestro. Al principio mis hermanas me leían los textos, pero Cris me enseñó sobre la existencia de tecnología para ciegos o tiflotecnología. Después por otro amigo, conocí a Juventino, quien me hizo favor de instalar esos programas en mi computadora, y me dio algunos elementos para manejarlos. Por Cris, me enteré de los cursos de computación para ciegos que se imparten en la Universidad Pedagógica Nacional, a los que asistimos juntos. Ahí conocí a César, quién fue nuestro maestro. De ellos tres he aprendido todo lo que se de estas tecnologías.

Con el uso de estos programas, y mucha inversión de interés y tiempo, logré acreditar los primeros cuatro semestres con calificaciones bastante buenas, tomando en cuenta que al inicio, no me sentía capaz de obtenerlas. A tal grado que cuando entré a la carrera, esperaba terminarla aunque fuera con seis de promedio. Gracias a los lectores de pantalla, y a la calidad humana y sensibilidad de mis maestros, pues no todos habían tenido alumnos con necesidades educativas especiales, pude acreditar los primeros tres semestres.

En las vacaciones de verano de 2007, mi familia y yo sufrimos uno de los dolores más grandes que se viven en cualquier momento que suceden: la muerte de un

niño. Mi sobrinito Arturo, de 6 años, murió en un accidente casero durante su estancia en Acapulco.

En 2008, sufrí de un infarto cerebral a nivel de ganglios basales, una trombosis cerebral y un edema subdural que presionaba mi cerebro hacia el lado izquierdo y que de no haber sido tan oportunamente detectado e intervenido, probablemente no estaría escribiendo esto. Posteriormente, se me detectó un quiste cerebral en la fosa temporal derecha, que probablemente sea la causa física de mis migrañas.

Esta fue otra ocasión en que estuve cerca de la muerte, sin embargo, nunca pensé en ella, yo tenía mucho que hacer como para morirme. Creo que eso agilizó mi recuperación, de hecho, el médico le dijo a Martha mi hermana, que pasaría de un mes a mes y medio en el hospital, sin embargo fui dada de alta al cuarto día. Claro, el postoperatorio lo pasé en mi casa, y durante un mes no pude salir. A través de la Internet entregué trabajos a mis maestros, que ellos consideraron equivalentes, y así salvé el semestre y la beca que me otorgó PRONABES, justo en esos días.

En 2011, el último semestre de la carrera, empecé la Maestría en Psicoterapia Gestalt, en el Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt, gracias a la intervención de dos de mis queridas maestras que me apoyaron para ingresar.

Entré con el título de Médica Veterinaria Zootecnista, pero como prácticamente ya estaba terminando Psicología, no tuve que hacer el propedéutico, necesario para quienes no fueran Psicólogos.

Terminé de cursar las materias del plan de estudios de la Licenciatura en mayo de 2011 y acredité el Idioma Inglés. Liberé entonces mi Servicio Social, pues es una compensación que la UNAM nos otorga a las personas con alguna discapacidad.

El segundo semestre de la Maestría solo tomé la mitad de la carga académica, pues me pareció muy pesada en mis condiciones, pero en octubre de ese año, mi hermano Enrique, fue hospitalizado, por un cáncer terminal que lo mató el 26 de noviembre de 2011.

Ya para entonces con la carga moral de no poder con la Maestría, la preocupación de mi hermano y después el duelo, dejé la Maestría, lo que me condujo a una más fuerte depresión que prácticamente tardé un año en resolver.

En enero de 2013, los oftalmólogos que me atienden, me dieron una muy mala noticia, el nervio óptico está casi completamente cicatrizado, he perdido otra parte importante de visión. Esto causó, a mi juicio, una depresión tan fuerte, que pasé prácticamente cuatro meses en cama con dolor de cabeza casi constante. Así perdí otros dos años para recibirme, y mi asesora se iba de año sabático.

Ahora no puedo salir sola, excepto a lugares que conozco, trato de no desanimarme, trato de recordar a Francis, ella no veía nada y estaba activa.

Por eso en estos momentos de la realización de este trabajo, me doy ánimo yo sola, y por supuesto dejo que me apapachen cuanto quiera quien quiera. Si alguien en la calle se ofrece a ayudarme, doy gracias a Dios y con humildad y sin sentirme víctima del destino, acepto esa ayuda con mucho agradecimiento y felicidad de que haya gente sensible.

Las obligaciones que tengo en casa son la de lavar los trastes y lavar la ropa. Parece que tengo un imán para detectar los trastes que han sido mal lavados, no por mí, pues tengo que lavar sin guantes y tocar toda la superficie del cubierto, vaso, plato o lo que sea. Así detecto grasa o grumos. La ropa, esa si la echo a la lavadora y si tienen manchas pues le echo la bendición.

Ya no puedo salir sola, pero en la medida de lo posible, trato de conservar un mínimo de autonomía.

CAPÍTULO 5

ANÁLISIS DE MI HISTORIA A TRAVÉS DE ERIKSON.

Elegí el trabajo de Erik Erikson para darle el hilo conductor a mi historia, porque encontré en este autor una posición más humanista que dinámica y más compleja que lineal y que estudia ampliamente las “Tareas Madurativas”, concepto elaborado por Sigmund Freud, pero que Erikson desarrolló con gran amplitud a lo largo del ciclo vital humano, desde el nacimiento hasta la vejez. Así que me parece que es más conveniente en mi caso, recurrir a sus teorías y experiencias, dado que soy una persona en la adultez media, que ha recorrido ya casi todas las etapas de su teoría del desarrollo psicosocial y que, a partir de mi juventud y entrada en la adultez entré en una discapacidad visual permanente y progresiva.

La teoría del Ciclo Vital Completado (Erikson, me ha dado la oportunidad de hacer una revisión profunda y completa de mi propia historia personal, que se convirtió en una evaluación teórico vivencial de mi vida, y de mi personalidad, enfocada principalmente a mis experiencias a partir de mi problema visual, pues esta condición de discapacidad, me ha obligado a revisar los momentos, las circunstancias y la historia de mi padecimiento, desde la infancia, cuando se inició mi problema visual, creando una condición limitante y restrictiva, a la cual me he tenido que enfrentar, con todos los recursos que he podido desarrollar, arrojando todos los problemas y riesgos que he vivido y alcanzando la mayoría de las “virtudes” que corresponden a las etapas de la vida mencionadas por Erikson

5.1 PRIMERA ETAPA: LACTANCIA.

Fuerza del Ego: CONFIANZA CONTRA DESCONFIANZA

Atributo o Virtud: ESPERANZA

Ritualización: Numinosidad

Ritualismo: Idolatría

Edad: del nacimiento al primer año

Si las necesidades del lactante son satisfechas sin demasiada frustración, podrá confiar en los sucesos y la gente que lo rodea.

Creo que mis necesidades básicas se satisficieron en forma más que adecuada, sobrepasando expectativas normales de un bebé y una madre. En mi caso, era una bebé y más de una madre.

Un ambiente de confianza da la seguridad en sí mismo.

Esto me hace pensar que el ambiente en el que nací era un ambiente sano, confiable, que me permitió tener seguridad en mi misma en casi todos los ámbitos que he vivido, por lo que he demostrado esta seguridad.

Un sentido de confianza se manifiesta en la fe en el ambiente y el optimismo ante el porvenir.

Así me manifiesto yo, con confianza en lo que me rodea, a veces siento que rayo en la inocencia, pues pocas veces me siento desconfiada, no con inconciencia del peligro, si no con la confianza de que lo que me rodea generalmente es inocuo

El sentido de desconfianza se revela a través de la suspicacia, la introversión y una temerosa y angustiada preocupación respecto a la seguridad.

No se manejar la suspicacia, y creo que soy imprudentemente extrovertida, al grado de platicar con aquel que se sienta a mi lado en el autobús o el avión y contarles mi vida sin preocupación. Tampoco me siento como una magnate o política para sentir miedo de esas cosas.

Con confianza se percibe cuanto le rodea como predecible y congruente.

Necesita recibir la satisfacción apropiada de sus necesidades básicas, especialmente la de ser atendido.

Como atendida, siempre lo fui, mi madre se preocupó por todas mis necesidades hasta el día de su muerte. El día de hoy, soy atendida por mi familia, nada ha cambiado. Pasé de la dependencia de mi madre a la dependencia de mi familia.

La orientación de esta etapa es incorporadora de estímulos y aprendizaje: ya que el bebé solo recibe.

De esta incorporación permanente he hecho mi placer más grande, lo que más me gusta en la vida es comer, leer, oír música y aprender que son las actividades que van de fuera hacia dentro.

Se engendra un sentido de ser aceptable o ser bueno y adorable, ingredientes esenciales del sentido de confianza básica.

Aunque parezca presuntuoso, me considero adorable, pues crecí convencida de que así soy, mi familia se encargó de convencerme de ello.

Las personas que tienen un sentido de confianza básica se sienten unidas consigo mismas y con los demás; se sienten "útiles y buenos" así como aceptables por quienes los rodean. Pueden ser auténticos y les agrada serlo. Si su sentido de confianza está inusitadamente bien desarrollado, las personas adquieren la virtud de esperanza perdurable, una perspectiva optimista de la vida.

Necesitamos personas o incluso santos numinosos que nos inspiren devoción.

La numinosidad nos permite tener experiencias emocionales profundas. Las habilidades y costumbres sociales son valoradas y practicadas para agradar a los demás.

La distorsión de la ritualización numinosa es el ritualismo de la idolatría.

La idolatría es una exageración de la veneración y el respeto.

La expresión exagerada provoca la admiración excesiva y la idealización de los demás.

La numinosidad es la parte de esta etapa en la que la confianza lleva a la esperanza y ésta a la fe. La máxima expresión de la numinosidad es la idea de Dios. El Omnipotente, Omnisciente y Omnipresente. El que cuida de mi cada instante de mi vida, como si fuera un bebé que requiere de los cuidados maternos.

Soy optimista, soy auténtica, no finjo ser lo que no soy, soy como soy y la gente que me acepta, me acepta precisamente por eso, creo en el futuro, y que el mío es bueno.

5.2 SEGUNDA ETAPA: INFANCIA TEMPRANA

Fuerza del Ego: AUTONOMÍA CONTRA VERGÜENZA Y DUDA

Atributo o Virtud: VOLUNTAD

Ritualizacion: Sensatez

Ritualismo: legalismo

Edad: De 1 a 3 años

En esta etapa se consigue una creciente autonomía de acción. Dos formas de enfrentarse con el entorno, se vuelven maneras dominantes de comportamiento: aferrarse a las cosas y desprenderse de ellas.

Nunca he sido completamente autónoma, pues aún en los tiempos en que tuve un trabajo formal, nunca he costeado todos los gastos que una persona realmente autónoma tiene que pagar. Pero creo que esa parte de autonomía que sí tengo, es la que me ha permitido salir a la calle y trabajar en los inicios de la discapacidad y posteriormente, ir a la Universidad, y hoy en día hacer cosas sencillas, como lavar los platos, moverme dentro de mi casa sin bastón, salir a la esquina a comprar algo, hacer uso de la tecnología, usar el transporte público, venir a mis asesorías de tesis y hacer una tesis, las cuales me han permitido tener actividades gratificantes.

Si el ambiente del niño es extremadamente hostil, encontrará sentimientos de vergüenza y duda. Aquí, vergüenza significa el sentimiento de ser inaceptable para los demás, mientras duda significa temor a la autoafirmación.

En realidad yo creo que soy una persona que le cae bien a los demás, me gusta tener amigos y relacionarme con muchas personas, pues tiendo a socializar fácilmente.

Cuando el infante comete una y otra vez los mismos errores, los padres pueden interpretar esta ignorancia como rebeldía, sin embargo, el niño no tiene la madurez suficiente para lograr el autocontrol.

Cuando era niña, durante la primaria, creo que era una niña bien portada, no tenía muchos conflictos con mis padres por rebelde, solo por traviesa dentro de mi casa, pero en la escuela no tenía conflictos.

Si la etapa no se ha resuelto adecuadamente, el resultado de ello puede ser el desarrollo de tendencias obsesivas y compulsivas:

Aunque creo haber resuelto bien esta etapa, hay situaciones en donde demuestro rasgos obsesivos, como cuando quiero obtener algo me lanzo por eso y rara vez suelto el proyecto.

También se puede reaccionar negativamente ante todos los controles externos e internos. Creando un rechazo a la autoridad.

Mi rechazo a la autoridad creo que es más de forma que de fondo, es decir, por las buenas y de una manera agradable soy capaz de obedecer sin problemas. En cambio, si las instrucciones son giradas en una forma autoritaria o déspota, renunció en ese momento al proyecto que se esté desarrollando.

La vergüenza se produce cuando el ego es expuesto en forma indefensa a un examen desfavorable o poco halagüeño.

Sí, he sentido vergüenza, en una ocasión, mi cuñado y mi hermano se burlaron de mí, yo tenía 12 años, y en una fiesta en un rancho cercano, me sacó a bailar el pastor de los borregos, y se morían de risa. Mi familia siempre ha sido elitista desde muchas generaciones atrás. En esa ocasión lloré mucho, pero actualmente las burlas o intentos de avergonzarme las convierto en sarcasmo que van contra la otra persona y no soy susceptible al ridículo.

Los rasgos como la terquedad y la rigidez en la toma de decisiones son expresiones malsanas de la voluntad.

Si una persona desarrolla un sentido de autonomía, demostrará las virtudes de valor, autocontrol y poder de la voluntad.

Tengo una gran voluntad, y a veces voluntariosa, yo digo que soy persistente no obsesiva. Valor es una virtud que definitivamente me reconozco, muchas personas que conozco, con menos de lo que yo cargo se han desmoronado y sin ánimo de alabarme, tengo mucho valor o muchas agallas.

La ritualización que sirve al ejercicio de la voluntad es llamada sensatez. Se refiere a las leyes, reglas, aprender a discriminar lo correcto de lo erróneo, lo aceptable de lo inaceptable, reglamentos, prácticas honradas y formalidad en la vida diaria. La forma anormal de la sensatez es el ritualismo llamado legalismo, preocuparse más por la letra que por el espíritu de la ley.

Creo que esos son los valores que nos infunden desde pequeños, si nuestros padres practican una vida honrada, correcta y formal, son los valores que adquiriremos, pues en esta etapa todos pasamos por esta crisis mas o menos regañados.

5.3 TERCERA ETAPA: EDAD DE JUEGOS O INFANCIA MEDIA.

Fuerza del Ego: INICIATIVA CONTRA CULPA

Atributo o virtud: autocontrol y fuerza de voluntad. Podríamos llamarle Determinación.

Ritualización: Autenticidad

Ritualismo: Limitación.

Edad: entre los 3 y 7 años.

El logro del ego, es el sentido de iniciativa y adquisición de mayor autonomía.

En este caso la iniciativa siempre estuvo presente, al ser solo hombres los primos de la edad mas cercana, me tuve que inventar un espacio de juegos que era mi recámara, donde todos mis juegos fueron haciéndose mas míos, sin iniciativa no los hubiera podido inventar, claro empezaron a llegar los libros y con ellos mi afición a la lectura que me mantenía ocupada desde muy pequeña.

Un sentido profundo y constante de culpa e indignidad es el resultado de no adquirir un sentido de iniciativa.

No reconozco ninguna culpa ni indignidad en mi vida.

Siendo el infante más auténtico, más cariñoso, relajado y lúcido en sus juicios, más activo y activador, se está en la posesión de un excedente de energía que permite olvidar rápidamente los fracasos.

Una cosa de la que me precio, es de olvidar rápidamente los enojos, no se guardar rencores y los fracasos los convierto en experiencia que son conocimiento y como todo conocimiento es aprendizaje, es por ende, bueno.

En la niña su iniciativa sexual se transforma en modalidades de hacerse atractiva y cariñosa. Que es lo que es agradable en su entorno.

Trato siempre de dirigirme a las personas en forma amable y cariñosa, hasta la persona mas humilde puede transformarse en un "ángel de la guarda" cuando me ayudan a atravesar una calle o me acompañan caminando a cualquier punto, me ceden el lugar en el transporte o me apoyan de alguna manera, retribuirles con una sonrisa me hace atractiva y amable.

La culpa es sentida como indignidad, insatisfacción y a menudo depresión.

Si he sentido depresión o tristeza por no poder ver como antes con mis lentes de contacto, pero lo he ido superando. Además la condición de persona con diabetes, como es mi caso, da por resultado una mala utilización de la glucosa. Esta situación puede producir estados depresivos que en mi caso se han solucionado con fluoxetina.

La subordinación desmedida al super ego, provocará que la persona sea inhibida.

No creo que inhibida sea un calificativo adecuado en mi caso, al contrario creo ser extraordinariamente extrovertida y desinhibida. Expongo mis ideas y forma de ser sin mucho tapujo, soy franca, a veces hasta la grosería, sin querer serlo, pero usualmente no acostumbro fingir.

Si el desarrollo es normal durante esta etapa, el ego logra otra fuerza importante: la virtud de la determinación o direccionalidad.

Determinada, ese si es un calificativo que yo me adjudico, no en la terquedad, si no en la determinación que puedo tomar después de un análisis racional de las perspectivas. Si para tener una mejor comprensión de las personas se necesita ser psicóloga, pues estudié Psicología.

La ritualización y el ritualismo de esta etapa son: Autenticidad contra imitación. Se usa la conducta de juego para enfrentar esta crisis psicosocial, haciendo de ella una serie de modelos del mundo real.

Como ya lo mencioné, creo ser un producto auténtico de mi misma. Con muchas virtudes y defectos como mi carácter explosivo, pero soy única e irrepetible.

A la iniciativa corresponden tareas concretas de permisibilidad y restricción.

El ritualismo que puede resultar es la imitación, o la usurpación de papeles y actitudes falsas.

Realmente no creo ser imitación de nadie, ni quiero impresionar a nadie con papeles artificiales, al menos así me percibo.

CUARTA ETAPA: EDAD ESCOLAR O INFANCIA TARDÍA.

Fuerza del Ego: LABORIOSIDAD CONTRA INFERIORIDAD.

Atributo o Virtud: Competencia y método.

Ritualización: Formalidad.

Ritualismo: Formalismo.

Edad: entre los 7 y los 13 años.

Desarrollar la laboriosidad, es la habilidad de generar conocimientos y habilidades apropiados.

Se puede describir al niño de esta edad como un aprendiz del arte de aprender las tareas de la edad adulta.

La laboriosidad que yo aprendí fue la de aprender, se ha convertido en mi objetivo y afortunadamente para mí, es el quehacer diario que ocupa mi vida ahora.

Durante esta etapa, debido a que usaba lentes, no debía hacer deporte, por lo que me dedicaba a leer o platicar con quien estuviera presente.

Trabajar para ganar dinero, nunca fue mi objetivo, pues yo estudié "mientras me caso", pero como no me casé, seguí estudie y estudie.

Así se sostiene que si todo va bien durante este periodo entre los ocho y los 12 años, el niño comenzará a desarrollar dos virtudes importantes: método y competencia.

En la parte de estudiar soy metódica y competente, pero en otros aspectos de mi vida soy bastante desordenada y poco competente. Sin embargo debo tener un desorden ordenado, ya que de otra manera no podría encontrar nada entre mis cosas, papeles, avalorios o ropa por ejemplo.

En esta época era competitiva, pues aunque usaba lentes muy gruesos podía leer perfectamente.

El peligro, en esta etapa, radica en el sentido de insuficiencia e inferioridad. Se considera condenado a ser mediocre o inadecuado.

Yo viví rodeada de personas que alabaron mi inteligencia y desempeño escolar tanto que me sumamente valorada. Cuando fuimos enviados un grupo de tercer semestre de veterinaria, por la Dirección de la FMVZ al Instituto Nacional de Investigaciones Pecuarias, resultó que era yo la única que contratarían por tener un cociente intelectual superior. Pues esto me hizo sentirme así, superior, lástima que no dijeron nada de mi inteligencia emocional.

Pero hay otro peligro, más fundamental, a saber, la restricción y la contracción de los horizontes que el hombre se impone a sí mismo para incluir solamente su trabajo.

Desgraciadamente para mí, el objetivo era muy alto, quería llegar a ser Subsecretaria de Ganadería, por eso entré a la Maestría en Administración y Economía Agropecuaria y al Doctorado en Economía Agrícola, esto último, en la Facultad de Economía. Nunca pasó por mi mente que Dios tenía otros planes para mí.

La ritualización de la formalidad tiene que ver con las formas apropiadas de hacer algo, con las habilidades para la solución de problemas y con las estrategias que promueven un sentido de laboriosidad y competencia.

Cuando me fue diagnosticada la discapacidad, después de sentir que mi competencia era extraordinaria, más allá de lo ordinario, me sentí absolutamente inútil e incompetente.

La persona que se siente inferior puede recurrir al ritualismo del formalismo: el fingimiento de ser competente.

En mi estado depresivo no pensé en fingir ser competente, ¿para qué? Al contrario, tuve que hacer una lista de todas mis habilidades, desde una planeación estratégica hasta bordar, y de todo lo que se hacer, escoger algo que pudiera hacer y que me gustara, no había mucho, según yo, pero eso me llevó a introducirme en el mundo esotérico y ya que sabía leer el tarot desde los 12 años, empecé a trabajar y estudiar sobre esos temas hasta lograr ser Sacerdotisa Wicca, una religión neopagana.

5.5 QUINTA ETAPA: ADOLESCENCIA.

Fuerza del ego:

IDENTIDAD CONTRA CONFUSIÓN DE ROLES.

Atributo o Virtud: Fidelidad y devoción.

Ritualización: Ideología

Ritualismo: Totalismo

Edad: de los 13 a los 20 años.

El tema del logro se vuelve altamente crítico y los jóvenes son juzgados por sus logros y se juzgan a sí mismos. Todo debe de ser según las normas de su grupo social.

Yo entré en la adolescencia siendo alumna de una escuela de monjas, donde pertenecíamos a una clase media alta, sin comparación con el Colegio Alemán, el Francés del Pedregal o el Oxford, que hubieran sido mi sueño dorado. Así que mi manera de arreglarme, hablar y comportarme era del tipo fresita.

Ya en la facultad me destrampé mucho, pero en ese momento dicen que no era fresa, es decir era de lo más pedante, eso dicen las mujeres; los hombres tenían otro concepto, con ellos me llevaba muy bien, y aprendí a ser súper amiga de los hombres, creo que tanto que nunca aprendí a ser novia o pareja.

Estas identificaciones de la etapa, obligan al joven a tomar opciones y decisiones que lo llevan a comprometerse para toda la vida, como la profesión, a menudo caracterizados por una combinación de inmadurez prolongada y precocidad provocada

Este compromiso nunca fue difícil ya que yo había decidido estudiar veterinaria desde los siete años, además nunca fue interesante para mí trabajar en una clínica privada de pequeñas especies, yo quería un rancho. Ya más grande de edad, me interesó la parte económica de la producción pecuaria.

Un sentido óptimo de identidad se experimenta como un sentido de bienestar psicosocial. Se experimenta también un bienestar de estar en el propio cuerpo. Es una síntesis de todo lo vivido y desprendimiento de las cosas fantásticas de la niñez. *Creo que mi adolescencia pasó sin grandes problemas y por supuesto al final de ella, ya me sentía como una mujer y como profesional muy formal.*

La ritualización y el ritualismo de esta etapa son: Ideología contra totalismo.

La persona que ha alcanzado un sentido de identidad se compromete con una ideología aceptada, un sistema de creencias y valores aprobado por su cultura. La vida está reglamentada por esas creencias y patrones.

Yo creo que desde los 14 años estaba plenamente identificada con los valores de mi cultura y medio social, no había mucho que pensar en política, o en qué trabajar. Yo me iba a casar con un hombre como los de mi familia, que me mantuviera y tuviera una posición económica holgada.

El elemento ritualista reservado para la juventud es el totalismo, o sea la preocupación exclusiva con lo que parece incuestionablemente ideal dentro de un sistema hermético de ideas.

Nunca comulgué con ideas revolucionarias, como las ideas comunistas, o de expropiación hacendaria Cardenista. Más bien siempre he sido de pensamiento conservador y porfirista, dado que mi familia, desde mis abuelos, se vio afectada económica y socialmente por los cambios. A mis abuelos les fueron expropiadas grandes extensiones de tierra por Cárdenas.

Se atribuyen dos virtudes humanas muy importantes, devoción y fidelidad, a la consecución de un sentido sano de identidad. Sin un firme sentido de identidad, la persona no puede ser leal a nada ni nadie.

Soy leal a mi familia y a mis amigos, recuerdo dos casos en donde los novios de dos amigas, buscaron la oportunidad de invitarme a comer, evidenciando su deslealtad hacia ellas. Les contesté que se pusieran de acuerdo con sus novias y me avisaran. Esto me permitió aparentar que no me daba por enterada de las verdaderas intenciones, y así mantuve mi lealtad.

5.6 SEXTA ETAPA: ESTADO ADULTO TEMPRANO o JUVENTUD.

Fuerza del Ego:

INTIMIDAD CONTRA AISLAMIENTO.

Atributo o virtud: AMOR y afiliación.

Ritualización: Afiliatividad.

Ritualismo: Elitismo.

Edad: de los 20 a los 40 años.

Las interacciones sociales durante el estado adulto temprano alcanzan un punto crítico. La mayoría de las personas tienen un anhelo profundo de relacionarse íntimamente con un miembro del sexo opuesto, y el matrimonio es el medio usual mediante el cual se satisface esta necesidad.

Mis relaciones de pareja han sido todo un fracaso, me he dado cuenta que yo soy demasiado intolerante ante los hombres que han sido mis parejas. Dos veces teniendo planes de boda yo terminé la relación, y en una tercera, ya estaban los preparativos completos para la boda y cuatro semanas antes, discutí con él y rompí el compromiso. Yo siento que no sé ser pareja.

Uno de los signos de madurez es la capacidad de amar. Amar verdaderamente exige cualidades como compasión, simpatía, empatía, identificación, reciprocidad y mutualidad.

Creo tener las capacidades necesarias para hacer amistad con hombres y mujeres, he demostrado que puedo ser amiga. La amistad es un acto volitivo, mientras que el amor es un estado alterado de conciencia, en donde los neurotransmisores que intervienen en él toman el control y pierdo la capacidad de raciocinio. Por lo cual, no establezco relaciones sólidas de pareja.

La compasión es el sentimiento de ternura hacia otro y el deseo de ayudarlo. La simpatía significa unidad o armonía con otro. La empatía es el sentimiento de compartir una experiencia. La identificación es convertirse en una sola persona con el otro. La reciprocidad significa aceptar el punto de vista del otro como igualmente válido que el propio. La mutualidad significa querer lo que el otro desea dar y conceder lo que el otro desea recibir.

Con mis amigos no tengo problemas, soy muy sociable, tolerante, los acepto como son sin problema, ellos me aceptan como soy y no tenemos fricciones, de ahí que conserve amistades muy largas.

La incapacidad para establecer relaciones íntimas satisfactorias a menudo deja a las personas con un sentido profundo de aislamiento y extrañeza. Aunque las personas sean capaces de sobrellevar su trabajo y mantener alguna apariencia de intimidad en las relaciones superficiales, pueden experimentar un sentimiento profundo de vacuidad y soledad.

Tengo tanta familia y amigos que mi vida social es bastante agradable y activa, y al tener siempre algo que leer o aprender, son pocas las ocasiones que me permito sentirme sola o vacía. Sin embargo, hay momentos que me asaltan pensamientos y sentimientos en donde mis deseos son de tener una pareja.

Otra tarea importante de este periodo, es prepararse y trabajar de manera competente en una profesión.

Dada mi discapacidad, el trabajo formal no es mi fuerte, pero siempre tengo algo que hacer, tengo una vida bastante activa, salgo de compras, voy al teatro, a conciertos, salgo a comer con la familia o amigos.

Las virtudes conseguidas en esta etapa son afiliación (formación de amistades), y amor (interés profundo en otra persona).

La afiliación es algo muy desarrollado en mí, tengo amigas y amigos desde hace muchos años, los cuales conservo a la fecha.

En el amor, he tenido y tengo en este momento un profundo interés en alguien, eso no significa que este interés sea o haya sido plenamente correspondido. Sí he sentido el amor de pareja, sin embargo, no he sabido mantenerlo.

La exageración de la ritualización afiliativa es el ritualismo del elitismo, que se refiere a un sentido de superioridad de un tipo o grupo de afiliaciones.

En mi caso, esta etapa no fue bien resuelta, porque hasta la fecha no tengo pareja. Probablemente el elitismo del cual he hecho gala siempre, pues lo aprendí desde niña, me impidió aceptar a cualquier hombre. Mi familia fue un factor muy importante

en cuanto a la restricción de aceptar a cualquier pretendiente, debido al elitismo transgeneracional prevaleciente desde mis tatarabuelos.

El elitismo se refiere a una afiliación "esnobista", formación de grupos "de moda"; un sentido de posición de grupo superior.

Para mi no es moda, es crianza.

5.7 SÉPTIMA ETAPA: ESTADO ADULTO MEDIO o MADUREZ.

Fuerza del ego: GENERATIVIDAD CONTRA ESTANCAMIENTO.

Atributo o Virtud: Cuidado y Producción.

Ritualización: Generacional o Generatividad.

Ritualismo: Autoritarismo.

Edad: de los 40 a los 60 años.

La capacidad de trabajar en forma eficaz es una señal de madurez.

Se llama generatividad a la etapa que describe a la necesidad de un trabajo sostenido y productivo.

Mi etapa de trabajo estable fue de los 25 hasta los 33 años, y hasta los 43 años me mantuve con un trabajo de remuneración inestable. A los 28 años empecé con la discapacidad visual que impedía mi óptimo desempeño. Desde leer un reporte hasta realizarlo y presentarlo a mi jefe. Esto me hizo cambiar a otro tipo de trabajo donde mis habilidades se podían adaptar a las tareas encomendadas. Dos años después tuve que cambiar el giro de mis actividades por el avance de la discapacidad, busqué otra actividad remunerada, que supiera realizar, que la pudiera hacer y que me gustara. Esta última actividad duró 10 años. A los 43 años decidí estudiar Psicología como una forma de lograr nuevas habilidades que me permitieran ganar dinero y evitar la dependencia económica estrecha con mi familia. Desafortunadamente, no ha sido posible debido a que la discapacidad ha avanzado en forma asintótica. Sin embargo, tengo la esperanza de poder trabajar en algo productivo antes de morir. Me gustaría desarrollar una forma de Consejería con base en el Tarot, actividad que se hace en España, Argentina y Estados Unidos, conjuntando así las habilidades adquiridas en mis últimas etapas.

La falla en lograr generatividad (tomando en su sentido más amplio como productividad y creatividad en todas las esferas de la vida) es designado estancamiento.

De ninguna manera me siento estancada, al contrario, me siento muy satisfecha conmigo misma pues no he dejado de hacer cosas interesantes y con potencial productivo. De todo esto, puedo transmitir a generaciones jóvenes, al menos en mi familia, el conocimiento adquirido.

Las personas que se estancan no utilizan eficazmente sus dotes; no hacen su vida interesante ni agradable, cuando se puede hacer la vida un flujo siempre creativo de experiencia.

Los conciertos, la lectura, el buen comer, la vida social interesante, las buenas amistades, los amores, aunque no duren mucho, pero sobre todo mi familia son fuente inagotable de experiencia creativa para mí.

Las dos virtudes atribuibles a la persona que ha alcanzado la generatividad son: producción o trabajar creativa y productivamente y afecto o trabajar para el beneficio de otros.

El modo que llevo mi vida, llena absolutamente mi expectativa de vida.

En la generacional, el adulto asume una variedad de papeles, que incluyen ritualizaciones como maestro, guía paternalista, solucionador de problemas, proveedor y protector.

Si como intérprete de tarot me sentía guía para muchas personas, la inclusión de una forma de consejería o coaching me permitirá hacerlo de una mejor manera.

El ritualismo de este periodo es autoritarismo y se refiere a la suposición autoconvencida o espuria de la autoridad.

Aunque a veces soy autoritaria y demandante, que es lo que he aprendido en mi familia desde niña, también soy sumisa con la figura masculina. Incluso obedezco a los sobrinos varones.

5.8 OCTAVA ETAPA: ESTADO ADULTO TARDÍO o ANCIANIDAD.

Fuerza del Ego:

INTEGRIDAD DEL EGO CONTRA DESESPERACIÓN.

Atributo o Virtud: SABIDURÍA.

Ritualización: Integridad.

Ritualismo: Sapientismo.

Edad: de los 60 a la muerte.

La integridad del ego, que es la tarea principal de este periodo, implica una unificación de toda la personalidad.

Aunque cronológicamente no tengo esa edad, hace mucho que he sentido que soy como la anciana sabia, que en la experiencia de la discapacidad ha sabido darle sentido a la vida. Me sorprende ver que hay personas que teniendo todas sus capacidades no tienen ni quieren un sentido de vida, literalmente vegetan. Peor aún hay jóvenes que tampoco lo tienen, creo que por no tener un panorama claro de lo que quieren y pueden hacer con sus vidas.

Es una experiencia que transmite cierto orden del mundo y sentido espiritual, no importa cuan costoso le sea

El sentido de vida espiritual, afortunadamente, me fue enseñado desde pequeña. Al crecer y leer sobre otras religiones me permití crecer en el espíritu, dando a mi concepción de Dios un marco mucho mas amplio que el que se circunscribe a una sola visión del Uno.

Es la aceptación de su propio y único ciclo de vida, como algo ineludible y que, por necesidad, no admite substitutos

Si, mi espíritu tiene ahora un contenedor físico que morirá más tarde o más temprano y lo acepto sin problemas.

La perspectiva de llegar al final de la vida puede producirle profunda angustia a muchas personas, traducidos en sentimientos de inutilidad, aislamiento y desesperación.

En mi caso estoy lista para que esto suceda en el momento en que así deba ser. Hace unos años sufrí un evento vascular cerebral, y en ningún momento sentí miedo

de morir. La percepción de mi vida es que ha sido de calidad. He vivido muchas cosas bellas, he amado, he sido amada, he hecho lo que he querido, he viajado, he conocido lugares lindos, he estudiado y aprendido mucho, creo que puedo ser una referencia para otras personas, así que creo que la vida no me debe nada.

El último periodo de la vida no debe ser desolado y aterrador, y no lo es para quienes han cumplido con éxito, y no necesariamente de forma excelente las tareas de las etapas previas.

No debería de ser aterrador, tal vez produce la ansiedad que sentimos cuando vamos a iniciar algo nuevo e importante en nuestra vida.

Necesitamos confiar en que hemos vivido una vida agradable y confiar también, en que la muerte no será una experiencia terrorífica. De hecho, para quienes creen en la vida futura, la muerte es el umbral de un nuevo tipo de existencia.

Definitivamente creo en una vida después de la vida, y una sucesión de vidas que constituyen los pasos para alcanzar la santidad necesaria para gozar de la presencia del Omnipresente.

La autonomía es necesaria para encarar con seguridad en sí mismo los problemas de este periodo. La iniciativa y la laboriosidad son necesarias para cambiar las circunstancias susceptibles de cambio. El sentido de identidad es la posesión más vital, debido a que el ego es valorado como la faceta más importante de nuestra personalidad. Al haber logrado amistades profundas, trabajado productiva y acertadamente, la persona no siente remordimientos ni deseos prolongados por las cosas de la juventud. Así, en un sentido, cada logro lo prepara a uno para la tarea final de la vida: la capacidad de encarar la muerte sin desesperación y con el sentimiento de haber llevado una vida plena, vivida como tenía que ser.

Parafraseando a Amado Nervo diría "... vida nada te debo, vida estamos en paz".

La virtud que se atribuye a esta etapa es precisamente la Sabiduría. Aquellos que encuentran la muerte totalmente incomprensible y terrible han fracasado en los logros anteriores en su vida.

Reitero, estoy lista para irme, pero mientras esto sucede, haré de mi vida algo que para mí sea muy agradable.

La ritualización de la ancianidad se conoce como la integral, por la que parece significar la unificación de los objetivos de la vida. La persona que ha pasado con éxito a través del ciclo de vida dentro de una sociedad en particular y ha satisfecho sus necesidades está en posición de afirmar que ha sido valiosa su vida.

Por las tribulaciones que he tenido que pasar, siempre con el ánimo muy en alto, me considero como esa anciana que ha vivido mucho, ha estudiado mucho y ha amado mucho.

Podemos pensar en la ritualización integral como en la personificación de la verdadera sabiduría y el autorrespeto sano. Las personas que han alcanzado el sentido del valor de su vida aprecian las limitaciones de ésta.

Claro que aprecio mis limitantes, mi discapacidad ha sido un freno, pero también el motor de mi vida.

El ritualismo de la ancianidad es el sapientismo, que se expresa en formas autoritarias -como saber más que ningún otro, como tener las respuestas únicas; como tener absolutamente la razón, es la pretensión insensata de ser sabio.

Todavía no he llegado a ese punto.

CAPÍTULO 6

CONCLUSIONES.

Cuento mi historia no porque sea única, sino porque no lo es, y porque no debería de serlo, pues todos y cada uno de nosotros tenemos la fuerza necesaria para combatir todas nuestras dificultades, discapacidades, miedos y las limitantes que a veces nosotros mismos nos imponemos. Pero creo y confío que esta historia pueda serle útil a alguna otra persona que se encuentre en una situación similar a la mía. Y para los Psicólogos, creo que puede ser una fuente de información sobre el proceso de una discapacidad.

A todas luces es evidente que la etapa que resultó más complicada para mí, fue la de afiliatividad contra aislamiento, en la adultez temprana.

Me relaciono más fácilmente con amigos que con una pareja. Ante el interés en mí de algún hombre, inmediatamente lo acepto pero lo empiezo a acosar para que me demuestre constantemente su afecto. Si la pareja no me da esas atenciones con las que yo me siento querida, corto rápidamente, tal vez no sé respetar el espacio y tiempo de una pareja.

No se dar apropiadamente mi amor: o lo doy todo o no doy nada.

He concluido que me quedé en la adolescencia emocional, porque actúo como adolescente en situaciones de pareja, es decir, nunca aprendí cómo establecer una relación adulta, lo cual es como quedarse estancada en una etapa anterior (Erickson, 1963). Fui tan consentida y protegida que le tengo pavor a sentirme vulnerable. Tener una pareja implica que hay momentos de duda acerca del afecto de la otra parte o de la seriedad con la que mi pareja puede tomar la relación. Entonces decido presionar, acosándolo, hasta que se rompe la relación. Este rompimiento me da más seguridad que la duda, lo que me permite estar más tranquila. Se me ha dado todo en la vida por lo que soy altamente intolerante a la frustración.

Me enamoro en cuanto percibo el menor interés en mí por algún prospecto que me interese. Sin embargo, después de un período de dolor por el rompimiento, regreso a mi estabilidad y puedo ser bastante funcional, sin dejar que la depresión me supere.

Tampoco sé hacer un equipo de trabajo, si quiero que las cosas salgan bien las tengo que hacer yo. Seguramente la sobreprotección que he vivido toda mi vida me ha hecho egocéntrica.

Mi actitud para relacionarme con otros es de aceptación, sin embargo, confieso que muchos de ellos no podrían ser mis amigos, pues no compartiríamos intereses. Pero considero que uno debe ser amable con los demás sin importar de quien se trate. Por otra parte, creo a pié juntillas, como diría Santo Tomás, “no hay desierto tan árido que no pueda dar una flor”. Hasta de las personas más agrias o amargas con las que he interactuado, siempre he recibido algo bueno y mi actitud ha sido de acercamiento

Mi actitud hacia otros es de seguridad en mí misma. El insulto o la agresión de otros son irrelevantes para mí, pues requiere de la complicidad de un ofendido el cual no soy yo.

Pienso que no debo otorgarle el poder a otra persona de hacerte sentir bien o mal. Creo que esta actitud me ha dado la oportunidad de tener muchos amigos, soy altamente sociable y aunque me gustaría compartir más actividades sociales, como lo acostumbraba, actualmente mi dependencia hacia otros no me lo permite, pues no puedo disponer de ellos y de su tiempo.

Por otra parte, quiero decir, que me cuesta mucho trabajo decir mentiras, pero creo que más por defectuosa que por virtuosa, es más fácil recordar la verdad que las mentiras, pues hay que tener muy buena memoria para recordar que se dijo y a quién.

Yo no puedo hacer muchas cosas, pero lo que sí puedo hacer es escuchar a otros, y me precio de ser una buena escucha. Esto es retroactivo, porque ayudar a otros

aunque sea en forma mínima o con algo que dentro de tus posibilidades sea grande, te hace crecer y te autoafirma.

Para tener la razón hay que saber, saber para estar seguro que lo que se dice, tener un fundamento teórico y que esa sea la razón por la que se tiene la razón y eso da muchísima confianza. De aquí, que yo he vivido para el estudio, la frase de Sor Juana Inés reverberó conmigo porque, "No estudio para saber más, sino para ignorar menos".

Esta actividad la he procurado porque de alguna manera, tener mayor conocimiento, me permite dar un consejo, o la gente que se acerca a mí puede encontrar a una buena conversadora, lo cual me agrada y me mantiene motivada. Esto también me ha dado mucha seguridad.

Mi actitud es como de alguien sin una discapacidad, pues algunas amigas u otras personas, olvidan mi discapacidad y me tratan como a cualquier otra persona. De ahí que, considero que mi actitud radica principalmente en la confianza básica, que me conduce a la esperanza y ésta a la fe. Me considero una persona espiritual con una creencia férrea en Dios y sus mediadores, como mi amorosa familia, y todos los ángeles de la guarda que pone a mí alrededor como mis amigos y todas las personas, que sin conocerme, me ofrecen ayuda y apoyo. Infiero firmemente que mis creencias me han apoyado a tener la fortaleza para seguir adelante con una muy buena calidad de vida desde mi perspectiva.

Los monjes coptos de un monasterio que data del siglo IV d.c., viven en el desierto, en condiciones muy difíciles, desde el clima, necesidades básicas como comida, vestido y techo apenas cubiertas, declaran ser felices. De ahí que puedo deducir que la felicidad tiene más que ver con tu aceptación de la vida que te tocó vivir, o las condiciones de ésta, que la posesión de bienes y habilidades que no llenan las expectativas de muchas personas. Dice el dicho que "pobre no es el que tiene poco, si no el que necesita mucho". Mis necesidades son pocas y se cubren con poco dinero. Tengo las necesidades básicas cubiertas gracias a mi familia, vivo una vida muy agradable gracias a ellos, tengo la fe de encontrar ahora una pareja que no despida en menos de tres meses o me despidan, y tener una relación satisfactoria, que me amen y que ame, que le guste y que me guste y que todo esto ocurra al mismo tiempo, de manera perfecta y en armonía con el universo.

Como dice Erickson (1963) la confianza lleva a la esperanza y la esperanza a la fe. Esto me permitió hacer míos algunos consejos de las tradiciones sagradas orientales. Nos aconsejan vivir solo el presente, el pasado ya pasó y no se puede modificar, el futuro no sabemos si llegará, la muerte no respeta a nadie, así que mi consejo sería dejar el pasado a la Misericordia de Dios, el futuro a Su Providencia y el presente a Su Amor. Podría decir que “*yo no tengo nada*”, pero no tengo nada producido por mí, pues no tengo pareja, no tengo hijos, no tengo dinero, no tengo una casa propia, sólo mi amorosa familia y mis fortalezas para desarrollar habilidades como la lectura del tarot y esto es lo que me ha permitido transitar como si no tuviera una discapacidad, y vivir el día a día confiadamente sin pensar en el desaliento, pues la discapacidad, cualquiera que esta sea, es una verdadera tragedia, de tal manera que un elemento muy importante en mi vida es la espiritualidad. Esto me hace intentar vivir feliz cada día, aunque a veces no lo logre.

Hay personas que inspiran a otras, como en su momento Francis me inspiró a mí. Francis es aquella muchacha que conocí en el transporte público y que me motivó a entrar a Psicología. Ella con una discapacidad visual más severa que la mía, estudiaba psicología y se desempeñaba con mucha seguridad en la calle. Ella me llevó a creer que yo también podía hacer lo mismo que ella. Ese mismo día, abrí la convocatoria y me inscribí al examen de admisión a Psicología.

Después de terminar mi formación como Psicóloga, era imperante cambiar programaciones anteriores que uno mismo o las personas que nos han rodeado pudieron implantar y que no son adecuadas para mi desarrollo personal. Y para cambiar había que tomar acción.

Una oración que se le atribuye a San Agustín, y que en particular me ha ayudado mucho a sobrellevar mi discapacidad ha sido la que dice "Señor, dame *serenidad* para aceptar las cosas que no puedo cambiar, *fortaleza* para cambiar las que sí puedo y *sabiduría* para reconocer la diferencia". Esto me llevó a pensar que a pesar de mi discapacidad, yo tengo ciertas habilidades que puedo explotar y convertirme en una persona funcional. Después de hacer una lista de mis habilidades, es decir, mis fortalezas, de entre todas identifiqué las que si puedo desarrollar y entre esas las que me gustaría hacer. Por lo cual, elegí la lectura del tarot, como medio de supervivencia económica.

Para mi es importante hablar de uno siempre en términos positivos, no se trata de mentir, si no de exaltar tus virtudes y fortalezas. En este sentido, mi egocentrismo me ha permitido protegerme de la discapacidad, como se dice en tiempos de guerra “sálvese el que pueda”, son reglas de excepción. Entonces esta actitud egocéntrica me ha permitido sobrevivir con bienestar.

Me he preguntado ¿Tengo confianza, esperanza y fe porque soy feliz o soy feliz porque tengo confianza, esperanza y fe? No sé si alguna vez pueda responder esta pregunta, pero lo que sí sé es que tengo esas tres virtudes y soy feliz.

Mi vida no ha sido por supuesto, miel sobre hojuelas, han sucedido cosas tristes, decepcionantes y dolorosas, pero de ellas no me acuerdo, están en el pasado y ahí están muy bien. Charles Chaplin en una ocasión contó un chiste varias veces hasta que nadie se rió más, y preguntó ¿Por qué si no nos podemos reír muchas veces de una misma cosa, lloramos muchas veces por otras? En verdad no me acuerdo, ni me quiero acordar. De ahí que esta ha sido mi actitud.

Agradecer es un acto de profundo reconocimiento de las propias limitantes. Yo agradezco profundamente a mi familia, a mis amigos, mis docentes, mis compañeros y personas que he encontrado en el camino de mi vida y que me han apoyado. Desde personas cercanas hasta aquella persona que me ayuda a cruzar la calle.

De aquí que yo me apoyo en tres pilares, mi actitud de fortaleza personal, mi familia, gente que me rodea y la fe en un ser supremo.

La vida debe tener sentido, significado y propósito. Es decir el sentido de tu vida es como lo plantea Viktor Frankl (1999) en donde la vida está orientada a la supervivencia y hacia el camino por donde lo quieres llevar. El significado es un valor subjetivo que se le otorga a la vida, que es absolutamente personal, pero necesario. Y el propósito, si puede estar orientado hacia otras personas, como el apoyo que puedes ofrecer, el trabajo a que te puedas dedicar, etc.

Quisiera comentar ahora, para personas que estén pasando por una situación de discapacidad, que los grupos de autoayuda son una fuente importante de asistencia

y red de apoyo, en donde la gente con estas necesidades, pueden recargarse. Su metodología se basa en actuar conforme a un objetivo de "solo por hoy". Siempre se puede tropezar y hasta caer en el camino que nos hemos trazado, pero mañana podemos continuar el viaje, y felicitarnos si hoy lo logramos.

Sugiero que traten de rodearse de personas que tengan una noción similar a la suya para crear un ambiente "Esperanzogénico".

El optimismo está presente en las personas felices, si nuestras redes de apoyo incluyen estos "Clubes de optimismo", nos rodearemos de personas felices o al menos que estén haciendo un esfuerzo por serlo. Imitarlas tal vez podría llegar a ser algo natural para quien lo intenta.

Por otra parte, es sabido que el consumo de chocolate oscuro con gran porcentaje de cacao, estimula la producción de ciertos neurotransmisores que estimulan estados placenteros y de bienestar (Montemayor, 2015), cuya fisiología no es objeto de este trabajo. Pero es mencionado por ayudar a establecer un estado de ánimo suficiente y necesario para buscar esas redes de apoyo.

Quisiera concluir diciendo que dada mi discapacidad, fue muy difícil leer más bibliografía que me hubiera gustado incluir y cruzar la información. Otras obras de Viktor Frankl, por ejemplo, para hablar de tolerancia a la frustración, de resiliencia y de encontrar el sentido para seguir viva. No obstante, considero que Erickson me dio la óptima oportunidad para adecuar mi historia y analizar el proceso de mi desarrollo.

Probablemente este trabajo carece de mucha objetividad, por tratarse de una autobiografía. Sé que tengo defectos y que probablemente no los pude identificar y por lo tanto analizar.

Si lo mas importante es el significado que la persona estudiada da a su propia historia, sin pensarlo mucho les diré que para mi la discapacidad, hasta el día de hoy, ha sido solo una complicación. Todo parece indicar que mi verdadera discapacidad es emocional.

BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS

Cueli García, J. (1999). Teorías de la Personalidad. 3a. Ed. México: Trillas.

Chairez López, R. (2009) "Sentido de vida en adultos mayores institucionalizados y con discapacidad". Tesis de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.

De Asbaje y Ramírez de Santillana, Juana Inés. Revista Digital Universitaria, 1 de diciembre de 2015 vol.16, No.12 Art. 96

Dicaprio, N. (1989). Teorías de la Personalidad. 2 Ed. México: McGraw-Hill.

Domínguez, Laura (1999). ¿Yo, sí mismo o autovaloración? Rev. Cuba. Psicol. vol.16, no. 1, pp. 3-7. Disponible en: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43221999000100001&lng=pt&nrm=iso>. ISSN 0257-4322.

Duenas Becerra, Jesús (2013). Inteligencia, inteligencia emocional y espiritualidad: una reflexión desde la psicología humanista. Rev. Cuba. Psicol. Disponible en <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43222003000400006&lng=pt&nrm=iso>. acceso em 27 jan. 2013.

Martorell, J.L. y Prieto, J.L. (). Fundamentos de la psicología. Madrid: Editorial Centro de Estudios Ramón Areces. Colección de Psicología
Recuperado de
<http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/Psyconex/article/viewFile/10758/9863>

Erikson, Erik (1963). El Ciclo Vital Completado. Barcelona: Paidós.

Frankl, V. (1999). El hombre en busca de sentido. 20 Ed. Barcelona: Herder.

Fredrick, S. (2002) citado por Rodríguez Rodríguez, Lucía. (2011). Estudio del Mecanismo de Acomodación en la Miopía. Màster Universitari en Optometria i Ciències de la Visió Treball Final de Master. Barcelona: Universitat Politècnica de Catalunya. Recuperado de
http://upcommons.upc.edu/pfc/bitstream/2099.1/11418/6/TFM%20LUC%C3%8DA_DEF.pdf.txt

González Rey, Fernando (2002) Sujeto y Subjetividad. Una aproximación histórico-cultural. Editorial Thomsom.

Hernández Moreno, K.S. (2011) La historia de vida: Método cualitativo, en Contribuciones a las Ciencias Sociales. Recuperado de
www.eumed.net/rev/cccss/11/

Lupano Perugini, María Laura y Castro Solano, Alejandro (2010). Psicología positiva: análisis desde su surgimiento. Cienc. Psicol., vol.4,

n.1, pp. 43-56. Disponible en: <http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-40942010000100005&lng=es&nrm=iso>. ISSN 1688-4094.

Kuhn, S. Thomas (1975). La estructura de las revoluciones científicas. México: Fondo de Cultura Económica.

Manuel Bueno, M. (2009). Definiciones y clasificaciones en torno a la discapacidad visual. La baja visión y la ceguera. "I Encuentro en lengua española sobre "Intervención educativa" y "discapacidad visual". Recuperado de http://www.crigipuzkoa.com/UserFiles/File/Definición_de_baja_vision_y_ceguera

Martínez Migueles, Miguel (1982). La Psicología Humanista. Un nuevo paradigma psicológico. 2a. Ed. México: Trillas.

Martínez M. M. (1989). Comportamiento humano: nuevos métodos de investigación. México: Trillas.

Martínez Migueles, M. (1997). El Paradigma emergente. Hacia una nueva teoría de la racionalidad científica. 2a, Ed. México: Trillas.

Martínez Migueles, M. (2008). Epistemología y Metodología Cualitativa en las Ciencias Sociales. México: Trillas.

Merino Carmen (1995). "¿Investigación Cualitativa e Investigación Tradicional. Incompatibilidad o Complementaridad?" (parte II). Siglo XXI. Perspectivas de la educación desde América Latina. Año 1, no 2

Mon, Fabiana. (2005). Algunas definiciones de ceguera y baja visión. Centro de Habilitación y Capacitación Laboral para Adultos Ciegos y Disminuidos Visuales, San Fernando. Periódico sobre discapacidad "El Cisne". Recuperado de <http://www.elcisne.org/>

Montemayor Flores, Georgina Facultad de Medicina, UNAM. Revista.unam.mx Num. 4 art. 47. 1 de diciembre de 2015

MUNOZ, Antonio (2013). Cuestiones Epistemológicas Relativas al Estudio Psicológico de la Vivencia Religiosa. *Psykhē*, vol.13, n.1, pp. 131-140. Disponible en: <http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282004000100011&lng=es&nrm=iso>. ISSN 0718-2228. doi: 10.4067/S0718-22282004000100011.

NOM-173-SSA1-1998

NORMA OFICIAL MEXICANA, PARA LA ATENCION INTEGRAL A PERSONAS CON DISCAPACIDAD. Diario Oficial de la Federación Fecha de publicación: 19 de Noviembre de 1999.

OMS (2011) 18 de mayo de 20116 <http://www.who.int/topics/disabilities/es/> World Health Organization. Organización Mundial de la Salud OMS.

Discapacidad.

Real Academia Española de la Lengua 22a. ed. Consultado en:
<http://www.rae.es/rae.html>

Ruiz Monroy, H.E. (2006). Psicología Humanista. Breviarios para un mejor entendimiento. Bogotá: Universidad de Colombia. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos88/psicologia-humanista/psicologia-humanista2.shtml>

Shields, Ch. (2009). Aristotle Stanford Encyclopedia of Philosophy. Recuperado de <http://plato.stanford.edu/search/seeker.py?query=aristotle>

Strauss, A. Corbin, J. (2002). Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada. Antioquia: Editorial Universidad de Antioquia.

Taylor, S y Bodgdan, R (1980). Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Barcelona: Paidós,

Tobias Imbernon, C. y Garcia-Valdecasas Campelo, J. (2009). Psicoterapias humanístico-existenciales: fundamentos filosóficos y metodológicos. Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq. Vol.29, n.2, pp. 437-453. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352009000200010&lng=es&nrm=iso>. ISSN 0211-5735. <http://dx.doi.org/10.4321/S0211-57352009000200016>.

Vera Poseck, B., Carbelo Baquero, B. y Vecina Jiménez, ML. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. Papeles del Psicólogo, Vol. 27(1), pp. 40-49. Recuperado de http://74.125.155.132/scholar?q=cache:AkeL8CsInIQJ:scholar.google.com/+RESILIENCIA&hl=es&lr=lang_es&as_sdt=0.5&as_vis=1