

Resiliencia y estrategias de afrontamiento de adultos jóvenes frente a la separación de sus padres

Hianella Rodríguez Hernández

Natalia Rojas Daza

Jorge David Trujillo González

Trabajo de grado presentado como requisito parcial para optar al título de Psicólogo (a)

Directora de trabajo de grado
Jacqueline Garavito López, PhD.

Pontificia Universidad Javeriana de Cali
Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales
Departamento de Ciencias Sociales
Programa académico Psicología
Santiago de Cali
18 de junio 2024

NORMATIVA VIGENTE

ARTICULO 23 de la Resolución No. 13 del 6 de julio de 1946, del Reglamento de la Pontificia Universidad Javeriana.

“La Universidad no se hace responsable por los conceptos emitidos por sus alumnos en sus trabajos de Tesis. Solo velará porque no se publique nada contrario al dogma y la moral católica y porque las Tesis no contengan ataques o polémicas puramente personales; antes bien, se vea en ellas el anhelo de buscar la Verdad y la justicia”

NOTA DE ACEPTACIÓN

Nota de Aceptación

DIRECTOR – TRABAJO DE GRADO

Jacqueline Garavito López, PhD.

Jurado

Yamile Rodríguez Alarcón

Jurado

Santiago de Cali 14 de junio, 2024

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradecemos a Jacqueline Garavito López, directora de nuestro trabajo de grado y actual docente de la Pontificia Universidad Javeriana Cali, por su acompañamiento, dirección y orientación durante el proceso de elaboración. En segundo lugar, agradecemos a los participantes por su disposición para contribuir a este trabajo de grado y compartir su experiencia con relación al tema abordado. En tercer lugar, a las docentes Ana Marcela Uribe, Nathalie Olano y Yamile Rodríguez docentes de la Pontificia Universidad Javeriana Cali, las cuales contribuyeron en el proceso de validación del instrumento utilizado. En cuarto lugar, a nosotros: Hianella Rodríguez, Natalia Rojas y Jorge David Trujillo por el esfuerzo y dedicación para lograr el objetivo.

Tabla de contenido

Introducción	1
Método	18
Tipo de estudio	18
Diseño	18
Participantes	19
Categorías de análisis	20
Técnica de recolección de información	23
Instrumento	24
Técnica de análisis de la información	25
Procedimiento	26
Consideraciones éticas	27
Resultados	28
Discusión	46
Referencias	53
Anexos	

Lista de tablas

Tabla 1. Categorías de análisis	20
Tabla 2. Datos sociodemográficos	28
Tabla 3. Cambios: vivienda, socioeconómico y dinámicas	32
Tabla 4. Experiencia frente a la separación de sus padres	34
Tabla 5. Afrontamiento frente a la separación de sus padres	36
Tabla 6. Resiliencia frente a la separación de sus padres	42

Lista de anexos

Anexo A. Consentimiento informado

Anexo B. Instrumento entrevista semiestructurada

Anexo C. Línea del tiempo

Anexo D. Protocolo de atención en crisis

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo general analizar las estrategias de afrontamiento y la capacidad de resiliencia adoptada de adultos jóvenes de la ciudad de Cali que experimentaron la separación de sus padres antes de cumplir los 18 años. El método fue cualitativo, con diseño narrativo tópico indagando en las categorías de análisis, en el estudio participaron 9 personas: 8 mujeres y 1 hombre que habían experimentado dicho acontecimiento durante su vida. La recolección de los datos se hizo por medio de entrevista semiestructurada con técnica interactiva de línea del tiempo. Los principales hallazgos se basaron en que los participantes demostraron un gran uso de estrategias de afrontamiento tanto de aproximación como de evitación, en donde principalmente, el apoyo social y la búsqueda de gratificación alternativa fueron las más utilizadas. Por su parte, al hablar de resiliencia, los participantes indicaron principalmente hacer uso de sus propios recursos internos para hacer frente a la vida después de lo acontecido, en donde, se destaca que por parte de la familia fueron los hermanos quienes brindaron mayormente este apoyo y motivación. Se concluye que, las personas recurren a estrategias de afrontamiento que varían desde buscar apoyo emocional hasta evitar el problema o negarlo y a partir de estas mismas, la resiliencia se ve adquirida y se manifiesta en la capacidad de poder utilizar dichas estrategias de manera efectiva para adaptarse y encontrar formas constructivas de lidiar con la situación y seguir adelante.

Palabras clave: resiliencia, estrategias de afrontamiento, separación conyugal, cualitativo, narrativo tópico.

Abstract

The present study aimed to analyze the coping strategies and resilience capacity adopted by young adults from the city of Cali who experienced parental separation before turning 18 years old. The method employed was qualitative, using a topical narrative design to explore the analysis categories. Nine individuals participated in the study: 8 women and 1 man who had experienced this event during their lifetime. Data collection was conducted through semi-structured interviews with an interactive timeline technique. The main findings revealed that participants demonstrated extensive use of coping strategies, both approach and avoidance, with social support and the pursuit of alternative gratification being the most commonly utilized. Regarding resilience, participants primarily indicated utilizing their own internal resources to cope with life after the event, with siblings playing a major role in providing support and motivation within the family. It is concluded that individuals resort to coping strategies ranging from seeking emotional support to avoiding or denying the problem, and from these strategies, resilience is acquired and manifested in the ability to effectively utilize them to adapt and find constructive ways to deal with the situation and move forward.

Keywords: resilience, coping strategies, marital separation, qualitative, topical narrative

Introducción

La familia es considerada como la base fundamental del desarrollo de una persona, puesto que tiene una influencia directa en sus aspectos cognitivos, afectivos y conductuales, además de que se considera un agente organizador a nivel social para que la persona se relacione con otros (García y Díaz-Perera, 2008; Ramírez, 2004). Ahora bien, es posible que se lleguen a experimentar situaciones de conflicto dentro de las relaciones familiares, que amenazan el desarrollo del individuo de alguna u otra manera. Por lo tanto, es relevante considerar la influencia de dichas dinámicas familiares intentando comprender estas mismas que allí se presentan (Marín et al., 2019). Con base en lo anterior, la separación conyugal es uno de los conflictos familiares que tiene impactos emocionales y psicológicos en los hijos y los padres, debido a que se estima que alrededor del 65% en las familias, este hecho se presenta y se vive como una situación traumática (Echeberria, 2015). Es importante aclarar que, en este trabajo de grado, el término “separación conyugal” incluirá tanto separación legal, es decir, el divorcio, como los no legales.

En ese sentido, este es un fenómeno que se ha presentado y se sigue presentando en las sociedades actuales cada vez con mayor frecuencia, especialmente durante y después de la pandemia, debido a los cambios que se presenciaron en todas las dimensiones de la persona (Romero et al., 2021; Vargas et al., 2015). Es por ello, por lo que, a nivel mundial, en países como España, la tasa de divorcio se ha duplicado en los últimos diez años, pasó de 0,9 a 2,4 divorcios por cada 1000 habitantes, asimismo, se estima que 1 de cada 5 personas que se casan, se encuentra en su segundo matrimonio (Martín & Puyuelo, 2014; Pérez, 2018). Esta tasa es mayor en el continente americano, específicamente en Estados Unidos, donde se estima que por cada 1000 habitantes hay 7,3 divorcios (Huarcaya, 2011). A nivel de Latinoamérica, ya no por habitantes, sino por matrimonios, las cifras en países como México, muestran que, para los años 90, había un

4.4 de divorcios por cada 100 matrimonios, lo cual ha ido en aumento, ya que, en la actualidad, por cada 100 matrimonios hay 17 divorcios (Vargas et al., 2015). En cuanto a cifras por porcentaje para el año 2020, en Brasil, se encuentran reportes en donde de cada tres matrimonios, uno termina en separación. En Argentina, por su parte, la cifra de divorcios en los últimos tiempos aumentó un 41% en comparación con la década anterior. Por otro lado, Chile es el país con menos divorcios en el mundo a comparación con otros porcentajes de cifras más altos en divorcio como: Bélgica (70%) y Portugal (68%) (Corporación Excelencia en la Justicia, 2020).

A nivel nacional, para el año 2015 las cifras señalaban que 41% de los matrimonios registrados terminaron en divorcio, y las cifras siguen en aumento, pues para el 2016 se presentaron un 44% de divorcios y en 2018 fueron un 46% de divorcios. Se halló, además, que, durante el primer trimestre del 2010, se presentaron 5% más de solicitudes de divorcio en comparación a años anteriores registrados en el primer trimestre (Corporación Excelencia en la Justicia, 2020). Por su parte, en el último censo que se realizó en el 2018, se encontró que 276.123 personas en Colombia estaban divorciadas (Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas [DANE], 2018). En cifras más recientes, se estima que por cada dos parejas que deciden casarse, una decide divorciarse. Esto tiene relación con la pandemia debido a los cambios que se presentaron en las familias, sin embargo, aún hay casos de divorcio no resueltos por la gestión de trámites durante la pandemia, por ende, se espera que en los próximos años siga habiendo un aumento considerable de divorcios. Las ciudades en donde se registran mayor número de personas casadas y divorciadas anualmente son Bogotá, Medellín, Cali, Bucaramanga y Pereira (Superintendencia de notariado & registro la guarda de la fe pública, s.f.).

A nivel local, en Cali, se hace una comparación de los años 2020 y 2021 en cuanto a divorcios acontecidos y las cifras arrojan que, para el año 2020, fueron un 26% y en el 2021 fueron

un 22% de parejas que se divorciaron, es decir, a nivel local la cifra no ha ido aumentando en comparación con otras cifras, pero aún hay poca información de lo que sucedió durante y post pandemia (Superintendencia de notariado & registro la guarda de la fe pública, s.f.).

Las causas de los divorcios son múltiples, pero todas dan cuenta de alguna consecuencia a corto o largo plazo para los hijos que experimentan estas situaciones. Al menos un 70% de los hijos de padres divorciados presentan algunas de las siguientes características a corto plazo: desmotivación, bajo rendimiento académico, miedo o temor en planos psicoafectivos, ansiedades y depresiones, conflictos de identidad, agresividad, inadaptación social y mayor predisposición al desarrollo de psicopatologías. A largo plazo, la separación de los padres es un predictor en los hijos adultos de situaciones que van desde problemas afectivos y de comportamientos en la formación de sus relaciones románticas, predictores a las rupturas de relaciones de pareja, inseguridad en las relaciones, evitaciones de apego, en general, relaciones más inestables, y, como consecuencias extremas, se presenta un mayor riesgo de patologías psiquiátricas como una psicosis y abuso de consumo de sustancias psicoactivas (Ayerbe et al., 2020; Cobas et al., 2015; Dykes & Ward, 2022; Echeberria, 2015; Escapa, 2017; Melo & Mota, 2014; Núñez et al., 2017; Ramírez, 2004; Roizblatt et al., 2018; Seijo et al., 2012; Tullius et al., 2022).

Sin embargo, también es posible identificar factores resilientes del individuo frente a esta situación, así como la adopción de ciertas estrategias de afrontamiento para continuar con la vida después de lo acontecido, panorama que en la literatura parece no ser tan abordado. Pero que da cuenta de aquellos factores de protección que los individuos pueden adquirir a partir de esta experiencia que se suele catalogar y dar a conocer como algo exclusivamente negativo para aquellos que lo vivencian.

Partiendo del panorama presentado, a continuación, se expondrán los aportes de los estudios realizados recientemente sobre el impacto en los hijos de la separación de sus padres. En primer lugar, se presentarán las implicaciones/consecuencias en el plano clínico. Luego, se identificarán las implicaciones educativas/académicas de la experiencia de divorcio en hijos y, por último, se presentan las estrategias de afrontamiento y resiliencia evidenciadas en el hijo posterior a la experiencia de divorcio. Es importante resaltar que se da una mayor incidencia de estudios con enfoque cuantitativo (Astorga et al., 2019; Astrup et al., 2017; Ayerbe et al., 2020; Cobas et al., 2015; Echeberria, 2015; Escapa, 2017; García, 2018; González, 2015; Melo & Mota, 2014; Orgilés et al., 2012; Seijo et al., 2012; Tullius et al., 2022, Vargas et al., 2015) que de enfoque cualitativo (Dykes & Ward, 2022; Falculan et al., 2019; Núñez et al., 2017; Ortiz, 2016; Palacio y Arias, 2022) así como estudios mixtos (Lucio, 2022; Morgado y Cairós, 2015).

Los estudios centrados en las implicaciones clínicas y psicosociales se orientaron a identificar las principales secuelas que deja la de separación conyugal en hijos, así como a analizar las experiencias y percepciones sobre ésta, siendo la mayoría de información obtenida de niños y adolescentes y en menor medida con adultos jóvenes. Dentro de los estudios cualitativos, los instrumentos utilizados para la recolección fueron principalmente entrevistas semiestructuradas ya existentes, así como auto diseñadas.

Se encontró primeramente una mayor propensión a problemas psicológicos, incluyendo conflictos internos y externos, autolesiones, riesgo de psicosis, así como consecuencias emocionales, físicas y cognitivas, como tristeza, rabia, ansiedad, miedo intenso, cambios en el estilo de vida, inseguridad en relaciones íntimas y expectativas negativas hacia futuras parejas (Astrup et al., 2017; Ayerbe et al., 2020; Echeberria, 2015; González, 2015; Melo & Mota, 2014; Orgilés et al., 2012; Seijo et al., 2012; Tullius et al., 2022). De la misma forma, dentro de los

estudios orientados a analizar las experiencias y percepciones que deja la vivencia de divorcio parental en hijos, se evidenciaron dentro de los relatos consecuencias similares a las ya mencionadas y también confusión de roles, influencia negativa en las responsabilidades, problemas de apego, confusión de rol, dificultad en desarrollo de identidad y deseos de cambiar aspectos de su familia. Dentro de los relatos también se encuentran que factores como dinámicas familiares, unidad o desunión, contacto con el padre no custodio y conflicto de divorcio influyen en las implicaciones, ya sea positiva o negativamente (Dykes & Ward, 2022; Falculan et al., 2019; Morgado & Cairós, 2015; Núñez et al., 2017; Ortiz, 2016).

Por otro lado, se encuentra que un divorcio conflictivo puede tener implicaciones en el ámbito académico en niños y adolescentes. Algunos estudios cuantitativos han encontrado que, al enfocar su atención en los conflictos parentales, los chicos comienzan a tener dificultades a nivel emocional, de sus procesos de memoria y aprendizaje, generando un menor o bajo desempeño académico y una actitud conflictiva en la escuela. Dichos estudios encontraron además como factor diferenciador la conflictiva en la relación de los padres en el proceso de divorcio y post divorcio, esto por medio de comparación entre hijos de padres con divorcios conflictivos y sin conflicto, encontrando que aquellos individuos que tienen padres los cuales mantienen una relación conflictiva, suelen tener un menor desempeño (Cobas et al., 2015; Escapa, 2017; Orgilés et al., 2012; Vargas et al., 2015).

Por otro lado, se considera pertinente indagar también aquellas estrategias y procesos utilizados por los hijos para hacer frente a las dificultades que les dejaban estos conflictos familiares, lo cual implica un fortalecimiento interior en cuanto a esta situación. En estudios cualitativos y cuantitativos se encontraron estrategias de afrontamiento por parte de los hijos como la reevaluación positiva y búsqueda de apoyo social, incluso algunas veces acuden a parientes o

amigos quienes han experimentado situaciones similares con el fin de sentirse comprendidos y respaldados por la experiencia de estos (García, 2018; Jiménez et al., 2012; Palacio y Arias, 2022). Estas estrategias mencionadas hacen parte del afrontamiento racional, demostrando un mayor nivel de resolución de los conflictos interparentales.

De la misma manera, se encontró que, a pesar del divorcio, los niños y las niñas seguían conservando la visión de la familia nuclear compuesta por papá, mamá e hijos. Se evidenció también con los instrumentos cualitativos que los niños no deseaban hablar más sobre el divorcio de sus padres, sino que preferían hablar sobre experiencias positivas, siendo este un modo de afrontamiento de los niños y las niñas. Es así como se encontró que las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los participantes fueron el análisis lógico y la reestructuración cognitiva. Además, entre las estrategias de afrontamiento catalogadas en la literatura como disfuncionales se encontraron la evitación cognitiva y la búsqueda de gratificación alternativa, las cuales pueden llevar a estas personas en medio del estrés a tener conductas desadaptativas (García, 2018; Lucio, 2022; Melo & Mota, 2014; Palacio y Arias, 2022; Romero et al., 2021).

En cuanto a la resiliencia, cuando la separación de los padres se da en una temprana edad, los niños y niñas presentan significativos niveles de resiliencia a comparación de otras edades. En cuanto a género, se encuentra en las niñas un alto nivel de resiliencia en comparación a los niños. En lo referente a la organización familiar, los niños y niñas quienes viven con uno de sus padres posterior al divorcio se han encontrado que, si este se encuentra sin una nueva pareja, pareciera significar un más alto nivel de capacidad resiliente. Asimismo, es importante resaltar que para que estos altos niveles de resiliencia se puedan desarrollar, las personas deben contar con adecuadas condiciones internas como: fortalezas y favorable autopercepción, en general, presentan recursos previamente desarrollados para responder de manera resiliente a la adversidad y condiciones

externas como: la familia o el contexto más próximo (escuela) como una forma de apoyo social (Oriol, 2012).

En cuanto a la estrategia de afrontamiento de apoyo social, se encontró que existe relación con el desarrollo de una mayor y mejor resiliencia en los hijos de padres separados, debido a que encuentran en el otro, alguien de confianza y que termina jugando un papel fundamental en ese preciso momento de la vida, ya que hallan esa contención externa, social y afectiva. Esta conexión contribuye a que se desarrolle la capacidad de hacer frente y adaptarse a la adversidad, contribuyendo a una construcción a futuro de sus vidas y una apertura al aprendizaje con lo vivido en ese momento, para otras posibles situaciones similares (Astorga et al., 2019; Bravo y López, 2016; Quisbert, 2014).

A partir de lo expuesto, es importante señalar que los estudios revisados se enfocan en el impacto negativo y/o desfavorable que deja la separación en los hijos, siendo una brecha que atendió la presente investigación al poner el foco en el reconocimiento tanto de los elementos positivos y/o favorables, como la resiliencia y las estrategias de afrontamiento (Romero et al., 2021). Aspectos que implican un cambio en la percepción y en el estilo de vida, respecto de aquello que pudo vivirse como una situación traumática. Por lo anterior, fue relevante darle ese rumbo a la investigación, pretendiendo reconocer dichos aspectos positivos y/o favorables, permitiendo de esta manera visibilizar herramientas que han favorecido para un mejor afrontamiento por parte de los hijos e hijas en la separación de los padres.

Otras brechas de investigación identificadas son: en primer lugar, la mayoría de las investigaciones consultadas estudian el impacto en edades muy tempranas de los participantes, usualmente se refieren a niños. También, la mayoría de los artículos se enfocan principalmente en el momento que se da la separación, es decir, incidencias en ese momento de vida particular y no

se indagan las elaboraciones que tiene este evento significativo en la vida de una persona a mediano o largo plazo, aquellas implicaciones, dificultades y/o ganancias que surgieron a partir de ello. Igualmente, es evidente que una mayor cantidad de los estudios antes mencionados se ha llevado a cabo desde un enfoque cuantitativo, y en menor medida desde el enfoque cualitativo, por lo tanto, esto se presenta como un vacío a nivel metodológico.

Es así como, el presente estudio logró tender puentes en las anteriores brechas. Dando respuesta a la pregunta problema de investigación: ¿cómo es la resiliencia y las estrategias de afrontamiento que adoptan los adultos jóvenes, de 20 a 30 años, de la ciudad de Cali quienes experimentaron la separación de sus padres antes de cumplir los 18 años?

A partir de la pregunta planteada, se definen los conceptos fundamentales para comprender el desarrollo del presente trabajo de grado. En primer lugar, una revisión teórica en cuanto al concepto de familia, específicamente, haciendo alusión a la familia como un sistema, posterior a ello, se presentan los conceptos de separación, estrategias de afrontamiento y resiliencia, las cuales comprenden las categorías de análisis del presente estudio.

Dicho lo anterior, en primer lugar, la familia desde la perspectiva sistémica se concibe como un contexto o entorno en que se da la posibilidad del desarrollo humano, el cual se constituye por una red de interacciones conformada por los diferentes miembros que allí pertenecen. En ese sentido, la familia también se considera como un ambiente, o un microsistema en el que la persona se desenvuelve por medio de las interacciones en un escenario específico inmediato, percibiendo, sintiendo y experimentando de forma directa los sucesos que allí se generan (Bronfenbrenner, 1986; 1987; López, 2017).

Ahora bien, la concepción de familia como sistema implica el reconocimiento de su dimensión social, es decir, la familia es concebida como un sistema social en el cual se presentan

diferentes dinámicas (Cadenas, 2015). Entonces, como en todo grupo social, dentro de dichas dinámicas familiares se pueden llegar a presentar situaciones de conflicto entre dos o más miembros de esta y que finalmente, terminan impactando en la vida de todos, viéndose todo el sistema afectado (Bronfenbrenner, 1986; 1987; López, 2017).

Dichos impactos muchas veces no son positivos ni favorables, pues amenazan la integridad de esa familia y, por ende, el desarrollo del ser humano. Una de esas situaciones de conflicto es la separación, la cual se entenderá como aquella decisión tomada por una pareja en la que rompen el vínculo amoroso y, por su parte, el divorcio es concebido como un proceso legal que da fin a una unión conyugal de una pareja que antes habían decidido contraer matrimonio (Roizblatt et al., 2018). Ahora bien, las causas de las separaciones en la actualidad y desde antes, son innumerables, que van desde algún tipo de maltrato sea físico o psicológico, infidelidades o simplemente por constantes oposiciones o conflictividades, en donde ya no se entienden, se acabó el interés y/o demás.

Teniendo en cuenta las situaciones que se pueden presentar en los sistemas familiares, como es el caso de la separación, también se da la posibilidad de adoptar métodos para afrontar la situación adversa por la que están atravesando los miembros de dicha familia. Por ende, afrontamiento se vio definido como aquellas acciones o pensamientos que una persona va generando con el fin de combatir determinadas situaciones que se caracterizan principalmente por ser de alta complejidad para la percepción del sujeto o que sobrepasan los recursos emocionales, afectivos y/o cognitivos del mismo. El afrontamiento además se caracteriza por ser dinámico, cambiante y no estable, por lo que este puede desarrollarse en distintas etapas de la vida (Lazarus y Folkman, 1984, como se citó en Castaño y del Barco, 2010).

Se encuentra que existen diferentes estrategias de afrontamiento las cuales se refieren a

comportamientos, conductas y en general métodos que van relacionadas con el tipo de situación que esté enfrentando la persona, su significado y la manera que elige para darle una salida, estas se caracterizan por ser específicas y dinámicas (Bouchard, 2003; David y Suls, 1999; Moos y Holahan, 2003, como se citó en Castaño y del Barco, 2010). Las estrategias de afrontamiento se encuentran clasificadas y divididas acorde a sus características y cualidades, según Moos (1995, como se citó en Pueyo et al., 2000), y a su vez, estas se dividen en cuanto a su orientación referente a la aproximación o evitación de la situación estresora y en cuanto a su método, ya sea desde factores cognitivos o conductuales.

Las estrategias de aproximación se caracterizan por centrarse en la resolución de problemas, por tanto, la persona se enfrentará a situaciones de complejidad y buscará soluciones o alternativas al suceso generando mayor conciencia y equilibrio emocional. Estas estrategias se encuentran divididas en dos: cognitivas, por análisis lógico y reevaluación cognitiva/positiva; y dos conductuales, por búsqueda de apoyo social y acción de resolución de problemas. Estas son consideradas las estrategias de afrontamiento más favorables y saludables para el bienestar del sujeto. Por otro lado, las estrategias de afrontamiento de evitación que se caracterizan por estar dirigidas al control de la emoción, por tanto, se busca evadir la emoción, específicamente el sentimiento displacentero que venga acompañado por situaciones de complejidad, por tanto, la persona se esforzará en no pensar en dichas situaciones o tomará distancia evitando enfrentarlas, estas se encuentran igualmente divididas en dos estrategias cognitivas: evitación cognitiva y aceptación/evitación; y dos conductuales: búsqueda de recompensas alternativas y descarga emocional (Lucio, 2022; Pueyo et al., 2000). A continuación, se explica cada una de ellas:

En primer lugar, el análisis lógico está estrechamente relacionado con las habilidades de razonamiento y comprensión, puesto que se trata de primeramente identificar aspectos como

causas, consecuencias, emociones generadas, perspectiva actual hacia la situación compleja y posibles alternativas y soluciones a esta con el fin de comprender todas las cualidades de la situación tener total conciencia del nivel de afectación de la misma y la planificación de una futura ejecución de soluciones (Richaud, 2005, como se citó en Lucio, 2022; Rubio, 2016).

La reevaluación cognitiva/positiva hace referencia a resignificar, por medio de darle más de una valoración a aquella situación de alta complejidad a la que se esté enfrentando la persona, logrando identificar posibles aspectos positivos de esta misma y modificar el punto de vista que se tiene hacia dicha situación compleja, esto con el fin de generar una minimización de la angustia, frustración, estrés u otros sentimientos desagradables para la persona y así mismo maximizar la recursividad, la identificación de alternativas y en general el sentimiento de estarse enfrentando hacia una situación más manejable (Richaud, 2005, como se citó en Lucio, 2022; Rubio, 2016).

La búsqueda de apoyo social hace referencia a la búsqueda de respaldo o soporte en otras personas, generalmente amistades, familiares, compañeros, o personas con las cuales se tenga algún vínculo generando un intercambio de opiniones, afirmaciones, recomendaciones, etc., promoviendo en la mayoría de los casos bienestar para la persona afectada. La percepción y valoración que realice cada persona sobre sus vínculos sociales será un factor que va a influir en el tipo de acercamiento que se establezca y el tipo de apoyo que se brinde, asimismo, se expone que si el sujeto recibe apoyo social cuando lo necesite esto contribuirá a que este tenga una percepción y valoración positiva de sus redes de apoyo, además de contribuir a aspectos más individuales como la salud individual, psicológica y las habilidades sociales (García et al., 2016).

Y al hablar de acción de resolución de problemas se hará énfasis específicamente en las acciones y conductas específicas que realizará la persona con el fin de manejar su situación de alta complejidad o directamente darle una solución a esta misma. Dentro de esta estrategia hace parte

la ejecución de las metas a corto y largo plazo que la persona se haya planteado, pudiéndose tratar de acciones instrumentales y directas, por tanto, esta estrategia se ve relacionada con el análisis lógico (Richaud, 2005, como se citó en Lucio, 2022; Rubio, 2016).

Ahora, en cuanto a las estrategias de afrontamiento de evitación se encuentra primeramente que la evitación cognitiva hará referencia a básicamente a evadir pensar en la situación de complejidad y las emociones que esta trae consigo, reemplazando estos pensamientos y sentimientos por otros distantes al suceso, manteniendo el foco de atención alejado a la situación (Pueyo et al., 2000; Rubio, 2016).

En cuanto a la aceptación/resignación esta estrategia se encuentra ligada a la aceptación de la situación problemática y sus emociones displacenteras, sin embargo, esta aceptación se lleva a cabo de una manera no muy favorable ya que está ligada a la resignación pensando que no hay solución posible a lo que enfrenta, conformándose al dolor y sufrimiento. Por lo tanto, la persona tendrá pensamientos constantes de que dicha circunstancia a la que se enfrenta no tiene una solución o que ella no podría cambiar absolutamente nada de esta misma, llegando a conformarse con dicha eventualidad compleja, los pensamientos y emociones que vienen con ella y no realizando ninguna acción para modificar estos aspectos (Ferreira y Calderón, 2022; Pueyo et al., 2000; Rubio, 2016).

La búsqueda de recompensas alternativas se referirá entonces a los intentos que realizará la personas, en este caso desde lo comportamental para encontrar satisfacción y distracción. Por medio de ocupaciones placenteras para ella, la persona hallará la motivación para participar de distintas actividades sustitutivas para generar un escape de la situación compleja, por esto esta estrategia también se conoce como distracción (Pueyo et al., 2000; Rubio, 2016). Finalmente, la estrategia de descarga emocional u oposición hace referencia a hacer frente a la situación compleja

por medio de pensamientos y sentimientos específicamente negativos, como ira, rabia, desesperanza, frustración, agresión, resistencia, culpabilizar a otros (Ferreira y Calderón, 2022; Pueyo et al., 2000; Rubio, 2016).

Cabe resaltar que las estrategias de afrontamiento de aproximación se relacionan con una mayor capacidad de resiliencia en quienes hayan adquirido estas mismas, por lo tanto, en cuanto al estudio de la resiliencia, este ha tomado mucha fuerza en los últimos años, especialmente en profesionales de los distintos campos de la educación y salud. El interés por este concepto es evidente en un mundo donde cada vez se presentan más situaciones adversas que requieren el desarrollo de una capacidad resistente y de superación a partir de los alcances positivos que tiene un individuo frente a determinado suceso, retomando la vida después de este (Cyrulnik, 2016).

Por lo mismo, siendo un concepto tan abordado, muchos autores han descrito su significado, en primer lugar, se parte del hecho de que el concepto de resiliencia no hace referencia a una negación de las difíciles experiencias de la vida sino más bien, es algo que se presenta como una posibilidad para seguir adelante a pesar de estas mismas. También, se define la resiliencia como las fortalezas que desarrollan las personas ante situaciones difíciles, como la pobreza, conflictos familiares etc. y también ante momentos no esperados como accidentes, enfermedades, desastres naturales etc. siendo estas, los resultados de los procesos que se generan de la interacción entre los recursos intrapersonales del sujeto, como motivación, persistencia etc. y los recursos interpersonales del sujeto en relación con otros como las redes de apoyo con las que cuenta: personas, trabajo etc. (Mateu et al., 2009).

Ahora bien, para los psicólogos, el interés por la resiliencia surgió al tratar de comprender por qué algunas personas llegaban a salir fortalecidos a pesar de tener grandes dificultades, tales como: genocidios, rupturas parentales, marginaciones etc., cuando dichas situaciones eran capaces

de destruir a la mayoría de las personas afectadas por ellas (Oriol, 2012). En ese sentido, se han indagado y descrito las siguientes dimensiones de la resiliencia individual: confianza en sí mismo, coordinación, autocontrol, compostura (frente a los niveles de ansiedad) y persistencia en el compromiso para hacerle frente a la vida a pesar de cualquier obstáculo. Estas características se traducen en los actos en los que el individuo resiliente cree que su actuación llega a modificar la forma en que percibe la situación adversa por la que atraviesa o atravesó; que el esfuerzo persistente vale la pena y que las situaciones peligrosas y los fracasos son inevitables, pero, asimismo son superables (Oriol, 2012; Pedroso, 2021; Quesada, 2023).

También se ha indagado en resiliencia familiar y el impacto que esta genera en el individuo; la resiliencia familiar supone la capacidad de hacer frente a las crisis, eventos, cambios, situaciones complejas y conflictos de manera autónoma y eficaz, generando fortalecimientos en sus lazos internos y adaptándose de manera positiva a las situaciones adversas. La resiliencia familiar se ve relacionada con la evaluación y análisis de parte de los miembros de la familia sobre su operatividad y desenvolvimiento dentro de su contexto social y su grado de adaptación a este, de la misma forma, esta se ajusta a una visión evolutiva, lo que significa que se estudiará la comprensión y entendimiento de las dinámicas familiares asociadas a la resiliencia considerando su desarrollo, historia y cambios a lo largo del tiempo.

Finalmente dentro de los factores y características que promueven la resiliencia familiar que se pueden observar dentro de las familias se encuentra la cohesión, el respeto, la confianza, la preocupación por los infantes, el establecimiento de límites claros, la apertura educacional, en caso de que se trate de una familia biparental mientras que en el caso de tratarse de una familia monoparental: que el progenitor cuente con estabilidad emocional, la facilitación de generación de redes de apoyo, entre otros factores, por ejemplo, como cuando la familia después del suceso

traumático/adverso, recupera de alguna forma el ambiente tranquilizador y es capaz de transformar esa situación en aprendizajes para la vida, a través de las narraciones que se utilizan para hablar de ese hecho después de que haya acontecido (Cyrulnik, 2016; Quesada, 2023).

Teniendo en cuenta estos planteamientos, se plantean los objetivos de la presente investigación. Como objetivo general se plantea: analizar las estrategias de afrontamiento y la capacidad de resiliencia adoptada por adultos jóvenes de la ciudad de Cali que experimentaron la separación de sus padres antes de cumplir los 18 años y como objetivos específicos (1) identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por adultos jóvenes de la ciudad de Cali que experimentaron la separación de sus padres, (2) describir la capacidad de resiliencia adoptada por adultos jóvenes de la ciudad de Cali que experimentaron la separación de sus padres y (3) explorar relaciones entre las estrategias de afrontamiento, la resiliencia y la experiencia de separación de los padres.

Por su parte, como supuesto, se espera que los participantes utilicen en mayor medida como estrategia de afrontamiento la búsqueda de contención por parte de sus redes de apoyo; otros miembros de la familia, amistades y/o compañeros. También se espera que todos los participantes hayan tenido una buena adaptación frente a la situación y que, posean esa perspectiva significativa donde puedan identificar que pudieron ser resilientes y continuar con sus vidas a pesar de ello.

El presente estudio otorga una importancia significativa a la familia como base sólida para el crecimiento y desarrollo psicosocial de un individuo (hijo), quien, basándose en su experiencia familiar, podría formar percepciones distintas respecto a la concepción social y culturalmente aceptada de la familia. En ese sentido, resulta necesario comprender el impacto que genera en los hijos la separación de la pareja parental como consecuencia de un conflicto. Pero, ante todo, es menester en este estudio evidenciar y reconocer el significado de resiliencia que reside en

individuos de padres separados, concepto que representa esa herramienta que tienen a disposición todos los seres humanos y que dependerá de las circunstancias el hacer uso de ella o incluso crear ciertas estrategias de afrontamiento, las cuales permitieron a estas personas hoy por hoy hablar del divorcio de sus padres desde otras posturas más favorables.

Ahora bien, en cuanto a la importancia y relevancia de trabajar este tema a nivel social, se considera aportó al conjunto de investigaciones realizadas en Colombia, trayendo la luz la importancia de abordar estas temáticas, ya que, como lo señalan las cifras, el divorcio es una situación real que se ha presentado y se sigue presentando cada vez con mayor frecuencia, debido a los diferentes cambios y sucesos que acontecen en el mundo, amenazando todas las dimensiones de la persona y de la familia (Romero et al., 2021; Vargas et al., 2015). Además, el análisis que se presenta en este estudio aporta información valiosa para futuras investigaciones que exploren las diversas perspectivas del impacto que tiene la separación en los hijos, permitiendo que las personas conozcan a partir de otras narrativas y percepciones sobre las estrategias de afrontamiento y capacidad resiliente de personas que atraviesan por una situación similar como posibilidad de visibilizar herramientas que pueden ser de utilidad para estos.

En cuanto al nivel teórico este trabajo de grado proporciona conocimientos sobre las percepciones y experiencias en cuanto a la capacidad de resiliencia y las estrategias de afrontamiento acogidas en adultos jóvenes a partir de la ruptura de la relación parental de sus padres. A nivel metodológico, este estudio se planteó desde un enfoque cualitativo, en donde se da lugar a través de la narrativa las percepciones y experiencias directamente de aquellos participantes hijos de padres separados, logrando profundizar en la capacidad resiliente y las estrategias de afrontamiento utilizadas al haber vivido esta experiencia de separación, reconociendo datos importantes en estas narraciones que podrían no aparecer en investigaciones

cuantitativas.

Por último, es importante señalar que el presente estudio pertenece al área de la familia, debido a que busca comprender aquellas dinámicas que se pueden llegar a presentar en contextos familiares y cómo a través de esto pueden generar un impacto en todos sus miembros, pero en este caso, en el hijo quien hace parte de dicho núcleo familiar. Por lo tanto, al buscar comprender al ser humano en todos sus aspectos: cognitiva, afectiva y conductualmente, desde el área de la familia específicamente, abordando acontecimientos importantes de las personas en sus hogares para generar con esta información sobre las estrategias de afrontamiento y resiliencia en hijos de padres separados y le pueda servir a aquellos que atraviesan por una situación similar. Por su parte, el presente estudio se articula al grupo de investigación Bienestar, Trabajo, Cultura y Sociedad (BITACUS) específicamente, en la línea de familia, género y sexualidad de la Pontificia Universidad Javeriana Cali desde el departamento de Ciencias Sociales en la facultad de Humanidades y Ciencias Sociales.

Método

Tipo de estudio

Este estudio se planteó desde un enfoque de investigación cualitativo, a partir del paradigma hermenéutico-interpretativo con el objetivo de entender los fenómenos o situaciones desde lo descriptivo, obteniendo una comprensión profunda de los significados y definiciones de la situación tal y como la presenta la experiencia de la persona (Salgado 2007). Por otra parte, en cuanto al paradigma hermenéutico, éste está encaminado hacia la interpretación de las vivencias de diversidad de personas (Carmen et al., 2019). Además, se buscó centrarse en los participantes que se encuentran directamente relacionados con el fenómeno a estudiar, que para este caso, fue la experiencia en relación a las estrategias de afrontamiento y capacidad de resiliencia de hijos de padres separados, en donde por medio del discurso estuvieron presentes las respuestas de estos mismos de manera subjetiva, teniendo en cuenta siempre sus diferentes puntos de vista y la relación que tuvieron con el fenómeno para un mejor abordaje investigativo (Cuevas, 2002; Estrada, 2010).

Diseño

Asimismo, este estudio se planteó desde un diseño biográfico narrativo de tipo tópico, debido a que el objetivo de esta investigación fue una reconstrucción retrospectiva principalmente, centrada en la experiencia de separación de los padres, aunque también se tuvieron en cuenta las expectativas y perspectivas futuras. Teniendo como foco principal que los entrevistados pudieran reconstruir su historia de vida, mediante cuestiones temáticas alrededor del fenómeno a estudiar, por ello, se planteó desde una posibilidad de temas a analizar en la entrevista (Salgado, 2007). Es así como, la intención fue recolectar información sobre las experiencias para describirlas y posteriormente, analizarlas; por ello, el principal interés fueron las personas en relación con

determinado evento y cómo lo vivenciaron desde su punto de vista. Asimismo, se tienen en cuenta categorías emergentes que pudieron resultar en los datos de la narración y que no estaban señaladas, con el fin de darle ese lugar desde la subjetividad en relación con su discurso y su historia de vida (Bolívar, 2012).

Participantes

El presente estudio se realizó con nueve adultos jóvenes: 8 mujeres y 1 hombre de la ciudad de Cali. El método de muestreo que se empleó para la selección de los participantes fue intencional, técnica que se caracteriza por la selección intencionada y consciente de participantes que poseen características específicas de importancia para ofrecer información precisa sobre un tema en concreto, en este método es el investigador quien no solo determina cuáles participantes integrarán la muestra sino también cuántos en su totalidad, pues dicho muestreo tiene por objetivo proporcionar profundidad de conocimiento en relación con el tema de investigación. Además, es relevante destacar que en esta instancia se adopta el enfoque de muestreo de casos típicos, que implicó la selección de participantes con experiencias o rasgos comunes característicos de entre el grupo poblacional de estudio (Palacios, 2007). Y como criterios de inclusión, se tuvieron en cuenta lo siguiente: 1) Que los participantes se encontrarán entre los 20 y 30 años, 2) que fueran residentes de la ciudad de Cali 3) haber cursado como mínimo un grado de escolaridad media, 4) haber experimentado la separación de sus padres antes de cumplir los 18 años y 5) Que hubieran transcurrido mínimo 2 años desde el divorcio de sus padres. Respecto a los criterios de exclusión se especificó: 1) Que en el momento de la entrevista se encontrará bajo el efecto de sustancias psicoactivas, 2) Que no accediera a firmar el consentimiento informado (ver anexo A), 3) El padecimiento de algún trastorno mental que le impida conexión con la realidad y 4) Que el participante se encontrará en situación de duelo por una pérdida relacionada con figuras parentales.

Categorías de análisis

Tabla 1

Categorías de análisis

Categorías de análisis	Subcategoría de análisis	Pregunta
<p>Separación conyugal</p> <p>Decisión que una pareja sentimental toma para dar fin a la relación que llevaban hasta ese momento. Dentro de esta, se encuentra el divorcio el cual es considerado como un proceso que da fin a la unión conyugal legal de una pareja (Roizblatt et al., 2018).</p>	<p>Contexto: hace referencia a la contextualización de la vida del participante previo a la separación de los padres.</p> <p>Decisión: referente a si le fue comunicada la decisión.</p> <p>Explicación: referente a si recibió una explicación.</p> <p>Cambios: los cambios que presenció durante el proceso.</p> <p>Experiencia: cómo se sentía en ese momento.</p>	<p>1,2,3,4,5,6,7 ,8,9,10,11 y 12</p>
<p>Estrategias de afrontamiento</p> <p>Son aquellos métodos relacionados con comportamientos y pensamientos que</p>	<p>Estrategias de aproximación:</p> <p>Cognitivas:</p> <p>Análisis lógico: Hace referencia a la identificación de las emociones, perspectivas, causas, consecuencias y soluciones relacionadas a la separación de</p>	<p>13,14,15,16, 17 y 18</p>

contribuyen a una persona para los progenitores, pensando posteriormente hacer frente a una determinada un plan de acción.

situación, que en este caso es la Reevaluación positiva: Implica resignificar, separación de los padres por medio de darle más de una valoración el (Lazarus y Folkman, 1984, suceso de la separación de los progenitores como se citó en Castaño y del identificando aspectos positivos y Barco, 2010). oportunidades de dicha situación.

Conductuales:

Búsqueda de apoyo social: Conlleva la acción de buscar respaldo y compartir vivencias relacionadas con la separación de los progenitores con amigos, familiares y en general personas cercanas que brinden contención.

Acción de resolución de problemas: Se hace referencia a las acciones y conductas específicas llevadas a cabo por una persona para afrontar o encontrar una solución directa a la situación de separación de sus progenitores.

Estrategias de evitación:

Cognitivas:

Evitación cognitiva: Consiste en evadir pensar en la situación de separación de los padres y sus emociones asociadas, desviando la atención hacia otros pensamientos y sentimientos relacionados con situaciones diferentes a la mencionada.

Aceptación/resignación: Se trata de aceptar de manera resignada las emociones, pensamientos y cambios asociados a la separación de los padres.

Conductuales:

Búsqueda de recompensas alternativas: Se trata de las acciones encaminadas a buscar satisfacción y distracción a través de actividades placenteras para escapar y evitar la situación de separación de los progenitores.

Descarga emocional: Hace referencia al enfrentar la situación de separación de los padres por medio de acciones o comportamientos destructivos y la expresión de emociones negativas como ira,

rabia, desesperanza, frustración y culpabilización.

Resiliencia

Resiliencia Individual: Capacidad intrínseca

Capacidad de superación a partir de los recursos internos o externos de una persona que experimenta una situación en particular, en este caso; la separación de sus padres (Oriol, 2012).

de sobreponerse a las adversidades logrando generar adaptación, aprendizaje y fortalecimiento, lo que vendrá acompañado de cualidades personales como autoconfianza, independencia, responsabilidad y autocontrol (Oriol, 2012).

19,20,21,22,

23,24,25 y

26

Resiliencia Familiar: Capacidad de una familia conformada para hacer frente a las crisis y los conflictos tanto internos como externos, recuperarse y generar aprendizaje y fortalecimiento a partir de estos, incluyendo hermanos (Quesada, 2023).

Nota. Elaboración propia.

Técnica de recolección de información

La técnica que se empleó para la recopilación de datos en este estudio consistió en la entrevista semiestructurada. La cual se distingue por retomar y combinar aspectos de una entrevista libre, en donde no existen reglas ni preguntas predefinidas, y de una entrevista estructurada, que se fundamenta en preguntas pre-formuladas que deben ser respondidas de manera específica. Por lo tanto, la entrevista semiestructurada ofreció una guía de preguntas que sirvió como marco de

referencia para enunciarlas durante la entrevista sin embargo en el transcurso de esta misma pudieron añadirse u omitirse preguntas conforme a las respuestas del participante (Ríos, 2019). La entrevista semiestructurada se destaca y resulta sumamente provechosa debido a su dinamismo, flexibilidad, adaptabilidad y su enfoque cercano a los participantes, permitiendo mayor fluidez en el diálogo (Díaz et al., 2013). Además, se incorporó como técnica interactiva de recolección de información la línea del tiempo la cual se trata de una herramienta visual que facilita la comprensión narrativa de eventos en orden cronológico, es de gran utilidad en la investigación para la expresión de relatos, ordenándolos por sus acontecimientos en el tiempo, ya que se caracteriza por ser un formato intuitivo y con estructuras visuales claras que representan la narrativa de sucesos en una secuencia ordenada (San Cornelio et al., 2022).

Instrumento

Como instrumento, se empleó una guía que constó de 33 preguntas, las cuales se dividieron en dos partes; las primeras 7 preguntas fueron de indagación en cuanto a datos sociodemográficos del participante y las otras 26 preguntas correspondieron a la indagación por las tres categorías de análisis. De esta manera, las preguntas se caracterizaron de la siguiente manera; en primer lugar, se encontraron todas las preguntas relacionadas a la separación conyugal con 12 preguntas; en segundo lugar, preguntas en relación con las estrategias de afrontamiento con 6 preguntas, entre estas, incluyendo el uso de ocho tarjetas con afirmaciones de cada estrategia y en tercer y último lugar, preguntas direccionadas a la indagación sobre la resiliencia con 8 preguntas (ver anexo B). Asimismo, la línea del tiempo estuvo dividida en una hoja por una división de cada 5 años hasta la edad máxima para los participantes, es decir, 30 años (ver anexo C). Por otra parte, con la ayuda de tres jueces expertos en el tema y con la retroalimentación de estas mismas, se decidió tomar en cuenta algunas observaciones, por lo que algunas de las preguntas iniciales fueron modificadas, la

principal modificación que tuvieron la mayoría de las preguntas fue en cuanto a la determinación y especificación de tiempo, debido a que antes se encontraban ambiguas y poco comprendidas, esto será importante para la investigación dado que garantiza la rigurosidad de esta misma y el instrumento a utilizar. De igual manera, se contó con la participación de una persona teniendo en cuenta los criterios de inclusión, para realizar una prueba piloto, la cual se llevó a cabo en el mes de diciembre del año 2023. La retroalimentación principalmente se enfocó en la corrección de una pregunta la cual no fue comprendida, asimismo, el participante mencionó que la idea de la línea del tiempo es una buena técnica para situarse en momentos y lugares importantes, dando cavidad para recordar la mayor información posible. Señaló como buen uso la técnica de las tarjetas en las estrategias de afrontamiento, dado que leer afirmaciones con posibles acciones que tomó, le daban mucha más claridad para responder y darse cuenta de aquello que realizó.

Técnica de análisis de la información

Los datos obtenidos fueron analizados desde un análisis temático, el cual consistió en la identificación de temas en la narrativa de los participantes, con la intención de analizar aquellos datos cualitativos que aparecieron en dichos discursos con mayor frecuencia. E implica las siguientes fases; en la fase 1, lo que se buscó es la familiarización con los datos obtenidos, es decir, todo lo relacionado con la transcripción y lectura de la entrevista realizada. La fase 2 se basó en la generación de los códigos ya sea por colores o por letras en cuanto a la identificación de respuestas del participante relacionadas a las diferentes tres categorías durante toda la entrevista. La fase 3 requirió de la búsqueda meticulosa por parte de los investigadores en cuanto a los posibles temas que se pueden identificar en las respuestas del participante. La fase 4, ligada a la 3, fue la revisión nuevamente meticulosa en una matriz de resultados con todos los participantes, en donde los temas encontrados de forma individual en cada entrevista pasaron a ser de forma colectiva en cuanto

guardaron relación entre sí. La fase 5, luego de haber identificado los temas colectivos, se le dio una definición particular a dicho tema de acuerdo con los resultados y se pasó a la fase 6, la cual correspondió a la producción escrita: se hizo el apartado de resultados y se ubicó la respuesta de los participantes de acuerdo con los diferentes temas (Mieles et al., 2012).

Procedimiento

Se explica el procedimiento en términos de fases que se realizaron en el presente trabajo de grado. Se realizó una ardua revisión de literatura en cuanto a artículos empíricos de diferentes países, tanto a nivel local, nacional y universal, con el objetivo de definir el planteamiento del problema y por ende los objetivos. Fase 1: En esta primera etapa de trabajo se definió el proyecto, profundizando en la investigación documental, revisando los conceptos, categorías de análisis y pregunta de investigación, básicamente se ahondó en el enfoque teórico. e esta investigación. Fase 2: Esta segunda etapa estuvo enfocada en la construcción del método, escogiendo el enfoque cualitativo, con diseño narrativo y la elaboración de una entrevista semiestructurada, creada completamente por los autores de la investigación y evaluada por jueces expertos en el área y probada en una prueba piloto. Fase 3: En esta fase se hizo la recolección de información que se llevó a cabo en el mes de febrero del año 2024, en los espacios definidos y acordados por los investigadores y participantes, con una duración aproximada de 1 hora por entrevista, aplicando las técnicas e instrumento construido con el objetivo de analizar las estrategias de afrontamiento y la capacidad de resiliencia en adultos jóvenes de Cali que experimentaron la separación de sus padres. Fase 4: En esta etapa final se realizó el procesamiento de los datos, el análisis e interpretación de la información y posteriormente se creó un informe mostrando los resultados que corroboran lo planteado en la pregunta de investigación.

Consideraciones éticas

El presente estudio se rigió por el código deontológico y bioético del profesional en psicología No 008430 de 1993 del Ministerio de Salud y la ley 1090 del 2006, siendo, por un lado, una investigación que respeta la dignidad y el bienestar de las personas que participan y cumpliendo con el conocimiento de las normas legales que regulan la conducta de la investigación con participantes humanos (Ley 1090 de 2006, 2006). Por otro lado, se presenta el correspondiente consentimiento informado (Ver Anexo A), el cual contempla la información necesaria, por ende; el entendimiento de dicha información, incluyendo también la capacidad para consentir y voluntariedad, la cual es indispensable para que este proceso de consentimiento informado sea considerado válido.

Específicamente este documento contiene el propósito de la investigación, sus objetivos, el papel que tiene el participante en el presente estudio, el tiempo que durará la entrevista, aspectos como la confidencialidad, la devolución de la información, el carácter voluntario de la investigación, los riesgos y beneficios de la misma y el consentimiento para grabar la entrevista, también se tuvieron en cuenta aspectos relevantes para evitar el posible riesgo ético derivado de su aplicación, considerando como riesgo del estudio la probabilidad de que el sujeto sufra algún daño como consecuencia inmediata o tardía, por ende se subrayó el protocolo de atención en crisis en casos donde hablar de la separación parental fuese motivo de intervención psicológica dado el caso de que se remuevan situaciones internas que no han sido elaboradas en la persona participante en ese momento, ya que el grupo de investigadores identificaron el tipo de riesgo al que estarían expuestos los participantes de la investigación, el cual fue mínimo (ver anexo D).

Resultados

A continuación, se presenta de acuerdo con el análisis temático realizado los resultados con base a las categorías de análisis y sus subcategorías. En la siguiente tabla se observan los datos sociodemográficos pertinentes de los nueve participantes del estudio, en donde se resalta que todos residen en la ciudad de Cali actualmente y cuando se dio el momento de la separación, sólo dos de ellos vivían en otras ciudades: Tumaco y Tuluá, el resto en Cali (ver tabla 2).

Tabla 2

Datos sociodemográficos

	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9
Seudónimo	Dennis	María	Sofía	Andrea	Nicky	Valenta	David	Lorena	Jennifer
Edad actual	27	29	21	24	22	22	28	20	21
Género	F	F	F	F	F	F	M	F	F
Escolaridad	Univ.	Prof.	Univ.	Univ.	Univ.	Univ.	Ba.	Univ.	Univ.
Edad Separación padres	7 u 8	15	6	12	17	15	7 u 8	13	17
Hermanos sí o no, cuánto	Sí, 3	No	Sí, 1	Sí, 1	Sí, 1	Sí, 1	No	Sí, 3	Sí, 1

Nota. Elaboración propia. La letra “P” significa participante. “Univ.” Hace referencia a que es estudiante universitario. “Prof.” hace referencia a profesional. “Ba.” se refiere a bachiller.

Como aspectos generales para tener en cuenta del cuadro presentado anteriormente, fueron nueve participantes los que hicieron parte del estudio, con edades entre los 20 y 29 años, todos

residen en la ciudad de Cali y todos eran menores de edad cuando sus padres decidieron separarse: se evidencian tres grupos de edad 6, 7 y 8, otro grupo, 12 y 13 y por último 15 y 17 años. La mayoría de ellos son estudiantes universitarios, a diferencia de una que es profesional y otro que es bachiller completo.

A continuación, se presentan los resultados en cuanto a las categorías de análisis con sus respectivas subcategorías en el siguiente orden: en primer lugar, los resultados encontrados en la categoría de separación conyugal con sus subcategorías: contexto antes de la separación, decisión, explicación, cambios y experiencia. Siguiendo a este, se presentan los resultados de la categoría de análisis de estrategias de afrontamiento, con sus respectivas subcategorías: análisis lógico, reevaluación positiva, búsqueda de apoyo social, acción de resolución de problemas, evitación cognitiva, aceptación/resignación, búsqueda de recompensas alternativas y descarga emocional. En tercer y último lugar, se presentan los resultados en la categoría de análisis de resiliencia, con sus subcategorías de: resiliencia individual y familiar.

Separación conyugal

Contexto antes de la separación

Para hablar de la separación conyugal es importante contextualizar cómo eran estas familias y sus condiciones previas a la separación, en donde las y los participantes mencionan que el ambiente era tranquilo, cotidiano y en otras sí se presenciaban algunas tensiones que daban indicios de que algo ocurriría en algún momento. Se encontró que Dennis, María, Sofía, David, Lorena y Jennifer mencionan antes de la separación realizar actividades cotidianas como: estudiar, trabajar, realizar actividades en el hogar y aprovechar los momentos donde estaban todos juntos para compartir en familia y realizar diferentes actividades: *“un día cotidiano, las salidas en familia eran frecuentes y eran los fines de semana, así como salir de forma recreativa. Los cumpleaños,*

la navidad (...) todo era muy en unión (...) disfrutando tiempo en familia” (Lorena, 14 de febrero, 2024, comunicación personal). Mientras que Andrea, Nicky y Valenta mencionan que ya se presenciaban huellas en el evento de la separación, dado que mencionan que no se sentía mucha unión familiar, era cada uno por su lado:

Antes de la separación, mi madre se encontraba haciendo unos estudios sobre pedagogía y mi padre siempre ha trabajado (...) realmente no era que pasáramos tiempo en familia, éramos muy individuales, no éramos casi de salir a pasear y esas cosas, cada uno en lo suyo (Nicky, 26 de febrero, 2024, comunicación personal).

Los hallazgos permiten identificar que en algunas familias el contexto antes de la separación se vivía como algo tranquilo y cotidiano, mientras que, en otras, el ambiente familiar se sentía desde antes como tenso y sin unión. Ahora, resulta relevante conocer cómo experimentaron los hijos el proceso de conocer la decisión de sus padres de separarse.

Decisión

Para adentrarse en la separación conyugal, es importante reconocer si la decisión de separarse fue comunicada en algún momento a los participantes o si, por el contrario, nunca se mencionó y solo se vivió. Por ello, tanto Dennis, María, Sofía, David y Lorena, coinciden en que ni sus padres ni nadie más les comunicaron acerca de la decisión de la separación, sino que se dieron cuenta con los hechos que acontecían: *“no, nunca nos sentamos como a hablar de eso, simplemente se fue y no volvió (...)”* (María, 11 de febrero, 2024, comunicación personal). Mientras que Valenta, Andrea y Nicky mencionaron que sí les comunicaron la decisión sus padres: *“me acuerdo de que una vez yo llegué (...) y ellos estaban sentados en la sala (...) y yo dije ¿qué pasó?, y me dijeron no es que estamos tomando la decisión de ya terminar la relación”* (Andrea, 14 de

febrero, 2024, comunicación personal). Por su parte, Jennifer, comenta que la decisión le fue comunicada por parte de su hermana mayor y no por sus padres:

Por mi hermana, ella me invitó a comer a mi restaurante favorito (...) me dijo que me tenía que decir una noticia importante (...) Ella tenía su pareja y tenían problemas, como que iban a terminar. Luego me dijo que eso era común en las parejas y ahí me contó que mis padres se iban a separar (Jennifer, 16 de febrero, 2024, comunicación personal).

Los hallazgos en esta subcategoría permiten reconocer que hubo tres expresiones de enunciación de la decisión en las familias: la que no se comunicó, la que se comunicó en algún momento y la que fue comunicada por un hermano mayor. Ahora, resulta relevante conocer cómo fue el proceso para recibir una explicación de lo que acontecía o los cambios que podrían suceder.

Explicación

Además de si fue comunicada o no la decisión, es importante indagar en si los participantes recibieron una explicación frente a los cambios que acontecerían. Se encontró que Dennis, María, Sofía, David y Lorena coinciden en que no hubo una explicación ni por parte de sus padres, ni de nadie: *“no me daban razón, me decían que íbamos a estar unos días donde mi abuela, y así se fue el tiempo y nunca me dieron como explicación (...)”* (Sofía, 14 de febrero, 2024, comunicación personal). Mientras que, Andrea, Nicky y Valenta, mencionan que al menos uno de sus padres les dio una explicación: *“recibí una explicación solo por parte de mi mamá, mi papá jamás me habló del tema”* (Valenta, 20 de febrero, 2024, comunicación personal). Por su parte, nuevamente, Jennifer menciona que quien le dió la explicación fue su hermana mayor y sus padres no: *“por parte de mis papás no, ellos no me hablaron directamente del tema, fue más que todo mi hermana”* (Jennifer, 16 de febrero, 2024, comunicación personal).

Los hallazgos señalan que hubo tres formas de explicación en las familias de los participantes: la que no se hizo por parte de nadie, la que se hizo al menos por uno de los padres y la que se dio por parte de una hermana. Ahora, resulta importante conocer los cambios que presenciaron los participantes a partir de la decisión de sus padres.

Cambios

Además de la importancia de la explicación en cuanto a la separación conyugal de los padres, es importante conocer los principales cambios que pudieron identificar los participantes durante el proceso de separación de sus padres, específicamente en asuntos de: vivienda, socioeconómico y en dinámicas (ver tabla 3).

Tabla 3

Cambios

Participantes	Cambios de vivienda	Cambios socioeconómicos	Cambios de dinámicas
Dennis	Se queda a vivir en la misma casa, con su papá.	<i>La actividad económica era mucho más tranquila a cuando estaba con mi mamá (24 de febrero, 2024).</i>	No se presentan cambios en las dinámicas.
María	Se queda a vivir en la misma casa, con mamá.	No se presentan cambios económicos.	<i>Cambió mi forma de ver a mi mamá (...), mi mamá tomó un papel muy importante en mi vida, prácticamente se volvió todo, se fortaleció la relación (11 de febrero, 2024).</i>
Sofía	Se muda de casa, con mamá.	No se presentan cambios económicos.	<i>Pase de estar todo el tiempo con los dos, a no ver a mi papá casi nunca (14 de febrero, 2024).</i>

Andrea	Papás siguen viviendo juntos en la misma casa, pero no como pareja.	<i>Pues, digamos que mi papá nunca ha tenido un trabajo estable (...) cuando él no daba plata, sí se sentía como ese vacío económico, porque ya mi mamá le tocaba encargarse de todo (14 de febrero, 2024).</i>	<i>Mi papá se fue por un tiempo de la casa, pero ya después volvió precisamente para no alejarse mucho de nosotras (14 de febrero, 2024).</i>
Nicky	<i>Yo me fui a vivir con mi mamá a Armenia, con familia de ella (26 de febrero, 2024).</i>	<i>En ciertas cosas si vivíamos muy apretadas (26 de febrero, 2024).</i>	<i>Estaba pasando por la separación de mis papás al mismo tiempo estaba en otra ciudad, con otra gente, entonces no me dio tan duro no me sentía tan sola (26 de febrero, 2024).</i>
Valenta	Se queda a vivir en la misma casa con mamá.	<i>Económicamente no cambió nada, mi papá siguió respondiendo con los gastos (20 de febrero, 2024).</i>	<i>Me hice mucho más unida y cercana con mi familia materna porque ellos siempre estuvieron ahí apoyándonos (20 de febrero, 2024).</i>
David	Se queda a vivir con papá en la misma casa, pero luego comienza a rotar por tiempos.	<i>En cuanto a los económico, me imagino que ellos sí tuvieron cambios, pero por mi parte no lo noté (11 de febrero, 2024).</i>	<i>Tuve que acostumbrarme a todos esos cambios y pues era muy forzado porque, por lo mismo, de que me rotaba, que un tiempo con mi papá y otro con mi mamá (11 de febrero, 2024).</i>
Lorena	Se queda a vivir en la misma casa con la mamá y sus 3 hermanos menores.	<i>Mi papá andaba en cosas ilícitas, se tuvo que ir del país, lo encarcelaron y ese suceso acabó con la economía de mi familia (14 de febrero, 2024).</i>	<i>Pasé de ser la niña a ser la responsable de mis hermanos: cuidado de ellos, la responsable de que estuvieran bien. Del aseo de la casa siempre esté bien, que el desayuno, almuerzo y cena están hechos (14 de febrero, 2024).</i>

Jennifer	Se queda a vivir en la misma casa con mamá y hermana.	<i>Una de las peleas fue cómo se repartían las deudas. Y ella justo en ese momento, que fue ya en pandemia, a mi mamá la echaron del trabajo, entonces fue más problemas económicos, deudas (16 de febrero, 2024).</i>	<i>Cuando veíamos como que una serie mis papás y yo y como que luego sacaban nueva temporada de esa serie y fue como bueno ahora cómo hago, la veo una parte con uno y la otra con otro (16 de febrero, 2024).</i>
----------	---	--	--

Nota. Elaboración propia con fragmentos tomados de las entrevistas de los participantes.

Como se observa en la tabla, los participantes manifestaron cambios a nivel de vivienda, económico e incluso de dinámicas, aludiendo incluso a las relaciones personales con sus padres. A nivel de vivienda, se destaca que seis de los participantes se fueron con su mamá, mientras que los otros tres con su papá o con ambos. A nivel socioeconómico, se destaca que hubo algunos cambios, pero no todos los percibieron y a nivel de dinámicas, se resalta la importancia y el impacto significativo que tuvo para cada uno de ellos. Ahora bien, resulta importante indagar acerca del sentir en ese momento en cada uno de los participantes mientras se daba la separación de sus padres.

Experiencia

Además de conocer los cambios principales a nivel de vivienda, económico y de dinámica, también es importante reconocer cómo se experimentó ese momento a nivel emocional, ese sentir que surgió en ellos cuando sus padres se separaban (ver tabla 4).

Tabla 4

Experiencia frente a la separación de sus padres

Participante	Experiencia
Dennis	<i>“No fue algo que dijera que impactará mi vida, o que hiciera un cambio grande, siento que fue lo mejor que hicieron en su entonces” (24 de febrero, 2024).</i>

María	<i>“No afectó mucho conscientemente su ausencia en mí, porque como te digo él siempre fue así, siempre se iba, volvía, prácticamente con mi papá viví unos tres años” (11 de febrero, 2024).</i>
Sofía	<i>“Se me hacía raro no verlo a diario, pero estaba feliz de estar con mi abuela, pues vivía mi abuelo, mi abuela y mi mamá, y yo estaba muy contenta la verdad” (14 de febrero, 2024).</i>
Andrea	<i>“Pues cuando se separaron como tal de la relación yo sentía, tranquilidad, felicidad, paz, yo decía por fin no más peleas. Pero si ya me preguntas cuando mi papá se fue, a mí si me dio duro, yo me sentía la verdad muy triste” (14 de febrero, 2024).</i>
Nicky	<i>“Creo que a mí me tomó un poquito de tiempo ir gestionando esas emociones porque como te dije, yo ya me imaginaba que iban a separarse, que el divorcio se iba a concretar en algún momento porque tenían demasiadas discusiones, pero yo creo que yo me quebré en sí ya dos meses después de ya estar viviendo en Armenia, con mi mamá que yo empecé a decir me hace falta mi papá, sentimientos de nostalgia” (26 de febrero, 2024)</i>
Valenta	<i>“Cuando llegué a mi casa y me di cuenta de que mi papá ya no estaba y fui a su cuarto vi que sus cosas ya no estaban, entré en automático, desde ese día comencé a vivir en automático bajo la frase de la vida sigue, la vida no se detiene, sin embargo, había momentos feos, de emociones muy fuertes en donde yo lloraba mucho y trataba de evitar el tema a toda costa a través del colegio” (20 de febrero, 2024).</i>
David	<i>“Me sentía muy frustrado, porque ellos me metieron en el medio. Y pues yo era un niño y yo lo único que quería era que mis papás estuvieran juntos (...) mucha frustración, porque yo en ese momento lo único que les decía era que no se fueran” (11 de febrero, 2024).</i>
Lorena	<i>“Entonces era como la presión, el enojo, el sufrimiento, la inconformidad del estilo de vida, porque si bien la carencia económica estaba, cuando él ya no estuvo, ya las necesidades eran más grandes, él era el que metía cabeza pa eso, pero ya luego era mi mamá pensando cómo iba a ser para comprar tal cosa y yo pensando cómo ayudar a mi mamá” (14 de febrero, 2024).</i>
Jennifer	<i>“Sí me sentía abrumada, como que no sabía qué iba a pasar, y quería que obviamente las cosas volvieran a ser como antes y como que, con mucha angustia, porque pues también, no solamente lo del divorcio, sino que también eran cambios de mi vida importantes” (16 de febrero, 2024).</i>

Nota. Elaboración propia con fragmentos tomados de las entrevistas de los participantes.

Los hallazgos en esta última subcategoría de la categoría de separación conyugal dieron cuenta de lo que los participantes experimentaron mientras sus padres se separaban. Algunos de ellos, mencionando que fue un alivio, una tranquilidad, felicidad, incluso como lo mejor que pudo suceder, otros diciendo que lo asimilaron con más prontitud porque ya había indicios de que esto iba a pasar, pero otros lo vivieron como algo frustrante, agotador, angustioso y como una experiencia de sufrimiento.

Resaltando los hallazgos aquí encontrados en la primera categoría de análisis, todo relacionado con el proceso de separación conyugal. Ahora, resulta importante dar paso a la segunda gran categoría de análisis: estrategias de afrontamiento que usaron los participantes para hacer frente a lo que acontecía.

Estrategias de afrontamiento

En lo que concierne a las estrategias de afrontamiento empleadas por los participantes ante la separación de sus padres, se observó que los participantes identificados como María, Sofía, Nicky, David, Lorena y Jennifer enfrentaron la separación de sus padres mediante el aumento de actividades deportivas o fortalecimiento de amistades existentes y la integración en nuevos grupos sociales. Por otro lado, Dennis y Valenta se enfocaron excesivamente en sus estudios y responsabilidades domésticas, mientras que Andrea no implementó cambios significativos, argumentando que la separación tuvo un impacto positivo en su vida (ver tabla 5).

Tabla 5

Afrontamiento frente a la separación de sus padres

Participante	Afrontamiento
Dennis	<i>"No fue hobby pero si como a ser más independiente, no esperar que mamá le haga las cosas a uno, sino que por iniciativa propia, no yo tengo que hacer esto y esto, porque es mi obligación y no tengo quien me lo haga (...) cosas de la casa, el aseo, cosas personales" (24 de febrero, 2024).</i>

María	<i>"Como tenía 15 y 16 años empecé a salir, así que, con los amiguitos a tomarme la cervecita, yo nunca lo hice cuando estaba viviendo con mi papá, seguramente por la edad que tenía en esa época"</i> (11 de febrero, 2024).
Sofía	<i>"Empecé a entrenar voleibol cuando estaba más grandecita, entré a un lugar que se llamaba estrellatos del sol y me llevaban ahí como refuerzos, eso sí se volvió muy común, allí nos daban clase de voleibol"</i> (14 de febrero, 2024).
Andrea	<i>"Siento que no hubo un cambio en mí porque no me sentía mal cuando ellos se separaron, antes me sentía bien, solo meses después que mi papá se fue, pero cuando ya volvió me sentí mucho mejor"</i> (14 de febrero, 2024).
Nicky	<i>"Pues, siempre me he criado en un espacio cristiano, entonces cuando estuvimos en Armenia mi mamá consiguió una nueva iglesia, yo empecé a meterme como en el grupo de jóvenes y fueron como espacios de estar compartiendo con otras personas, también comencé a practicar artes marciales entonces en parte tenía la mente ocupada"</i> (26 de febrero, 2024).
Valenta	<i>"Trataba de evitar el tema a toda costa a través del colegio" (...) "Cuando empieza el tema de todo esto de la separación yo entre en décimo grado, entonces me enfoqué demasiado en el colegio, me estresaba cuando no tenía una buena nota, trataba de mantener mis notas siempre altas porque yo decía es lo único que yo puedo controlar, ósea si no pude controlar la situación que pasó en mi casa entonces el colegio es lo único que yo puedo manejar y tengo en mis manos y así fue por varios años"</i> (20 de febrero, 2024).
David	<i>"Me daba por querer practicar deportes, cada vez que veía amigos o personas cercanas que digamos estaban en un entreno, de fútbol, yo quería meterme (...) para que ellos notaran"</i> (11 de febrero, 2024).
Lorena	<i>"Algo muy crucial que siento yo que me ayudó fue el deporte, a los 16 años comencé a practicar un deporte. Y ahí comencé a salir, a hacer amigos (...) llegué a tener una terapia psicológica con mi mamá, lo que pude identificar es que me sentía muy dolida (...) de manera individual ya pude elaborar estas situaciones que había tenido durante esos años y las responsabilidades que me atribuyeron"</i> (14 de febrero, 2024).
Jennifer	<i>"Más o menos en esa época comencé a ir al gimnasio (...) También, que rumbé mucho durante ese tiempo, comencé a salir más con amigos (...) como que ya después de tanto tiempo ya lo he superado, entonces ese tema ya no es tan recurrente en las consultas psicológicas"</i> (16 de febrero, 2024).

Nota. Elaboración propia con fragmentos tomados de las entrevistas de los participantes.

Análisis lógico

Para profundizar en las estrategias de afrontamiento, en particular la estrategia de análisis lógico, se observó que Sofía y Valenta comparten una identificación con este afrontamiento mencionando un análisis profundo sobre la necesidad de participar en terapia psicológica y de evaluar distintas opciones a través de este medio: *“Tuve una época donde lloraba mucho y fuertemente que me hizo aterrizar que debía asistir a psicología, ya no lo debo postergar, hay que cerrar un ciclo, así que comencé con mi psicóloga”* (Valenta, 20 de febrero, 2024, comunicación personal). Por su parte, David asocia esta estrategia con una reflexión crítica sobre su propio rol y responsabilidad en la situación vivida. En el caso de Lorena, la estrategia se centró en la exploración de nuevas alternativas en los ámbitos económico, alimentario y educativo: *“Yo sí me acuerdo mucho de pensar qué vamos a hacer, tratando de buscar ideas económicas, alimentarias, educativas (...) Siempre buscando soluciones y preocupándome, cuestionándome y demás”* (Lorena, 14 de febrero, 2024, comunicación personal).

En contraste Dennis, María, Andrea Nicky y Jennifer no mencionan sentirse identificados con la estrategia de análisis lógico.

Reevaluación positiva

En cuanto a la estrategia de reevaluación positiva, se ha constatado que Dennis, María, Sofía, Andrea, Nicky, Valenta, Lorena y Jennifer hicieron uso de la estrategia de reevaluación positiva, donde reinterpretaron la situación para encontrar aspectos favorables, viendo desde otra perspectiva la situación, señalaron que la separación de sus padres contribuyó a mejorar el ambiente familiar, reducir conflictos, fortalecer los lazos con el cuidador con quien residían, así como promover el progreso familiar y la creación de entornos más cómodos y distintos con cada uno de sus padres:

Me encanta que tenga dos hogares, dos familias, dos espacios totalmente diferentes, me encanta llegar donde mi mamá por un motivo razón y circunstancia, igual donde mi papá" (...) "Yo definitivamente dije esto es demasiado bueno, uno tiene que verle las ventajas a la vida, a las situaciones (...) me encanta mi posición porque ya aprendí a aceptarla y quererla (Sofía, 14 de febrero, 2024, comunicación personal).

Asimismo, David no menciona sentirse identificado con la estrategia de reevaluación positiva.

Búsqueda de apoyo social

En lo referente a la estrategia de afrontamiento, búsqueda de apoyo social, se observa que Dennis, María, Sofía, Nicky, Valenta, David y Jennifer relataron haber recurrido a la estrategia de apoyo social como mecanismo de afrontamiento ante la separación de sus padres, relatan haber buscado y recibido respaldo tanto de sus amistades cercanas como de sus abuelos, mayormente de las familias maternas, así como del cuidador con quien residían:

Tuve un acercamiento maravilloso con la familia de mi mamá (...) empecé a compartir muchos espacios con ellos, me hacían sentir demasiado amada porque todo giraba en torno a mi (...) Específicamente la hermana de mi mamá, mi tía madrina, siempre me sentí muy acompañada (Sofía, 14 de febrero, 2024, comunicación personal).

Por otro lado, Lorena manifiesta que empleó esta estrategia no durante el momento inmediato de la separación de sus padres, sino varios años después y que, a pesar de esta diferencia temporal, encontró que esta estrategia fue efectiva para ella:

Yo diría ya que tiempo después, fue que hice una amiga, que actualmente sigue siendo mi mejor amiga, entonces creo que ya me pude cómo apoyar emocionalmente y ese apoyo

pues no fue al tiempo de la separación, sino que fue muchos años después, a los 16 o 17 años (Lorena, 14 de febrero, 2024, comunicación personal).

Por otra parte, Andrea menciona que no recurrió al apoyo social como estrategia para hacer frente a la separación de sus padres, ya que percibió este evento como algo positivo.

Acción de resolución de problemas

En lo que respecta a la estrategia de afrontamiento, acción de resolución de problemas, resulta llamativo que ninguno de los participantes manifestó identificarse con esta estrategia, y por consiguiente, ninguno la empleó como recurso durante el proceso de afrontamiento.

Evitación cognitiva

En cuanto a la estrategia de evitación cognitiva, Dennis, María, Andrea, Nicky, Valenta, David y Jennifer indicaron haber recurrido a la evitación como estrategia para lidiar con el proceso de separación de sus padres, la cual se vio manifestaba a través de la dedicación a otras actividades, la concentración en el ámbito académico, la acción de ignorar la situación, un aumento en la interacción social y la inversión de más tiempo con amistades: *"Buscaba más amistades en ese momento para como intentar olvidarme como de eso que estaba pasando"* (David, 11 de febrero, 2024, comunicación personal), y en contraste también la evitación al establecimiento de nuevos vínculos *"Evitaba y me costaba las relaciones interpersonales, me volví muy cerrada, solo mi núcleo familiar"* (Dennis, 24 de febrero, 2024, comunicación personal).

Sin embargo, Sofía y Lorena no mencionaron haber empleado la evitación como una estrategia de afrontamiento ante la situación de separación de sus padres.

Aceptación/resignación

En lo que concierne a la estrategia de afrontamiento aceptación/resignación, se observa que Dennis, María, Sofía, Nicky y Jennifer mencionaron que el asunto de separación de sus padres no

les concierne directamente, optando por permitir que los acontecimientos siguieran su curso natural y considerando que esta situación podría ser lo más conveniente para sus padres: "*Es algo que no me incumbía y si ellos decidieron que pasara por algo, era lo mejor*" (Dennis, 24 de febrero, 2024, comunicación personal); "*Yo lo dejé fluir, que pase lo que tenga que pasar y ya*" (María, 11 de febrero, 2024, comunicación personal). Mientras que Valenta, Andrea, David y Lorena no manifiestan identificarse con dicha estrategia de afrontamiento.

Búsqueda de recompensas alternativas

En lo referente a la estrategia de afrontamiento, búsqueda de recompensas alternativas Dennis, Andrea, Valenta, David, Lorena y Jennifer mencionaron emplear como estrategia la búsqueda de gratificaciones alternativas, por medio de dedicar más tiempo a actividades individuales, como el uso del celular, la visualización de series y películas, la participación en videojuegos, o la búsqueda de satisfacción en interacciones sociales: "*Ver películas y series sola, era como algo que hacía con ellos, como salir a cine, pero después de eso, comencé a pasar más tiempo en el celular sola, películas, series, jugando videojuegos etc*" (Jennifer, 16 de febrero, 2024, comunicación personal). Por otro lado, María, Sofía y Nicky no mencionaron identificarse con la estrategia de la búsqueda de recompensas alternativas.

Descarga emocional

Finalmente, en cuanto a la estrategia descarga emocional, Dennis, Sofía y Lorena expresaron su identificación con esta estrategia, experimentando sentimientos de rabia, enojo, celos, impaciencia o molestia hacia uno o ambos padres: "*Me sentía muy enojada con mi padre, por sus actitudes y por otro lado, también me sentía enojada con mi mamá por las decisiones que había tomado, entonces llegó un punto en donde, era como el desprecio hacia ambos*" (Lorena, 14 de febrero, 2024, comunicación personal).

En oposición a esto María, Andrea, Nicky, Valenta, David y Jennifer no mencionaron identificarse con la estrategia de afrontamiento conocida como descarga emocional. Conociendo las estrategias de afrontamiento utilizadas por los participantes, es relevante resaltar la categoría de resiliencia, en donde se exponen los hallazgos en el concepto y sus subcategorías.

Resiliencia

En cuanto a la resiliencia de los participantes frente a la separación de sus padres se observa que fueron desarrollando la capacidad de superación de esta situación adversa logrando adaptarse y aprender de la experiencia al identificar patrones no deseados en relaciones futuras, resignificar la separación como una opción ante el desamor y los conflictos que se pueden presentar en una relación de pareja. Considerando actualmente la separación como algo que es necesario en dichos casos y que, aunque implica cambios significativos en la estructura familiar, no la ven como un punto de no retorno. Viéndose esto reflejado en la aceptación de la separación conyugal como la mejor opción para su familia (ver tabla 6).

Tabla 6

Resiliencia frente a la separación de los padres

Participante	Resiliencia
Dennis	<i>“Yo pienso que, si la separación se da, se da uno, porque ya no se puede convivir, dos porque si ves que ya no hay amor de tu parte, nada como sentar a la persona y decir mira que esto no está bien, no me siento bien es mejor que terminemos... yo siempre he dicho que, si uno ve que no hay soluciones, la mejor solución es la separación, por las buenas” (24 de febrero, 2024).</i>
María	<i>“Ahorita tengo unos ideales estructurados, referente a las separaciones yo digo que son necesarias, yo soy una persona que piensa que yo puedo casarme con un hombre y durar 30 años y si a los 30 años de casados ya nos empezamos a sentir raros, ya se acabó la química, hay que separarse... para mí, las separaciones no son algo negativo, son evolución, son cambios, ciclos que se acaban y tienen que pasar” (11 de febrero, 2024).</i>

Sofía	<i>“El tiempo es muy sanador, y con el tiempo va madurando, los pensamientos, la forma de ver la vida... la forma de escuchar, de entender, ahora yo me siento a hablar con mi papá o mi mamá a hablar de esta situación y ahora escuchar sus versiones es diferente a cuando yo tenía 10 años, ahora tengo 21 y uno ve todo de una manera más realista, entonces el tiempo”</i> (14 de febrero, 2024).
Andrea	<i>“Pues no sé, digamos que yo tomo mucho de referencia la relación tan tóxica que tuvieron ellos para yo pensar que yo no quiero en mi vida una relación así, ni tener una relación basada en peleas (...) eso también me inspiró a no hacer eso”</i> (14 de febrero, 2024).
Nicky	<i>“Yo creo que aceptar las cosas, no quedarme como en el dolor de la separación o mantener extrañando a alguno de los dos porque no esté en la casa no, si no aceptar que su relación debía terminar y que eso fue lo mejor para ellos que ellos consideraron”</i> (26 de febrero, 2024).
Valenta	<i>“Tuve una época donde lloraba mucho y fuertemente que me hizo aterrizar que debía asistir a psicológica, ya no lo debo postergar, hay que cerrar un ciclo, así que comencé con mi psicóloga, ha habido avances, momentos también donde he retrocedido, pero me ha ayudado realmente a crecer personalmente, poniendo límites, dándole nombre a lo que yo sentía y con mis miedos y ansiedad, que si bien se derivan de la adolescencia y parten de la separación y el rol de mi padre.”</i> (20 de febrero, 2024).
David	<i>“Cambió, yo pues era niño y al principio no entendía (...) porque los papás se tienen que separar, si tienen que estar juntos cuidando de su hijo. Ahora entiendo de que, pasa de que las parejas empiezan a tener desamor, empiezan a perder lo mismo que sentían al comienzo, entonces pues nadie es dueño del otro, entonces pues si una de las personas ya no quiere estar, pues listo ya, se separan”</i> (11 de febrero, 2024).
Lorena	<i>“pues que son necesarias, si hay que separarse pues es necesario, porque nada vale más que la tranquilidad de uno mismo (...) lo que sí me parece importante es que hubiera educación alrededor de los posibles cambios que iban a suceder con la separación y su duelo (...) más conciencia de los mecanismos para afrontarla por parte de todas las partes implicadas”</i> (14 de febrero, 2024).
Jennifer	<i>“Pienso que es un proceso difícil, pero que igual se tiene que dar, que uno no debe seguir solamente con una persona, solo por decir que vamos a seguir con la familia feliz (...) se debe de dar con determinado acompañamiento, un patrón, para que no se vuelva desastroso y agotador para quienes lo viven”</i> (16 de febrero, 2024).

Nota. Elaboración propia con fragmentos tomados de las entrevistas de los participantes.

Resiliencia individual

Además de conocer acerca de la resiliencia a nivel general, es importante señalar los hallazgos en cuanto a la resiliencia expresada por los participantes de manera individual, principalmente porque todos señalaron haber superado la situación de la separación, aunque algunos lo lograron a edades más tempranas que otros:

Sí, he superado el divorcio de mis padres, pero también reconozco que a veces, si bien la herida está cerrada, cuando uno a veces recuerda le duele, le duele un poquito, pero yo creería que ya doy la situación por sentada, ósea ya, de hecho, si me preguntas ¿Te gustaría que tu papá volviera a la casa? Diría no, no me gustaría que mi papá volviera a casa (Valenta, 20 de febrero, 2024, comunicación personal).

Mientras algunos expresaron la necesidad de buscar terapia para manejar la separación, otros consideran que mejoras y cambios en diversos aspectos de sus vidas contribuyeron significativamente a una mayor aceptación, superación y recuperación. Los hallazgos permiten reconocer que a pesar de todo el malestar emocional y conductual que pudieron percibir en ese momento, hoy en día consideran que la separación de sus padres ya no es algo que pesa, por el contrario, hasta se considera como lo mejor que pasó (Ver tabla 6). Ahora, es importante indagar sobre el papel de la familia en esta resiliencia.

Resiliencia familiar

Cuando se trata de resiliencia familiar, las perspectivas varían, ya que Dennis, Sofía, Nicky, Valenta, David y Jennifer indican no albergar resentimientos hacia sus padres o la experiencia vivida: *“ahora, en la actualidad no guardo resentimiento hacia ninguno (...) diría que tengo una buena relación con ambos”* (Nicky, 26 de febrero, 2024, comunicación personal); a pesar de que estos no hicieron mucho para ayudar en el proceso de cómo ellos vivían la separación de sus

padres. Por otro lado, Andrea y Lorena sugieren que aún mantienen sentimientos de soledad relacionados con su crianza y la negligencia de sus padres durante el proceso de separación y a lo largo de su crecimiento personal: *“a veces como que no cumplían mis necesidades y eso hizo que siempre me sintiera como muy sola y siento que eso no ha cambiado”* (Andrea, 14 de febrero, 2024, comunicación personal). Mientras que, María menciona que fue gracias al apoyo de su mamá y el fortalecimiento de la relación con esta después de la separación de sus padres que no sintió dicho suceso como algo exclusivamente adverso, sino más bien enriquecedor:

Cuando mi papá se fue, mi mamá tomó un papel muy importante en mi vida, prácticamente se volvió todo, se fortaleció la relación, la empecé a ver como algo Wow, porque yo siempre le he dicho a ella yo soy hija de padres separados, pero no siento la ausencia de mi papá y creo es por el gran trabajo que hizo ella como mamá (María, 11 de febrero, 2024, comunicación personal).

Además, resulta importante destacar el papel crucial que también se presenta por parte de los hermanos contribuyendo a esa resiliencia familiar en el participante, logrando encontrar en estos un apoyo genuino y una motivación para seguir adelante a pesar de lo sucedido. Se destaca el caso de Jennifer, la cual encontró todo el apoyo en su hermana mayor, quien incluso, fue quien dio la noticia y acompañó en el proceso: *“realmente yo sentí más el apoyo de mi hermana en todo el proceso que el de mis papás, fue como si caminara conmigo”* (Jennifer, 16 de febrero, comunicación personal). En el caso de Lorena, como hermana mayor, encontró la motivación en sus hermanos para seguir adelante: *“Yo era la hermana mayor, entonces eso implicó que yo acompañara a mis hermanos en todo esto (...) creo que fueron ellos quienes me impulsaron para no caer”* (Lorena, 14 de febrero, comunicación personal). Los otros participantes con hermanos

no mencionan un hecho puntual, pero de todas formas los tienen en cuenta como un apoyo fundamental para dar frente a la vida.

Asimismo, es importante resaltar los casos de Dennis, Nicky, David y Jennifer en los que la resiliencia familiar también se vio manifestada por parte de las familias extensas, principalmente, los abuelos. Tal como se observa en la siguiente narración: “*significó mucho el hecho de que mi abuela estuviera conmigo, es un pilar para la vida de uno*” (Dennis, 24 de febrero, 2024, comunicación personal). Así también como el caso de Sofía, el acompañamiento por parte de su tía en el proceso: “*Específicamente la hermana de mi mamá, mi tía madrina, siempre me sentí muy acompañada*” (Sofía, 14 de febrero, 2024, comunicación personal).

Los hallazgos permiten identificar que, en primer lugar, la mayoría de los padres no representaron una ayuda o apoyo para el proceso que comenzaban a vivir ellos como hijos, pero, aun así, mencionan no guardarles resentimiento, aunque les gustaría que hubiese sido diferente el papel que ambos padres asumieron. Salvo una participante quien menciona que la relación de cercanía con su madre fue fundamental para vivir la situación. También se resalta que el papel crucial en algunos de los participantes en la resiliencia familiar lo protagonizaron sus hermanos e integrantes de las familias extensas, principalmente abuelas y tías, quienes brindaron contención y motivación.

Discusión

El presente trabajo de grado tuvo como objetivo general analizar las estrategias de afrontamiento y la capacidad de resiliencia adoptada por adultos jóvenes de la ciudad de Cali que experimentaron la separación de sus padres. Para alcanzar este objetivo principal, se planteó como objetivos específicos (1) identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por adultos jóvenes de la ciudad de Cali que experimentaron la separación de sus padres, (2) describir la capacidad de resiliencia adoptada por adultos jóvenes de la ciudad de Cali que experimentaron la separación de sus padres y (3) explorar relaciones entre las estrategias de afrontamiento, la resiliencia y la experiencia de separación de los padres. A continuación, se presenta el análisis de los resultados encontrados en relación con cada uno de los objetivos específicos y conclusiones, con sus limitaciones y recomendaciones.

En cuanto al primer objetivo específico, los hallazgos revelan que los hijos de padres separados adoptaron actitudes de afrontamiento de aproximación, de manera específica una mayor interacción social y participación en actividades deportivas y sociales, así como una evaluación de la situación desde una perspectiva más optimista. Por otro lado, también se evidenció que en menor medida se usaron estrategias de afrontamiento de evitación, entre estas ocupar su tiempo en actividades u otras dinámicas similares con el fin de evitar pensar en la separación de sus padres. En consecuencia, las estrategias mayormente utilizadas por los participantes fueron, por un lado, dos estrategias consideradas de aproximación: la búsqueda de apoyo social y la reevaluación positiva y, por otro lado, se identificaron dos estrategias de evitación que fueron la evitación cognitiva y en menor medida la búsqueda de recompensas alternativas.

Lo encontrado coincide con los estudios de García (2018) y Jiménez et al. (2012), los cuales señalan que tanto los hijos de padres separados como los propios padres tendieron a utilizar principalmente la estrategia de apoyo social, esto sustentado en la necesidad de buscar respaldo

fuera del ámbito familiar, recurriendo a amigos, vecinos o personas nuevas en su círculo social para recibir validación y orientación en la gestión de la situación. De igual manera, las investigaciones llevadas a cabo por García (2018) y Lucio (2022) coinciden en que los participantes tendían a emplear la estrategia de reevaluación positiva, buscando aspectos favorables.

El empleo de estrategias de aproximación por parte de los participantes, tales como la búsqueda de apoyo social y la reevaluación positiva, sugiere una capacidad para enfrentar la separación de sus padres mediante enfoques adaptativos y constructivos. Esto puede deberse, en parte, a la necesidad de búsqueda de validación emocional y la consideración de perspectivas externas, siendo aspectos positivos que permiten no así limitarse al juicio y sentir propio y la disminución del aislamiento social que puede producir una situación de crisis. De la misma forma, podrían significar la adopción de mayor resiliencia al identificar y valorar aspectos positivos de una situación adversa, fomentando de este modo el bienestar emocional del individuo.

Por otro lado, al abordar el hallazgo relacionado con la utilización de estrategias de evitación, se encuentran coincidencias con los resultados del estudio de Lucio (2022), donde se evidenció que los participantes inicialmente manifestaron negación ante la situación y conductas evitativas, lo que sugiere una forma de evitación cognitiva y en segundo lugar, recurrieron a la búsqueda de gratificación alternativa como conductas de uso excesivo de dispositivos electrónicos, observándose una congruencia en los resultados relacionados con las estrategias de evitación.

La adopción de estrategias como la evitación cognitiva y la búsqueda de recompensas alternativas sugiere un afrontamiento menos saludable para los individuos, lo que denota posibles dificultades en el manejo de emociones complejas y la evitación de circunstancias críticas, generando posiblemente mayores dificultades a largo plazo en caso de que se mantengan en estas

estrategias. Por otro lado, la falta de adopción de estrategias de acción y resolución de problemas pudiese sugerir que los hijos de padres separados no están implementando medidas prácticas para manejar el escenario de la separación parental (Richaud, 2005, como se citó en Lucio, 2022; Rubio, 2016). Lo expuesto resalta la necesidad de mayor psicoeducación sobre estrategias específicas de afrontamiento, como es señalado por Lucio (2022), quien enfatiza la relevancia del fortalecimiento de las estrategias más favorables de afrontamiento.

Ahora bien, en lo que respecta al segundo objetivo específico, los resultados de este estudio indican que los hijos de padres separados muestran una variedad de respuestas y niveles de resiliencia frente a la ruptura del matrimonio de sus padres, si bien algunos participantes experimentaron dificultades emocionales y sociales en ese momento, todos demuestran una capacidad notable para adaptarse y superar los desafíos asociados con la separación.

Estos hallazgos están en línea con la investigación previa de Acevedo y Ochoa (2005) quienes han destacado la importancia del ambiente y el contexto social, pues estos pueden favorecer al desarrollo de una capacidad resiliente, precisamente ese apoyo social que resulta necesario. Además se observa una concordancia con los estudios de Oriol (2012), Pedroso (2021) y Quesada (2023), que resaltan ciertas características de la resiliencia individual, como el autocontrol y la persistencia en el compromiso para hacerle frente a la vida a pesar de cualquier obstáculo y es lo que se evidencia en cada participante resiliente que creyó en que su actuar pudo modificar la forma en que percibió la situación adversa por la que atravesó, la separación de sus padres, que fue un hecho inevitable pero así mismo, superable.

Por un lado, dentro de dichos hallazgos es notorio el hecho de que la resiliencia familiar desempeña un papel crucial en el bienestar de los hijos de padres separados. Se evidenció, por ejemplo, en relación con lo que infieren Cyrulnik (2016) y Quesada (2023), cuando las familias

logran recuperar un ambiente tranquilizador después de un suceso, son capaces de transformar esa experiencia en aprendizajes para la vida y con el paso del tiempo, algunos participantes han llegado a entender la situación, lo que les ha permitido no sentir resentimientos hacia la decisión sus padres, o hacia alguno de ellos en particular. Además, es notorio en este estudio, que, la compañía del hermano o alguien de la familia extensa, como parte de esta resiliencia familiar, influyen en la forma de adaptación del participante durante y después del suceso, adquiriendo resiliencia. Logrando en la actualidad, que estos vean el acontecimiento como algo necesario y, en muchas ocasiones, como un hecho con repercusiones positivas.

Dado que, en el presente estudio se observa cómo algunos participantes reconocen que, gracias al apoyo de sus hermanos, las conversaciones, apoyo y acompañamiento por parte de sus seres queridos, principalmente abuelas y tías, y en ocasiones con uno de sus padres, lograron entender y aceptar tanto lo que fue como lo que vendría respecto a la separación. Es importante destacar también que estudios realizados por Dykes & Ward (2022); Falculan et al. (2019); Morgado & Cairós (2015); Núñez et al. (2017) y Ortiz (2016) destacan que la calidad del contacto con el padre no custodio y la gestión del conflicto de divorcio son determinantes clave en las repercusiones que experimentan los hijos. Las dinámicas familiares, incluida la unidad o desunión post-separación, juegan un papel crucial en el bienestar emocional y psicológico de los hijos, lo cual puede reflejarse en la fortaleza de las relaciones familiares y el ajuste emocional de los hijos tras la separación, ahora bien, en ciertos casos, la separación ha fortalecido las relaciones familiares y ha permitido a los participantes construir una mejor relación no solo con el padre que permaneció en el hogar sino con el que está por fuera, incluso cuando ha sido necesaria la terapia, los padres han contribuido para ayudar a sus hijos a adaptarse y superar los desafíos del divorcio. Esta categoría es el reflejo de la participación de los padres, hermanos y algunos familiares, como

abuelas y tías para fomentar la resiliencia a través de ese acompañamiento, lo cual es un indicador de que si se cuenta con el apoyo de al menos uno de los padres, hermanos y/o una figura de la familia extensa los hijos tendrán una fortaleza mayor para hacer frente a la separación.

Por otro lado, la capacidad única de cada participante o individuo para enfrentarse y adaptarse a las circunstancias y cambios que trajo consigo el divorcio de sus padres, depende de factores como la personalidad, experiencias previas de adversidad, sus habilidades y recursos de afrontamiento influyen en su capacidad para superar el estrés y la disrupción causados por el suceso, pero lo más notorio de esta búsqueda en lo vivido por cada entrevistado, es que esa resiliencia se vio fortalecida a través de relaciones de apoyo significativas y la búsqueda de reevaluación positiva que experimentó cada uno de ellos, y son los mismos recursos interpersonales del sujeto como lo infiere Mateu (2009) que le permiten desarrollar esa fortaleza, este estudio muestra por medio de relatos individuales, que aunque cada uno de ellos experimentaba un vaivén emocional, mostraron una capacidad notable para recuperarse y adaptarse a pesar de los sentimientos que estaban fuera de su control. Desarrollaron habilidades para afrontar el estrés, superar obstáculos y crecer a partir de las experiencias de la separación de sus padres. Esto se evidencia en su uso de herramientas tanto internas como externas, como la reevaluación positiva, la búsqueda de apoyo social, la terapia psicológica, la aceptación y la resignación, entre otras, para alcanzar la aceptación de su situación.

Por su parte, en cuanto al tercer objetivo específico, los resultados obtenidos permiten inferir que existe una relación entre estrategias de afrontamiento utilizadas y la capacidad de resiliencia adquirida por los participantes, dado que, como lo mencionan Astorga et al. (2019), Bravo y López (2016) y Quisbert (2014) hay una mayor y mejor resiliencia en los hijos de padres separados cuando hay uso de la estrategia de afrontamiento de apoyo social, que para el caso de

este estudio, ese apoyo social se encontró en diferentes personas, desde amigos, compañeros, abuelos hasta hermanos menores y mayores, que influyeron en la adquisición de la capacidad resiliente en el participante.

De la misma manera, se evidencia que no solamente se trata de la estrategia de afrontamiento utilizada por ellos para adquirir capacidad de resiliencia, sino que, del mismo modo, la resiliencia individual que reside en cada individuo a partir de esos rasgos personales y esa historia de vida, también influyen en la elección de una estrategia de afrontamiento u otra (Oriol, 2012). Es decir, lo que, a la persona en ese momento de su vida, a esa edad, con esa experiencia y con esas circunstancias acontecidas pudo hacer para mantenerse y, sobre todo, que le sirvió para hacerle frente a la vida, logrando adquirir esa capacidad resiliente. Ayudándose a hacer frente aun cuando la separación sucedió de maneras conflictivas dentro de ese contexto familiar. En conclusión, en los participantes que mencionaron separación conflictiva sí se presentaron dificultades emocionales tales como: llanto, descarga emocional, culpabilización, mayor negación, ira y frustración. Mientras que los que no mencionan separación conflictiva no presenciaron estas dificultades, logrando evidenciar una mayor adaptabilidad y resiliencia ante las nuevas dinámicas. Como lo mencionan Escapa (2017) y Vargas et al. (2015) al encontrar que aquellas personas que vivieron la separación de manera conflictiva presentaron mayores dificultades en planos emocionales y afectivos.

Es por ello, por lo que, la relación entre las tres categorías de análisis se evidencia en el hecho de que cuando ocurre un evento estresante como la separación de los padres, las personas recurren a estrategias de afrontamiento que varían desde buscar apoyo emocional hasta evitar el problema o negarlo. En cuanto a la resiliencia esta se manifestó en la disposición de cada persona

para utilizar dichas estrategias de afrontamiento de manera efectiva logrando adaptarse y encontrando formas constructivas de lidiar con la situación y seguir adelante con sus vidas.

En síntesis, con relación al objetivo general de analizar las estrategias de afrontamiento y la capacidad de resiliencia adoptada por adultos jóvenes de la ciudad de Cali que experimentaron la separación de sus padres, se concluye que el estudio ha demostrado que los hijos de padres divorciados pueden desarrollar niveles significativos de resiliencia a través de diversas estrategias de afrontamiento. A pesar de enfrentar desafíos emocionales y psicológicos, muchos de estos hijos muestran una notable capacidad para adaptarse y prosperar en sus vidas. La comunicación abierta, el apoyo emocional, el fortalecimiento de habilidades de afrontamiento y la participación en actividades positivas son aspectos clave que pueden contribuir a la resiliencia de estos individuos. Sin embargo, se reconoce la importancia de una comprensión más profunda de los procesos subyacentes y la necesidad de intervenciones específicas para apoyar aún más el bienestar de estos niños, niñas y adolescentes.

En última instancia, este estudio destaca la importancia de brindar recursos a los hijos de padres separados para fomentar su resiliencia y promover un ajuste saludable en el contexto de la separación parental. Teniendo en cuenta tanto la familia, los amigos, como las instituciones y políticas sociales responsablemente para que puedan convertirse en una red de apoyo emocional, proporcionando estabilidad ante la sensación de soledad y el desborde emocional que experimentan los niños, niñas y adolescentes cuando su entorno protector se ve fracturado. En este sentido, es crucial que en nuestra sociedad se promueva una cultura de separación más comprensiva y consciente, donde los padres, aunque sumidos en su propio conflicto, no desatienden las necesidades emocionales de sus hijos. Lo cual requiere no solo de un esfuerzo

individual, sino también de un apoyo institucional y políticas sociales que respalden a las familias en dicha transición.

Ahora bien, como profesionales de la salud mental y el bienestar emocional, se resalta la necesidad de crear e implementar intervenciones grupales en alianza con instituciones educativas y sociales en los que las personas que atraviesan por este acontecimiento puedan compartir sus experiencias y sentimientos, con el fin de brindar apoyo y reducir las sensaciones de aislamiento y soledad. Favoreciendo de esta manera, además, tanto la resiliencia como la estrategia de afrontamiento de apoyo social que fue fundamental en los participantes de este estudio. De la misma manera, que se pueda favorecer las terapias psicológicas tanto individuales, como de índole familiar educando alrededor de lo que implica un hecho de separación en la vida de cada integrante de esa familia y proporcionar herramientas para el manejo del estrés y los conflictos.

Por su parte, en lo que respecta a las limitaciones, es importante destacar que la investigación se llevó a cabo con un número limitado de participantes, lo que dificulta mayor exploración sobre las distintas experiencias de separación de los padres, particularmente en lo concerniente al apoyo predominante de uno de los progenitores, la implicación de los hermanos y la familia extensa en dicho proceso, por lo que una muestra de mayor tamaño podría ofrecer una representatividad más amplia y facilitar un análisis más profundo.

Por otra parte, la edad de los participantes al momento de la separación de sus padres representa un factor limitante dentro del estudio, puesto que la temprana edad durante el evento puede conducir a un olvido de detalles significativos sobre la experiencia y las estrategias de afrontamiento utilizadas, o falta de conciencia plena sobre los acontecimientos. Por ende, resultaría más apropiado incluir en la investigación a individuos cuyos padres se separaron durante su adolescencia, etapa en la que es más probable que tengan una comprensión más clara y detallada.

Como recomendación para otros estudios, se debe tener en cuenta el tema frente a los posibles sesgos de buena impresión social, dada la sensibilidad de este. Además, es crucial ampliar la muestra tanto en cantidad como en diversidad de género para obtener una comprensión más completa de las experiencias. Se recomienda también utilizar un método mixto que permita investigar cuantitativamente la resiliencia de los hijos antes de adentrarse en el análisis cualitativo. Asimismo, se sugiere llevar a cabo un estudio con seguimiento a largo plazo, lo que permitirá evidenciar cambios y evoluciones en las estrategias de afrontamiento y resiliencia a lo largo del tiempo, proporcionando una perspectiva más enriquecedora y significativa. Por último, se sugiere que se realice una segunda fase de estudio focal con todos los participantes del estudio para enriquecer las experiencias a partir del diálogo y el análisis aquí presentado.

Por último, se resalta que los hallazgos de este estudio tienen importantes implicaciones para los profesionales de la salud mental y los encargados de formular políticas familiares. Se destaca la necesidad de intervenciones dirigidas a fortalecer los recursos internos y externos de los hijos de padres separados, así como a proporcionar un entorno de apoyo emocional y social durante el proceso de adaptación a la nueva dinámica familiar.

Referencias

- Acevedo, V. E., y Ochoa, H. M. (2005). Resiliencia y escuela. *Pensamiento psicológico*, 1(6), 16-16. <http://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/55>
- Astorga, M. C. M., Finez-Silva, M. J., dos Anjos, E. M., Pérez-Lancho, M. C., Urchaga-Litago, J. D., y Vallejo-Pérez, G. (2019). Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 183-190. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEAP/article/view/1542>
- Astrup, A., Pedersen, C., Mok, P., Carr, M. & Webb, R. (2017). Self-harm risk between adolescence and midlife in people who experienced separation from one or both parents during childhood. *Journal of Affective Disorders*, (208), 582–589. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S016503271630951X>
- Ayerbe, L., Pérez-Piñar, M., Foguet-Boreu, Q. & Ayis, S. (2020). Psychosis in children of separated parents: A systematic review and meta-analysis. *European Psychiatry*, 63(1), 1–9. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2019.15>
- Bolívar, A. (2012). Metodología de la investigación biográfico-narrativa: Recogida y análisis de datos. *Unpublished*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.2200.3929>
- Bravo A., H., y López P., J. (2016). Resiliencia familiar: una revisión sobre artículos publicados en español. *Revista de Investigación en Psicología*, 18(2), 151. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v18i2.12089>
- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the Family as a Context for Human Development: Research Perspectives. *Developmental Psychology*, 22(6), 723-742. <https://psycnet.apa.org/buy/1987-06791-001>

- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Paidós.
https://www.academia.edu/download/62987681/Lectura_de_Bronfenbrenner20200417
- Cadenas, H. (2015). La familia como sistema social: Conyugalidad y parentalidad. *MAD*, (33), 29-41. <https://revistas.uchile.cl/index.php/RMAD/article/view/37322>
- Carmen, M., Méndez, C., Antonio, A., Pérez, M., Fernando, A., Enríquez, C., Carlos, G., y Rosero, M. (2019). *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*.
<https://n9.cl/3ggf3>
- Castaño, E. F., y del Barco, B. L. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of psychology and psychological therapy*, 10(2), 245-257. <https://www.redalyc.org/pdf/560/56017095004.pdf>
- Cobas, J. L., Querts, O., García, Á., del Toro, A. Y., y Agüero, R. (2015). Secuelas psicosociales más frecuentes en adolescentes de padres divorciados. *MediSan*, 19(9), 1111-1120.
<https://acortar.link/zznsqV>
- Corporación Excelencia en la Justicia. (19, de mayo, 2020). *El matrimonio está dejando de ser para siempre entre enero de 2016 y septiembre de 2019, por cada 100 matrimonios registrados en Colombia, se presentaron 41 divorcios*. <https://cej.org.co/>
- Cuevas, A. (2002). Consideraciones en torno a la Investigación Cualitativa en Psicología. *Revista Cubana de Psicología*, 19(1), 47-56. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v19n1/06.pdf>
- Cyrulnik, B. (2016). *¿Por qué la resiliencia?: lo que nos permite reanudar la vida*. Editorial Gedisa. <https://n9.cl/f5ywe>
- Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas (DANE). (2018). *Dane información para todos*. <https://www.dane.gov.co/>

- Díaz-Bravo, Laura, Torruco-García, Uri, Martínez-Hernández, Mildred, y Varela-Ruiz, Margarita. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en educación médica*, 2(7), 162-167. <https://n9.cl/frse>
- Dykes, G., & Ward, M. (2022). Parents and adolescents in the post-divorce period: the effects on adolescent psychosocial development. *Social Work*, 58(3), 366-381. <https://dx.doi.org/10.15270/58-3-1062>
- Echeberria, C. Á. S. (2015). *La separación y el conflicto parental: efectos en las relaciones afectivas de los hijos adultos jóvenes* [Tesis de doctorado, Universidad del País Vasco-Euskal Herriko Unibertsitatea] Dialnet. <http://hdl.handle.net/10810/17690>
- Escapa, S. (2017). Los efectos del conflicto parental después del divorcio sobre el rendimiento educativo de los hijos. *Reis: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, (158) 41-57. <https://www.redalyc.org/pdf/997/99750534003.pdf>
- Estrada, Á. (2010). Recursos críticos interpretativos para Psicología Social. *Revista Colombiana de Psicología*, 19(2), 261-270. <https://n9.cl/8kyon3>
- Falculan, R. M., Paula, P. A., Ocdamia, J. J. J., & Samiley, S. G. G. (2019). Lived Experiences of Young Adults from Broken Families on Marital Relationships. *Abstract Proceedings International Scholars Conference*, 7(1), 512–529. <https://doi.org/10.35974/isc.v7i1.1129>
- Ferreira García, E., y Calderón Garrido, C. (2022). Evaluación de Adultos: CRI-A. Evaluación del afrontamiento del estrés (pp. 3-17). Universitat de Barcelona. <https://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/182806>
- García, F. E., Manquián, E., y Rivas, G. (2016). Bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento y apoyo social en cuidadores informales. *Psicoperspectivas*, 15(3), 101-111. <https://n9.cl/2wbic>

- García, M. (2018). *El papel del apego y el afrontamiento en los divorcios conflictivos* [Tesis de maestría, Universidad Pontificias] Repositorio Universidad Pontificias Comillas. <http://hdl.handle.net/11531/31687>
- García, M., y Díaz-Perera, G. (2008). Caracterización de la salud familiar en un consultorio médico. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 7(2) 1-9. <https://acortar.link/PocH45>
- González, P. (2015) *Consecuencias del divorcio en la niñez y la adolescencia, desde la perspectiva de los adultos en la ciudad de San Pedro Sula, Cortés, Honduras* [Tesis de maestría, Universidad de San Carlos de Guatemala] Repositorio Institucional USAC. <http://www.repositorio.usac.edu.gt/771/>
- Huarcaya, G. E. (2011). La familia peruana en el contexto global. Impacto de la estructura familiar y la natalidad en la economía y el mercado. *Mercurio Peruano: revista de humanidades*, (524), 13-21. <https://acortar.link/yafZNY>
- Jiménez Arrieta, M., Amarís Macías, M., y Valle Amarís, M. (2012). Afrontamiento en crisis familiares: El caso del divorcio cuando se tienen hijos adolescentes. *Revista Salud Uninorte*, 28(1), 99-112. <https://n9.cl/rdtqnu>
- Ley 1090 de 2006. (2006, 6 de septiembre). Congreso de la República. Diario oficial No 46.383. http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1090_2006.html
- López, D. A. (2017). De la familia sistémica a la familia global: Apuntes sobre la familia y sus dinámicas desde el enfoque sistémico y la sociología de la globalización. *Revista Lumen Gentium*, 1(2), 36-46. <https://n9.cl/64efm>
- Lucio, M. A. (2022). *Propuesta de una estrategia psicoeducativa de afrontamiento basada en la terapia narrativa para niños y niñas ante el divorcio de sus padres* [Tesis de doctorado, Universidad Nacional de La Plata]. Archivo digital. <https://n9.cl/eudbt>

- Marín, M., Quintero, P. A. y Rivera, S. C. (2019). Influencia de las relaciones familiares en la primera infancia. *Poiesis* (36), 164-183. <https://doi.org/10.21501/16920945.3196>
- Martín, T. C., y Puyuelo, M. S. (2014). La transformación de las familias en España desde una perspectiva sociodemográfica. *Informe FOESSA*. <https://acortar.link/pVHOFp>
- Mateu, R., García, M., Gil, J., y Caballer, A. (2009). ¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador. *Fòrum de Recerca*. 15, 231-248. <https://goo.gl/x5seoD>
- Melo, O., & Mota, C. P. (2014). Interparental conflicts and the development of psychopathology in adolescents and young adults. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, (24), 283-293. <https://n9.cl/xhvja>
- Mieles, M., Tonon, G. y Alvarado, S. (2012). *Investigación cualitativa: el análisis temático para el tratamiento de la información desde el enfoque de la fenomenología social*. (Vol 74) (pp 195-22) Universitas Humanística. <https://n9.cl/r6v8c>
- Morgado, B., y Cairós, A. (2015). Aproximación a la experiencia infantil del divorcio parental: importancia de los apoyos, los contactos con el progenitor no custodio y la calidad de las relaciones familiares: experiencia infantil del divorcio parental. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente. Lisboa*, 6(2) 13-29. <https://doi.org/10.34628/5m53-1c02>
- Núñez, C., Carmen, S., Pérez, C., Caridad, y Castro, M. (2017). Consecuencias del divorcio-separación en niños de edad escolar y actitudes asumidas por los padres. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 33(3), 296-309. <https://acortar.link/pzT7VP>
- Orgilés, M., Johnson, B. T., Huedo-Medina, T. B., y Espada, J. P. (2012). Autoconcepto y ansiedad social como variables predictoras del rendimiento académico de los adolescentes españoles con padres divorciados. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(1), 57-72. <https://n9.cl/vmcf6>

- Oriol-Bosch, A. (2012). Resiliencia. *Educación Médica*, 15(2), 77-78. <https://n9.cl/whqn9>
- Ortiz, C. G. (2016). *Actitudes a través de la narrativa en hijos de padres divorciados*. [Tesis de maestría, Universidad de Cuenca] Repositorio institucional Ucuena. <https://n9.cl/jdrrw>
- Palacio M. C., y Arias, M. (2022). *La capacidad de resiliencia de los niños y las niñas entre 7 y 10 años de edad en el proceso de separación de sus padres en un colegio privado y uno público de la ciudad de Pereira* [Tesis de Maestría, Universidad Tecnológica de Pereira]. Archivo digital. <https://hdl.handle.net/11059/14424>
- Palacios, Simón Pedro Izcarra. (2007). *Introducción al muestreo*. Editorial Miguel Ángel Porrúa, México. Universidad Autónoma de Tamaulipas. <https://n9.cl/kduf9>
- Pedroso, T. (2021). Resiliencia y psicoterapia. *Revista Científica Arbitrada en Investigaciones de la Salud GESTAR*. ISSN: 2737-6273., 4(8 Ed. esp.), 324-333. <https://n9.cl/nv2yrz>
- Pérez, J. G. (2018). El hijo de padres separados o divorciados. *Pediatría integral*, 22(4): 165–172. <https://acortar.link/6ui119>
- Pueyo, E. G., López, R. V., Gutierrez, L. D., y Puente, C. P. (2000). Estrategias de afrontamiento ante situaciones de estrés: Un análisis comparativo entre bomberos con y sin experiencia. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 16(3), 341-356. <https://n9.cl/8>
- Quesada, C. (2003). El concepto de resiliencia individual y familiar. Aplicaciones en la intervención social. *Psychosocial Intervention*, 12(3), 283-299. <https://n9.cl/k2ulu>
- Quisbert Gómez, Magalí Maya. (2014). Capacidad resiliente en niños y niñas de 9 a 12 años que pertenecen a familias monoparentales de la unidad educativa "general Esteban arce". *Revista de Investigación Psicológica*, (11), 43-66. <https://n9.cl/9ygz0>
- Ramírez, A. (2004). Conflictos entre padres y el desarrollo de los hijos. *Convergencia. Revista de Ciencias Sociales*, 11(34), 171-182. <https://www.redalyc.org/pdf/105/10503407.pdf>

- Ríos Martínez, K. M. (2019). La entrevista semi-estructurada y las fallas en la estructura. La revisión del método desde una psicología crítica y como una crítica a la psicología. *Caleidoscopio - Revista Semestral De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 23(41), 65–91. <https://doi.org/10.33064/41crscsh1203>
- Roizblatt, S., A., Leiva F., VM y Maida S., AM. (2018). Separación o divorcio de los padres. Consecuencias en los hijos y recomendaciones a los padres y pediatras. *Revista Chilena de Pediatría*, 89(2), 166–172. <https://acortar.link/stK7vs>
- Romero, J. P., Flower, L. K., y Huamantlica, R. S. (2021). Conducta prosocial en niños de padres separados en relación con estilos de afrontamiento. *Cultura*, (35), 187–195. <https://n9.cl/wznim>
- Rubio, L. (2016). *Estrategias de afrontamiento: Factores determinantes e impacto sobre el bienestar en la tercera edad* [Tesis de doctorado, Universidad de Granada]. Archivo digital. <http://hdl.handle.net/10481/41089>
- San Cornelio, G., Roig, A., & Foglia, E. (2022). La línea de tiempo como herramienta de visualización y co-diseño de historias. *Kepes*, 19(26), 507-541. <https://n9.cl/4812x>
- Seijo, D., Novo, M., Carracedo, S., y Fariña, F. (2012). Efectos de la ruptura de los progenitores en la salud física y psicoemocional de los hijos. *Revista Galega de Cooperación Científica Iberoamericana*, (19), 16-21. <https://acortar.link/HAPbsZ>
- Superintendencia de notariado & registro la guarda de la fe pública. (s.f.). *Matrimonios y divorcios aumentaron en los primeros ocho meses del 2021*. <https://n9.cl/g13iv>
- Tullius, J.M., De Kroon, M.L.A., Almansa, J. & Reijneveld, S.A. (2022). Adolescents' mental health problems increase after parental divorce, not before, and persist until adulthood: a

longitudinal TRAILS study. *Eur Child Adolesc Psychiatry* (31), 969–978.

<https://n9.cl/7mvp3>

Vargas, F. J. J., Ibáñez, R. E. J., y Zúñiga, A. L. G. (2015). Diferenciación en hijos de padres divorciados y de padres que viven juntos. *Rev Elec Psic Izt.*, 18(3), 1223-1240.

<https://n9.cl/eutrm>

Anexos

Anexo A

Consentimiento informado.

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA POBLACIÓN MAYORES DE EDAD

Estimado(a) participante

Desde la asignatura Trabajo de grado a cargo por el docente Víctor Hugo Charria los estudiantes Hianella Rodríguez Hernández, Natalia Rojas Daza y Jorge David Trujillo Gonzalez, pertenecientes a la Pontificia Universidad Javeriana Seccional Cali, están llevando a cabo la investigación resiliencia y estrategias de afrontamiento de adultos jóvenes frente a la separación de sus padres, dado que se reconoce la importancia de considerar la influencia de las relaciones familiares en la primera etapa de la vida intentando comprender las dinámicas que allí se presentan, es en este caso puntualmente, refiriéndose a la separación de los padres durante un momento determinado de la vida y cómo a partir de esto, las personas pueden obtener diferentes estrategias y desarrollar una capacidad resiliente. Por ello, se planteó el objetivo de analizar las estrategias de afrontamiento y la capacidad de resiliencia adoptada por adultos jóvenes de la ciudad de Cali que experimentaron la separación de sus padres.

Se le invita a participar en la investigación, a través de la realización de una entrevista semiestructurada de una duración aproximada de una hora. Los beneficios que usted puede obtener por su participación son: usted podrá conocer más acerca de su propio proceso de elaboración de la experiencia de separación de sus padres y cómo esto, se relaciona en cómo es usted ahora, permitiéndole reconocer aquello que de pronto antes no se había cuestionado. Y los posibles riesgos son: de menor grado, debido a que, la selección de los participantes se tiene en cuenta en los criterios de inclusión que la persona ya haya trabajado esta situación de manera personal, sin embargo, se tiene en cuenta el protocolo de atención en crisis, por si llega haber una movilización emocional en el participante al momento de responder a la entrevista. La participación en la investigación consta de la realización de una entrevista en modalidad virtual o presencial, dependiendo de las posibilidades del participante para llevar a cabo esto, por lo tanto, no se considera ningún reconocimiento monetario. Antes de aceptar o rechazar su participación en la investigación, debe de tener en cuenta lo siguiente:

- La decisión de participar en la investigación es completamente **PERSONAL, LIBRE y VOLUNTARIA**.
- Sus datos personales y la información obtenida son completamente **CONFIDENCIALES**, por el contrario, se utilizará un pseudónimo para identificarlo. En tal sentido, la información no se revelará en la institución, usando nombres propios o datos sociodemográficos que pueda identificarte.
- En el transcurso del estudio usted podrá **SOLICITAR** información actualizada sobre el mismo.
- En el transcurso del estudio tú podrás **RETIRARTE** en cualquier momento, sin necesidad de informar tus razones.
- **NO** recibirá ningún beneficio económico por su participación.

- NO tendrá que hacer un gasto económico durante su participación.
- En caso de que los autores de la investigación consideren la posibilidad de escribir artículos para su publicación, los resultados figuran de modo general o particular, sin especificar nombres de los participantes o de la institución.

La investigación se enmarca en los artículos 2, 3, 10, 15, 17, 23, 24, 29, 36, 45, 46, 47, 48, 49, 50 y 52 de la **Ley 1090 del 06 de septiembre del año 2006**, establecida por el Congreso de la República de Colombia, por medio de los cuales se establecen las normas pertinentes frente a aspectos científicos, técnicos y administrativos para la investigación en psicología, y los artículos 5, 8, 10, 11, 12, 14, 15 y 16 de la **Resolución No. 008430 de 1993** que regula de los aspectos éticos de la investigación en seres humanos en áreas de la salud.

Si considera que no hay dudas ni preguntas acerca de su participación, puede firmar el siguiente Consentimiento Informado.

Una vez leída y comprendida la información anterior en pleno uso de mis capacidades, manifiesto mi participación en la investigación. En tal sentido, la firma del consentimiento informado, implica autorización para yo realizar una entrevista semiestructurada.

Yo, _____, identificado con CC _____ declaro que he sido informado(a) de los objetivos, fines del presente estudio a realizar por estudiantes de la Pontificia Universidad Javeriana Cali. Y obrando en forma **AUTÓNOMA Y CONSCIENTE, ACEPTO** la participación en esta investigación. Se firma a los días ____ del mes _____ del año 20____.

FIRMA PARTICIPANTE
Nombre: _____
CC: _____
Teléfono: _____

TESTIGO 1
Firma _____
Nombre: _____
CC: _____

TESTIGO 2
Firma _____
Nombre: _____
CC: _____

Firma de Hianella Rodriguez

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: Hianella
Rodríguez Hernández

CÉDULA DE CIUDADANÍA:

CORREO: hianellarh@javerianacali.edu.co

TELÉFONO:

Firma de Natalia Rojas

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: Natalia
Rojas Daza

CÉDULA DE CIUDADANÍA:

CORREO: nataliarojasd@javerianacali.edu.co

TELÉFONO:

Firma de Jorge David

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: Jorge David
Trujillo Gonzalez

CÉDULA DE CIUDADANÍA:

CORREO:

davidtrujillogon@javerianacali.edu.co

TELÉFONO:

Firma del director/a del trabajo de grado que podrán contactar en caso de tener dudas o comentarios sobre el proceso de investigación o el proyecto.

NOMBRE DEL DOCENTE ENCARGADO/A: Jacqueline Garavito

CÉDULA DE CIUDADANÍA:

CARGO: docente de la Pontificia Universidad Javeriana de Cali y directora del trabajo de grado

CORREO INSTITUCIONAL: jgaravito@javerianacali.edu.co

OFICINA:

TELÉFONO

Anexo B

Instrumento entrevista semiestructurada.

Datos sociodemográficos

Nombre

Fecha y lugar de nacimiento

Estado civil

Escolaridad

Ciudad donde reside actualmente

A qué se dedica

Con quién vive

Nota. Elaboración propia.

Preguntas

1. ¿Siempre has vivido con esa persona o de esa manera? ¿o antes con quién vivías?
2. ¿Dónde vivías cuando tus padres estaban juntos?
3. Y, bueno, cuéntame, ¿cómo era un día común de tu vida aproximadamente dos años antes de la separación? (¿qué hacías?)
4. ¿Qué me podrías contar de esos años antes de la separación?
5. ¿Qué edad tenías cuando tus padres se separaron?
6. ¿Qué cambió en tu vida cuando tus padres se separaron?
7. ¿Cómo te enteraste de la decisión de separación de tus padres?
8. ¿Recibiste alguna explicación de lo que estaba sucediendo y los cambios que se iban a presentar en ese momento?
9. Entonces, ¿con quién te fuiste a vivir?, ¿cómo fue ese proceso?
10. ¿Cómo fue esa experiencia de los cambios en vivienda?
11. ¿Percibiste cambios a nivel socioeconómico? y si es así ¿Cuáles?
12. ¿Recuerdas cómo te sentías en ese momento, mientras se estaba dando la separación de tus padres?
13. ¿Cómo cambió un día común en tu vida cuando sucedió la separación de tus padres, por ejemplo, en fines de semana, estudio?
14. ¿Quién o quiénes fue la persona que te apoyaba posterior a la separación de tus padres? ¿Qué significó para ti?
15. ¿Podrías identificar nuevas actividades que comenzaste a realizar mientras se estaba dando la separación?, ¿algún nuevo hábito, hobby u otro?, ¿cómo fue eso?
16. ¿Identificas qué hiciste para afrontar esta situación en ese momento?, ¿cómo sientes que eso aportó?
17. ¿Has participado en terapia o algún tipo de asesoramiento que sientes que te ayudaron para esa situación?

18. Bueno aquí tenemos varias posibilidades, de esas hay alguna que reconoces, identificas o resuena contigo y lo que hiciste en ese momento:

- Comencé a tratar de no pensar en la situación
- Comencé a cuestionarme sobre lo que sentía y pensaba en relación a la situación, siempre tratando de buscarle un sentido, buscando ideas para una posible resolución.
- Reconocí que tal vez era una situación necesaria para nuestras vidas y que debía suceder en algún momento
- Comencé a pasar más tiempo con otras personas importantes en mi vida
- Comencé a hacer cosas que de algún modo me ayudan a comprender mejor el momento que estaba pasando
- Dejé que todo pasará, de todas formas, si ellos lo decidieron fue por algo
- Comencé a pasar mucho más tiempo solo(a) en mi cuarto, en el celular, viendo películas, jugando videojuegos u otros.
- Me sentía tan mal que comencé a enojarme con ambos, me alejé de familia amigos, compañeros

- ¿Cómo fue eso?, ¿me podrías contar más?

19. Ahora, desde esta perspectiva y después de x cantidad de años, ¿qué crees que te ayudó a transitar esa situación?

20. ¿Cómo ha sido tu relación con cada uno de tus padres después de la separación?

21. ¿Cómo crees que contribuyó cada uno de tus padres en este proceso?

22. ¿Hasta qué punto hoy en día consideras que superaste esa experiencia?

23. ¿En qué aspectos de tu vida puedes darte cuenta de que has elaborado/superado la separación de sus padres?

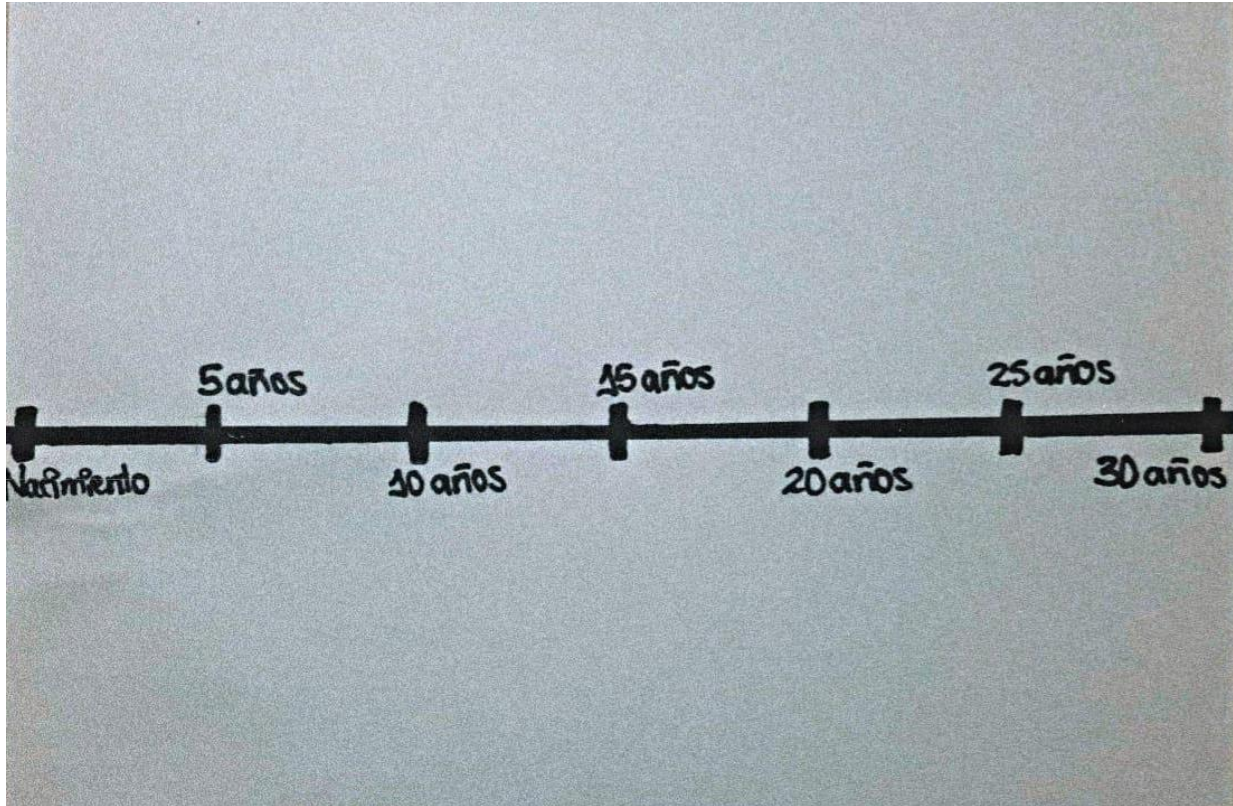
24. ¿Y en qué aspectos de tu vida sigue haciendo presencia algunas huellas de la separación de tus padres

25. ¿Cómo crees que ha influido en tus relaciones de pareja la relación de tus padres?

26. ¿Qué piensas en tu momento actual de vida sobre las separaciones?, ¿identificas algún cambio en comparación con lo que pensabas antes al respecto?

Anexo C

Línea del tiempo



Anexo D

Protocolo de atención en crisis

PROTOCOLO DE ATENCIÓN EN CRISIS EN EL MOMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

A continuación, se presenta un plan de apoyo para la intervención en crisis y remisión a soporte profesional, que debe ser desarrollado por los/as entrevistadores en caso de que alguno de los participantes del estudio, presente una crisis durante el desarrollo de las entrevistas y/o grupos focales y requiera acompañamiento psicológico.

Se resalta que la estrategia a implementar contará con el apoyo de la red de servicios de cada una de las instituciones universitarias vinculadas o el servicio personal de cada participante; las facilitadoras actuarán, en caso de ser necesario, como un canal de orientación para el acceso a estos servicios.

Adicionalmente, se deja claro que se cuenta con los datos (teléfono/celular) de la red de IPS que atienden las EPS, los contactos de los consultorios Psicológicos gratuitos de la ciudad y el contacto de algunos Psicólogos en caso de ser necesario.

Contactos del servicio psicología de IPS

Contactos de Consultorios Psicológicos en la ciudad

Contacto de psicólogos accesibles para los participantes: en caso de que el procedimiento se esté realizando en la Pontificia Universidad Javeriana de Cali, se llevará al Centro de Bienestar. Si no, se tendrán en cuenta, las siguientes líneas de atención virtual:

- Línea 106
En WhatsApp: 3007548933
Atención en Salud Mental

- Línea 123
Atención en urgencias

Plan de apoyo:

- Antes de iniciar las entrevistas y/o grupos focales, los/as investigadores conocerán los centros de bienestar de la universidad e informará acerca de las características de la investigación y la posibilidad que algunos de los participantes sean remitidos allí en caso de ser necesario. Lo anterior, tiene el propósito de anticipar alguna emergencia y estar preparado para ella.

- Durante el desarrollo de las entrevistas, los investigadores estarán atentos a las manifestaciones que puedan presentar los participantes y en caso de observar que la persona requiere alguna atención profesional, seguirá los siguientes pasos:
 1. Apagar la grabación de audio.
 2. Determinar la necesidad prioritaria del participante (observando los signos físicos y psicológicos que requieran atención).
 3. Realizar una contención emocional, teniendo en cuenta la necesidad evidenciada (tomar agua, respirar, preguntas de contención).
 4. Comunicarse con los investigadores principales para analizar el caso y determinar si el participante requiere o no acompañamiento psicológico y si puede o no continuar con el desarrollo de las entrevistas.
 5. En caso de requerir acompañamiento psicológico, se remitirá al participante al Centro de Bienestar de la Universidad sede de la entrevista o se orientará la solicitud a la entidad de salud a la que pertenezca el participante.
 6. Se realizará un seguimiento personal o telefónico del proceso.
 7. En caso de que el participante manifieste su disposición a continuar en el estudio, y de que el equipo de investigadores lo considere pertinente, se convendrá una nueva cita para reanudar el proceso de entrevista. De lo contrario, la participante puede abandonar el proceso sin que por haya sea expuesta a ninguna repercusión.