

**DESCRIPCIÓN DE LA TESIS DOCTORAL O DEL TRABAJO DE GRADO
FORMULARIO**

TÍTULO COMPLETO DE LA TESIS DOCTORAL O TRABAJO DE GRADO						
Relación entre el estilo vincular adulto y la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal						
SUBTÍTULO, SI LO TIENE						
AUTOR O AUTORES						
Apellidos Completos			Nombres Completos			
Arias Castro			Diana María			
Jaramillo Valencia			María del Pilar			
DIRECTOR (ES) TESIS DOCTORAL O DEL TRABAJO DE GRADO						
Apellidos Completos			Nombres Completos			
Carbonell Blanco			Olga Alicia María			
FACULTAD						
Psicología						
PROGRAMA ACADÉMICO						
Tipo de programa (seleccione con "x")						
Pregrado	Especialización	Maestría	Doctorado			
X						
Nombre del programa académico						
Carrera de Psicología						
Nombres y apellidos del director del programa académico						
Martín Gafaro						
TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE:						
Psicólogo						
PREMIO O DISTINCIÓN (En caso de ser LAUREADAS o tener una mención especial):						
Ninguno						
CIUDAD	AÑO DE PRESENTACIÓN DE LA TESIS O DEL TRABAJO DE GRADO			NÚMERO DE PÁGINAS		
Bogotá	2011			187		
TIPO DE ILUSTRACIONES (seleccione con "x")						
Dibujos	Pinturas	Tablas, gráficos y diagramas	Planos	Mapas	Fotografías	Partituras
		X				
SOFTWARE REQUERIDO O ESPECIALIZADO PARA LA LECTURA DEL DOCUMENTO						
Nota: En caso de que el software (programa especializado requerido) no se encuentre licenciado por la Universidad a través de la Biblioteca (previa consulta al estudiante), el texto de la Tesis o Trabajo de Grado quedará solamente en formato PDF.						
MATERIAL ACOMPAÑANTE						
TIPO	DURACIÓN (minutos)	CANTIDAD	FORMATO			
			CD	DVD	Otro ¿Cuál?	
Vídeo						
Audio						
Multimedia						
Producción electrónica						

Otro Cuál?					
DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVE EN ESPAÑOL E INGLÉS					
Son los términos que definen los temas que identifican el contenido. <i>(En caso de duda para designar estos descriptores, se recomienda consultar con la Sección de Desarrollo de Colecciones de la Biblioteca Alfonso Borrero Cabal S.J en el correo biblioteca@javeriana.edu.co, donde se les orientará).</i>					
ESPAÑOL			INGLÉS		
Teoría vincular (672)			Attachment Theory (672)		
Conducta de apego (11865)			Attachment Behavior (11865)		
Evitación (5015)			Avoidance (5015)		
Ansiedad (34732)			Anxiety (34732)		
Duelo (314)			Bereavement (314)		
Separación conyugal (1192)			Marital Separation (1192)		
RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS (Máximo 250 palabras - 1530 caracteres)					
<i>Resumen</i>					
<p>El estudio relaciona a nivel descriptivo el estilo vincular adulto con la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal en hombres y mujeres entre 24 y 61 años de edad residentes en la ciudad de Bogotá. La investigación se realizó a través de un estudio mixto con un diseño de vinculación (Creswell, 2005), se trabajó con muestreo voluntario (18 participantes). Se usó el Cuestionario de Relaciones Interpersonales (Alonso-Arbiol, Balluerka & Shaver, 2007) para inferir los cuatro estilos vinculares (Bartholomew & Horowitz, 1991) y una entrevista semi-estructurada para caracterizar el proceso de duelo por separación conyugal. El análisis permitió establecer una relación a nivel descriptivo entre los estilos vinculares adultos y la manera en que se elabora el duelo por separación conyugal. Se identificó que todos los estilos vinculares comparten características del proceso de duelo, señalando que esos aspectos corresponden al fenómeno <i>per se</i> y/o a otras variables que influyen en el proceso. Sería importante ampliar las categorías derivadas de las dimensiones del vínculo, ya que las existentes no permitieron tipificar a la totalidad de participantes.</p>					
<i>Abstract</i>					
<p>The study relates, in a descriptive level, the adult attachment styles and the characterization of the grief process on marital separation in men and women between 24 and 61 years old, who are living in Bogotá city. This research was done through a mixed methodology with two stages model by derivation design (Creswell, 2005). The study was made with a voluntary sample (18 individuals). The Interpersonal Relationships Questionnaire (Alonso-Arbiol, Balluerka & Shaver, 2007) was applied to deduce the four attachment styles proposed by Bartholomew & Horowitz (1991) and a semi-structured interview to characterize the development of the grief on marital separation. The analysis allowed to establish a relation, at a descriptive level, between the adult attachment styles and the way of grief process by the marital separation is developed. It was found that all attachment styles share characteristics of the grief process, indicating that those aspects belong to the phenomenon <i>per se</i> and/or to others variables that may influence the process. It could be important to develop more categories from the attachment dimensions, because the ones that exist do not allowed to establish attachment styles for all participants.</p>					

**CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES
(Licencia de uso)**

Bogotá, D.C., 15 de febrero de 2012

Señores
Biblioteca Alfonso Borrero Cabal S.J.
Pontificia Universidad Javeriana
Cuidad

Los suscritos:

Diana María Arias Castro, con C.C. No 1010177631
Maria del Pilar Jaramillo Valencia, con C.C. No 1094 881949

En mi (nuestra) calidad de autor (es) exclusivo (s) de la obra titulada:
Relación entre el estilo vincular adulto y la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal

Tesis doctoral Trabajo de grado Premio o distinción: **Si** **No**

presentado y aprobado en el año 2011, por medio del presente escrito autorizo (autorizamos) a la Pontificia Universidad Javeriana para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mi (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autorizan a la Pontificia Universidad Javeriana, a los usuarios de la Biblioteca Alfonso Borrero Cabal S.J., así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado un convenio, son:

AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1. La conservación de los ejemplares necesarios en la sala de tesis y trabajos de grado de la Biblioteca.	X	
2. La consulta física o electrónica según corresponda	X	
3. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer	X	
4. La comunicación pública por cualquier procedimiento o medio físico o electrónico, así como su puesta a disposición en Internet	X	
5. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previo convenio perfeccionado con la Pontificia Universidad Javeriana para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones	X	
6. La inclusión en la Biblioteca Digital PUJ (Sólo para la totalidad de las Tesis Doctorales y de Maestría y para aquellos trabajos de grado que hayan sido laureados o tengan mención de honor.)		X

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de

acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

De manera complementaria, garantizo (garantizamos) en mi (nuestra) calidad de estudiante (s) y por ende autor (es) exclusivo (s), que la Tesis o Trabajo de Grado en cuestión, es producto de mi (nuestra) plena autoría, de mi (nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy (somos) el (los) único (s) titular (es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Pontificia Universidad Javeriana por tales aspectos.


Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, "Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores", los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Pontificia Universidad Javeriana está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: Información Confidencial:

Esta Tesis o Trabajo de Grado contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de una investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. Si No

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta, tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

NOMBRE COMPLETO	No. del documento de identidad	FIRMA
Diana María Arias Castro	1010177631	
María del Pilar Jaramillo Valencia	1094 881949	M ^a del Pilar Jaramillo V.

FACULTAD: Facultad de Psicología

PROGRAMA ACADÉMICO: Carrera de Psicología

Relación entre el estilo vincular adulto y la caracterización del proceso de duelo por
separación conyugal

Diana Arias Castro & María del Pilar Jaramillo Valencia

*Olga Alicia Carbonell.

Trabajo de Grado
Pontificia Universidad Javeriana
Facultad de Psicología
Bogotá, Mayo de 2011

*Directora de Trabajo de Grado

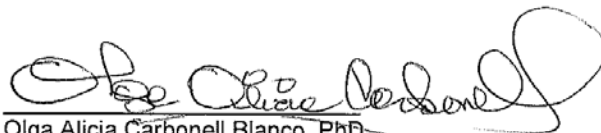
Bogotá, 13 de Febrero de 2012

Señores:
COMITE DE TRABAJOS DE GRADO
Facultad de Psicología
PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA
Ciudad

Estimados señores:

Atentamente les informo que el Trabajo de Grado titulado: "**Relación entre el estilo vincular adulto y la caracterización de la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal**", realizado por Diana Arias Castro identificada con c.c. 1010177631 de Bogotá y María del Pilar Jaramillo Valencia identificada con c.c 1094881949 de Armenia, fue sustentado de manera adecuada y con los criterios académicos establecidos, por tanto, se aprueba la entrega definitiva del mismo.

Cordialmente,



Olga Alicia Carbonell Blanco. PhD.
Directora y Co-autora del trabajo de Grado

AGRADECIMIENTOS

La presente investigación es el resultado de meses de dedicación y trabajo y de la colaboración de varias personas que nos apoyaron incondicionalmente en esta labor. Queremos hacerles un reconocimiento especial, debido a que tenemos la certeza de que sin la ayudada brindada el desarrollo y los resultados obtenidos en esta investigación no hubieran sido alcanzados.

Agradecemos a:
Nuestros padres
Olga Alicia Carbonell, Directora de trabajo de grado
Sandra Juliana Plata, Asesora metodológica,
Milton Bermúdez, Asesor metodológico
Fundación Vida por amor, Luz Mila Puentes

Tabla de Contenido

0. Introducción	1
0.1 Planteamiento del Problema.....	2
0.2 Relación entre el estilo vincular adulto y la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal	7
0.3 Objetivos	40
0.3.1 Objetivo general.....	40
0.3.2 Objetivos específicos.....	40
0.4 Hipótesis.....	40
0.5 Variables	40
0.6 Categorías de análisis.....	41
0.6.1 Sub-categorías	41
1. Método	43
1.1 Diseño	43
1.2 Participantes	43
1.3 Instrumentos.....	45
1.4 Procedimiento.....	48
2. Resultados	50
3. Discusión.....	146
Referencias	180
Anexos	183
Anexo 1: Consentimiento informado.....	183
Anexo 2: Cuestionario de relaciones interpersonales (ECR-S).....	185
Anexo 3: Experiences in close relationships (ECR) adult attachment questionnaire ...	189
Anexo 4: cuestionario de relaciones interpersonales con adecuaciones lingüísticas al contexto colombiano	191
Anexo 5: Entrevista semiestructurada caracterización del duelo por separación conyugal	195

0. Introducción

La teoría de vincular se estableció a partir de las investigaciones realizadas por Bowlby (1976) en relación con la pérdida afectiva, este autor a raíz de las observaciones de las reacciones de los niños frente a la separación de la figura vincular; estableció una amplia teoría que sentó las bases de la perspectiva vincular en la infancia y en la adultez.

Con base en las investigaciones que se realizaron en torno a la etapa infantil, empezó a dilucidarse la importancia de ampliar la perspectiva vincular a etapas posteriores de la vida: adolescencia y adultez, identificándose que las relaciones románticas son relaciones vinculares (Weiss, 1999; Hazan & Shaver, 1987) y que su ruptura implica respuestas particulares que se evidencian durante el proceso de duelo.

El estudio de las relaciones románticas como relaciones vinculares adultas se estableció sólidamente con base en los estudios sobre relaciones amorosas realizados por Hazan y Shaver (1987, citado por Zeifman & Hazan 2008), quienes señalan que las relaciones adultas requieren de dos años aproximadamente para que se forme un verdadero vínculo afectivo (Zeifman & Hazan, 2008), y que éstas involucran tres sistemas conductuales: apego, cuidado recíproco y sexualidad (Hazan & Shaver, 1988, citados por Feeney & Noller, 2001).

Al respecto de la relación vincular y con base en las conductas de apego evidenciadas se establecen tres tipos principales de apego: seguro, evitativo y ansioso-ambivalente (Shaver & Fraley, 2008; Zeifman & Hazan, 2008). Posteriormente, Bartholomew y Horowitz (1991) con base en los modelos de trabajo de sí-mismo y de otros, establecieron cuatro estilos vinculares: seguro, preocupado, temeroso-evitativo y rechazante-evitativo; prototipos que se tendrán en cuenta en la presente investigación. Los modelos de trabajo asociados con las relaciones vinculares, donde se incluyen los modelos de sí-mismo y del otro, consisten en las creencias y expectativas acerca de cómo las relaciones vinculares funcionan y qué se puede obtener de ellas (Crowell, Fraley & Shaver, 2008).

Retomando que ante la separación o pérdida de la figura vincular, se presentan una variedad de respuestas conductuales y psicológicas que se evidencian durante el proceso de duelo; es pertinente abordar el constructo duelo, entendido como una serie amplia de procesos psicológicos que se desatan a causa de la pérdida de un ser amado (Bowlby, 1983). Debe comprenderse que la pérdida no solo se da a raíz de la muerte y que por lo tanto la separación conyugal desencadena un proceso de duelo en el cual se da una sucesión de fases características de este proceso: embotamiento, anhelo y búsqueda de la figura perdida, desorganización y reorganización (Gray, Koopman & Hunt, 1991).

Con estas consideraciones en mente, el presente estudio pretende relacionar a nivel descriptivo el estilo vincular adulto con la caracterización de la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal en hombres y mujeres entre 24 y 61 años de edad residentes en la ciudad de Bogotá. Lo anterior, se realizó a través de un estudio mixto con diseño de vinculación por derivación (Creswell, 2005). La muestra de 18 participantes fue seleccionada para la primera etapa de la investigación de forma voluntaria, en esta etapa se aplicó el Cuestionario de Relaciones Interpersonales (ECR-S) (Alonso-Arbiol, Balluerka & Shaver, 2007) para inferir los cuatro estilos vinculares (Bartholomew & Horowitz, 1991) a partir de las principales dimensiones del vínculo: evitación y ansiedad. En una segunda fase se utilizó la misma muestra de 18 personas; con el objetivo de entrevistarlas y poder a

partir de los estilos vinculares identificados, caracterizar la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal.

El estudio descrito anteriormente fue realizado teniendo en cuenta que a pesar de que el interés en el vínculo adulto ha ido en aumento, de que las cifras de separación conyugal que se concretan en divorcio son cada vez mayores y que se conoce que ésta es una de las experiencias más dolorosas para el ser humano, experiencia que conlleva a un duelo, son pocas las investigaciones que señalan que la separación conyugal implica un proceso de duelo (Gray, Koopman & Hunt, 1991). Es menor aún es el número de estudios que han relacionado los estilos vinculares y el fenómeno de duelo por separación conyugal (Parkes, 1999); motivos que hacen pertinente indagar al respecto.

Se debe tener en cuenta además, que otras investigaciones del tema se han limitado a relacionar los estilos vinculares y las reacciones emocionales y conductuales frente a la ruptura de la relación romántica (Barbara & Dion, 2000; Davis, Shaver & Vernon, 2003), las habilidades de afrontamiento desplegadas (Feeney, 1995, citado por Feeney, 2001) y la adaptación al divorcio (Birnbaum, Orr, Mikulincer & Florian, 1997, citados por Mikulincer & Florian, 1998) sin comprender estas reacciones emocionales y comportamentales como componentes de un proceso de duelo.

A partir de los vacíos anteriormente expuestos en relación con el estudio de este fenómeno (duelo), la presente investigación contribuye a explicitar que la separación conyugal implica un duelo y que este proceso podría verse influenciado por el estilo vincular adulto. De esta manera, se caracterizaron y relacionaron a nivel descriptivo los estilos vinculares propuestos por Bartholomew y Horowitz (1991) y el proceso de duelo por separación conyugal, evidenciando la importancia de los estilos vinculares y la magnitud de sus repercusiones en un fenómeno poco explorado.

Otra razón que pone de manifiesto la importancia del presente estudio, es que éste es el primero y único realizado en Colombia con población adulta; en el cual se tienen en cuenta las variables estilo vincular y proceso de duelo por separación conyugal, facilitando contrastar los hallazgos de las pocas investigaciones realizadas anteriormente en contextos diferentes, con los resultados de la presente.

0.1 Planteamiento del Problema

La teoría vincular (Bowlby, 1976) tomó como foco de investigación inicial la pérdida afectiva, es decir, las reacciones que la separación de la figura vincular generaban en los niños y en los adultos. En sus inicios esta perspectiva se desarrolló en torno a la primera etapa del ciclo vital; dando suma importancia al vínculo establecido en la infancia con la figura vincular, en general la madre biológica. Con base en las investigaciones que se realizaron en torno a esta etapa, empezó a dilucidarse la importancia de ampliar la perspectiva del vínculo a etapas posteriores de la vida: adolescencia y adultez, postulando así que las relaciones de pareja pueden ser consideradas como relaciones vinculares (Weiss, 1999; Hazan & Shaver, 1987) y en esta medida que la pérdida o separación de la pareja también implica respuestas particulares. Consecuente con lo anterior, vale la pena aclarar que la finalidad de la presente investigación fue el estudio de la separación conyugal y el proceso que se experimenta a raíz de ésta dependiendo de los estilos vinculares.

Establecidas precedentemente las variables que se incluyen dentro de este estudio, estilo vincular adulto y duelo por separación conyugal, a continuación se presentarán

algunos de los argumentos que sustentan la relevancia de la elaboración de la presente investigación.

En primera instancia, el presente trabajo es una propuesta innovadora y necesaria en la medida en que explicita que la separación conyugal implica un duelo y que este proceso podría verse influenciado por el estilo vincular adulto predominante. Este planteamiento contribuye a la ampliación de las investigaciones realizadas (Barbara & Dion, 2000; Davis Shaver & Vernon, 2003; Sbarra & Ferrer, 2006; Birnbaum, Orr, Mikulincer, & Florian, 1997, citados por Mikulincer & Florian, 1998), en la medida en que hasta la fecha pocos estudios han examinado las diferencias que genera el estilo vincular en las respuestas adultas a la disolución de las relaciones románticas (Feeney, 2001; Davis, Shaver & Vernon, 2003). Las investigaciones que se han realizado se han limitado a estudiar la influencia de los estilos vinculares en las diferentes reacciones emocionales, físicas y/o conductuales, así como en las habilidades de afrontamiento que se manifiestan a partir de la ruptura amorosa; encontrándose mediante estos estudios que existe relación entre el estilo vincular y las variables mencionadas.

Consecuente con lo anterior, aunque escasos, algunos estudios (Weiss, 1975; Gray, Koopman & Hunt, 1991) comprenden la ruptura amorosa o el divorcio como una experiencia que conlleva a un proceso de duelo, algunos otros incluyen y relacionan las variables estilo vincular adulto y elaboración del proceso de duelo por divorcio (Parkes, 1999). Estas investigaciones han arrojado datos que permiten afirmar que existe relación entre el estilo vincular en la adultez y el proceso de duelo a causa del divorcio. Por lo tanto, este estudio es relevante para la disciplina psicológica, debido a que amplía la perspectiva del vínculo adulto, en la medida en que caracteriza y relaciona a nivel descriptivo los estilos vinculares propuestos por Bartholomew y Horowitz (1991) y el proceso de duelo por divorcio, consolidando la importancia de los estilos vinculares y la magnitud de sus repercusiones en un ámbito; el duelo por separación conyugal y en una etapa del ciclo vital, adultez; que han sido poco explorados.

Otro factor que resalta la importancia de esta investigación es el hecho de que los estudios que han tenido en cuenta las variables mencionadas, se han llevado a cabo en contextos socioculturales muy distintos al colombiano, sin poder afirmarse que en esta cultura los resultados van a ser semejantes a los identificados precedentemente. Es así como este estudio permite contrastar los hallazgos de las investigaciones anteriores, con los resultados obtenidos con población adulta colombiana, facilitando la identificación de similitudes y diferencias.

De acuerdo con lo mencionado, el hecho de establecer semejanzas y diferencias transculturales, permite corroborar hipótesis claves de la teoría vincular adulta y de sus postulados en relación con el proceso de duelo originado a partir de la experiencia de pérdida o separación afectiva, tal como lo sugiere Bowlby (1983). Lo anterior propiciaría un afianzamiento de la teoría o por el contrario llevaría a la generación de nuevos interrogantes que cuestionen su aplicabilidad en diferentes contextos, siendo esto de gran importancia para el conocimiento generado en este campo de la Psicología.

Más allá de las pertinencias expuestas, se puede afirmar que a nivel disciplinar, la presente investigación tiene relevancia para la Psicología Clínica si se tiene presente que “la pérdida de una persona amada constituye una de las experiencias más penosas por las que un ser humano puede pasar” (Bowlby, 1983, p. 31), siendo así relevante el estudio del proceso emocional por el cual atraviesa una persona luego de una ruptura matrimonial. En

la medida en que la separación conyugal es una experiencia que genera un profundo sufrimiento que se ve caracterizado en las diferentes fases del duelo, este estudio es pertinente para la Psicología Clínica debido a que el principal interés de esta disciplina corresponde al sujeto que sufre (Castro, 1996). Se espera que los hallazgos encontrados mediante esta investigación mixta generen nuevos interrogantes que promuevan y fortalezcan la investigación relacionada con el apego adulto y sus implicaciones en la práctica e intervención clínica.

Una vez esclarecida la relevancia y pertinencia disciplinar de la propuesta investigativa, es necesario abordar la pertinencia social que el presente estudio tiene en el contexto específico en el cual se llevó a cabo. Es bien sabido que las cifras de separación conyugal han ido aumentando a través del tiempo, convirtiéndose por este motivo en una problemática social importante. Sin embargo, debido a que este proceso de separación no siempre incluye una terminación a nivel legal, no se pueden obtener las cifras reales en relación con las personas que disuelven su matrimonio. Es por esto que a pesar de que el presente estudio no tiene como criterio de inclusión que el matrimonio se haya disuelto legalmente (sólo se requiere que los cónyuges no estén conviviendo juntos y que no haya transcurrido un periodo mayor a 24 meses después de terminada la relación) se utilizan las estadísticas del divorcio en Colombia, debido a que éstas son el único marco de referencia que se tiene en relación con la problemática.

Coherente con lo expresado y con la finalidad de brindar mayor claridad, se procederá a definir de acuerdo con el Código Civil colombiano (Artículo 113) que se entiende por matrimonio; éste es “un contrato solemne por el cual un hombre y una mujer se unen con el fin de vivir juntos, de procrear y de auxiliarse mutuamente” (Código civil colombiano, 1997, Artículo 113), consecuente con lo anterior, el divorcio se comprende como la disolución del matrimonio “por la muerte real o presunta de uno de los cónyuges o por divorcio judicialmente decretado. Los efectos civiles de todo matrimonio religioso cesarán por divorcio decretado por el juez de familia o promiscuo de familia. En materia del vínculo de los matrimonios religiosos regirán los cánones y normas del correspondiente ordenamiento religioso” (Código civil colombiano, 1997, Artículo 152).

Retomando la idea de que los índices de divorcio han aumentado, es de vital importancia social el estudio de las variables psicológicas y el proceso de elaboración de duelo por separación conyugal, como se hace evidente en las cifras obtenidas de la Superintendencia de notariado y registro (2010): en el año 2006 se divorciaron un total de 3.391 personas, en el año 2007 un total de 8.273 evidenciándose una tasa de crecimiento entre estos dos años del 143%, en el año 2008 hubo 9.436 divorcios y en el 2009 un total de 10.618 mostrando así un crecimiento del 12,5% (Superintendencia de notariado y registro, 2010).

Así como las cifras anteriores evidencian un incremento en la tasa de divorcios en Colombia, vale la pena mencionar que se han identificado ciertas edades características en las que la separación conyugal presenta máximas frecuencias, estas edades se encuentran en el rango de 20 a 29 años para ambos géneros. Sin embargo es pertinente agregar que después de los 40 años de edad también se presenta una proporción importante de separación tanto en hombres como en mujeres (Zamudio & Rubiano, 1991). Lo mencionado es consecuente con los rangos de edad seleccionados en la presente investigación, participantes entre 24 y 61 años de edad.

Abordada la pertinencia a nivel social, se procederá a establecer la importancia

interdisciplinaria del presente estudio. Al respecto, se considera que esta investigación resulta útil para la Psiquiatría, Sociología y Antropología.

Para la Psiquiatría es relevante en la medida en que hace explícito que la separación matrimonial es un evento trascendental que implica un duelo, el cual puede desarrollarse de dos formas: normal o patológico, siendo necesario que este último se trabaje de manera interdisciplinaria entre psicólogos clínicos y psiquiatras, puesto que en el duelo patológico resulta, en ocasiones, necesaria la medicación (Wolfberg, 2009).

Por otra parte el presente estudio aporta una nueva variable (estilo vincular) para la mejor comprensión del proceso de elaboración de duelo por separación conyugal y las repercusiones que ésta tiene sobre la manera en que los individuos experimentan y elaboran esta situación, facilitando una comprensión conceptual más global de la problemática, proveyendo de nuevos enfoques y herramientas a la práctica clínica; en cuanto a la comprensión de estos fenómenos y los procesos terapéuticos que deben realizarse en torno a ellos; específicamente si se tiene en cuenta que los fármacos aunque son necesarios para abordar algunos diagnósticos psiquiátricos, por si solos no permiten la reorganización de los modelos internos de trabajo, el desarrollo del pensamiento reflexivo y el soporte a nivel social que el paciente puede necesitar. Es así como la psicoterapia sirviendo de complemento es capaz de modificar los patrones de funcionamiento cerebral, específicamente en el hemisferio derecho, evidenciándose que los fármacos no son la única forma para generar transformaciones en la arquitectura mental (Wolfberg, 2009).

En cuanto a la pertinencia a nivel sociológico, esta investigación facilita la comprensión de los componentes psicológicos asociados a elaboración del proceso de duelo por separación conyugal, ampliando la información en relación con uno de los ámbitos de estudio de la sociología, el ser humano. Simultáneamente pone en evidencia otra variable (estilo vincular) que influye en la manera en que el ser humano se relaciona socialmente, teniendo en cuenta que es producto y productor de diferentes relaciones sociales (Piaget, Pierre & Sandel, s.f., citados por Corcuff, 2005), maneras que finalmente afectan de una u otra forma el proceso de elaboración de duelo, conocimiento que puede resultar importante para la sociología si se tiene en cuenta que uno de los objetos de estudio de esta disciplina son las relaciones sociales (Elias, s.f., citado por Corcuff, 2005).

Otro aporte sería la invitación a un abordaje transdisciplinar entre la Antropología y la Psicología, que ofrezca la oportunidad de nuevas perspectivas de intercambio científico del conocimiento del hombre (Korsbaek & Bautista, 2006). Se considera que este estudio promueve el intercambio y la incorporación de elementos claves que facilitan ampliar las perspectivas en relación con el ser humano en la medida en que el estilo vincular se estructura sobre la base de una relación social específica (cuidador- infante) de acuerdo con determinados patrones culturales. Por lo tanto, se hace explícito que ambas disciplinas pueden complementarse, si se tiene en cuenta que para el estilo vincular son importantes variables de carácter cultural, así como también lo cultural se retroalimenta de aspectos psicológicos.

Expuesta la relevancia a nivel disciplinar, social e interdisciplinar de la presente investigación, además de las contribuciones que se pretenden lograr con el estudio, se plantea la pregunta problema: ¿Cuál es la relación entre el estilo vincular adulto y la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal en hombres y mujeres entre 24 y 61 años de edad residentes en la ciudad de Bogotá?, cuestionamiento que se examina descriptivamente durante el desarrollo de este trabajo investigativo, en el cual primero se

caracteriza el estilo vincular adulto por medio del cuestionario de Relaciones Interpersonales (ECR-S) y posteriormente se caracteriza el fenómeno de la elaboración del proceso de duelo mediante una entrevista semi-estructurada evaluada por expertos, arrojando como resultado la caracterización y relación entre las variables a nivel descriptivo.

0.2 Relación entre el estilo vincular adulto y la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal

La teoría del vínculo afectivo propuesta por John Bowlby (1976), partió de la observación del modo en que se conducían los niños pequeños en presencia de su madre y las respuestas que manifestaban ante la experiencia de separación de ella. Estas observaciones tenían como propósito una mejor comprensión del proceso de desarrollo de la personalidad.

El punto de vista adoptado por Bowlby (1976) para entender el desarrollo de la personalidad tiene cuatro características fundamentales: 1) enfoque predictivo y no retrospectivo en el estudio de la conducta humana como en el psicoanálisis, 2) interés por comprender como la separación materna afecta el desarrollo de la personalidad, 3) método de observación directa de los niños, con el propósito de hacer una reconstrucción genética y entender el desarrollo de la personalidad; y no un método retrospectivo realizado a través de reconstrucción con pacientes adultos de sus experiencias traumáticas de la infancia y 4) desde estudios etológicos realizar análisis comparativos, usando los datos hallados en las relaciones tempranas mamá-bebé, en crías animales y humanas, para entender cómo se construyen dichas relaciones y el papel que cumplen en el desarrollo afectivo.

Lo anterior hace evidente que en la teoría vincular el centro de interés cambia de un síndrome clínico específico a las múltiples secuelas de un agente patógeno determinado. El agente patógeno estudiado desde esta perspectiva, es la pérdida de la figura materna durante un periodo que abarca de los seis meses a los seis años de vida (Bowlby, 1976).

Teoría Vincular Infantil

El vínculo es definido como el lazo afectivo que se da entre dos personas o animales, éste los impulsa a permanecer juntos en el espacio y perdura con el tiempo (Ainsworth & Bell, 1970). Partiendo del supuesto de que las bases de muchas de las características del vínculo adulto, constructo de interés para el presente estudio, se establecen en la niñez; se tendrán en cuenta los principales postulados que surgen a raíz de la investigación del vínculo infantil. Con respecto al vínculo que une al niño con su madre, Bowlby (1976) afirma que éste es resultado de la activación de diferentes sistemas conductuales que tienen como consecuencia previsible la proximidad/contacto con la madre. El desarrollo de estos sistemas en el bebé es lento y complejo, sin embargo a partir de los seis o siete meses de edad se empiezan a evidenciar las primeras manifestaciones de la conducta de apego; las cuales se caracterizan por el mantenimiento de la proximidad con una figura discriminada por medio de locomoción y de señales: fase 3 (Bowlby, 1993/1969). No obstante, las características de esta tercera fase pueden prolongarse durante el segundo y tercer año de vida.

En contraste con la propuesta de Bowlby (1976) en relación con el vínculo afectivo, otra teoría sólida y extendida que explicaba el vínculo infantil fue la teoría del impulso secundario, planteada desde el psicoanálisis y las teorías del aprendizaje. Esta teoría también conocida como teoría del amor interesado, sostiene que el niño crea un vínculo afectivo debido a que la figura vincular satisface sus necesidades fisiológicas; el pequeño aprende que la madre es su fuente de gratificación (Bowlby, 1976).

La teoría del impulso secundario sufrió serias objeciones a raíz de las investigaciones iniciales de Konrad Lorenz (1935, citado por Bowlby, 1976) sobre la impronta. Las objeciones se realizaron por medio de la observación del comportamiento de

la cría de gansos “lo que [se demostró] fuera de toda duda es que en la cría de gansos y patos puede desarrollarse una conducta de apego sin que los pichones reciban comida o cualquier otra recompensa tradicional” (Bowlby, 1976, p. 237). De acuerdo con lo anterior, la conducta de apego que será explicada en detalle a continuación puede desarrollarse, tanto en los seres humanos como en otras especies, sin que se requiera la satisfacción de necesidades como el alimento y calor (Bowlby, 1976).

Conductas de Apego

Para la teoría del vínculo afectivo son fundamentales las respuestas que se manifiestan ante un individuo diferenciado y preferido, debido a que éstas permiten el desarrollo de vínculos afectivos. Al individuo diferenciado y preferido se le conoce como figura vincular central, se trata de la persona que cumple el rol de cuidador con el niño y a quien él se siente unido por un vínculo afectivo (Bowlby, 1976). Así mismo, existen figuras vinculares subsidiarias; las cuales deben ser personas familiares para el niño, con las que él prefiere estar mientras no esté presente la figura vincular central (Bowlby, 1976).

La conducta de apego se refiere a cualquier comportamiento que facilite el alcance o conservación de la proximidad con la figura vincular (Bowlby, 1983), siendo ésta (proximidad) su meta principal. De la misma manera, se debe tener presente que la función de esta conducta es la protección (Bowlby, 1976). Teniendo en cuenta la meta y la función de la conducta de apego, es posible afirmar que ésta se desarrolla debido a que tiene un valor adaptativo para la especie; en la medida en que es la figura de vincular quien proporciona los medios para que el pequeño pueda sobrevivir, lo anterior no implica que la relación vincular se establece debido a lo que el cuidador proporciona; sino que es un hecho primario (Bowlby, 1976).

De la misma manera, la conducta de apego en relación con una figura diferenciada se desarrolla entre el niño y su cuidador durante el primer año de vida, manteniéndose durante la infancia. En la adolescencia aparecen nuevas figuras vinculares, pares, y en la adultez la figura vincular es representada, en la mayoría de casos, por la pareja romántica. Los comportamientos específicos del vínculo y los lazos afectivos derivados de éste permanecen activos a lo largo de la vida (Bowlby, 1983).

El desarrollo de la conducta de apego en relación con la figura vincular permite que el niño utilice a su figura como base exploratoria, ya que en su presencia se siente confiado e incrementa sus ansias de explorar. La conducta exploratoria tiene como finalidad extraer información del ambiente, y llega a su fin en dos casos: si el niño se siente alarmado o estresado por algún evento tal como estar cansado, hambriento, con sueño, enfermo o si la madre se ausenta (Bowlby, 1976).

Del mismo modo la figura vincular sirve como base segura al niño, brindándole seguridad para explorar y dominar el entorno (Bowlby, 1976); estableciéndose así un equilibrio entre la conducta de exploración y la de proximidad (Ainsworth & Bell, 1970).

Como se había mencionado anteriormente, las bases teóricas del vínculo adulto tienen su origen en el vínculo infantil, una muestra de esto es la prolongación desde la infancia, a lo largo de la adolescencia y la adultez, del constructo de base segura. En la adultez la conducta de apego debe asemejarse en su estructura a la conducta de base segura entre la figura vincular y el niño con la excepción de que en los miembros de la relación adulta la base segura es recíproca (Crowell & Waters, 2006), es decir que cada miembro de la pareja facilita la proximidad y la exploración.

El proceso del fenómeno de la base segura, tanto en niños como en adultos puede ser descrito de la siguiente manera: 1) el niño y su cuidador o la pareja interactúan y están comprometidos el uno con el otro, 2) aparece un obstáculo o interrupción, 3) el niño o uno de los miembros de la pareja adulta experimentan sensaciones y/o sentimientos de malestar, 4) se realiza una solicitud de ayuda, 5) se proporciona ayuda, 6) la ayuda proporcionada es útil en la resolución del problema, 7) la ayuda reconforta a quien la solicitó, 8) se retoma una interacción constructiva y confortable (Crowell & Waters, 2006).

Separación de la Figura Vincular

El conjunto de sistemas conductuales relacionados con el vínculo, mencionados anteriormente, se activan particularmente por la ausencia y/o pérdida de la madre o por una situación alarmante, y se desactivan con la visión, el sonido o el contacto físico con la madre (Bowlby, 1976). Ante la separación de la figura vincular el niño, a partir de los seis meses, muestra una secuencia de respuestas características cuando es separado de su madre o cuidador. Estas respuestas frente a la separación pueden ser explicadas a partir de las siguientes fases: protesta, desesperación y desapego (Bowlby, 1976). Cuando el niño ha establecido un vínculo muy fuerte con una figura particular, la prefiere sobre todas las demás, y esa preferencia persiste a pesar de la separación (Bowlby, 1976).

Las fases propuestas ante la separación, no poseen una duración determinada y tampoco presentan límites estrictos en la transición de una fase a otra. Primero, se evidencia en el niño una etapa de protesta caracterizada por marcada zozobra, y en la cual éste intenta recuperar la figura vincular ejerciendo a plenitud sus limitadas capacidades. Posteriormente, aparece la etapa de desesperación; en donde el niño empieza a perder la esperanza de recuperar a su cuidador, aunque aún se presenta preocupación por parte de éste ante la ausencia de su figura vincular. Esta etapa se caracteriza por una mayor pasividad por parte del sujeto. Finalmente, en la fase de desapego, el pequeño muestra interés por el ambiente que lo rodea, en este momento, se cree equívocamente que el niño comienza a recobrase de la pérdida; debido a que ya no rechaza la presencia de otros cuidadores, sino que acepta los cuidados, alimentos y juguetes que le brindan. El niño puede mostrarse sociable, sin embargo, ante la visita de la madre se muestra distante, apático y retraído; haciéndose evidente la falta de características del vínculo afectivo normal para su edad. Este último comportamiento de desapego le permite al niño poder dirigir su afecto hacia otra nueva figura, si es el caso de que la madre no vuelva (Bowlby, 1976).

Entre mayor sea la extensión del periodo de separación de la figura vincular (Heinicke & Westheimer 1966, citado por Bowlby, 1976) mayor será la intensidad de respuesta. Vale la pena resaltar que las conductas de protesta, desesperación y desapego, tienen como variable fundamental la separación de la figura vincular (Bowlby, 1976).

Teoría Vincular Adulta

Teniendo en cuenta las anteriores conceptualizaciones y planteamientos sobre el vínculo infantil, se debe resaltar que en la presente investigación se hace énfasis en el vínculo adulto, sin embargo es importante describir y comprender el proceso de desarrollo del vínculo afectivo, desde la niñez debido a que éste tiene implicaciones en la adultez, manifestándose continuidades a lo largo del ciclo vital.

En relación con las continuidades del vínculo afectivo en la adultez, se debe tener presente que la conducta de apego persiste durante toda la vida, expresada en la búsqueda de proximidad, base segura, refugio de seguridad y protesta de separación (Feeney, 2001;

Zeifman & Hazan, 2008). Aunque las conductas de apego se mantienen activas todo el tiempo, los comportamientos que ilustran el vínculo son intermitentes (Colin, 1996).

De la misma manera, Hazan y Shaver (1988, citados por Feeney & Noller 2001) hallaron ciertos rasgos que ponían de manifiesto semejanzas entre la relación vincular infantil y la relación vincular adulta, a nivel conductual, emocional y de dinámica relacional. Las similitudes relacionadas con las dos primeras categorías incluyen: contacto visual, sonrisas, abrazos frecuentes y empatía, entre otras. Respecto a los paralelismos en la dinámica relacional se identificó que si la figura vincular está disponible y es receptiva, el individuo se siente seguro y si no está disponible busca acercarse para establecer nuevamente la sensación de seguridad.

Adicionalmente, Mikulincer y Shaver (2007) afirman que la disponibilidad de la figura vincular o la falta de ésta facilita o dificulta respectivamente el afrontamiento ante la amenaza de pérdida.

Además de las continuidades mencionadas, el vínculo afectivo también sufre modificaciones durante la adolescencia y la vida adulta, entre las que se encuentra el cambio de las figuras hacia las cuales se dirige la conducta de apego (Bowlby, 1976).

En la adolescencia, el vínculo afectivo entre hijo y padres pasa a jugar un papel secundario, debido a que en ese momento otras personas comienzan a adquirir igual o mayor importancia que los padres, esta situación se hace explícita cuando se experimenta atracción sexual hacia individuos de la misma edad. Así mismo, en la adultez se eligen nuevas o viejas figuras y se mantiene la proximidad y comunicación con éstas (Bowlby, 1976). Por otra parte, se pueden presentar discontinuidades en la estabilidad en los patrones vinculares a lo largo del ciclo vital como respuesta a diferentes circunstancias de la vida (Mikulincer & Shaver, 2007).

Retomando la idea de que el vínculo afectivo sufre modificaciones durante el ciclo vital, debe señalarse que en el amor de pareja adulto el vínculo no es necesario para la supervivencia, ni para la función de protección como si lo es en la infancia (Zeifman & Hazan, 2008). Además en la adultez el cuidado es recíproco (Crowell, Fraley & Shaver, 2008; Zeifman & Hazan, 2008) y existe prácticamente siempre un componente de sexualidad (Feeney & Noller, 2001; Zeifman & Hazan, 2008). Teniendo en cuenta lo anterior, el amor de pareja integra tres sistemas comportamentales: sexualidad, conducta de apego y cuidado recíproco (Hazan & Shaver, 1988, citados por Feeney & Noller, 2001).

Considerando las características del amor de pareja descritas, y que las relaciones románticas duraderas son consideradas por Bowlby (1983) como vínculo afectivo en la adultez, debe mencionarse que los estudios realizados sobre vínculo adulto entre 1985 y el 2007 son generalmente compatibles y consistentes con las propuestas de Bowlby y Ainsworth (Crowell, Fraley & Shaver, 2008).

Al respecto de las investigaciones sobre vínculo adulto, es fundamental tener presente que Hazan y Shaver (1987, citados por Zeifman & Hazan 2008), fueron los primeros autores en utilizar el concepto de vínculo adulto en las relaciones románticas. Sin embargo, hay que reconocer que sus estudios sobre vínculo adulto tienen como punto de partida las investigaciones realizadas por Bowlby (Feeney & Noller, 2001); a pesar de que este último autor se centró principalmente en los vínculos establecidos entre niños y cuidadores, resaltó que la conducta de apego juega un rol fundamental a lo largo del ciclo vital (Ainsworth, 1999; Bowlby, 1979, citados por Feeney & Noller, 2001). Este mismo

autor argumenta que la conducta de apego es útil para comprender los vínculos afectivos en la infancia, adolescencia y adultez (Ainsworth, 1999).

Con respecto a lo mencionado, se plantea que debido a la primacía y profundidad de la relación vincular entre niño y cuidador; las experiencias tempranas y los prototipos de modelos de trabajo formados durante la infancia sirven de modelo para las relaciones vinculares establecidas posteriormente (Mikulincer & Shaver, 2007; Parkes, 1999; Weiss, 1999; Zeifman & Hazan, 2008).

Consecuente con lo anterior, diversos investigadores dedicados al estudio de las relaciones vinculares a lo largo de la vida, toman como referencia la teoría elaborada por Bowlby (1976, 1976, 1983).

En lo expuesto anteriormente se justifica nuevamente el hecho de detenerse sobre la teoría vincular infantil, a pesar de que la presente investigación tenga como variable el vínculo adulto. Sin embargo es importante resaltar que las experiencias vinculares relevantes durante la adolescencia, las relaciones de la vida adulta y diversos factores contextuales; moderan los efectos de las representaciones internalizadas a partir de las experiencias pasadas (Mikulincer & Shaver, 2007).

Con base en los diferentes criterios mencionados, además de Bowlby (1983) distintos autores sugieren que es válido considerar algunas relaciones adultas como relaciones vinculares. Weiss (1999) pone en evidencia que los criterios de las relaciones vinculares se cumplen en muchas relaciones matrimoniales y noviazgos.

Igualmente Ainsworth (1989, citado por Feeney & Noller, 2001), quien influyó de manera fundamental en este campo y realizó estudios observacionales sobre los patrones de vínculo adulto (1979), percibe como vínculo adulto la relación que se establece con la pareja sexual (Ainsworth, 1989, citado por Feeney & Noller, 2001), y propone ciertos criterios para definir las relaciones vinculares a lo largo de toda la vida. Esta autora afirma que las relaciones vinculares son lazos afectivos de tipo particular. Son uniones relativamente largas caracterizadas por la búsqueda de proximidad con una persona que se percibe como única y no intercambiable (Ainsworth, 1989, citada por Fenney & Noller, 2001); y la proximidad que de ser obtenida genera sensaciones de seguridad y consuelo (Ainsworth, 1989, citada por Fenney & Noller, 2001).

Teniendo en cuenta, como se ha dicho anteriormente, las relaciones románticas son también relaciones vinculares, vale la pena resaltar que el establecimiento de la perspectiva del vínculo que indaga en las relaciones de pareja adultas, sólo pudo establecerse sólidamente hasta que Hazan y Shaver (1987; Shaver & Hazan, 1988; Shaver, Hazan & Bradshaw 1988, citados por Feeney & Noller, 2001) publicaron sus estudios pioneros sobre relaciones amorosas. En estos estudios los autores presentan un análisis teórico del amor y el vínculo, y lo relacionan con nuevos datos empíricos. Su tesis principal es que el sentimiento de amor hacia la pareja puede conceptualizarse como un proceso vincular (Hazan & Shaver 1987).

Hazan y Shaver (1988 citados por Feeney & Noller 2001) describen el amor como una emoción y señalan que cada emoción tiene una serie de elicitadores y unas respuestas correspondientes. Para el amor los elicitadores podrían incluir familiaridad con el otro, confianza y satisfacción por parte del otro a las necesidades propias. Igualmente, plantean como respuestas típicas a esta emoción los sentimientos de confianza y seguridad en uno mismo, el deseo de entregarse a esa persona y el anhelo de su cercanía física. Estas

reacciones producidas por la emoción amor, son coherentes con los objetivos propuestos por Bowlby (1976, 1976, 1983) para la conducta de apego.

La perspectiva vincular brinda una visión integradora del amor de pareja, la cual incluye las principales variables involucradas en las teorías del amor que la antecedieron (teorías del amor ansioso, teorías componenciales del amor, teoría sobre los estilos de amor), permitiendo una base teórica más global y acorde para el estudio del amor (Shaver & Hazan, 1988). Sus principales fortalezas son que postula un punto de vista sobre el desarrollo, desde el cual se afirma que las diferentes tendencias del amor de pareja tienen su génesis en las experiencias sociales tempranas, siendo los procesos mediadores los modelos o representaciones mentales, a través de los cuales se explica el cambio o la continuidad en los patrones relacionales tempranos (Shaver & Hazan, 1988; Clark & Ries 1988; citados por Feeney & Noller, 2001).

Los Modelos Representacionales

Teniendo en cuenta que los modelos mentales permiten comprender la continuidad o transformación de los patrones relacionales, este concepto resulta fundamental para la teoría vincular, ya que éste facilita su comprensión. Las representaciones mentales son el mecanismo a partir del cual las experiencias vinculares infantiles influyen en una persona a lo largo del ciclo vital (Bowlby, 1969, citado por Feeney, 2001). Las representaciones mentales consisten en las creencias y expectativas acerca de cómo las relaciones vinculares funcionan y qué se puede obtener de ellas (Crowell, Fraley & Shaver, 2008). Así mismo “incluyen sentimientos, [...] estrategias de comportamiento, reglas para dirigir la atención, interpretar la información y organizar la memoria” (Colins, 1996, p. 19). Por lo tanto, vale la pena aclarar que los modelos internos no se limitan a las relaciones vinculares, implican también las distintas representaciones del mundo (Bretherton, 2005). Sin embargo son relevantes para esta investigación sólo los modelos asociados con las relaciones vinculares, es decir los modelos internos del vínculo, donde se incluyen los modelos de sí-mismo y del otro.

De acuerdo con lo anterior, los modelos del otro tienen en consideración si la figura vincular es o no el tipo de individuo que generalmente responde a los llamados de protección y apoyo. Respecto al modelo de sí-mismo, la persona juzga de acuerdo con éste; si es o no el tipo de sujeto hacia quien la figura vincular u otras figuras responden colaborativamente (Bowlby, 1973, citado por Bartholomew & Horowitz, 1991; Crowell, Fraley & Shaver, 2008). Su relevancia corresponde a que las representaciones mentales no solo reflejan realidades relacionales sino que también las construyen (Bretherton, 2005).

Los modelos internos se forjan a partir de las experiencias relacionales del niño, permitiendo afrontar nuevas situaciones en el transcurso del ciclo vital (Bretherton, 1985, citado por Feeney, 2001). Así mismo, las representaciones mentales influyen en las conductas relacionadas con el vínculo (Crowell, Fraley & Shaver, 2008); y en la forma en cómo un individuo “codifica, interpreta y almacena información acerca de la secuencia de interacción con las figuras [vinculares]” (Mikulincer & Shaver, 2007, p. 23). Lo anterior se relaciona con la presente investigación en la medida en que los modelos internos determinan la manera en que se asumen diferentes situaciones en el transcurso del ciclo vital, en este caso particular la separación conyugal. Por otra parte determinan las conductas de apego, y la interpretación que se realiza de las relaciones establecidas con las figuras vinculares.

Los modelos internos son relativamente estables a lo largo de la vida de acuerdo con Bowlby (1969, citado por Feeney, 2001), debido a: 1) la marcada tendencia de las personas a permanecer en un entorno congruente con sus creencias sobre los demás y sobre sí-mismos, 2) la naturaleza de los modelos de carácter perpetuador, 3) su activación automática frente a determinado tipo de conducta, 4) “la tendencia de éstos a promover su propio cumplimiento” (Feeney & Noller, 2001, p. 114).

Sin embargo, los modelos internos pueden modificarse en función de una experiencia que involucre cambios significativos (Crowell, Fraley & Shaver, 2008; Feeney, 2008). Al respecto, Feeney y Noller (2001) hace mención de cambios en el entorno social como el hecho de mantener una relación estable; cambios en los patrones cognitivos y emocionales de la persona como por ejemplo el matrimonio, la separación conyugal, la maternidad o la muerte de una persona significativa (Collins & Read, 1994, citado por Feeney & Noller, 2001); y cambios en la interpretación de las experiencias pasadas como la comprensión de forma diferente de una situación por medio de una intervención terapéutica (Feeney & Noller, 2001).

Bowlby (1973, citado por Feeney & Noller, 2001) afirma que los modelos internos de trabajo “reflejan la realidad social (positiva o negativa) que el individuo experimenta” (p. 103). Cuando se presenta una situación estresante para el individuo, considerada como un acontecimiento relevante para el vínculo, los modelos internos se ponen en funcionamiento de forma inconsciente (Crowell, Fraley & Shaver, 2008; Feeney & Noller, 2001).

Los modelos internos tienen diferentes funciones, entre las cuales se encuentran: estipular patrones de respuesta cognitiva a través de la atención selectiva y la recuperación de los recuerdos; establecer patrones de respuesta emocional relacionados con la interpretación que cada persona realiza de una situación determinada; constituir patrones de respuesta conductual a partir de los planes y estrategias de la conducta (Collins & Read, 1994, citado por Feeney & Noller, 2001).

Los Estilos Vinculares

En las conceptualizaciones precedentes se han abordado las similitudes y las diferencias entre el vínculo establecido en la infancia y en la adultez. Así mismo, se elaboró el constructo de representaciones mentales para poder introducir las diferencias individuales referentes a la organización de la conducta de apego y a las expectativas acerca de las relaciones vinculares (Crowell, Fraley & Shaver, 2008; Hazan, Gur-Yaish & Campa, 2004), diferencias en las que se han centrado principalmente los estudios relacionados con el vínculo afectivo en adultos; para tal fin es necesario hablar de la propuesta de estilos vinculares.

Para abordar las diferencias individuales, es necesario esclarecer la propuesta de estilos vinculares surgida a partir del trabajo realizado por Ainsworth y colaboradores (Blehar, Waters, & Wall, 1978, citados por Crowell, Fraley & Shaver, 2008; Shaver & Fraley, 2008; Zeifman & Hazan, 2008), quienes establecieron tres patrones vinculares infantiles: seguro, inseguro-evitativo e inseguro-resistente. En relación con el vínculo adulto, los tres principales tipos de vínculos señalados se evidencian en el amor de pareja (Hazan & Shaver 1987). Cabe aclarar que tanto en la relación vincular infantil como en la relación de pareja, los diferentes tipos de vínculo no implican variaciones en la intensidad y/o cantidad de vínculo, sino que indican cambios cualitativos a nivel de la organización vincular (Crowell, Fraley & Shaver, 2008).

Los patrones vinculares mencionados anteriormente, se enuncian en la medida en que fueron la primera caracterización de los estilos vinculares y por ende constituyen la base de la propuesta de Bartholomew y Horowitz (1991) quienes establecen cuatro estilos de vínculo, con base en los cuales se realiza la presente investigación.

Los estilos vinculares propuestos por Bartholomew y Horowitz (1990) tienen en cuenta la propuesta de Bowlby acerca de que los patrones vinculares reflejan modelos de trabajo del sí-mismo y de los otros (Bartholomew & Horowitz, 1991; Feeney & Noller, 2001).

Cada uno de los modelos internos fue dicotomizado como positivo y negativo, para así desarrollar cuatro estilos de vínculo (Bartholomew, 1990, citado por Bartholomew & Horowitz, 1991) los cuales están significativamente relacionados con representaciones de las experiencias infantiles, aunque no por esto puede decirse que los estilos vinculares estén reducidos a situaciones de la infancia (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Los prototipos de vínculo adulto establecidos por Bartholomew y Horowitz (1991) son: seguro, preocupado, temeroso-evitativo y rechazante-evitativo. Es importante aclarar que las personas se acercan a los diferentes prototipos en distintos grados, por lo tanto puede presentarse en un solo individuo características de los diversos estilos propuestos; sin embargo entre más características de un estilo particular, se considera éste como el prototipo predominante (Bartholomew & Horowitz, 1991). Los estilos vinculares reportan una mezcla de tendencias a través del tiempo y durante y a través de las relaciones (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Las personas con estilo vincular seguro se caracterizan por poseer un modelo de sí-mismo, en el cual se consideran dignas de amor y personas valiosas. Así mismo, en su modelo de los otros tiene la expectativa de que los demás son generalmente responsivos (modelo positivo del otro). Este prototipo valora las amistades íntimas, es capaz de mantener relaciones cercanas sin perder la autonomía y es coherente en el momento de discutir acerca de sus relaciones y temas similares (Bartholomew & Horowitz, 1991).

El estilo vincular preocupado se caracteriza por un modelo de sí-mismo negativo, en el que existe la idea de que no se es valioso ni digno de amor, lo anterior combinado con un modelo positivo del otro. La combinación antes mencionada lleva a que los individuos preocupados busquen su propia aceptación ganándose la aceptación de los otros valorados. Los sujetos clasificados en esta categoría se involucran demasiado en las relaciones cercanas, dependen de la aceptación de los demás para sentir bienestar, tienden a idealizar a otras personas y presentan incoherencia y emocionalidad exagerada al discutir acerca de las relaciones. Este segundo estilo vincular corresponde conceptualmente al tipo de apego ansioso-ambivalente propuesto por Hazan y Shaver (1987, citado por Bartholomew & Horowitz, 1991; Mikulincer & Shaver, 2007).

El estilo temeroso-evitativo tiene un modelo de trabajo de sí-mismo y de los otros negativo, es decir, que se concibe como alguien poco valioso y concibe a los demás como personas en las que no se puede confiar. Como resultado, este grupo de personas evita relacionarse de manera cercana con los demás; esto permite al temeroso-evitativo protegerse de forma anticipada de un posible rechazo. Los autores mencionan que este estilo vincular adulto no ha sido discutido de manera explícita en estudios previos, sin embargo, Bartholomew y Horowitz (1991) consideran que este estilo puede asemejarse en parte al tipo evitativo descrito por Hazan y Shaver (1987, citados por Bartholomew & Horowitz, 1991). A pesar de que tanto las personas preocupadas como las temerosas-

evitativas presentan inseguridad personal, las primeras buscan excesiva intimidad y compenetración en la relación, las segundas temen relacionarse por miedo a ser decepcionadas (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Finalmente, los individuos que pertenecen al estilo rechazante-evitativo tienen un modelo positivo de sí-mismos percibiéndose como personas valiosas y merecedoras de amor, conjuntamente con un modelo negativo del otro. Estas personas evitan decepcionarse evadiendo las relaciones cercanas y manteniendo un alto sentido de invulnerabilidad e independencia. Este prototipo resta importancia a las relaciones cercanas y restringe la emocionalidad ante la pérdida, separación o rechazo de la figura vincular (Mikulincer & Shaver, 2007). De la misma manera muestra poca claridad y credibilidad cuando discute acerca de las relaciones (Bartholomew & Horowitz, 1991). Este estilo corresponde al tipo de vínculo descalificador descrito por George, Kaplan y Main (1985, citados por Bartholomew & Horowitz, 1991).

Retomando la idea de que los estilos vinculares se basan en los modelos de representación de sí-mismo y de los otros, vale la pena mencionar que estas dimensiones pueden conceptualizarse también en términos de dependencia y evitación respectivamente (Bartholomew & Horowitz, 1991). De la misma manera, Shaver y Fraley (2004) conceptualizan las dimensiones anteriormente mencionadas como ansiedad y evitación, la primera corresponde al término dependencia utilizado por Bartholomew y Horowitz (1991).

Al respecto, la dependencia (ansiedad) y evitación pueden oscilar entre grados bajos y altos. El grado bajo de dependencia se presenta cuando se ha establecido un modelo positivo de sí-mismo que no requiere validación externa. En contraste el grado alto de dependencia se da cuando la percepción positiva de sí-mismo solo puede mantenerse con la constante aceptación de los demás. Por otra parte, la dimensión de evitación se refiere al grado en el que una persona evade el contacto íntimo con otros, el sujeto prefiere evitar acercarse a los demás para no obtener consecuencias aversivas (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Consecuente con lo anterior, se ha evidenciado que los adultos preocupados y temerosos presentan un alto grado de ansiedad respecto a sus relaciones en comparación con los individuos seguros y rechazantes. En contraste, las personas rechazantes y temerosas tienen mayores niveles de evitación en comparación con los individuos seguros y preocupados (Alonso-Arbiol, Balluerka & Shaver, 2007).

		MODELO DE SI MISMO (Ansiedad)	
		(Bajo)	(Alto)
MODELO DEL OTRO (Evitación)	(Bajo)	SEGURO CÓMODO con la intimidad y autonomía	PREOCUPADO Preocupado con las relaciones
	(Alto)	RECHAZANTE Rechazante a la intimidad En contra de la dependencia	TEMEROSO Temeroso a la intimidad Evitación social

Figura 1. Modelo de apego adulto. Descripción breve de los cuatro estilos vinculares propuestos por Bartholomew & Horowitz, (1991).

La relación entre los modelos representacionales y los estilos vinculares se hace explícita en la propuesta planteada por Bartholomew y Horowitz (1991). Así mismo, se puede evidenciar esta relación en el planteamiento de Main (1985, citado por Feeney & Noller, 2001) quien sugiere que los modelos internos de trabajo, que parten de la internalización del sí-mismo y de los otros, están íntimamente relacionados con los tres estilos vinculares propuestos por Ainsworth (1978, citada por Bartholomew & Horowitz, 1991).

Según Collins y Read (1994, citado por Feeney & Noller, 2001) los modelos mencionados involucran cuatro componentes fundamentales: recuerdos asociados a la relación vincular con la figura primaria; creencias y actitudes de los dos miembros de una relación; necesidades y objetivos que deben satisfacerse con el vínculo; además incluye las estrategias y planes para alcanzar los objetivos mencionados (Feeney, 2008).

De acuerdo con lo precedente se puede decir que, los individuos seguros evidencian en los cuatro componentes de los modelos internos altos niveles de confianza y autoestima, gracias a que los recuerdos que poseen de sus figuras vinculares son positivos; lo cual les permite expresarse de manera constructiva y tener la capacidad de solicitar apoyo cuando lo necesitan (Feeney & Noller, 2001; Feeney, 2008).

Las personas evitativas en contraste, demuestran su preocupación frente al exceso de proximidad de otros individuos, por lo tanto, tienden a mantener relaciones distantes y a no revelar información de sí mismos; debido a que desconfían de los demás (Feeney & Noller, 2001; Feeney, 2008).

Finalmente, los individuos ansioso-ambivalente poseen baja autoestima y se muestran intranquilos frente a las relaciones con los demás, presentan dificultades para enfrentarse a sí-mismos y tienden a convertirse en personas dependientes con intensas manifestaciones emocionales (Feeney & Noller, 2001; Feeney, 2008).

Para establecer una relación entre los modelos internos de trabajo y los estilos vinculares, debe en primer lugar aclararse que los modelos internos tienen diversas funciones, las cuales fueron mencionadas en la página 26. Con esta claridad debe añadirse que dependiendo de si los modelos son negativos o positivos las funciones se desarrollan de forma diferente. Los modelos internos, permiten explicar que las personas den mayor o menor prioridad a las funciones de los mismos. Es así como las personas seguras suelen

integrar los aspectos emocionales y cognitivos de una situación evitando que alguno de estos aspectos prime sobre el otro. En contraste, las personas con estilo vincular ansioso-ambivalente, prestan mayor atención a los factores emocionales, dejando de lado los cognitivos y los individuos evitativos se caracterizan por ignorar las reacciones emocionales priorizando en exceso los aspectos cognitivos (Feeney & Noller, 2001)

Por otra parte, los diferentes estilos vinculares se identifican con distintos tipos de problemas interpersonales. Los individuos seguros y preocupados tienden a ser amistosos con las demás personas, caracterizándose los primeros por ser personas cálidas que no presentan mayores problemas en el ámbito interpersonal y los segundos por tener problemas relacionados con la dominación en su estilo interpersonal y su excesiva emocionalidad. En cuanto a los temerosos y rechazantes-evitativos, se evidencia hostilidad y frialdad hacia las demás personas, siendo el rechazante-evitativo caracterizado por mayor frialdad. Los sujetos temerosos-evitativo reportan más problemas relacionados con la asertividad e introversión (Horowitz, Rosenberg & Bartholomew, 1993).

Coherente con lo anterior, se debe retomar la idea de que la teoría vincular puede considerarse como una teoría de la regulación del afecto, así como Bartholomew y Horowitz (1991) asociaron los estilos vinculares por ellos propuestos con distintos problemas interpersonales; se ha propuesto que los diferentes estilos de vínculo adulto descritos por Hazan y Shaver (1987, citados por Feeney & Noller, 2001) se relacionan con patrones de respuesta específicos ante la ansiedad (Kobak & Sceery, 1988, citados por Fenney & Noller 2001).

En relación con las respuestas que presentan las personas con diversos tipos de vínculo adulto frente a la ansiedad, se propone que los individuos seguros deberían manejar sus sentimientos negativos constructivamente, reconociendo su ansiedad y solicitando apoyo; estrategias adquiridas por experiencias de receptividad con los cuidadores (Kobak & Sceery, 1988, citados por Fenney & Noller, 2001).

Los individuos evitativos poseen poca conciencia de sus sentimientos negativos y poco expresan ira o ansiedad; estrategias aprendidas para disminuir conflictos con cuidadores insensibles o rechazantes (Kobak & Sceery, 1988, citados por Fenney & Noller, 2001).

Por último, los individuos ansiosos ambivalentes deberían ser hipervigilantes de sus sentimientos negativos, manifestar intensa ira y miedo; estrategias adquiridas con la finalidad de mantener la proximidad con cuidadores no constantes (Kobak & Sceery, 1988, citados por Fenney & Noller, 2001).

Consecuente con lo señalado precedentemente, también es válido afirmar que los diferentes tipos de vínculo adulto se relacionan con diversos aspectos del funcionamiento de la relación de pareja. Con base en lo dicho puede señalarse que existe una correlación positiva entre el vínculo seguro y la confianza, el compromiso, la mutua dependencia y la satisfacción. En contraste, las personas evitativas o ansiosas ambivalentes correlacionan negativamente con sentimientos de satisfacción y confianza, adicionalmente los individuos con vínculo evitativo presentan niveles bajos de dependencia y compromiso (Simpson, 1990, citado por Feeney & Noller, 2001).

Así mismo, Feeney y Noller (1990, citado por Feeney & Noller, 2001) investigaron la relación entre el estilo vincular y las descripciones establecidas con la calidad de la relación. Personas con vínculo seguro hacían énfasis en la cercanía de la relación, defendiendo al mismo tiempo el equilibrio en la dependencia experimentada entre los dos

miembros. También, se hacía referencia constante al apoyo mutuo y a la amistad. La última característica es compartida por los sujetos evitativos, sin embargo éstos prefieren implantar límites en la cercanía, expresión de afecto, compromiso y dependencia. Los sujetos ansioso-ambivalentes en cambio, buscan afecto, cercanía y compromisos demasiado estrechos y tienden a idealizar a su pareja amorosa (Feeney & Noller 1990, citados por Feeney & Noller, 2001).

Por otra parte, y con referencia al establecimiento del vínculo afectivo en las relaciones románticas, consideradas como relaciones de pareja adultas en donde hay un componente de sexualidad, Zeifman y Hazan (2008) postularon que éstas requieren de dos años aproximadamente para ser consideradas como verdaderos vínculos afectivos.

Además de lo mencionado, diversas investigaciones elaboradas por Hazan y Zeifman (1994, citado por Feeney & Noller, 2001) ponen en evidencia que eventos normativos como el matrimonio, entre otros, influyen sobre los diferentes elementos que componen el vínculo establecido con los padres, así como los progenitores afectan el modo en que una persona se adapta a estos acontecimientos.

En otro orden de ideas, para la presente investigación es fundamental el constructo de base segura, que en la niñez, como ya fue mencionado, permite la exploración del entorno por parte del niño. Teniendo en cuenta lo dicho, se debe explicitar la función de la base segura en la adultez, debido a que es esta la población de interés para el estudio en desarrollo. Durante esta etapa del ciclo vital, la base segura establecida con la figura vincular, es decir con la pareja romántica, afecta el desarrollo de las actividades laborales. Es así como se puede señalar, que en los adultos el trabajo tiene similares connotaciones al constructo de exploración en los niños (Hazan & Shaver, 1990).

Lo anterior se ha evidenciado a través de la elaboración de diferentes estudios, cuyos resultados han indicado que los estilos vinculares adultos están relacionados con los patrones de trabajo y que también se relacionan con las estrategias que siguen las personas para mantener un equilibrio entre las relaciones amorosas y el trabajo (Hazan & Shaver, 1990).

Los estudios mencionados establecen que los adultos que evidencian un estilo de vínculo evitativo, suelen trabajar de forma compulsiva o evitar las relaciones íntimas por medio de la actividad laboral. Las personas ansioso-ambivalentes consideran el trabajo como un instrumento de satisfacción, supliendo así las necesidades que su relación amorosa no logra satisfacer a cabalidad. Finalmente, los adultos que evidencian un vínculo seguro, se sienten satisfechos con su trabajo y lo llevan a cabo de manera eficaz (Hazan & Shaver, 1990).

Así como el constructo de base segura precedentemente expuesto es de suma importancia para la comprensión de la teoría vincular tanto en niños como en adultos, es de igual importancia tener presente las situaciones ante las que se activa la conducta de apego; estas situaciones ya fueron descritas para el caso de los niños, a continuación se proseguirá a exponer las circunstancias que se pueden considerar como elicitadoras de la conducta de apego en adultos.

La conducta de apego, tanto en niños como en adultos, se activa en condiciones de peligro y estrés (Ainsworth, 1978; Bretherton, 1985, citados por Crowell, Fraley & Shaver, 2008). Las condiciones que permiten el despliegue de la conducta de apego en la edad adulta, son en primera instancia situaciones sociales o ambientales estresantes, situaciones que implican una amenaza para el futuro de la relación amorosa; como rechazo de la

proximidad por parte de la pareja sentimental, alejamiento y/o conflictos con la pareja y como segunda instancia se pueden mencionar las condiciones inherentes al individuo (Feeney & Noller, 2001).

Es así como ante situaciones estresantes, en el vínculo romántico adulto se presenta entre la pareja una corregulación de la excitación fisiológica, siendo la respuesta de disminución de la excitación ante estresores del ambiente la más pertinente para el vínculo afectivo (Hazan, Gur- Yaish & Campa, 2004). Las respuestas de corregulación fisiológica están mediadas por el estilo de apego que muestra cada miembro de la pareja (Feeney & Noller, 2001), de este modo para un individuo evitativo puede resultar en aumento de la sensación de estrés el hecho de que su pareja este presente ante una situación que el individuo percibe como complicada, lo contrario sucedería con un individuo que presente un tipo de vínculo ansioso.

Respecto a las condiciones que representan una amenaza para la relación vincular (peligro y estrés), cabe destacar la investigación realizada por Vormbrock (1993, citado por Feeney & Noller, 2001) donde se sugiere que el vínculo está muy relacionado con las separaciones y reconciliaciones matrimoniales. Al respecto, Feeney (1995, citado por Feeney & Noller, 2001) realiza un estudio que relaciona el estilo vincular con la respuesta de adultos ante la separación de la pareja; concluyendo que las personas con estilo seguro presentan menor inseguridad en respuesta a la separación y evidencian mayor número de estrategias constructivas de afrontamiento.

Expuesta ya una síntesis de las bases de la teoría vincular y de sus premisas fundamentales, queda claro que los principios del vínculo son útiles y aplicables más allá de la infancia, premisa que está sustentada en análisis teóricos recientes de los criterios que definen las relaciones vinculares (Feeney & Noller, 2001).

La Pérdida Afectiva

Con base en estas premisas básicas y teniendo esta claridad, se proseguirá a introducir las implicaciones que la pérdida afectiva tiene en los seres humanos y cómo las pérdidas se relacionan con el estilo vincular, debido a que ésta es una de las variables de interés de este estudio.

La pérdida de una figura de apego implica una reorganización de la vida, esta reorganización se da dependiendo del estilo vincular de quien atraviesa el proceso de duelo (Bowlby, 1980, citado por Shaver & Fraley, 2008). Las personas con vínculo ansioso pueden generar un duelo crónico, mientras que aquellas con tipo evitativo tienen mayor probabilidad de presentar un duelo inhibido. En contraste las personas con vínculo seguro se ajustan más fácilmente a la pérdida, en la medida en que se les facilita la reorganización de los modelos de sí-mismo y de otros (Bowlby, 1980, citado por Shaver & Fraley, 2008).

La mayoría de los estudios realizados por Bowlby (1983) se ocuparon de las pérdidas provocadas por muerte, esto con la finalidad de delimitar las variables implicadas sobre la forma en que se responde a la pérdida. Sin embargo, Bowlby (1983) aclara que la pérdida no se limita a la separación por muerte, a nivel social existen diferentes experiencias que son consideradas como pérdidas entre las que se encuentra la provocada por la disolución matrimonial (Bowlby, 1983), tipo de pérdida en la que se enfoca la presente investigación.

Retomando la idea anterior, es importante mencionar hallazgos relacionados específicamente con la separación conyugal y las características que este proceso implica a nivel emocional y social. A nivel de salud física y emocional, diferentes estudios de tipo

retrospectivo (Boal, 2008; Jacobson, 1983; Yáñez-Yaben, 2010) señalan que esta vivencia puede afectar seriamente el bienestar físico y psicológico, debido a que es éste uno de los eventos vitales que implica gran número de cambios a nivel afectivo y social en un periodo de tiempo relativamente corto.

La separación matrimonial se ha asociado con cuadros depresivos, con ideación e intentos suicidas (Paykel, 1975, citado por Jacobson, 1983), incremento en el consumo de alcohol u otras sustancias psicoactivas (Braver, Shapiro & Goodman, 2006, citados por Boal, 2008). De la misma manera, se presentan consecuencias psicológicas como: cambios en la identidad, baja autoestima (Valdés, Basulto & Choza, 2009), dificultad para pensar, concentrarse, tomar decisiones y trabajar, experimentando estados de confusión, incertidumbre, aislamiento, abandono y soledad. Especialmente, durante los primeros momentos de la separación, existe la tendencia a sentir tristeza, desmotivación, desánimo, desilusión, miedo, humillación, rabia, angustia (Boal, 2008; Yáñez-Yaben, 2010), anhelo y culpa (Jacobson, 1983).

A nivel físico, la ruptura matrimonial se relaciona con un mayor riesgo de contraer problemas de salud; se presentan cambios en los patrones de sueño, pérdida del apetito, pérdida de peso (Boal, 2008) y alteraciones del sistema inmunológico (Yáñez-Yaben, 2010).

Respecto a las implicaciones sociales de la separación conyugal, una de las más mencionadas en la literatura son los cambios a nivel financiero o el estrato socioeconómico al cual se pertenece, debido a que dependiendo de éste se es más o menos vulnerable durante el proceso de divorcio. Algunas investigaciones señalan que las personas pertenecientes a un estrato social bajo son más vulnerables durante el proceso de separación en comparación con las personas de estratos más altos (Jacobson, 1983; Valdés, Basulto & Choza, 2009).

Coherente con lo expuesto precedentemente, vale la pena detenerse en las características socioemocionales de la separación conyugal en Colombia. En la investigación realizada por Zamudio y Rubiano (1991) señala que los conyugues experimentan sensación de abandono, carencia de apoyo, soledad, preocupación por los hijos, desconcierto y problemas económicos. El estudio evidencia los efectos más destacados que se generan a causa de la separación conyugal, el primero corresponde a la depresión, angustia y desesperación, presentándose leves diferencias entre mujeres y hombres, en segundo orden se encuentra la agresividad tanto en mujeres como en hombres, y por último, problemas de carácter económico. Debe tenerse en cuenta que las emociones relacionadas con la separación conyugal varían dependiendo de si se tomó o no la iniciativa de separarse y de los motivos que llevaron a tomar esa decisión (Santamaría, 2007; Zamudio & Rubiano, 1991).

Adicionalmente, los aspectos que más angustian a las personas separadas en Colombia se relacionan con la educación y crianza de los hijos, la sensación de abandono y soledad, la ausencia de comprensión, la pérdida del afecto de los hijos y el fracaso de la unión matrimonial (Zamudio & Rubiano, 1991). Igualmente, se genera una fuerte tensión ocasionada por miedo a perder la imagen frente a la sociedad.

En Colombia, el desequilibrio generado por la ruptura matrimonial conlleva a diferentes preocupaciones dependiendo del género. Los hombres sienten interés y preocupación por quien proveerá los servicios domésticos y las mujeres por quien proveerá el dinero (Zamudio & Rubiano, 1991). Es importante mencionar que las personas

al evaluar retrospectivamente su experiencia de separación, destacan cambios que pueden ser de dos tipos, positivos o negativos. Entre los primeros se encuentran cambios en la manera de ser o de pensar, recuperación de la autoestima, aumento en la capacidad de decisión, arriesgarse a experimentar nuevas actividades, recobrar la identidad personal, la tranquilidad y la sensación de volver a vivir. Referente a los cambios negativos las personas reportan incredulidad y agresividad frente a los demás, aislamiento, sensación de soledad, inseguridad y abandono (Zamudio & Rubiano, 1991).

A raíz de los hallazgos citados anteriormente, puede concluirse que una de las situaciones más dolorosas y consternantes en la vida de un ser humano es la pérdida de la persona amada (Bowlby, 1983), por tal razón se considera relevante el estudio del proceso que atraviesa una persona luego de una ruptura matrimonial, haciendo énfasis en que este proceso puede depender en gran medida de los estilos vinculares establecidos durante la adultez. En este sentido, esta investigación de tipo mixto complementario puede contribuir a la comprensión de la relación entre los estilos vinculares adultos y el proceso de elaboración del duelo por separación matrimonial. Igualmente, podría aportar nuevos interrogantes que promuevan y fortalezcan los estudios dirigidos a investigar el vínculo adulto y sus implicaciones en la práctica clínica.

El Proceso de Duelo por Separación Conyugal

Consecuente con lo mencionado en relación con la pérdida afectiva, a continuación se argumenta y se desarrolla la idea de que la separación conyugal, entendida como un tipo de pérdida, indiferenciadamente de la causa o motivo de la ruptura, normalmente desencadena diversas emociones relacionadas con el duelo y la aflicción, las cuales son expresadas por el sujeto en diferente grado de intensidad (Colin, 1996).

En relación con lo dicho, Colin (1996) afirma que si la pérdida o separación de un individuo no genera aflicción, probablemente no existía un vínculo afectivo en la relación. Consecuente con esta idea diferentes autores proponen, que la angustia ante la separación podría ser el indicador individual más válido de que existe vínculo afectivo (Hazan, Gur-Yaish & Campa, 2004).

En párrafos anteriores se ha expuesto que la pérdida afectiva implica la elaboración de un proceso de duelo, por lo tanto es necesario aclarar que se entiende por el constructo duelo desde la perspectiva vincular. El duelo denota un conjunto de procesos psicológicos que se activan como consecuencia de la pérdida de un ser amado, cualquiera sea su desenlace (Bowlby, 1983). En contraste, el término aflicción se usa con la finalidad de dar una descripción sobre el estado de un individuo que siente dolor ante una pérdida; haciéndolo de una forma más o menos manifiesta (Bowlby, 1983).

De acuerdo con el desenlace que tenga el proceso de duelo, es posible distinguir entre: duelo sano y patológico. El primero, es entendido como el esfuerzo exitoso realizado por un ser humano que le permite reconocer que se ha generado una modificación en su mundo exterior y así mismo, dicho esfuerzo le permite a la persona aceptar que debe implementar cambios en su mundo interno y representacional, además de reorganizar y orientar de un modo distinto, su conducta vincular (Bowlby, 1983).

Para el fin investigativo del presente estudio, es importante aclarar que la literatura clínica se ha ocupado poco del proceso de duelo normal o sano, en comparación con el proceso de duelo patológico que ha sido ampliamente investigado (Bowlby, 1980).

Bowlby (1983) hace énfasis en cuatro variantes patológicas del duelo adulto, así como en la tendencia a que los individuos que responden patológicamente hayan sufrido la

pérdida de un progenitor en la niñez o en la adolescencia. Las cuatro variantes a las que hace referencia son: 1) Deseo inconsciente del ser que se ha perdido, 2) Recriminación inconsciente en contra del ser perdido, en conjunto con reproches auto-dirigidos de forma consciente y por lo general continuos, 3) Brindar cuidados de modo compulsivo a otras personas, 4) Incredulidad de que la pérdida sea para siempre. En relación con las diferencias entre el duelo sano y patológico, Bowlby (1983) considera el último como exageraciones o deformaciones del proceso de duelo sano.

Respecto a los principales temas que se consideran necesarios abordar en todo estudio sobre el duelo, Bowlby (1983) hace referencia al carácter doloroso del duelo, el cual se explica debido “a la naturaleza persistente e insaciable del anhelo por la figura perdida, el dolor resulta inevitable” (Bowlby, 1983, p. 49). Agrega que quien hace el duelo experimenta repetidamente la necesidad de buscar, llamar y recuperar a la persona perdida; actuando a menudo de acuerdo con esas necesidades. En cuanto al papel del odio y la cólera en el duelo, el autor afirma que existe una ambivalencia hacia la persona perdida, la cual sin duda puede darse en un duelo que siga un curso sano, siendo sin embargo, más intensa y persistente en el duelo patológico. Existe evidencia para afirmar que el odio no implica un duelo patológico y que en el duelo sano la cólera se dirige a la persona perdida, aunque también puede enfocarse en otras personas o en el sí-mismo (Bowlby, 1983).

La pérdida de un ser amado genera un profundo deseo de reunirse con éste, un sentimiento de ira por su partida; y posteriormente cierta desvinculación. Esta experiencia lleva generalmente a que el individuo busque ayuda, aunque éste suele rechazar a quien la brinda (Bowlby, 1983).

Con la finalidad de comprender mejor las reacciones ante la pérdida, ya sean estas sanas o patológicas, es necesario recurrir al concepto de exclusión defensiva, proceso que se da en el procesamiento de la información. En la medida en que la percepción está constituida por etapas, algunos tipos particulares de datos se excluyen de todo procesamiento posterior durante periodos prolongados o de forma permanente este tipo de exclusión, se denomina exclusión defensiva y tiene valor adaptativo solo de manera temporal. La naturaleza de la información que es seleccionada para ser excluida de manera defensiva, obedece a que cierta información de ser aceptada causaría sufrimiento (Bowlby, 1983).

La exclusión defensiva genera consecuencias de largo alcance, entre las más importantes se encuentran: la posible desactivación de uno o más sistemas de conducta (parcial o totalmente), generando que una actividad o varias monopolicen tanto el tiempo como la atención de la persona; siendo aparentes distractores. Otra consecuencia corresponde a la desconexión cognitiva de la respuesta y la situación interpersonal que la produce; resultando en que la persona actúe sin saber por qué y adopte varias actitudes que buscan distanciar su atención de la persona u objeto responsable de sus respuestas. Entre estas actitudes se presenta la identificación errónea de persona o situación provocadora, la dirección de la responsabilidad hacia una figura poco relevante, incluyéndose a sí-mismo, y por último puede ocurrir que la persona se ocupe insistentemente de sus reacciones y padecimientos (Bowlby, 1983).

Coherente con lo anterior, aunque desde una perspectiva netamente psicoanalítica Caruso (2005), resalta la importancia de los mecanismos defensivos en la elaboración del proceso de separación. Esto último resulta importante debido a que no se puede desconocer que durante el proceso de duelo por separación conyugal cierta información queda excluida

de la conciencia y afecta el desarrollo y la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal.

Al hacer referencia a Bowlby (1983) y a Caruso (2005), no se está hablando desde dos perspectivas completamente distanciadas, pues es bien sabido que la teoría vincular de Bowlby (1976, 1976, 1983) tiene como referencia el psicoanálisis. La perspectiva vincular comparte aún múltiples e importantes ideas con la perspectiva psicoanalítica. En primer lugar, ambas teorías consideran que los sucesos ocurridos en edades tempranas influyen profunda y duraderamente en la personalidad de un individuo, en sus relaciones sociales, en sus cogniciones, sentimientos y comportamientos. En segundo lugar, tanto el psicoanálisis como la teoría vincular postulan que gran parte de las motivaciones del ser humano se dan inconscientemente. Por último, ambas perspectivas comparten la visión de que en el desarrollo hay implícito un ordenamiento subyacente y coherente, a pesar de que los comportamientos manifiestos varíen con la edad, estado y circunstancias (Colin, 1996).

Teniendo claro las semejanzas entre la teoría vincular y el psicoanálisis, postura que se aborda para ampliar la perspectiva desde la que se ha trabajado el problema, es importante en esta investigación hacer énfasis en los estudios empíricos y la teoría de Bowlby frente a la pérdida. Debido a que este estudio tiene como base la perspectiva vincular, independientemente de que dicha perspectiva teórica solo haya indagado el proceso de duelo por muerte, se considera que este proceso es adaptable a la reacción emocional frente a la pérdida ocasionada por la separación conyugal como lo argumenta y hace explícito Caruso (2005) en su texto “La separación de los amantes una fenomenología de la muerte”:

La separación es la irrupción de la muerte en la conciencia humana -no en forma “figurada”, sino de manera concreta y literal. La separación puede convertirse en un “escándalo” superior al producido por la muerte física, porque- para salvaguardar la supervivencia- da muerte a la conciencia de un viviente *en un viviente* (p, 12).

Conociendo la importancia del enfoque de la defensa basado en el procesamiento de la información, se procederá a explicar el proceso de duelo por pérdida del cónyuge. Bowlby (1983) sugiere que las personas que experimentan la pérdida de un ser cercano suelen responder a través de una sucesión de fases, en las cuales no existen límites nítidos, por lo cual un individuo puede oscilar entre dos de ellas durante un tiempo (Bowlby, 1983).

Fases del Proceso de Duelo

La primera fase señalada por Bowlby (1983) es la de embotamiento, definida como la reacción inmediata de un individuo ante la pérdida de un cónyuge; en la cual la persona se siente aturdida en diferentes grados y es incapaz de aceptar la realidad. Durante esta fase, la persona puede continuar con su vida cotidiana en forma casi automática, lo que puede verse interrumpido espontáneamente por episodios de intensa emoción (Bowlby, 1983).

La segunda fase se denomina fase de anhelo y búsqueda de la figura perdida: cólera. Ésta se caracteriza porque después de algunas horas o tal vez días, el individuo comienza de manera episódica a percibir la pérdida como real, experimentando un fuerte anhelo combinado con llanto y malestar. Igualmente se evidencia pérdida de sueño,

inquietud, cogniciones obsesivas relacionadas con el esposo o esposa perdido(a), la sensación de que él/ella está presente; tendiéndose a interpretar sonidos y señales como manifestaciones de que ha regresado (Bowlby, 1983).

Otras características relevantes en esta fase son: la cólera, el auto-reproche, el llanto, la ingratitud hacia quienes intentan dar consuelo y la oscilación entre dos estados de ánimo: el dolor y el anhelo que acompañan la creencia de que la muerte es real y por otra parte, la esperanza de que todo se solucionará; seguida por la incredulidad ante el hecho y la persistente búsqueda de la persona para recuperarla (Bowlby, 1983). La cólera se produce a raíz de quienes se consideran responsables de la separación, así mismo surge por las frustraciones generadas a partir de la inutilidad de la búsqueda. Las características anteriormente descritas coexisten con una tristeza profunda y generalizada en respuesta a que la reunión con la figura perdida es improbable (Bowlby 1983).

Del mismo modo Parkes (1970, citado por Bowlby, 1983), con base en sus estudios coincide en la hipótesis de búsqueda, y señala los componentes que forman esta secuencia: Exploración del medio caracterizada por movimientos inquietos, pensamiento intenso en la persona perdida, disposición a prestar mayor atención a cualquier tipo de estímulo que sugiera la presencia de esta persona; dejando de lado estímulos que no coinciden con tal fin, atención dirigida a lugares del medio en los que podría encontrarse y por último llamar al ser perdido. Cada uno de los componentes mencionados anteriormente, se presentan tanto en mujeres como en hombres siempre que han experimentado una pérdida, incluso algunos de ellos toman conciencia de su necesidad de búsqueda (Parkes, 1970, citado por Bowlby, 1983).

Coherente con lo expuesto precedentemente, otros estudios corroboran que el comportamiento influido por la esperanza de una última reunión es observado en un gran número de mujeres que se divorciaron o fueron abandonadas por sus maridos (Marsden, 1976, citado por Bowlby, 1983). Así mismo, Marsden (1969, citado por Bowlby, 1983) en un estudio con ochenta mujeres separadas del padre de sus hijos desde hacía cinco años o más, observó una semejanza significativa entre las respuestas de éstas y las observadas después de la muerte del cónyuge.

A partir de lo mencionado el autor señala que los vínculos emocionales establecidos con la pareja no se rompen definitivamente a partir de la separación conyugal, incluso casi la mitad de las mujeres que en el estudio habían perdido todo trato o relación con su ex esposo, evidenciaban aún anhelo por él. Una minoría importante de mujeres persistía durante años en la idea de que de algún modo volverían a unirse con su cónyuge (Marsden, 1976, citado por Bowlby, 1983).

Los resultados hallados con respecto a la conducta de búsqueda, propia de la fase segunda del proceso de duelo son de interés para el estudio que se propone aquí, puesto que el propósito es caracterizar el proceso de duelo en términos de los componentes comportamentales, emocionales y cognitivos. Los hallazgos de la literatura en otros contextos, pueden ser explorados para determinar si se presentan o no en esta muestra.

En cuanto al sentimiento de cólera que se experimenta durante las primeras semanas de duelo, vale la pena resaltar que distintas investigaciones han evidenciado su utilidad cuando la separación es temporal; debido a que ayuda a vencer los obstáculos que frenan el encuentro con la persona perdida, y una vez que éste se consigue; los reproches contra el “responsable” de la separación disminuyen la probabilidad de que vuelva a producirse (Bowlby, 1983).

Consecuentemente la rabia y el reproche se consideran fuera de lugar cuando la separación es permanente, lo que indica que existen razones biológicas sólidas para responder automática e instintivamente a la separación con conductas agresivas (Bowlby, 1976). Al parecer “nuestra dotación instintiva se hace de tal condición que todas las pérdidas se consideran recuperables y se responde a ellas en consecuencia” (Bowlby, 1983, p. 109). La ira se entiende como elemento componente del esfuerzo por establecer nuevamente el vínculo que se ha roto. Mientras la rabia está presente, la pérdida no se acepta como algo permanente y existe esperanza (Bowlby, 1983).

Se debe aclarar que la segunda fase oscila entre necesidades ambivalentes: atesorar recuerdos de la persona perdida y deshacerse de ellos, alegrarse o temer la oportunidad de hablar sobre la pérdida, visitar o evitar lugares en los que se ha estado juntos. Se considera que la posibilidad de conciliar estas necesidades contradictorias es una tarea primordial que debe realizarse en las dos últimas fases del duelo (Bowlby, 1983).

Al respecto de la ambivalencia, Weiss (1975) hace mención de necesidades y sentimientos ambivalentes luego de una separación matrimonial, generalmente, las personas separadas expresan simultáneamente sentimientos negativos y positivos que se van alternando sorpresivamente. Lo anterior se da en mayor medida entre las personas recién separadas, cuando el anhelo por y la ira hacia el otro se encuentran en su máximo nivel (Weiss, 1975).

En cuanto a la tercera fase del duelo, la desorganización, es en ésta que se empieza a aceptar y reconocer de manera gradual que la pérdida es permanente y que se le debe dar una nueva forma a la vida; es así como, resulta necesario descartar los antiguos patrones de pensamiento, sentimiento y acción antes de lograr establecer nuevos (Bowlby, 1983).

En muchas ocasiones quien ha sufrido una pérdida siente que nada podrá salvarse y por tal razón cae en la depresión y la apatía. Aunque si el proceso de duelo va bien, esta etapa empezará a alternarse con otra, fase de reorganización, en la cual el sujeto empieza a examinar las posibilidades que tiene para hacer frente a la nueva situación, redefiniendo la situación y a sí mismo. Estas redefiniciones implican un considerable trabajo cognitivo y emocional, son dolorosas y decisivas; en la medida en que implican renunciar a toda esperanza de recuperar a la persona perdida y regresar a la situación previa, sin embargo, son éstas las que permiten trazar planes futuros (Bowlby, 1983).

Cabe aclarar que las redefiniciones de los modelos internos de trabajo no implican un proceso completo de desvinculación (Bowlby, 1980, citado por Shaver & Fraley, 2008). En cuanto a la separación matrimonial, variable de interés en el presente estudio, Weiss (1975) propone que el vínculo usualmente persiste luego de la separación conyugal.

Parkes (1972, citado por Bowlby, 1983) plantea que la redefinición de sí-mismo y de la situación es el proceso de reorganización de los modelos internos de trabajo con el objetivo de adecuarlos a las transformaciones que se han dado en la vida del individuo (Parkes, 1972, citado por Bowlby 1983), dado este paso; el individuo reconoce como necesario desempeñar nuevos roles y adquirir nuevas habilidades (Bowlby, 1983).

En relación con la pérdida o la separación de la figura vincular, Parkes (1999) sugirió que el duelo y las reacciones frente a éste pueden verse influenciadas por la cercanía que se tuvo en la relación y por el tipo de vínculo establecido con la pareja (Parkes, 1999). Así mismo, sugirió que algunos individuos experimentan ansiedad crónica, mientras otros señalan poco impacto en su bienestar personal (Parkes & Weiss, 1983, citado por Shaver & Fraley, 2008).

Por otra parte, la reorganización de los modelos después del proceso de duelo implica en cierto grado el uso de dos estrategias de afrontamiento, de manera balanceada: hiperactivación y desactivación del sistema vincular (Mikulincer & Shaver, 2007; Stroebe & Schut, 1999, citados por Shaver & Fraley, 2008). La primera de estas estrategias, hiperactivación del sistema vincular, facilita a la persona que sufrió la pérdida examinar la significación y el sentido de ésta, así mismo le permite identificar formas para reestructurar de modo simbólico el vínculo con el individuo perdido. Cuando la persona puede tolerar y manejar adecuadamente la hiperactivación del sistema vincular, logra integrar el pasado en el presente sin dividir partes significativas de su identidad e historia personal (Mikulincer & Shaver, 2007; Stroebe & Schut, 1999, citados por Shaver & Fraley, 2008).

La estrategia de desactivación del sistema vincular contribuye también a la reorganización posterior a la pérdida, facilitando momentáneamente la desvinculación de la persona perdida y la inhibición de pensamientos y sentimientos (Mikulincer & Shaver, 2007; Stroebe & Schut, 1999, citados por Shaver & Fraley, 2008), mientras se usa en algún grado la negación y la evitación (Coifman, Bonanno, Ray & Gross, 2007, citados por Shaver & Fraley, 2008).

Es importante mencionar que diversos autores han concluido que existen cinco indicadores de duelo en los que se incluye la principal secuencia de desarrollo del proceso de duelo: incredulidad, anhelo, cólera, depresión y aceptación (Jacobs, 1993, citado por Shaver & Fraley, 2008).

El Duelo Patológico

Respecto al duelo debe tenerse en cuenta que este proceso se presenta a raíz de la ruptura del vínculo, por lo que no es de extrañar que procesos de duelo patológicos se den como consecuencia de vínculos atípicos (Parkes, 1999). Las variedades patológicas del duelo generan alteraciones en la salud física y mental. En cuanto a las repercusiones psicológicas, la persona afligida ve disminuida su capacidad para emprender y mantener relaciones románticas; quedando esta capacidad más o menos deteriorada. De la misma manera, se ve afectada la capacidad para organizar la vida. El duelo patológico puede asumir diferentes formas y niveles de gravedad, pudiendo ser leve o extremo. Los casos leves, son difíciles de distinguir de los procesos de duelo saludables (Bowlby, 1983).

Referente a las versiones extremas del duelo se pueden identificar tres variedades patológicas: duelo crónico, duelo ausente (inhibido, diferido y suprimido) y euforia. La primera variedad, el duelo crónico, se caracteriza porque las respuestas emocionales ante la pérdida de un ser amado son intensas y prolongadas, presentándose dominante y persistentemente cólera y auto-reproches. Así mismo, mientras este tipo de respuestas están presentes la persona no logra re-planificar su vida, esta variedad presenta depresión como síntoma característico; la cual se acompaña o intercala con agorafobia, ansiedad, alcoholismo e hipocondría (Bowlby, 1983).

Por otra parte, cabe señalar que dentro del duelo crónico puede darse un fenómeno conocido como momificación, éste consiste en conservar las cosas que se relacionan con la persona ausente; tal cual estaban antes de la pérdida (distribución de objetos personales, costumbres y celebraciones en común) (Bowlby, 1983).

La segunda tipología, duelo ausente, se define en torno a la privación de la aflicción en la conciencia del sujeto (Bowlby, 1983), manteniéndose una organización semejante a la de antes de la pérdida. Sin embargo, en estos casos los individuos suelen verse perturbados por dolencias fisiológicas y psicológicas; generándose repentina y de

modo aparentemente inexplicable un estado de depresión aguda. Estas crisis pueden precipitarse por hechos específicos como: aniversario de la pérdida, otra pérdida relativamente menos importante, entre otras (Bowlby, 1983).

La tercera variedad, euforia, no es frecuente, y se expresa de dos formas completamente distintas. Por una parte puede presentarse una negativa a creer que la muerte realmente sucedió, ésta acompañada de la sensación de que la persona perdida aún se encuentra presente. En contraste, se da, un estado eufórico en el que se reconoce la muerte y se tiene la idea de que ocurrió para favorecer a quién sufrió la pérdida. Las respuestas eufóricas son inestables; al desvanecerse son reemplazadas por profunda aflicción (Bowlby, 1983). En las variedades patológicas anteriormente expuestas, cabe señalar que permanece pendiente el proceso de duelo (Bowlby, 1983).

En sus estudios sobre parejas cuyos miembros se separaron Weiss (1975, citado por Bowlby, 1983) identificó ciertos casos en los que la persona que se había separado sostenía eufóricamente que la separación de su marido significó algo provechoso. Mientras duraba la euforia los sujetos se mostraban activos y efectivos en las actividades que desarrollaban, sin embargo se podía discernir tensión y ansiedad latentes. Luego de experimentada la euforia, aparece la aflicción por la separación y el deseo de volver a ver al ex-marido o a la ex-esposa (Weiss, 1975, citado por Bowlby, 1983).

Así mismo, Weiss (1975, citado por Bowlby, 1983) propone que la euforia es un modo de representar la desvalorización de la necesidad de la persona perdida, se busca manifestar que ésta no es necesaria o indispensable y que se puede estar muy bien solo. Según el mismo autor la aflicción posterior se presenta debido a que se reconoce la vida sin vínculo afectivo como insatisfactoria. La euforia en sus dos formas representa afecciones muy distintas, en una primera forma se evidencia que el vínculo continúa focalizado en la figura vincular perdida, mientras que en la segunda, la persona niega a sí misma su deseo de vínculo presentando una alta presunción de auto-eficiencia (Bowlby, 1983). Esta investigación da ciertas luces al estudio aquí propuesto, debido a que señala la importancia que tiene el vínculo afectivo sobre las expresiones frente a la pérdida.

En síntesis, quien experimenta la pérdida de una persona amada debe afrontar una serie de situaciones psicológicas y emocionales. Inicialmente el individuo no considera que su pérdida sea irreparable, lo que mantiene su esperanza y lo impulsa a la acción. Al mismo tiempo esta actitud causa ansiedad y dolor por la inutilidad de los esfuerzos. El hecho de que la persona considere su pérdida como definitiva puede ser más realista, sin embargo, al principio ésta puede resultar en exceso dolorosa (Bowlby, 1983).

Por lo anterior, en la naturaleza del ser humano se dan procesos mentales y conductuales que facilitan un respiro, o por decirlo de algún modo permiten una etapa de preparación. Sin embargo, esta etapa debe ser limitada, pues siempre permanece la tarea de resolver la problemática personal. De acuerdo a cómo lo haga el individuo se desarrollará su proceso de duelo. En este proceso la persona reconoce lentamente que las circunstancias de su vida han cambiado, reemplaza sus modelos representacionales y establece nuevas metas a su vida o se orienta hacia un estado suspendido en el que queda preso como consecuencia de un problema que no puede resolver (Bowlby, 1983).

Como se había planteado anteriormente, la exclusión defensiva ayuda a mitigar lo doloroso del duelo. Muchos de los procesos defensivos se presentan en el proceso de duelo, tanto en las formas saludables como en las patológicas (Bowlby, 1983). Los procesos defensivos que en la mayoría de circunstancias coinciden con un desarrollo

normal, son procesos que generan embotamiento y no permiten que la persona logre pensar en lo ocurrido, alejan la atención y actividad de pensamientos dolorosos, lo que conserva la idea de que la pérdida es temporal y facilita el reconocimiento de la pérdida como algo real; generando al mismo tiempo la sensación de que no por eso se pierde el vínculo con la persona ausente (Parkes, 1970 citado por Bowlby, 1983).

De los tipos de procesos descritos, los tres primeros: los procesos que generan embotamiento, que alejan la atención y actividad de pensamientos dolorosos y que conservan la idea de que la pérdida es temporal, pueden convertirse en patológicos. Sin embargo los criterios que se deben tener en cuenta para distinguir de manera acertada las formas saludables de las patológicas; son la duración temporal en la que persisten los procesos defensivos y la medida en que éstos influyen en el funcionamiento mental; si influye hasta dominarlo totalmente, esto generaría un desenlace indeseable (Bowlby, 1983).

En contraste con lo planteado, existen procesos defensivos que son característicos del duelo patológico: los procesos que alejan la ira de la persona que la provocó y la orientan hacia otra cosa o persona. Y aquellos en los que las respuestas a la pérdida no están cognitivamente conectadas con la situación que las causó (Bowlby, 1983).

Proceso de Duelo, Reacciones y Ajuste frente a la Separación Conyugal

Referente a los factores que afectan el curso del duelo, Bowlby (1983) ha propuesto variables relacionadas con la identidad y el rol de la persona perdida, la edad y el género de la persona que sufrió la pérdida, las causas y circunstancias de la pérdida, las circunstancias sociales y psicológicas de la persona que vivió la pérdida (en el momento en que ésta se dio, y posteriormente) y por último, la personalidad del individuo que experimenta la pérdida; especialmente sus habilidades para establecer relaciones amorosas y responder ante situaciones de estrés (Bowlby, 1983). Estas habilidades están estrechamente relacionadas con los estilos vinculares.

Recopilando podría decirse que Bowlby (1983) afirma que la pérdida de una figura vincular produce un grado alto de angustia, esta premisa se basa en sus investigaciones de pérdida por muerte a raíz de las cuales propone fases que se viven como resultado de esta experiencia. Investigaciones posteriores han relacionado las fases del duelo que se generan a partir del fallecimiento del cónyuge, con las reacciones y el proceso de ajuste frente a la separación conyugal. A continuación se hará mención de algunos de los estudios que han puesto en evidencia argumentos que validan la relación anteriormente mencionada.

Es así como Gray, Koopman y Hunt (1991) afirman que la secuencia de fases propuesta por Bowlby (1983) es adaptable a las fases emocionales de la pérdida ocasionada por la separación conyugal. Por medio de un estudio realizado con una muestra de 99 personas separadas físicamente, algunas divorciadas legalmente, las autoras señalaron que es posible identificar las diferentes fases del duelo por muerte de un ser amado en el desarrollo del proceso de separación conyugal (Gray, Koopman & Hunt, 1991).

Las autoras mencionan que la variable más importante que soporta su afirmación es la longitud del tiempo de la separación. Durante las dos primeras fases del duelo, pérdida del objeto y desorganización, tanto en el duelo por muerte como en el caso de la separación conyugal, se presenta una disminución en la intensidad emocional y en los comportamientos. En este momento los individuos experimentan un momento de anhelo frente a la figura perdida y posteriormente desorganización. Más adelante, en ambos casos

es evidente una fase de reorganización en donde el individuo continúa con su vida (Gray, Koopman & Hunt, 1991).

Adicionalmente, Gray, Koopman y Hunt (1991) encontraron que no se presentan diferencias significativas entre hombres y mujeres en cuanto al desarrollo de las fases de desorganización y organización. Así mismo, afirman que la presencia o ausencia de hijos en la relación de pareja no influye de forma determinante en las fases mencionadas. Sin embargo, se hace evidente que en la primera fase, las mujeres y más aún las mujeres con hijos experimentan mayor anhelo de recuperar a la figura perdida.

De modo similar, Weiss (1975) en su estudio sobre las experiencias de los cónyuges luego del divorcio, realiza un reporte de los daños que se evidencian durante este proceso; donde señala que el balance iniciaría con una situación emocional alterada, que se caracterizaría por: angustia ante la separación, soledad y depresión, sensaciones interrumpidas por intervalos cortos de confianza en sí mismo e inclusive euforia.

Inicialmente, se percibe que todos los aspectos de la vida están tan desorganizados que es poca la esperanza de lograr una reorganización, sin embargo, gradualmente la vida del individuo se empezará a reorganizar. La recuperación después de una separación conyugal implica tiempo y esfuerzo, similares a la recuperación de un gran malestar (Weiss, 1975).

La recuperación tras la separación puede evidenciarse en dos logros: el primero es que el individuo restablezca una identidad coherente y estable; en la que nuevamente es alguien que tiene compromisos, metas y valores constantes en el tiempo y coherentes con las expectativas hacia el futuro. El segundo y último logro, se da simultáneamente con el primero, y corresponde al restablecimiento de un patrón de vida en el que se organizan las relaciones, aunque no de modo totalmente satisfactorio; adecuado para subsistir. Este proceso toma entre dos y cuatro años (Weiss, 1975).

De acuerdo con lo anterior, Weiss (1975) propone dos fases distintas hacia la recuperación: periodo de transición y periodo de recuperación. El primero se caracteriza por la disrupción de la identidad matrimonial y de la relación que dependía de ella, en esta fase se experimenta malestar emocional, recuerdos obsesivos del matrimonio, estados de ánimo que pueden alternarse entre desesperación y júbilo, dificultándose también la toma de decisiones y percibiéndose como imposible la organización de la vida.

Los individuos que atraviesan esta fase pueden por otra parte, experimentar excitación debido a la sensación de libertad y nuevas posibilidades, sin embargo esta sensación está acompañada por falta de metas y compromisos que dirijan las actividades, exhibiéndose comportamientos desorganizados. Posteriormente empieza a emerger un estilo de vida relativamente gratificante, completándose así la fase de transición e iniciándose la fase de recuperación (Weiss, 1975).

En la fase de recuperación se establece un patrón coherente de vida, sin que éste se haya integrado lo suficientemente para soportar nuevas situaciones estresantes. En esta fase el individuo parece funcionar bien; incluso mejor que antes, sin embargo dificultades serias pueden romper fácilmente este equilibrio. La fase finaliza con una nueva identidad y un nuevo patrón de vida (Weiss, 1975).

Los estudios de Weiss (1975) demostraron también que una minoría de personas inmediatamente después de la separación experimentaban algunos días de shock y negación. Durante estos días las personas mantenían las rutinas cotidianas de su vida matrimonial y no experimentaban angustia ante la separación; porque no reconocían que la

separación hubiera ocurrido. Los sujetos que atraviesan por esta fase poco convencional dicen sentirse embotados y/o adormecidos; este tipo de respuesta se presenta especialmente cuando la separación es repentina (Weiss, 1975).

Retomando las ideas de Bowlby (1983) acerca de la pérdida afectiva, se debe agregar que él estableció una relación entre el proceso de duelo y el tipo de relación afectiva. Esta relación involucra las dos variables consideradas en esta investigación y por lo tanto, resulta de suma pertinencia. Al respecto, el autor afirma que el duelo puede dar un giro patológico en función del tipo de relación afectiva que se estableció con la persona perdida.

Aquellas personas que tienen un tipo de vínculo ansioso-ambivalente, caracterizadas por ser sujetos sobredependientes, nerviosos, temperamentales, entre otras, constituyen el primer grupo propenso al duelo patológico. El segundo grupo que tiene más probabilidades de presentar un duelo patológico está compuesto por las personas con un tipo de vínculo evitativo, estos sujetos se caracterizan por demostrar autosuficiencia emocional e independencia afectiva (Bowlby, 1983). A diferencia de los tipos de vínculo mencionados, Colin (1996) afirma que a partir de una pérdida, las personas seguras tienen mayor probabilidad de resolver el proceso de duelo y reorganizar su vida en menor tiempo que las personas ansioso-ambivalentes o evitativas.

De acuerdo con los estudios realizados por Parkes (1972, citado por Bowlby, 1983) las personas ansioso-ambivalentes, quienes durante su matrimonio tuvieron más desacuerdos, presentaban durante el primer año de duelo más sentimientos de culpa, autorreproches y síntomas físicos; en comparación con las personas que tuvieron un matrimonio más estable.

Bowlby (1983) afirma que algunos individuos que presentan la tendencia a prodigar compulsivamente cuidados a su figura vincular, pueden desarrollar un duelo crónico ante la pérdida o la amenaza de ésta. Durante el proceso de duelo, dichas personas dirigen los reproches contra sí mismas y manifiestan idealización hacia su pareja y la relación que mantenían con la misma (Bowlby, 1983).

Según Mattison y Sinclair (1979, citados por Bowlby, 1983), existen dos estructuras de matrimonio predominantes en las personas propensas a desarrollar un duelo crónico. En la primera, conocida como el matrimonio de “perro y gato”, la pareja discute constantemente y predomina en ambos la desconfianza, a pesar de esto; ninguno de los miembros toma la iniciativa de separarse, permaneciendo juntos durante periodos prolongados como consecuencia del fuerte temor que ambos experimentan ante la soledad (Bowlby, 1983).

La segunda estructura es denominada matrimonio de “nenes en el bosque” y se caracteriza por la tranquilidad en la relación, cada miembro de la pareja parece comprender al otro y conviven de forma ideal. En ambos casos se evidencia intensa ansiedad ante la amenaza de pérdida, debido a que cada sujeto se aferra a su pareja (Bowlby, 1983).

Por otro lado, las personas que demuestran una excesiva independencia afectiva y proclaman autosuficiencia emocional ante su pareja, también presentan tendencia a sufrir un duelo crónico (Bowlby, 1983). De acuerdo con lo dicho, puede afirmarse que el tipo de interacción que se había establecido con la persona que ahora se ha perdido juega un papel determinante en la respuesta frente a la pérdida (Bowlby, 1983).

La mayoría de personas que responden ante la pérdida de manera patológica, evidencian características fundamentales de las estructuras de personalidad que engloban

los tipos de vínculo inseguro, ya sea ansioso-ambivalente o evitativo (Bowlby, 1983), o de acuerdo con los estilos vinculares propuestos por Bartholomew y Horowitz (1991) vínculo preocupado, evitativo-temeroso y evitativo-rechazante.

Teniendo en cuenta lo anterior, además de la estructura de la personalidad, se puede decir que otra de las variables que influye en la respuesta a la pérdida de la persona amada son los procesos cognitivos. La forma en la que se interpretan y evalúan las situaciones es determinante en la manera en la que se siente y experimenta dicha situación. Por lo tanto, los modelos representacionales o modelos internos de trabajo que se tienen de sí-mismo y del mundo exterior son estructuras que afectan el procesamiento de la información, determinan el análisis de las causas de la separación y la reacción del individuo ante la misma (Bowlby, 1983).

Cuando una persona posee un modelo de representación de la figura vincular y de sí mismo caracterizado por aspectos positivos, presenta una fuerte tendencia a desarrollar un duelo sano ante la separación. El individuo con un modelo positivo del otro concibe a su figura vincular como una persona accesible, servicial y sensible a sus requerimientos. Un modelo positivo de sí mismo implica concebirse como una persona valiosa y digna de recibir amor (Bowlby, 1983).

Una propuesta coherente con la idea expuesta anteriormente es la realizada por Parkes (1999), quien con base en su experiencia clínica e investigaciones sugiere que existe la tendencia a que las personas a quienes les falta confianza en sí mismos (modelo negativo de sí mismo) presenten duelo crónico y a que quienes poseen baja confianza en los demás (modelo negativo del otro) eviten el proceso de duelo (duelo diferido). En contraste los pacientes que poseen confianza en sí mismos y en los demás, a pesar de experimentar duelos por pérdidas traumáticas, pocas veces presentan evitación o duelo excesivo (Parkes, 1999).

Una vez abordada la temática del duelo patológico, resulta indispensable aclarar que desarrollar un duelo sano no significa ausencia de dolor. Naturalmente, la persona afligida experimenta intenso sufrimiento; pero a diferencia del duelo patológico es poco probable que el sujeto experimente la sensación de haber sido rechazado o abandonado y que éste se autorreproche y atormente de manera indebida. Así mismo, la persona posteriormente estará en capacidad de restablecer su vida construyendo nuevas interacciones (Bowlby, 1983).

La información acerca de las características de las personas seguras, ansiosas-ambivalentes y evitativas es de utilidad en la presente investigación para lograr una mejor caracterización de la elaboración del proceso de duelo de acuerdo con los diferentes estilos vinculares. Lo dicho es relevante especialmente si se tiene en cuenta la correspondencia realizada por Bartholomew y Horowitz (1991) entre los estilos vinculares por ellos propuestos (seguro, temeroso, preocupado-evitativo y rechazante-evitativo) y los tipos de vínculo adulto descritos por Hazan y Shaver (1987); los cuales fueron formulados con base en los prototipos señalados por Ainsworth (s.f. citado por Bartholomew & Horowitz, 1991).

Otras Conceptualizaciones sobre el Constructo de Duelo

Buscando ampliar el constructo de duelo y su pertinencia en la ruptura por separación matrimonial más allá de la teoría vincular, se considera pertinente retomar otros planteamientos que se han hecho en relación con este proceso, para de este modo conocer

de que otras formas se ha trabajado la problemática, logrando así tener una visión más amplia y completa del constructo y sus implicaciones en la vida del ser humano.

Para comenzar, debe traerse a colación los postulados de Freud, autor pionero que realizó importantes contribuciones conceptuales sobre el proceso de duelo. La teoría freudiana aborda el tema de duelo sano (aflicción) y patológico (melancolía).

Freud (1978) con el fin de estudiar las perturbaciones anímicas narcisistas decide establecer la naturaleza de la melancolía por medio de la comparación entre ésta y la aflicción. La melancolía la considerada como un cuadro patológico que surge en vez de la aflicción, se presenta en diferentes formas clínicas que hacen referencia a afecciones somáticas o psicógenas. Por otro lado, define la aflicción como “la reacción a la pérdida de un ser amado o de una abstracción equivalente” (Freud, 1978, p. 1088), que jamás debe ser considerada como una patología, a pesar de que este estado tiene importantes implicaciones en la conducta de la persona afligida (Freud, 1978).

La aflicción se caracteriza principalmente por el dolor que experimenta el deudo. La persona afligida evidencia desinterés por el mundo exterior e incapacidad de amar nuevamente, y la melancolía se identifica por la disminución del amor propio, además de todas las características mencionadas correspondientes a la aflicción (Freud, 1978).

A pesar de que Freud no menciona en su obra un proceso de duelo ante la pérdida, describe la labor que lleva a cabo la aflicción, dando a entender que ésta es un proceso semejante al duelo. La descripción que realiza consiste en que en primer lugar, la persona hace un examen de la realidad que le muestra que el objeto amado ya no está presente y que su libido debe ser retirada del mismo. Debido a esto surge una resistencia de carácter natural que se opone a que la persona abandone la posición de la libido, en este momento la persona se puede apartar de la realidad e intentar conservar el objeto de forma psicótica optativa alucinatoria. Tras un desenlace normal, la persona comprende y respeta la inexistencia del objeto en el mundo real, sin embargo, éste continúa presente en la psique del afligido mientras se realiza la sustracción de la libido del objeto perdido. Durante la paulatina labor de la aflicción, es normal que la persona experimente dolor y displacer. Al termino de la labor, el Yo del sujeto vuelve a estar disponible y libre de inhibición (Freud, 1978).

La aflicción, a diferencia de la melancolía, es la pérdida de objeto que está ubicada en el nivel de la conciencia, por lo tanto, durante la labor de la aflicción el sujeto es capaz de concebir conscientemente lo que ha perdido y finalmente logra desplazar su libido sobre un nuevo objeto (Freud, 1978).

De acuerdo con lo mencionado en relación con la postura Freudiana frente a la tarea del duelo, en donde la función de éste se basa específicamente en la capacidad del deudo en retirar los recuerdos y esperanzas de la persona perdida (Freud, s.f, citado por Bowlby, 1983) Bowlby presenta desacuerdo. Este autor realiza su crítica con base en el argumento de la frecuencia con que las personas que están en proceso de duelo experimentan la sensación de que la persona fallecida se encuentra presente. Esta sensación se entiende como un acompañamiento o como la ubicación de la persona perdida en una parte adecuada (tumba u objeto preferido); esta sensación de presencia del muerto es acorde con la elaboración de un proceso de duelo sano, y no corrobora la función propuesta por Freud (Bowlby, 1983).

La sensación de presencia que se genera en el duelo por muerte, puede conectarse hipotéticamente con situaciones en las que posterior a una separación, algún sonido hace

creer a uno de los miembros de la pareja que el otro ha regresado a casa como era de costumbre mientras estaban casados.

Otro autor relevante en el estudio sobre duelo es Worden (1997) quien a diferencia de Bowlby (1983) afirma que el proceso de duelo puede ser comprendido a partir de un esquema de tareas. Hablar de las tareas del duelo implica una concepción del sujeto activa y le proporciona al individuo que desarrolla las tareas, sentimientos de fortaleza, esperanza y la sensación de que tiene un papel activo que le permite modificar su situación actual (Worden, 1997).

Así mismo, Worden (1997) menciona que ante la pérdida de un ser amado el sujeto reacciona de forma intensa, entre más significativa haya sido para el individuo la persona perdida, mayor será la intensidad de las reacciones que se presenten ante la pérdida (Worden, 1997). Las respuestas que se evidencian en el sujeto durante el proceso de duelo se dirigen hacia la recuperación de la relación con el objeto perdido. En esta afirmación se evidencia nuevamente la hipótesis de búsqueda sugerida por Bowlby (1983).

Con el fin de restablecer el equilibrio, es necesario realizar un proceso de duelo posterior a la pérdida. El duelo, definido como la adaptación a la pérdida, es considerado como un proceso que no sigue necesariamente un orden específico. Por lo tanto, las tareas descritas a continuación pueden presentarse en diferentes momentos de forma simultánea (Worden, 1997).

La primera tarea: aceptar la realidad de la pérdida, se caracteriza por entender que la persona está muerta y jamás volverá. Cumplir con el objetivo de esta tarea puede tomar cierto tiempo, debido a que involucra un esfuerzo emocional e intelectual por parte del sujeto. Durante esta tarea el sujeto adopta, de manera momentánea, diferentes formas de protección que tienen como objetivo defender a la persona de la realidad, sin embargo, la prolongación de éstas puede resultar en un duelo patológico. Una forma de protección es la negación de la realidad de la pérdida, en donde la persona puede presentar desde una distorsión ligera hasta un engaño total. Negar el significado de la pérdida y negar que la muerte sea irreversible, son otra forma de protegerse (Worden, 1997). Si se tiene en cuenta lo expuesto a través de esta revisión bibliográfica, esta primera tarea se asemeja a la fase de embotamiento propuesta por Bowlby (1983).

La segunda tarea, las emociones y el dolor de la pérdida, consiste en la elaboración del dolor emocional y conductual que está relacionado con la pérdida. Es natural que el individuo ante la pérdida de un ser al que ha estado estrechamente vinculado experimente dolor, por lo tanto, el sujeto no debe negar el dolor que siente, ya que esto prolongaría el curso del duelo. Esta tarea se propone que la persona se permita a sí misma, expresar sus sentimientos de aflicción y comprender que en algún momento el dolor pasará (Worden, 1997).

La tercera tarea: adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente, consiste en que el sujeto se dé cuenta de los roles que cumplía la persona ausente y asuma el hecho de vivir sin ella. La pérdida del esposo no solo significa la pérdida de la pareja sexual, sino que a su vez implica la pérdida de todos aquellos roles que normalmente esta persona desempeñaba, como por ejemplo el rol del compañero, jardinero, niño, entre otros (Parkes, 1972, citado por Worden, 1997).

Por lo mencionado, la persona debe continuar con sus tareas cotidianas, adaptándose a la pérdida de los roles que desempeñaba el ser amado. En caso contrario, la persona puede no adaptarse y continuar su vida combatiendo en contra de sí misma,

fortaleciendo su impotencia ante la situación, sin adquirir las habilidades necesarias que le permitan afrontar las tareas del duelo. Así mismo, la persona termina por aislarse del mundo exterior sin asumir los requerimientos del medio (Worden, 1997).

En relación con la tercera tarea y asociándola con la separación matrimonial, Weiss (1975) señala que generalmente, en la medida en que cada miembro de la pareja empiece una nueva vida y asuma una nueva identidad, el ex-esposo (a) va perdiendo importancia.

Finalmente, la cuarta tarea: recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo, se concentra en encontrar el lugar adecuado para ubicar los recuerdos del fallecido y continuar con la vida. Debido a que las memorias de una relación significativa nunca desaparecen, es necesario desactivar el recuerdo exagerado en el curso de la vida diaria para continuar con la formación de nuevos vínculos afectivos (Worden, 1997).

A diferencia de Bowlby (1983) quien menciona que el duelo parece no acabar nunca, Worden (1997) afirma que la finalización del duelo se da cuando se han completado exitosamente las cuatro tareas descritas. Por lo tanto, la finalización del proceso de duelo se presenta cuando la persona evidencia interés por la vida, gratificación y está en capacidad de adaptarse a nuevos roles (Worden, 1997). El proceso de duelo, puede oscilar entre uno o dos años (Mikulincer & Shaver, 2007; Worden, 1997), sin embargo, es normal que algunas personas tarden un poco más en realizarlo (Worden, 1997).

Teniendo en cuenta los diversos estudios citados que hacen referencia al proceso de duelo como consecuencia de una pérdida por muerte y conociendo ya las posibles semejanzas que este proceso tiene con la elaboración del duelo por separación conyugal, vale la pena introducir la propuesta de Caruso (2005) debido a que este autor se dedica al estudio específico de la separación de los amantes. Este tipo de ruptura es significativa para la presente investigación en la medida en que corresponde a una disolución amorosa; independientemente de que esta relación no sea legal y socialmente reconocida.

La postura de este autor resulta de suma utilidad, en la medida en que permite corroborar la semejanza en muchos aspectos, como ya fue señalado en otros estudios (Gray, Koopman & Hunt, 1991; Weiss, 1975), entre las respuestas que se presentan frente a la pérdida por muerte (Bowlby, 1983), y frente a la ruptura amorosa; especialmente si se tiene presente que estudiar la ruptura en las relaciones de pareja representa estudiar la manifestación de la muerte en la vida (Caruso, 2005).

La separación es comprendida aquí como la “irrupción de la muerte psíquica en la vida de dos seres humanos, que deben vivir en el horror de esta muerte porque tienen que sobrevivirla” (Caruso, 2005, p. 8). La elaboración del duelo en éste sentido resulta paradójica, debido a que para mantenerse vivo se debe hacer uso de la represión en contra de lo que está vivo (Caruso, 2005), en términos de Bowlby (1983) se usa la exclusión defensiva, para disminuir lo penoso del proceso de duelo.

Consecuente con lo dicho, la elaboración del duelo por separación amorosa se puede sintetizar del modo siguiente, es vivida peor que una experiencia de muerte física porque corresponde a una muerte en vida. En esta situación ambas personas saben, en caso de que la represión no sea muy profunda, que el sufrimiento experimentado será horrible, pero también que este sufrimiento será “breve”, en cuanto comprenden que cada uno de ellos olvidará al otro (Caruso, 2005). Lo anterior, representa el fallecimiento en la conciencia y el fallecimiento de la conciencia. Es una sentencia recíproca de muerte, en la medida en que al momento de condenar al otro a morir, se declara la propia sentencia,

debido a que la pena se cumple, sobre la conciencia de éste, y en la conciencia del otro (Caruso, 2005).

Coherente con lo expresado es evidente que el otro no muere físicamente, pero sí lo hace en la conciencia de la otra persona. En estas circunstancias los mecanismos de defensa o de intercambio como son llamados por Caruso (2005) mantienen vivo al Yo. Éste atraviesa una etapa de nostalgia, de agresividad e indiferencia y posteriormente de racionalización de la separación; todas estas etapas son elementos defensivos experimentados durante la elaboración del proceso de duelo (Caruso, 2005).

En relación con los elementos defensivos mencionados precedentemente, se considera pertinente para el presente estudio abordar la agresividad y la indiferencia, debido a que estas son las etapas que presentan semejanzas para el duelo vivido por la separación conyugal y el duelo vivido por la separación del amante (tipo de pérdida específica estudiada por el autor). En contraste, la etapa posterior: racionalización de la separación, es de poca importancia para esta investigación debido a que en ésta se despliegan mecanismos referidos exclusivamente a la separación del amante, ya que a través de éstos se busca elaborar ideologías que fortalezcan la presión del Superyó a favor del orden social, el arrepentimiento o el consuelo religioso y filosófico (Caruso, 2005).

Establecida la irrelevancia de la etapa de racionalización de la separación de los amantes, se proseguirá a realizar una breve síntesis de las etapas que se presentan también en el proceso de duelo de una relación legítimamente constituida. En primer lugar y con respecto a la agresividad, se puede afirmar que ésta es un mecanismo de defensa que sirve para devaluar a la persona ausente, facilitando así la desidentificación con el objeto. Como segundo y último punto pertinente de la teoría establecida por Caruso (2005), se debe aclarar en relación con la indiferencia, que ésta es entendida no como la indiferencia duradera que se presenta después de elaborada la separación, sino como el elemento de embotamiento afectivo, inhibición del afecto, experimentado durante la elaboración del proceso de duelo (Caruso, 2005).

Con estas consideraciones en mente y teniendo en cuenta la teoría expuesta en relación con el vínculo y el proceso de duelo elaborada por Bowlby (1983), así como los diferentes argumentos utilizados para argumentar que ésta es la base conceptual adecuada para el estudio del duelo por separación conyugal, a continuación se hará mención de diferentes estudios empíricos que incluyen las dos variables de interés para la presente investigación: los estilos vinculares adultos y el proceso de elaboración del duelo por separación conyugal.

Estudios Empíricos sobre Estilos Vinculares Adultos y el Proceso de Duelo por Separación Conyugal

Diferentes investigaciones han expresado que los estilos vinculares contribuyen a la percepción y habilidad de afrontamiento que posee un individuo ante eventos que significan una amenaza para el vínculo afectivo adulto, como por ejemplo el divorcio (Mikulincer & Shaver, 2007). Existen pocos estudios que hayan examinado las diferencias que genera el estilo vincular en las respuestas adultas a la disolución de las relaciones románticas (Feeney & Noller, 2001; Davis, Shaver & Vernon, 2003).

Teniendo en cuenta lo precedente, dentro de los antecedentes empíricos que asocian las variables ruptura amorosa y estilo vincular, además de los ya mencionados que conciben la ruptura como una experiencia que conlleva al duelo, se encontró la investigación realizada por Birnbaum, Orr, Mikulincer, y Florian (1997, citados por

Mikulincer & Florian, 1998). Estos autores se enfocaron en los tres estilos vinculares adulto propuestos por Hazan y Shaver (1987) y evaluaron cómo estos estilos afectaban el afrontamiento y la adaptación al divorcio (Birnbaum, et al., 1997, citados por Mikulincer & Florian, 1998). Para la realización del estudio utilizaron una muestra de 123 sujetos. Los participantes, quienes estaban atravesando un largo proceso de divorcio fueron clasificados de acuerdo con su tipo vincular y fueron comparados con un grupo de personas casadas utilizando una medida cuyo fin era evaluar la salud mental. Adicionalmente, los participantes divorciados reportaron la manera en que apreciaron y afrontaron la experiencia estresante de divorcio (Birnbaum, et al., 1997, citados por Mikulincer & Florian, 1998).

Los resultados de esta investigación, corroboraron que la forma en la cual las personas afrontan y se adaptan al proceso de divorcio está relacionada con su estilo vincular adulto (Mikulincer & Florian, 1998). Los individuos seguros se perciben a sí mismos como más capaces de afrontar el divorcio, lo conciben en términos menos amenazantes y usan estrategias de afrontamiento más adaptativas. Las personas seguras manejan la separación interpersonal de modo constructivo y comprenden que es una situación que puede resolverse, cuentan con las herramientas internas para afrontar efectivamente la pérdida logrando así experimentar menos malestar (Birnbaum, et al., 1997, citados por Mikulincer & Florian, 1998).

En contraste, los resultados apoyaron la premisa de que los estilos inseguros se caracterizan por experimentar mayor malestar luego de una pérdida significativa. Para las personas ansiosas-ambivalentes el proceso de divorcio implica un aumento significativo del malestar personal. De manera similar, los sujetos evitativos se sienten indefensos para hacer frente a esta experiencia (Birnbaum, et al., citados por Mikulincer & Florian, 1998).

Por otro lado, la investigación realizada por Barbara y Dion (2000) abordó la relación entre los estilos vinculares, específicamente el estilo preocupado, y diferentes aspectos como: la iniciación de la separación, las reacciones emocionales frente a la misma, los motivos que la provocaron y las experiencias y percepciones al respecto, reportados tras la disolución de una relación romántica. Para este estudio tuvieron en cuenta el marco de la teoría vincular, con el fin de conocer por qué para unas personas es más difícil afrontar la separación que para otras.

El estudio fue realizado con 115 sujetos, estudiantes universitarios, que oscilaban entre los 18 y 42 años. Cabe mencionar que el 60% de los participantes reportó haber estado en la relación romántica antes de la ruptura durante dos años o menos. Los participantes completaron diferentes cuestionarios relacionados con las reacciones ante la separación, teniendo en cuenta la naturaleza y los eventos de la relación, la reacción emocional posterior a la separación, los motivos de separación, las experiencias tras la separación y el cuestionario Attachment Style Questionnaire desarrollado por Feeney (1994, citado por Barbara & Dion 2000).

A partir de los resultados obtenidos, Barbara y Dion (2000) concluyeron que las personas con estilo vincular preocupado reportan haber iniciado la separación, así mismo, es evidente que este estilo vincular alcanza los mayores índices de emociones negativas tras la separación, debido al modelo negativo que tienen de sí-mismo. A diferencia de las personas preocupadas, las evitativas por su modelo de sí-mismo positivo, desarrollan estrategias defensivas en el momento de la separación para evitar las emociones negativas (Barbara & Dion, 2000).

Así mismo, estas autoras hallaron que las personas preocupadas describen la separación como un evento difícil, tienen gran dificultad para continuar con sus vidas y desean constantemente reconciliarse con su pareja, en comparación con las personas ansioso-ambivalentes, quienes reportaron estar en una nueva relación de pareja después de la separación. Finalmente, Barbara y Dion (2000) señalan que para las personas preocupadas la separación suscita reacciones como la emocionalidad exagerada, en lugar de lidiar constructivamente con la separación, estos sujetos se centran de forma obsesiva en el conflicto y se resisten a la separación de la pareja.

Otro estudio pertinente es el realizado por Davis, Shaver y Vernon (2003). Su investigación consistió en descifrar el papel que desempeña el género, la edad, el involucramiento emocional y el estilo vincular en las reacciones físicas, emocionales y conductuales a la ruptura de relaciones románticas o maritales. Estos autores trabajaron con base en las dimensiones propuestas por Brennan, Clark, y Shaver (1998, citados por Davis, et al., 2003), vínculo relacionado con ansiedad y vínculo relacionado con evitación (Davis, et al., 2003). Ambas dimensiones vinculares son de interés para esta investigación.

Las medidas que se utilizaron en dicho estudio fueron: una versión reducida a nueve ítems del cuestionario Close Relationship Measure (Brennan, et al., 1998, citados por Davis, et al., 2003) y un cuestionario acerca de las respuestas a la ruptura donde se incluían apartados relacionados con las siguientes reacciones: protesta, malestar, estrategias de afrontamiento y resolución (Davis, et al., 2003).

Los resultados de esta investigación sugirieron que el género no está relacionado con vínculos ansiosos o evitativos, que las personas quienes deciden terminar la relación presentan menor ansiedad y que un mayor involucramiento emocional al momento de la ruptura implica mayor malestar a nivel físico y emocional, generándose pérdida del interés sexual y sentimientos de culpa (Davis, et al., 2003).

Por otra parte, el vínculo relacionado con ansiedad se asoció significativamente con los distintos índices de malestar y con culpabilizar al ex compañero. Así mismo, se evidenció en estos sujetos, ira y conductas vengativas, desorganización de la identidad en ausencia de la pareja perdida y una tendencia mayor a buscar inmediatamente un compañero nuevo. En contraste, las personas con estilos vinculares altamente evitativos presentaron reacciones de malestar caracterizadas por auto-culpabilización y disminución del deseo sexual (Davis, et al., 2003).

Respecto a sentimientos de preocupación e interferencia en la conducta de exploración, se evidenció un aumento significativo entre las personas más involucradas emocionalmente, en quienes no tomaron la decisión de terminar la relación y en quienes presentan estilos vinculares altos en la dimensión de ansiedad (Davis, et al., 2003).

Entre los estilos vinculares altamente evitativos se hicieron explícitas estrategias de afrontamiento caracterizadas por la autosuficiencia y la poca búsqueda de apoyo social. Igualmente, se relacionaron con evasión de la pareja (Davis, et al., 2003).

La evitación de la pareja también se manifestó en estilos vinculares altos en la dimensión de ansiedad, sin embargo, en éstos los resultados parecen ser incongruentes con sus principales características: búsqueda constante de proximidad y esfuerzos por mantener la relación (Davis, et al., 2003). No obstante, este hallazgo resulta coherente con el prototipo temeroso-evitativo propuesto por Bartholomew y Horowitz (1991, citados por Davis, et al., 2003), el cual se caracteriza por presentar altos grados tanto en ansiedad como en evitación.

Por otra parte, el estudio sugirió que vínculos caracterizados por alta ansiedad o por alta evitación presentan estrategias de afrontamiento disfuncionales relacionadas con el uso de drogas y alcohol (Davis, et al., 2003).

Coherente con lo expuesto anteriormente, era de esperar que las personas seguras, quienes presentan puntajes bajos en las dimensiones de ansiedad y evitación, hayan presentado estrategias de afrontamiento caracterizadas por búsqueda de apoyo social (Davis, et al., 2003).

La investigación de Davis et al., (2003) posee limitaciones y falta de controles metodológicos respecto a la muestra participante. Se utilizó un cuestionario publicado en la Internet, al cual 255 personas respondieron voluntariamente, sin embargo, para los análisis posteriores de la información no se tuvieron en cuenta aquellas personas que mientras respondían las preguntas se encontraban en compañía de alguien, se excluyó también a los sujetos que lo estaban respondiendo por segunda vez y a quienes en cuyas respuestas hacían referencia a una ruptura que había ocurrido hace más de cinco años (Davis, et al., 2003). Estas circunstancias metodológicas deben tenerse en cuenta para realizar una interpretación cautelosa de sus resultados.

Adicionalmente, se puede incluir como parte de los antecedentes empíricos, la investigación realizada por Sbarra y Ferrer (2006) cuyo objetivo era examinar la estructura y el proceso diario de las emociones tras una ruptura amorosa no matrimonial. Tenían en cuenta como estados de ánimo predominantes en la experiencia posterior a la disolución de la relación: el amor/anhelo, la ira y la tristeza.

Los autores realizaron un análisis de los autorreportes de los participantes por medio de la estrategia analítica, Dynamic Factor Analysis (DFA), en la cual operacionalizaron diferentes dinámicas emocionales: amplificación, disminución, persistencia y co-ocurrencia; diferencias en estas dinámicas fueron observadas en relación con el ajuste a la separación y a los diferentes estilos de apego (Sbarra & Ferrer, 2006).

La muestra en dicho estudio estaba compuesta por 37 adultos jóvenes, estudiantes de aproximadamente 18 años de edad, quienes recientemente habían experimentado una separación amorosa. La muestra fue dividida en dos grupos: individuos con adaptación adecuada (estilo vincular seguro) e individuos con escasa adaptación (estilo vincular inseguro) a la separación (Sbarra & Ferrer, 2006).

Los autores concluyeron que los factores (amor/anhelo, ira y tristeza) son representativos de la experiencia afectiva posterior a la ruptura con la pareja. Así mismo, afirmaron que las personas con adaptación adecuada a la separación; evidencian amplificación desde el amor, hacia la ira y la tristeza, lo que posiblemente les permite romper el vínculo con su ex pareja con mayor facilidad en comparación con las personas con escasa adaptación (Sbarra & Ferrer, 2006).

En el grupo de escasa adaptación, se evidencia la dinámica de persistencia referente al amor, lo cual tiende a mantener el vínculo con la pareja. En contraste, los sujetos pertenecientes al grupo de adaptación adecuada toleran diferentes emociones, oscilando entre el amor por su ex pareja, la ira y la tristeza (Sbarra & Ferrer, 2006).

Finalmente, el estudio sugiere que los individuos inseguros se caracterizan por la hiperactivación de estrategias emocionales, mientras que los individuos ansioso-ambivalentes fluctúan entre la fuerte persistencia de la ira, del amor y la tristeza (Sbarra & Ferrer, 2006).

Para concluir, es claro que las relaciones de pareja pueden ser vistas como relaciones de apego. Así mismo, la revisión bibliográfica ha evidenciado que dependiendo de los estilos vinculares las personas responden de maneras distintas ante situaciones estresantes. En este mismo sentido, distintos estudios han señalado diferentes tipos de respuestas conductuales y emocionales frente a la ruptura amorosa. Del mismo modo, los estilos vinculares parecen estar relacionados con la manera en que las personas experimentan los procesos de duelo, no obstante, la evidencia empírica es escasa y requiere verificarse en otros contextos culturales. Por lo tanto, en esta investigación se explorará a nivel descriptivo la relación entre los estilos vinculares y la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal en población colombiana.

0.3 Objetivos

0.3.1 Objetivo general

Relacionar el estilo vincular adulto con la caracterización de la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal en hombres y mujeres entre 24 y 61 años de edad residentes en la ciudad de Bogotá.

0.3.2 Objetivos específicos

Caracterizar el estilo vincular adulto identificando las dimensiones de ansiedad y evitación en hombres y mujeres entre 24 y 61 años de edad residentes en la ciudad de Bogotá.

Caracterizar la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal en hombres y mujeres entre 24 y 61 años de edad residentes en la ciudad de Bogotá.

Establecer la relación entre las características que definen el estilo vincular y la caracterización de la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal.

0.4 Hipótesis

Los estilos vinculares, determinados a partir de sus dos dimensiones: evitación y ansiedad, se relacionan a nivel descriptivo con la caracterización de la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal, considerando las fases que constituyen dicho proceso: embotamiento, anhelo y búsqueda de la figura perdida: cólera, desorganización y reorganización.

0.5 Variables

Dimensión de evitación: es el grado en el que una persona evade el contacto íntimo con otros (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Dimensión de ansiedad: es el grado en el que el modelo de sí mismo de una persona depende de la aceptación de los otros (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Estilos vinculares: prototipos con conductas de apego específicas que caracterizan la relación vincular adulta. Los estilos vinculares reportan una mezcla de tendencias a través del tiempo y durante y a través de las relaciones. Existen cuatro estilos vinculares: seguro, preocupado, temeroso-evitativo y rechazante-evitativo de acuerdo con la propuesta de Bartholomew y Horowitz (1991).

Estilo vincular seguro: es el prototipo de aquellas personas que se caracterizan por poseer un modelo de sí-mismo, en el cual se consideran dignos de amor y personas valiosas. Así mismo, en su modelo de los otros tiene la expectativa de que los demás son generalmente responsivos (modelo positivo del otro). Este prototipo valora las amistades íntimas, es capaz de mantener relaciones cercanas sin perder la autonomía y es coherente

en el momento de discutir sus relaciones y temas similares (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Estilo vincular preocupado: prototipo característico de las personas que poseen un modelo de sí-mismo negativo, en el que existe la idea de que no se es valioso ni digno de amor, lo anterior combinado con un modelo positivo del otro. La combinación antes mencionada lleva a que los individuos preocupados busquen su propia aceptación ganándose la aceptación de los otros valorados. Los sujetos clasificados en esta categoría se involucran demasiado en las relaciones cercanas, dependen de la aceptación de los demás para sentir bienestar, tienden a idealizar a otras personas y presentan incoherencia y emocionalidad exagerada al discutir acerca de las relaciones (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Estilo vincular temeroso-evitativo: prototipo característico de los individuos que tienen un modelo de trabajo de sí-mismo y de los otros negativo, es decir, que se conciben como personas poco valiosas y conciben a los demás como individuos en los que no se puede confiar. Como resultado, este grupo de personas evita relacionarse de manera cercana con los demás, esto permite al temeroso-evitativo protegerse de forma anticipada de un posible rechazo (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Estilo vincular rechazante-evitativo: prototipo que caracteriza a las personas que tienen un modelo positivo de sí-mismas, percibiéndose como personas valiosas y merecedoras de amor, conjuntamente con un modelo negativo del otro. Estas personas evitan decepcionarse evadiendo las relaciones cercanas y manteniendo un alto sentido de invulnerabilidad e independencia. Este prototipo resta importancia a las relaciones cercanas y restringe la emocionalidad ante la pérdida, separación o rechazo de la figura vincular (Mikulincer & Shaver, 2007); de la misma manera muestra poca claridad y credibilidad cuando discute acerca de las relaciones (Bartholomew & Horowitz, 1991).

0.6 Categorías de análisis

Duelo por separación conyugal: es un conjunto de procesos psicológicos que se activan como consecuencia de la pérdida (Bowlby, 1983) de la pareja a causa de la separación conyugal, cualquiera sea su desenlace.

0.6.1 Sub-categorías

Fase de embotamiento: reacción inmediata de un individuo ante la pérdida de un cónyuge, en la cual la persona se siente aturdida en diferentes grados y es incapaz de aceptar la realidad. Durante esta fase, la persona puede continuar con su vida cotidiana en forma casi automática, lo que puede verse interrumpido espontáneamente por episodios de intensa emoción (Bowlby, 1983).

Fase de anhelo y búsqueda de la figura perdida - cólera: se caracteriza porque después de algunas horas o días, el individuo comienza episódicamente a percibir la pérdida como real, experimentando un fuerte anhelo combinado con llanto y malestar. Se

evidencia pérdida de sueño, inquietud, pensamientos obsesivos relacionados con el esposo o esposa perdido(a), la sensación de que él/ella está presente; tendiéndose a interpretar sonidos y señales como manifestaciones de que ha regresado (Bowlby, 1983). Así mismo se experimenta cólera, auto-reproche, ingratitud hacia quienes intentan dar consuelo y oscilación entre dos estados de ánimo: el dolor y el anhelo- que acompañan la creencia de que pérdida es real - y la esperanza de que todo se solucionará; seguida por la incredulidad ante el hecho y la persistente búsqueda de la persona para recuperarla (Bowlby, 1983).

Fase de desorganización: es en ésta donde se empieza a aceptar y reconocer de manera gradual que la pérdida es permanente y que se le debe dar una nueva forma a la vida; es así como resulta necesario descartar los antiguos patrones de pensamiento, sentimiento y acción antes de lograr establecer nuevos (Bowlby, 1983).

Fase de reorganización: en ésta el sujeto empieza a examinar las posibilidades que tiene para hacer frente a la nueva circunstancia, redefiniendo la situación y a sí mismo. Estas redefiniciones implican un considerable trabajo cognitivo y emocional, son dolorosas y decisivas, en la medida en que implican renunciar a toda esperanza de recuperar a la persona perdida y de regresar a la situación previa. Sin embargo, son éstas las que permiten trazar planes futuros (Bowlby, 1983).

1. Método

1.1 Diseño

El presente trabajo investigativo es un estudio mixto de tipo descriptivo con diseño de vinculación o modelo de dos etapas por derivación de acuerdo con Creswell (2005). Este diseño secuencial se realiza a través de dos fases. En la primera se implementa el diseño cuantitativo, en esa segunda fase se recoge datos cualitativos para profundizar en las características del fenómeno particular (Hernández, Fernández & Baptista, 2006).

La aplicación de este método mixto secuencial pretende en una primera fase recolectar información cuantitativa a través de un instrumento de auto-reporte sustentado en la teoría vincular (Alonso-Arbiol, Balluerka, & Shaver, 2007). Este instrumento mide las dimensiones del estilo vincular adulto, evitación y ansiedad, en una escala Likert de 1 a 7. Posteriormente, se analizan estos datos y se infiere los estilos vinculares para luego desarrollar la segunda fase del estudio: fase de recolección y análisis de datos cualitativos. Esta fase se lleva a cabo a través de una entrevista semiestructurada que pretende indagar acerca del fenómeno de duelo por separación conyugal. A través de estas dos fases se establece una caracterización de la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal, a partir de los diferentes estilos vinculares adultos encontrados en la muestra.

Se utiliza una metodología mixta, debido a que para la medición del estilo vincular adulto se considera fundamental la utilización de un instrumento de autoreporte basado en la teoría vincular, tomando como premisa que éste puede ser más exacto que un método cualitativo para establecer el estilo vincular y teniendo en cuenta que el interés de esta fase de la investigación se centra en la tipificación vincular y no en la descripción de los estilos vinculares. Por otra parte, se hace necesario utilizar una metodología mixta, en la medida en que no existe un instrumento para medir cuantitativamente la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal, por lo cual para poder caracterizar la elaboración de este fenómeno a nivel descriptivo, se realiza una entrevista semiestructurada que abarca las dimensiones del proceso de elaboración de duelo a partir de la conceptualización por etapas propuesta por Bowlby (1983).. A través de la tipificación de los estilos vinculares y de la descripción el proceso de duelo de los participantes, se hace posible relacionar ambos constructos.

1.2 Participantes

En la presente investigación se hizo uso del muestreo voluntario para la medición del estilo vincular adulto, esta muestra fue conformada por 18 participantes, entre los que se incluyeron indiscriminadamente 8 hombres y 10 mujeres entre los 24 y 61 años de edad, residentes en la ciudad de Bogotá, pertenecientes a los estrato socioeconómicos 3, 4, 5 y 6 en una escala de estratificación socio-económica del 1 al 6 (Ley 142 de 1994, Servicios Públicos Domiciliarios), con un nivel educativo bachiller y/o profesional. Para la muestra mencionada se establecieron los siguientes criterios de inclusión: los participantes debían haber convivido como cónyuges dos años o más en su relación de pareja, esto teniendo en cuenta que se requiere de dos años aproximadamente para que las relaciones románticas puedan ser consideradas como verdaderos vínculos afectivos (Zeifman & Hazan, 2008). Adicionalmente, los participantes debían encontrarse elaborando el proceso de duelo

durante la investigación; basados en el criterio de tiempo de separación conyugal, el cual debe ser menor a 36 meses, sin tener en cuenta si se finalizó el proceso legal de separación (divorcio).

En cuanto a la caracterización de la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal, la muestra estuvo conformada por los 18 participantes que respondieron el ECR-S adaptado al lenguaje del contexto colombiano. Los participantes fueron seleccionados con base en su disponibilidad de continuar colaborando con el estudio y se presentan a continuación sus características socio-demográficas y los estadísticos correspondientes a la muestra de participantes (N=18).

Tabla 1
Estadísticas descriptivas de las variables demográficas (N=18)

<i>Variable</i>	<i>Mínimo</i>	<i>Máximo</i>	<i>Media</i>	<i>Mediana</i>	<i>SD</i>
Edad	24	61	40,94	40,00	11,63
Años de convivencia conyugal	2	40	10,37	8,00	9,54
Meses desde la separación conyugal	5	36	15,78	12,00	9,40

Nota. La edad de los participantes está presentada en años. La temporalidad desde la decisión de la separación hasta el momento en el que se realiza la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal esta dada en meses.

Tabla 2:
Características socio-demográficas de los participantes (N= 18)

<i>Variable</i>		<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
Género	Mujer	10	55,6
	Hombre	8	44,4
Nivel educativo	Bachiller	1	5,6
	Técnico	1	5,6
	Universitario	9	50,0
	Especialista	1	5,6
	Postgrado	5	27,8
Estrato socioeconómico	Doctorado	1	5,6
	Estrato 3	3	16,7
	Estrato 4	6	33,3
	Estrato 5	3	16,7
	Estrato 6	6	33,3

Nota. La tabla señala el porcentaje de participantes de acuerdo con el género, nivel educativo y estrato socioeconómico. Se evidencia que la mayoría de los participantes son mujeres. Así mismo, la mayoría de los participantes son universitarios o tienen estudios de posgrado y pertenecen a los estratos socioeconómicos 4 y 6 predominantemente.

1.3 Instrumentos

Primera fase de investigación mixta secuencial. En la primera fase de esta investigación, como método de recolección de información se utilizó el cuestionario de apego adulto Experiences in Close Relationships (Brenan, Clark & Shaver, 1998) en la versión en español Cuestionario de Relaciones Interpersonales (ECR-S) (Alonso-Arbiol, et al, 2007). , Esta versión se creó a partir de un método de doble traducción: inglés-español y español-inglés para garantizar la equivalencia lingüística de ambos cuestionarios, por parte de dos de los investigadores bilingües expertos en teoría vincular, y un tercer traductor no familiarizado con la teoría en cuestión. Así mismo, el lenguaje utilizado fuera adecuado al contexto de España (Alonso-Arbiol, et al., 2007).

El cuestionario ECR-S fue validado en la comunidad del País Vasco (España) con una muestra de estudiantes universitarios y otra muestra más amplia y representativa demográficamente, en ésta se incluía población general con niveles educativos desde la básica primaria hasta el nivel universitario. La validación se realizó a través de tres estudios independientes. Por otra parte, este instrumento ha sido traducido en idiomas diferentes al español e inglés, produciendo siempre adecuados coeficientes de confiabilidad y buena validez de constructo (Mikulincer & Shaver, 2007).

El instrumento ECR-S es un cuestionario compuesto por dos escalas con 18 reactivos cada una. Las escalas están elaboradas de modo tal, que una de éstas mide la dimensión del vínculo: evitación y la otra mide la dimensión del vínculo: ansiedad. El cuestionario consta de 36 frases referidas a cómo se siente la persona en las relaciones de pareja y está diseñado para ser respondido de acuerdo con una escala Likert que abarca 7 posibilidades, desde totalmente en desacuerdo a totalmente de acuerdo.

Se eligió este cuestionario debido a que teóricamente las dimensiones del vínculo: evitación y ansiedad corresponden respectivamente con la dimensión de modelo del otro y modelo de sí mismo propuestas por Bartholomew y Horowitz (1991). A partir del puntaje en las dimensiones (evitación y ansiedad); es posible inferir los estilos vinculares: seguro, temeroso-evitativo, preocupado y rechazante-evitativo, teniendo en cuenta que estas dimensiones (evitación y ansiedad) corresponden con el modelo de trabajo del otro y de sí mismo, ejes centrales de la propuesta de Bartholomew y Horowitz (1991).

Consecuente con lo anterior, se puede afirmar que el ECR-S permite inferir los estilos vinculares, debido a que durante el proceso de validación del instrumento se realizó un estudio para dar cuenta de la validez de criterio entre las escalas del ECR-S y el cuestionario de relaciones (RQ) de Bartholomew y Horowitz (1991) que mide los cuatro estilos vinculares mencionados precedentemente. Los resultados de este estudio señalaron que ambas dimensiones (evitación y ansiedad) en conjunto definen las cuatro categorías vinculares establecidas por Bartholomew y Horowitz (1991, citado por Alonso-Arbiol et al, 2007).

Con base en lo mencionado, se puede señalar que el estilo vincular seguro se infiere a partir de la baja puntuación en la dimensión de ansiedad y evitación; el estilo preocupado a partir de la puntuación baja en evitación y alta en ansiedad; el estilo rechazante-evitativo a partir de la alta puntuación en evitación y baja en ansiedad; y el estilo temeroso-evitativo a partir de la baja puntuación en ambas dimensiones (Alonso-Arbiol et al. 2007)

Por otra parte, en cuanto a los criterios con base en los cuales se tomó la decisión de utilizar el ECR-S en este estudio, se consideró que este cuestionario era el más adecuado

en la medida en que fue traducido al español y validado en población de habla hispana, si se tiene en cuenta que no se posee conocimiento de algún instrumento que mida los estilos vinculares validado en población colombiana. Además, de considerarse éste como un instrumento psicométricamente sólido; debido a que para la elaboración de la versión del instrumento en inglés se realizó un análisis factorial de los reactivos no redundantes de todos los instrumentos de auto-reporte que miden vínculo adulto creados hasta finales de 1990 (Mikulincer & Shaver, 2007). Adicionalmente, en la validación al español se hicieron dos análisis factoriales exploratorios, los cuales confirmaron la estructura de los factores (factor 1 dio cuenta del 18.9% y 18.4% de la varianza y correspondió a la dimensión de evitación y factor 2 con el 15.7% y 13.3% de la varianza correspondiente a la dimensión de ansiedad) como muy similar a la versión original del ECR en inglés, en términos del tamaño del peso relativo de los factores (Alonso-Arbiol et al. 2007).

En cuanto a la consistencia interna evaluada en ambas muestras españolas con la prueba Alpha Crombach, los coeficientes fueron .87 y .86 para la dimensión de evitación y .85 y .83 para la dimensión de ansiedad. Estos resultados son muy parecidos a los coeficientes obtenidos en los estudios con el ECR en Estados Unidos (Alonso-Arbiol, Balluerka, Shaver, & Gillath, 2006 citados por Alonso-Arbiol et al, 2007).

Respecto a la validez de criterio, el ECR-S mostró estar en completa correspondencia teórica entre las dimensiones del vínculo: evitación y ansiedad con las dos dimensiones: modelo del otro y modelo del sí mismo del Relationship Questionnaire (Bartholomew & Horowitz, 1991 citados por Alonso-Arbiol et al, 2007) Así mismo, el ECR-S presenta validez de constructo con tres subescalas de la adaptación al español de la Escala de los Componentes del Amor (Carreño & Serrano, 1995 citados por Alonso-Arbiol et al, 2007), y con tres escalas de la adaptación al español del Inventario Revisado de Satisfacción Marital (MSI-R; Reig-Ferrer, Cepeda-Benito & Snyder, 2004 citados por Alonso-Arbiol et al, 2007). En cuanto a la confiabilidad test-postest, se estableció que ésta era adecuada en un periodo de seis semanas (Alonso-Arbiol et al, 2007).

Por otra parte, los autores del ECR-S afirman que el cuestionario es útil para el estudio del vínculo adulto en individuos y parejas de habla hispana, debido a que posee una alta validez empírica y teórica, teniendo en consideración que los resultados respecto a la estructura de los factores en ambos instrumentos ECR versión original y ECR-S versión española fueron tan similares, la investigadora principal, aconseja la aplicación de dicho instrumento en otros contextos de habla hispana para establecer diferencias y similitudes con la versión española (Alonso-Arbiol, comunicación personal, Mayo 18 de 2010).

Sin embargo, existe la limitación de que no se ha estudiado la aplicabilidad general de este instrumento en otros países y subculturas de habla hispana (Alonso-Arbiol et al., 2007), lo anterior hace evidente una limitación de validez ecológica del instrumento. Por tal motivo, en el presente estudio el instrumento fue sometido a adecuaciones lingüísticas con la finalidad de adaptar el lenguaje español al contexto colombiano. De acuerdo con tal objetivo, se modificaron los ítems 3, 5, 7, 9, 16, 17, 30, 31, 33, 35 y 36; la decisión de modificar estos ítems y las adecuaciones que recibieron se desarrollaron con dos jueces expertos en teoría vincular.

Posterior a las adecuaciones lingüísticas, el instrumento fue sometido a una prueba piloto para evaluar la consistencia interna por medio de la prueba Alpha Crombach. Para el pilotaje fueron seleccionados de manera intencional, de acuerdo con un criterio de disponibilidad, 20 participantes entre 20 y 52 años de edad con un nivel educativo que

osciló entre bachiller y profesional, pertenecientes a los estratos socioeconómicos medio-alto.

A partir de la prueba piloto se identificó que la totalidad del instrumento presenta un índice de confiabilidad de 0.785, evidenciándose como ítems problemáticos el 1, 21 y 22. Respecto a la confiabilidad Alpha Crombach para la escala de ansiedad, que corresponde a los ítems pares (2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36), se obtuvo un índice de confiabilidad de 0.884. Por otra parte, en relación con la escala de evitación, correspondiente a los ítems impares, se obtuvo un índice de confiabilidad Alpha Crombach de 0.554. Este último, un poco más bajo de lo esperado, no obstante, como se está en una etapa de exploración del instrumento, se considero que podría ser utilizada esta escala, con cierta cautela al analizar los resultados. No obstante, como se evidenció el índice de confiabilidad en el instrumento total muestra una adecuada consistencia interna, lo que hizo posible y pertinente su utilización en la presente investigación.

Segunda Fase de investigación mixta secuencial. Para la segunda fase de la investigación en la cual se utilizó la metodología cualitativa, se aplicó una entrevista semiestructurada; que fue sometida a evaluación de tres expertos en el constructo duelo y dos expertos en teoría vincular, con la finalidad de verificar que la entrevista abarcara la categoría duelo por separación conyugal con todas las sub-categorías correspondientes a las fases del proceso de duelo. Igualmente, mediante esta evaluación se identificó que los 40 ítems planteados eran adecuados de acuerdo con los criterios de pertinencia, redacción y coherencia para caracterizar la categoría proceso de duelo por separación conyugal y sus subcategorías.

Esta entrevista semiestructurada se elaboró a partir del constructo duelo propuesto desde la teoría vincular, el cual es definido por Bowlby (1983) como una serie amplia de procesos psicológicos que se activan como consecuencia de la pérdida de un ser amado, que conllevan a experimentar diferentes fases durante su elaboración, pudiendo ser cualquiera su desenlace.

Por otra parte, la entrevista semiestructurada de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal fue piloteada con dos participantes entre los 35 y 52 años de edad, con un nivel educativo profesional y perteneciente al estrato socioeconómico alto. Esto permitió identificar que el lenguaje y la estructura de las preguntas eran comprensibles, además evidenció que el instrumento facilita recoger gran parte de la experiencia vivenciada a raíz de la separación conyugal, siendo útil para la caracterización del proceso de duelo.

Es importante aclarar que se utilizó la entrevista semi-estructurada para caracterizar el fenómeno de elaboración del proceso de duelo por separación conyugal, debido a que esta técnica de recolección de información permite ahondar y describir de manera más amplia los fenómenos, así como posibilita al investigador mantener el control sobre la línea de preguntas (Creswell, 2005). La entrevista semi-estructurada fue específicamente desarrollada para esta investigación debido a que no existe otro sistema o instrumento de medición del constructo “duelo por separación conyugal”, además se considera que este fenómeno es difícilmente abordable a través de una técnica cuantitativa.

La entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal fue analizada de acuerdo con la teoría fundamentada en los datos de Strauss y Corbin (2002). Coherente con lo expuesto por esta metodología, el análisis cualitativo de los datos se

realizó a través de la codificación abierta, axial y selectiva, proceso que permite sistematizar los datos cualitativos; facilitando el establecimiento de relaciones, similitudes, diferencias y particularidades de la información, permitiendo caracterizar el proceso de duelo por separación conyugal.

1.4 Procedimiento

Fase I: Revisión teórica y conceptual, y elaboración del anteproyecto.

Fase II: Selección del instrumento de medición del estilo vincular adulto.

Fase III: Elaboración de la entrevista semi-estructurada para caracterizar la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal.

Fase IV: Evaluación por expertos de la entrevista semi-estructurada.

Fase V: Modificación a la entrevista semi-estructurada de acuerdo con las sugerencias presentadas por los jueces expertos.

Fase VI: Prueba piloto de la entrevista semi-estructurada de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal con dos participantes.

Fase VII: Se realiza el primer pilotaje del instrumento ECR-S con cinco participantes que cumplen los criterios de inclusión de la investigación. Este pilotaje permite evidenciar ciertas dificultades en el lenguaje del instrumento, por lo que se decide realizar adecuaciones lingüísticas con la orientación de dos expertos en teoría vincular con el objetivo de adaptarlo al contexto y lenguaje colombiano.

Fase VIII: Se modifica el lenguaje de los ítems 3, 5, 7, 9, 16, 17, 30, 31, 33, 35 y 36 del instrumento original ECR-S, con el objetivo de aumentar su validez ecológica.

Fase IX: Se realiza una prueba piloto con 20 participantes para evaluar la consistencia interna, confiabilidad y coherencia del instrumento ECR-S adecuado al contexto colombiano.

Fase X: Se realiza el análisis de confiabilidad del instrumento ECR-S adecuado al contexto colombiano, a través de la prueba Alpha Crombach, obteniéndose un adecuado índice de confiabilidad.

Fase XI: Se estableció contacto con la fundación Vida Por Amor y Funidep, con la finalidad de obtener la muestra para la aplicación del ECR-S y la entrevista semi-estructurada. Los participantes restantes se contactaron por medio de redes sociales cercanas a las investigadoras.

Fase XII: Se estableció contacto con 18 personas que cumplieran con los criterios de inclusión de la investigación a través de tipologías de muestreo no probabilísticas como conveniencia y redes.

Fase XIII: Se informó a cada persona acerca de los objetivos de la investigación y se confirmó su disponibilidad para participar en el estudio.

Fase XIV: Se acordó una cita con cada una de las personas participantes para la aplicación del instrumento ECR-S adecuado al contexto colombiano. A cada persona se le solicitó que firmara un consentimiento informado, en el que se hizo explícita su participación voluntaria (Anexo D).

Fase XV: Se realizó la aplicación del instrumento ECR-S, sin límite de tiempo, en presencia de ambas investigadoras con la finalidad de que éstas pudieran responder cualquier inquietud respecto a los ítems del instrumento y la forma de utilizar la escala de medición adecuadamente. La aplicación se realizó a 18 participantes.

Fase XVI: Sistematización e interpretación de los resultados del cuestionario ECR-S a partir de las dimensiones de evitación y ansiedad, infiriendo a través de estas dimensiones los estilos vinculares de acuerdo con la propuesta de Bartholomew & Horowitz (1991).

Fase XVII: Análisis de la consistencia interna del ECR-S aplicado a la muestra de 18 sujetos, a través de la prueba de Alpha Crombach y de un análisis factorial exploratorio de las dos dimensiones (evitación y ansiedad) del ECR-S con base en la muestra utilizada.

Fase XVIII: Aplicación de la entrevista semi-estructurada para caracterizar la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal a los 18 participantes a quienes les fue aplicado el ECR-S.

Fase XIX: Transcripción de las entrevistas realizadas.

Fase XX: Categorización e interpretación de los resultados de la caracterización de la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal a la luz de la categoría principal, de las sub-categorías y de las categorías emergentes de los datos que definen dicho proceso. Este proceso se llevó a cabo con base en la teoría fundamentada en los datos de Strauss y Corbin (2002).

Fase XXI: Establecimiento de la relación a nivel descriptivo entre las características que definen el estilo vincular y la caracterización de la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal, a partir de los resultados obtenidos a través del cuestionario ECR-S y la entrevista semi-estructurada.

2. Resultados

A continuación se presentan los resultados obtenidos a partir del cuestionario ECR-S adecuado al contexto colombiano, los cuales fueron procesados mediante el software de análisis estadístico IBM SPSS Statistics 19.

Con la finalidad de establecer la consistencia interna de este instrumento, se realizó un análisis a través de la prueba de confiabilidad de Alpha Crombach con los 18 participantes de la muestra. Con base en éste se obtuvieron los siguientes coeficientes; para la escala total (36 ítems) el coeficiente fue .82, para la sub-escala de ansiedad (18 ítems) fue de .865 y para la sub-escala de evitación (18 ítems) el coeficiente fue de .843, como ya fue mencionado en el aparte de instrumento Estos coeficientes de confiabilidad muestran que el instrumento posee una adecuada consistencia interna en su totalidad, así como en sus dos sub-escalas. Por tanto, se puede afirmar que es una herramienta confiable para la medición del estilo vincular adulto.

Posteriormente, con el propósito de identificar los estilos vinculares de cada uno los participantes, dentro de las cuatro categorías establecidas por Bartholomew & Horowitz (1991): seguro, preocupado, temeroso-evitativo y rechazante-evitativo, se identificaron para cada participante los niveles en las dimensiones de evitación y ansiedad de acuerdo con los puntajes obtenidos en las escalas correspondientes a cada dimensión. Para lograr lo anterior, resultó necesario revertir los ítems negativos del instrumento (3, 15, 19, 25, 27, 29, 31, 33, 35, 22) y estimar la puntuación en cada una de las escalas o dimensiones (ansiedad, evitación) para establecer si esta era baja o alta. De acuerdo con el criterio de Alonso-Arbiol (Comunicación personal, Febrero 27 de 2011), se debía realizar una tabla de distribución de frecuencias a partir de la muestra utilizada, con el objetivo de identificar los puntos de corte que se ubicaban por debajo del percentil 40% y por encima del percentil 60% en cada dimensión. Los percentiles 40% y 60% fueron seleccionados a partir de hallazgos en investigaciones realizadas previamente por Alonso-Arbiol, como lo adecuados para establecer los niveles alto y bajo de las dos dimensiones, evitación y ansiedad que definen los estilos vinculares adultos, (Comunicación personal, Febrero 27 de 2011).

Tabla 3

Percentiles de corte de las dimensiones vinculares evitación y ansiedad

		Escala de Evitación	Escala de Ansiedad
N	Válidos	18	18
	Perdidos	0	0
Percentiles	40	2,8000	3,6778
	60	3,1222	4,1889

Nota. Puntos de corte por percentiles de acuerdo con las escalas de evitación y ansiedad

A partir de estos percentiles y en conjunto con los puntajes arrojados por cada uno de los participantes en las dos dimensiones del vínculo, se logró identificar el estilo vincular de los participantes, con base en la conceptualización elaborada por Bartholomew y Horowitz (1991). Es así como el estilo seguro corresponde a aquellos participantes cuyas puntuaciones se encuentran en un rango inferior al 40% en ambas dimensiones. Es decir, ambas dimensiones ansiedad y evitación son bajas. El estilo preocupado se atribuye a aquellas personas cuyas puntuaciones se encuentran en un rango superior al 60% en la dimensión de ansiedad e inferior al 40% en evitación. Es decir, alta ansiedad y baja evitación. El estilo temeroso-evitativo se relaciona con puntuaciones en un rango superior al 60% tanto en ansiedad como en evitación. Ambas dimensiones son altas en este estilo vincular. Por último, el estilo rechazante-evitativo se refiere a personas cuyas puntuaciones se ubican en un rango superior al 60% en evitación e inferior al 40% en la escala de ansiedad. En este estilo vincular la evitación es alta y la ansiedad es baja. De acuerdo con lo mencionado, se procede a presentar las puntuaciones de los participantes en cada una de las dimensiones; las cuales de acuerdo con las hipótesis establecidas inicialmente, permitirían identificar la tendencia vincular de cada uno de los sujetos de la muestra de la investigación; sin embargo, debe señalarse que los puntajes de algunos de los participantes; no permitieron que estos fueran identificados con una tendencia particular, debido a que sus puntajes no se encuentran en niveles inferiores a 40%, o en niveles superiores a 60% en ambas dimensiones: evitación y ansiedad.

Antes de presentar la tabla de puntuaciones, es importante hacer explícito que los resultados corresponden, no al establecimiento de un estilo vincular único, sino a aquel que es predominante para cada sujeto.

Tabla 4
Estilos vinculares predominantes en la muestra N=18

Participante	Grado de Ansiedad	Grado de Evitación	Estilo Vincular predominante	Puntaje en Evitación	Puntaje en Ansiedad
1	*	Bajo	No clasificable	2,39	4,06
2	Bajo	Bajo	Seguro	1,67	2,39
3	Bajo	Alto	Rechazante-evitativo	4,28	3,17
4	Bajo	Alto	Rechazante-evitativo	3,56	3,44
5	Alto	Alto	Temeroso-evitativo	3,22	4,67
6	Alto	Bajo	Preocupado	2	5,78
7	Alto	Bajo	Preocupado	2,28	5,89
8	Alto	Alto	Temeroso-evitativo	6,28	5,39
9	Bajo	Alto	Rechazante-evitativo	3,28	2,78
10	Alto	Bajo	Preocupado	2,67	4,39
11	Bajo	Alto	Rechazante-evitativo	4,39	2,67
12	Alto	*	No clasificable	2,94	5,22
13	*	Alto	No clasificable	3,28	3,83
14	*	*	No clasificable	2,89	4,06

15	Bajo	*	No clasificable	3,06	3,17
16	Alto	Bajo	Preocupado	2,33	5,39
17	*	Bajo	No clasificable	1,94	3,94
18	Bajo	*	No clasificable	3	2,94

Nota. Clasificación de la muestra de 18 sujetos en los cuatro estilos vinculares propuestos por Bartholomew y Horowitz (1991). La tabla señala la puntuación para cada sujeto en las dimensiones de ansiedad y evitación, con las cuales se obtiene la clasificación de los estilos vinculares. * Puntuación desconocida de cada sujeto no clasificable.

Una vez señalados los datos correspondientes al primer objetivo de la presente investigación, identificación de la tendencia vincular de los participantes, se da paso a la presentar de los datos cualitativos obtenidos a partir de la entrevista semi-estructurada de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal, aspecto que coincide con el segundo objetivo del estudio.

Los datos cualitativos presentados a continuación, fueron analizados microscópicamente y sometidos a un proceso de codificación abierta; mediante el cual se identificaron los aspectos fundamentales dentro de la entrevista, relacionados con las formas particulares en las que cada participante vivió, percibió y significó su proceso de duelo; con el objetivo de establecer sus propiedades y dimensiones. El segundo proceso al cual se sometieron los datos, codificación axial, permitió relacionar las categorías y las sub-categorías, enlazándolas de acuerdo con sus significados y dimensiones. Los datos significativos para caracterizar el proceso de duelo por separación conyugal, a nivel descriptivo, fueron identificados mediante los dos procesos mencionados y organizados en matrices de textualidad interna por participante.

Tabla 5
Matriz de análisis entrevista participante 1

Categoría	Sub-categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación conyugal	Connotación negativa de la relación	“ poca comunicación”, [Inmadurez en el manejo de la relación conyugal], “se empezó a acabar ese amor”
	Acompañamiento psicológico	“Hacia sesiones de Coaching”
Decisión de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	“Yo”
Motivo de separación	“falta de comunicación” “todo se iba acumulando” “inconformidades no se solucionaban” “me cansé” “se empezó a acabar ese amor” “no estamos siendo felices” “yo siempre era detrás”	
Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación	Sentimientos	“Tranquilidad total”
	Pensamientos	“se me estaban abriendo tantas puertas” “ver muchas oportunidades a mi alrededor, de trabajo, profesionales estando sola [...] como sentirme libre”

conyugal	Acciones	“a mis papás, yo los llamo: probablemente llegue esta tarde a la casa, entonces para que sepan” “nos fuimos todos para la finca[...]estuve con la familia; pero no contándole a todos”
	Nivel de conciencia de la realidad	“súper consciente de lo que ocurría” “muy clara en lo que tenía al frente y era: no tenemos una relación feliz, pues aquí no hay otra opción además que no siento el amor para hacerle el esfuerzo”
	Aceptación de la separación como definitiva	“no tenemos una relación feliz, pues aquí no hay otra opción además que no siento el amor para hacerle el esfuerzo”
	Continuación de la vida cotidiana por reorganización	“Me fui para Bogotá”
	Fluctuación emocional	“De pronto, a veces” “tristeza” “tranquilidad”
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Sentimientos	“inseguridad” “porque yo tenía, uno tiene unos objetivos trazados en un matrimonio y yo fui muy permisiva en el matrimonio dejaba como que él decidiera” “total tranquilidad” “me llegaba tristeza si pensaba en él[si me decían que él estaba mal]” “sentirme culpable”
	Intensidad del dolor	[Dolor experimentado en ciertas situaciones específicas posteriores a la separación conyugal].” el día que te dije que saque los cuadros” “dos días que me reuní con él”
	Pensamientos	[Sensación de que otras personas no pueden entender lo que se está sintiendo durante el proceso].
	Acciones	“me vine para Bogotá” “hacerle ver a la gente que yo no tenía porque sentirme culpable”
	Búsqueda de la figura perdida	“tuve que reunir con él para ver con que se queda usted, con que me quedo yo” “Él le decía no yo no me doy por vencido, le va a tocar bajarse de la nube y Él no, que me baje ella, le dijo entonces. Yo dije no, si yo voy a tenerlo que hacer, pues lo hago ,pero es peor que el siga ahí esperanzado y no está bien; entonces yo le dije que nos reuniéramos”
	Sentimientos al extraer las pertenencias propias del hogar	“Yo llegue si sentía una tristeza, entonces yo miraba todo y [...] no era capaz [...] no me sentía capaz de bajar un cuadro. Fue duro! Ese día fue como

	desvalijar todo” “era tristeza como de ver todo lo que habíamos construido, cada cuadro como con tanto amor y ahorita bajar todo...”
Proceso legal	“Hicimos la disolución de la sociedad conyugal”
Nivel de conciencia de la realidad	Consciente
Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	Consciente
Expectativas hacia la ex pareja	“yo sabía que él no me iba a buscar”
Ausencia de anhelo frente a la figura perdida	“Yo sabía que él no me iba a buscar ni nada y no quería que él lo hiciera.”
Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	Al irse: “era una emoción yo me sentía bien yéndome”
Sentimientos experimentados a partir de la separación de cuerpos	“no llorar ni tristeza, no súper tranquila”
Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja)	“me vine para Bogotá” “me volví doblemente espiritual”
Búsqueda de apoyo	“me acerque muchísimo a Dios”
Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“recordar las últimas veces que tuvimos relaciones era horrible” “la última vez que yo hable con él” “Que yo siempre era detrás”
Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“no para nada”
Auto-reproches	“auto reprocharme tanto no, pero si reconocer que yo también tuve errores” “reprocharme el no haber hablado con tiempo, el no haber sabido tener una conversación con él”
Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	[ausencia de interés por estímulos que le recordaran a la pareja]
Expresiones del modelo negativo de sí mismo	“tener como mis propias metas como lo que yo quería para mi vida y no basada en lo que él quisiera” “el ya estaba acostumbrado a que yo hiciera lo que él dijera ””yo era muy permisiva” yo también ponía a todo el mundo por encima de mí , yo quería complacer a todo el mundo”
Reacción frente a los objetos con carga emocional	“No” [se deshizo de los objetos] “yo siento que yo sería capaz de destruirlas tranquila”

Características del proceso de duelo cuando se acepta la separación como definitiva	Autorreproches	“yo tiré mi matrimonio” pensaba eso cuando escuchaba hablar a sus amigas de sus relaciones.
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	Consciente
	Cambios que se consideraron importantes	“Todos. De trabajo, de ciudad” “amigos, de círculo social”
Características del proceso de duelo cuando se da la reorganización	Aprendizaje de nuevas habilidades	“yo nunca pensé que yo era tan radical”
	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	[ser más autónoma] “a madurar muchísimo, “a comunicarme” “hacer valer lo que yo quiero” “pararme en la decisión”
	Planes a futuro	“tener como mis propias metas” ”buscar trabajo”
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	Sentimientos de que no debía llorar frente a sus padres porque estos no iban a entenderla, debido a que fue ella quien tomó la decisión.
	Re-significación de la relación de pareja	“aprendimos mucho, crecimos mucho los dos”
Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	“Gratitud”, “cariño más como de hermanos”, “cero rencor”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“aprendimos mucho crecimos mucho los dos”” que le deseo que le vaya súper bien”” “admiración”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	[Libertad]
	Tipo de relación con la ex pareja	“No, cero”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 1.

Figura 2. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 1

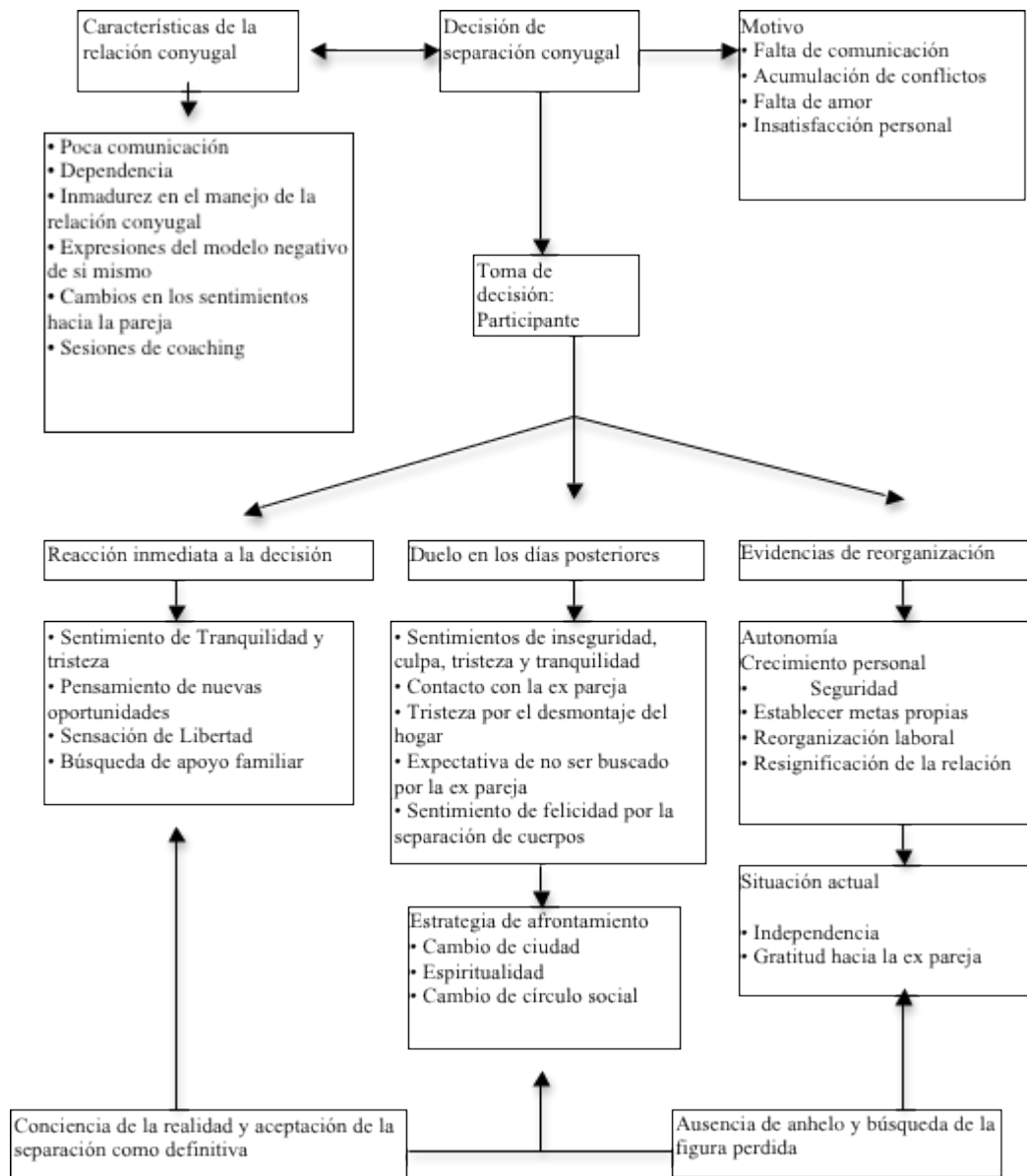


Figura 2. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 1.

Tabla 6
Matriz de análisis entrevista participante 2

Categoría	Sub-categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“no había falta de amor”
	Connotación negativa de la relación	“inmadura” “falta un entrenamiento personal de la comunicación para saber realmente el otro que aspira, cuáles son sus necesidades [...] y ver si ese universo y el mío se encuentran” [agresividad de su ex pareja]
	Agresión durante la relación conyugal Acompañamiento psicológico	“la ayuda terapéutica si la busque estando casada. Ahí si busqué ayuda porque yo no sabía como manejar esta agresividad de él” “Yo”
Decisión de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	[las reacciones violentas de la ex pareja dificultaron la decisión]
	Dificultad en la toma de la decisión	“Agresividad de parte de él e inmadurez” “pero lo triste es que no se acabó por falta de amor, sino por esa inmadurez por parte de ambos”
Motivo de separación	Sentimientos	“Muchos, miedo, libertad, expectativa [...] [Eh] culpa”
	Pensamientos	“] yo sentía una alegría de haber dado ya el paso claramente [...] creo que muy motivada por el amor de mis hijos”
	Conflicto entre cognición y emoción	“Estas haciendo lo correcto, pero siempre el miedo a “y ahora que me va a hacer”
	Acciones	“Empaqué y me fui”
	Nivel de conciencia de la realidad	“Si, muy consciente”
	Fluctuación emocional	[alegría y miedo por la reacción de su ex pareja]
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Sentimientos	“mucha inseguridad, un poco de miedo [...] pero también fuerza y alegría, pero los otros sentimientos también estaban”
	Intensidad del dolor	“no era algo desgarrador”
	Pensamientos	“como de [...] como que te dice estás haciendo lo correcto, si lo hiciste,

	hiciste lo correcto”
Ausencia de búsqueda de la figura perdida	“esa vida no más”
Sentimientos al extraer las pertenencias propias del hogar	“Miedo, inseguridad”
Nivel de conciencia de la realidad	“consciente”
Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“esa vida no más”
Expectativas hacia la ex pareja	“que reaccionara violento, el temor y el miedo lo tuve” “sabía que eso iba a pasar, que él me iba a buscar “
Ausencia de anhelo frente a la figura perdida	“esa vida no más”
Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	“mucho inseguridad, un poco de miedo, pero también fuerza”
Ausencia de deseo por regresar con la ex pareja	“esa vida no más”
Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“yo de por si soy muy tranquila, de pronto estaba irascible con mi mamá”
Autorreproches	“No”
Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“él era bastante inmaduro emocionalmente, entonces [...] evitaba encontrármelo”
Reacción frente a los objetos con carga emocional	“Si yo guardo todas las cartitas todo! Yo todavía [...] son para la historia, las fotos”
Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“No”
Pérdida del deseo de vivir	“No”
Culpabilizar a otros	"un poco hacia él”
Alteraciones de los patrones de sueño	“si hay algo que nada me quita es el sueño”
Cambios en el peso corporal	“No, eso lo experimente fue estando casada, perdí peso”
Resignificación de las actividades como placenteras	[tras la separación la participante tiene la necesidad y el deseo de realizar nuevas actividades que su situación marital no le permitía]
Cambios que se consideraron importantes	“educar a mis hijos bajo mis principios, segundo quería relacionarme con personas, o sea no más esos amigos comunes que

Características del proceso de duelo cuando se da la reorganización	Nuevos roles	[...] que eran muchos amigos de él inmaduros [risas] yo quería crear vínculos más míos, más auténticos míos, no todos esos que se le imponen a la pareja” “Si, porque ya era de alguna manera, lo que yo aspiraba de la relación era un papá guía de principios, de valores [...] si era para mí eje [...] vi que no se podía, entonces yo asumí ese rol, como bueno ahora son mis principios y mis valores” “la habilidad para tomar decisiones”
	Aprendizaje de nuevas habilidades	
	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“el periodo de noviazgo creo que debe ser más largo [risas] en segundo lugar [Eh] yo pienso que las personas tenemos que hacer todo un trabajo interior para poner en marcha una empresa que es la de la pareja” “vivo bien mi manera de relacionarme con otros ahora, y ahora es diferente, gracias a que aprendí en esa relación” “Nadie me consoló”
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	
	Sentimiento de rabia	“mientras estábamos todavía juntos o un año después” “muy motivada por el amor de mis hijos”
Situación actual	Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	
	Sentimientos hacia la ex pareja	“Mucho cariño [...] y pues gratitud por como es con los hijos” “De hecho yo me aparte de él, pero mis hijos si se relacionan con él, pero no, mis hijos pues es su papá y pues es una persona que hace parte de mi historia” “pero también siento que es una persona para mantener a distancia” “me hace sentir bien, cómoda”
	Pensamientos sobre la ex pareja	
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	
	Tipo de relación con la ex pareja	“Es distante pero es muy cordial y amable”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 2.

Figura 3. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 2

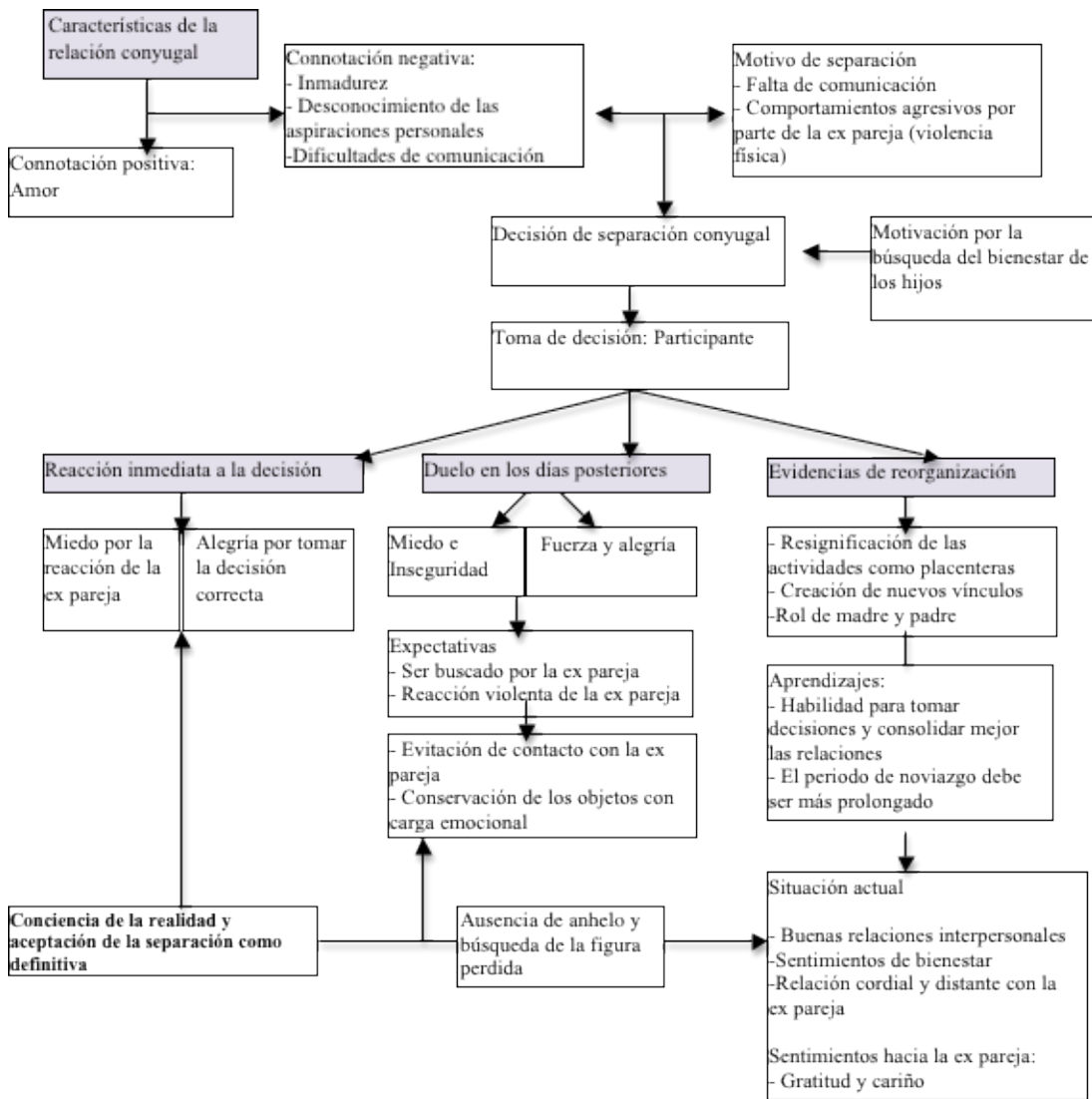


Figura 3. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 2.

Tabla 7

Matriz de análisis entrevista participante 3

Categoría	Sub-categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“fue muy chévere, fue algo muy bonito [...] muy chévere, pues nosotros éramos muy unidos, éramos también loquitos, íbamos a bailar, nos dábamos nuestro espacio a pesar del niño, porque nosotros teníamos al niño, pero nosotros si disfrutamos, nos la llevábamos muy bien”
	Connotación negativa de la relación	“a mí me tocaba todo, es que no solamente es la plata, pues también la plata era importante, pero de todas maneras todo es muy difícil”
	Episodio de cuestionamiento acerca de la relación	“yo tengo que cortar ya con él, todo esto me está haciendo daño y eso no me conviene”
	Consumo o abuso de alcohol	“Cuando yo lo conocí él siempre tomaba mucho”
	Idealización de la relación	“Fue una relación bonita, yo no quería que las cosas terminaran pero igual [...] pero fue bonito, fue muy chévere, yo admiraba muchas cosas de él ”
	Inconvenientes económicos	“Hubo momento de crisis porque pues yo [...] no teníamos casa propia”
	Intentos previos de separación	“las crisis fueron duras, estuvimos para separarnos como en dos ocasiones”
Decisión de separación conyugal	Interrupción de la convivencia	“El se fue de la casa y nos abandonó”
	Acompañamiento psicológico	“éll era una persona que asistía conmigo a [...] psicología de pareja”
	Miembro de la pareja que decide separarse	“Yo”
Motivo de separación	Dificultad en la toma de la decisión	“queriéndolo, amándolo ”
		“Pues que él me dejo sola con los niños, me abandonó. No valoró mis hijos ni me valoró a mi ”
	Sentimientos	“Pues [...] valentía, ahí fue, yo me sentí valiente al decirlo”
	Pensamientos	“tengo que dignificarme, yo tengo que dignificarme” “porque sabía que todo lo que habíamos planeado junto, el viaje y todo, pues ya no se iba a realizar”
	Conflicto entre cognición y emoción	“yo me sentí valiente al decirlo, pero ya otra cosa es de decirlo a hacerlo [Uy] ya fue más tenaz” “Pues como te digo yo cuando decidí separarme me sentí muy valiente, pero al mismo tiempo muy triste porque sabía que todo lo que

		habíamos planeado junto, el viaje y todo, pues ya no se iba a realizar “
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Acciones	“Pues después de que yo le dije a él que quería separarme me senté a llorar y llorar“ “Entonces cuando ya decidí que me separaba y que no nos íbamos a ir juntos fuera del país, fue muy bonito empezar a comprar cosas, empezar de cero yo misma fue muy bonito”
	Nivel de conciencia de la realidad	“Si, yo era consciente, y sabía que era lo mejor pero muy doloroso también, fue muy doloroso”
	Mecanismos de defensa (alcohol, fiestas, evitación, continuación automática)	“Pues yo vivía en modo automático, yo no [...] yo [...] hacia todo como sin darme cuenta, cocinaba, trabajaba, volvía a mi casa como si nada, como que ahora me doy cuenta que a mí los días me pasaban por encima y yo no me daba cuenta, yo solo lloraba y lloraba todo el tiempo”
	Anhelos de la figura perdida (ausencia de deseo de separación)	“Yo, queriéndolo, amándolo”
	Sentimientos	“yo me derrumbe, eso es muy duro” “Es a uno le duele el alma tanto, es un dolor tenaz que lo tira al piso y uno quisiera volver a tomar la forma fetal como para evadir lo que le está pasando, ese dolor tan verraco [...] durísimo”
	Intensidad del dolor	“ese dolor tan verraco [...] durísimo” “No, yo lloraba mucho, yo me deprimía mucho [...] yo no, Dios mío, yo me deprimía mucho. Yo estaba trabajando, pero sobre todo cuando estaba descansando o a la hora del almuerzo yo miraba al cielo y me dolía mucho”
	Pensamientos	“pues uno se anula, uno se va dejando morir, porque uno se va suicidando psicológicamente” “lo llamaba”
	Búsqueda de la figura perdida	
	Ausencia de búsqueda de la figura perdida	“yo no lo volví a buscar, no lo volví a llamar, no pase al teléfono y [...] el estaba un poco violento, se puso violento y bravo entonces no, yo no le pasaba al teléfono”
	Proceso legal	“Hemos discutido durante el proceso de divorcio por la cuota mensual”
Nivel de conciencia de la realidad	“Si claro, yo fui la que dijo: “ya no más, ya no lo voy a esperar más” entonces si sabía que era lo que estaba pasando”	
Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“No, eso ya no, eso ya era definitivo”	
Expectativas hacia la ex pareja	“Yo quería que él regresara con nosotros” “pero igual yo si pensé que él podía regresar con nosotros, pero cuando [...] cuando ya comenzó	

	todo este proceso legal y lo de la conciliación y eso, pues ya [...] mejor dicho, eso fue todo”
Anhelos frente a la figura perdida	“Yo quería que él regresara con nosotros”
Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	“yo me dormía llorando y me despertaba a llorar [...] yo me sentía muy mal.”
Sentimientos experimentados a partir de la separación de cuerpos	“Un dolor terrible”
Estrategias de afrontamiento frente a la separación)	“Salir adelante por mis hijos”
Búsqueda de apoyo	“busqué la Biblia” “yo le contaba a ella como mis cosas y yo [...] las dos nos abrazábamos, o a veces nos recostábamos la una con la otra y como que descansábamos y como que las dos nos consolábamos”
Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“Pues yo si pensaba mucho en él, como te dije cuando estaba en el trabajo pero estaba descansando o que no estaba ocupada, todo el tiempo pensaba en eso y [...] y yo me preguntaba por qué las cosas habían terminado así”
Ausencia de deseo por regresar con la ex pareja	“después de tomar la decisión yo ya sabía que eso era lo mejor, doloroso pero lo mejor”
Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“Si claro, cuando ya empecé el proceso legal de divorcio, ya florecieron todos esos comportamientos porque yo sentía que él nos abandonó”
Autorreproches	“yo tan boba, disque esperando por él y hablando con él”
Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“No se [...] sabes que de pronto si los evitaba, pero conscientemente quizás no”
Reacción frente a los objetos con carga emocional	“Pues yo después dije: “esto me estorba y pues yo para que tengo eso si él no va a volver” yo empecé a sacar”
Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“Ya tiempo después fue que [...] que una amiga me dijo que por que yo no la acompañaba acá a la fundación, y resulte entrando y viniendo como tres grupos de apoyo por separación, yo aprendí que hay que buscar ayuda, y aquí en la fundación me han apoyado mucho”

	Cuestionamientos relacionados con qué será de la vida de la ex pareja	“de alguna manera si quería saber sobre él, porque el hablaba con mi hijo y yo escuchaba lo que ellos hablaban”
	Pérdida del deseo de vivir	“Si [...] al principio. Yo estaba tan elevada porque se me acabó mi sentido de vida que era él, yo me perdí en él yo estaba perdida era en él [...] cuando él me dio la espalda yo sentí que [...] me quede sin piso”
	Intento de suicidio	“una moto casi me coge, yo iba para el trabajo, porque yo estaba trabajando, y una moto casi me coge, y yo sonámbula pensando en el otro como una pendeja, y yo reaccioné me dije: “pero que me está pasando”, esa moto sin darme el golpe, pues si me despertó, y yo me di cuenta que no quería morirme”
	Culpabilizar a otros	“yo le eche toda la culpa a él, lo quería desaparecer”
	Alteraciones de los patrones de sueño	“yo deje de dormir mucho, ya el sueño por las noches no me cogía”
	Cambios en el peso corporal	“Yo me baje mucho de peso desde que el salió de la casa, y cuando comenzó todo lo de la conciliación estaba ya delgada”
	Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“todo de forma automática”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	“Pues yo [...] cuando ya comenzó todo este proceso de la separación, o sea lo del divorcio, lo legal y eso, pues yo me di cuenta que las cosas tenían que ser así” “como que yo [...] yo pienso que deje de pensar que él quería regresar conmigo y que él iba a volver a la casa”
	Cambios que se consideraron importantes	“Yo [...] yo me decidí a salir adelante con mis hijos, yo comencé como a comprar cosas para nosotros, a pensar ya más en mis hijos y en mí”
	Connotación positiva del paso de tiempo en el proceso de duelo	“cuando ya empecé a [...] pasar ese dolor”
Características del proceso de duelo cuando se da la reorganización	Nuevos roles	“Yo creo que desde que él se fue [risas] porque a mí me toco todo! imagínate que me toco [...] y es que yo ni sabia como decirles, me toco decirles a mis hijos y explicarles por que el papá se había ido así de la casa y como te dije, el si se curó por el lado legal porque siempre les daba dinero a los niños, pero de resto nada”
	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“Yo creo que aprendí de todo, aprendí a darme cuenta de mis hijos sobre todo porque pues yo al principio de la separación me olvidé de ellos,

		entonces como que ya reaccioné y me di cuenta de ellos y de que yo necesitaba un cambio, empezar con ellos a construir y seguir adelante. Te voy a decir que aprendí que uno no debe perderse en la otra persona, no debe perder su sentido de vida y su proyecto de vida por que la otra persona se va”
	Planes a futuro	“Pues yo quería comenzar a construir mis cosas, empezar como de cero con mis hijos, comprar muchas cosas y trabajar [...] salir adelante con mis hijos”
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	“Pues, yo no pedía consuelo porque no quería que sintieran como lastima.”
	Sentimiento de rabia	“Si”
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	“Contra él” “yo ya me echaba la culpa a mí misma” “yo a él le reprocho mucho que él no se preocupó por sus hijos en ese momento, que no pensó que podían sentir los niños”
	Resignificación de la relación de pareja	“uno no debe perderse en la otra persona, no debe perder su sentido de vida y su proyecto de vida por que la otra persona se va”
	Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	“yo no era capaz de llorar delante de mi hijo, de mi hijo mayor si, él supo que yo lloré al papá, pero del menor no, nunca lo hice pasar por eso” “mis hijos, yo pensaba en mis hijos”
Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	“yo creo que en este momento yo solo lo estimo”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“como te dije espero que este bien, que se cuide y todo” “yo sigo pensando que lo que él nos hizo no estaba bien, pero ya como que veo eso con más tranquilidad”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“Tranquila” “Pues mira, ahora que lo pienso ya es como más tranquilidad”
	Tipo de relación con la ex pareja	“No, yo solo sé de él cuando mis hijos hablan con él, pero yo no lo llamo ni me veo, ni le hablo”
	Nueva relación de pareja	“No pues con muchas expectativas de darme una nueva oportunidad, le pido a Dios [risas] que me mande a una persona que sea humana, un ser humano bueno que me deje creer, que él crezca y que compartamos, que hagamos cosas chéveres, que si podemos viajar, viajemos y que me apoye con su compañía”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 3

Figura 4. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 3

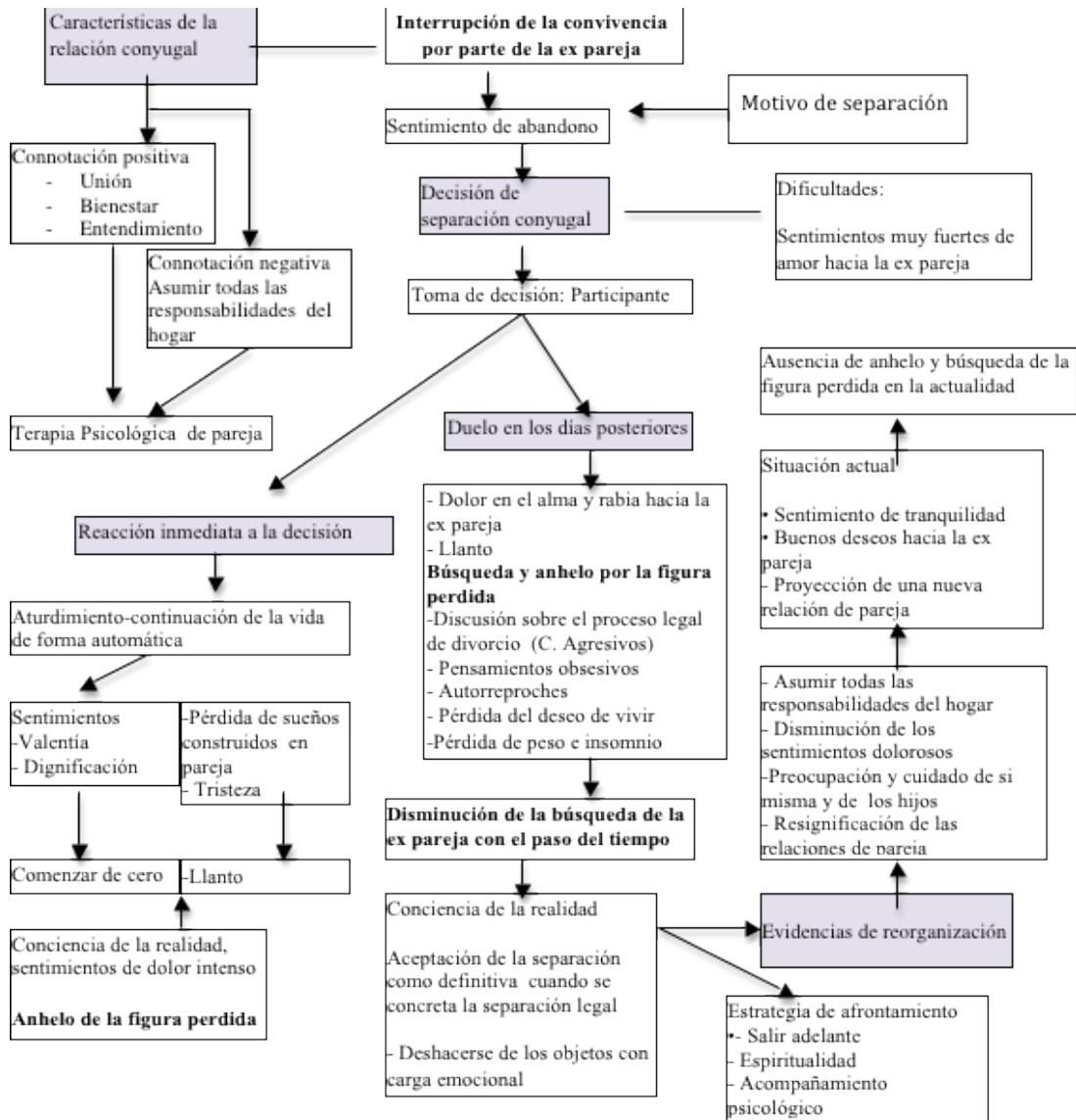


Figura 4. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 3

Tabla 8
Matriz de análisis entrevista participante 4

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“pero a la vez bonita, cuando hay entendimiento”
	Connotación negativa de la relación	“no sé, difícil ”
	Intentos previos de separación Acompañamiento psicológico	“crisis como todas las parejas” “No, nunca ”
Decisión de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	“Ella”
	Proceso extenso de toma de decisión	“los problemas y que se venía ya de un tiempo para acá de peleas y no entendimiento pero ya se dio así de esa manera y eso hasta llegar ya a decir nos separamos”
Motivo de separación	“Venía más que todo por el entendimiento entre los dos y apareció otra mujer, donde más me aleje del hogar ”	
	Sentimientos	“Los sentimientos [...] de perder todos los años que uno ha convivido y ha llevado en pareja”
	Pensamientos	“uno naturalmente nunca los quiere dejar, ni que terminen así ni que se acabe pronto” “Pues empieza a volverle a uno a la cabeza todas las cosas”
	Conflicto entre cognición y emoción	“pues a mí también me daba [...] me daba tristeza que se hubiera acabado así de esa manera y [...] también creía y veía que no era justo con ella seguir así, era lo más sano para los dos de que ella estuviera sola”
	Acciones	“Yo le dije que no! Que lo intentáramos y eso, pero ella se quedó en su posición que no y que no ”
	Nivel de conciencia de la realidad	“Consciente, si ”
	Aceptación de la separación como definitiva	“no, yo quería intentar solucionar”
	Mecanismos de defensa (alcohol, fiestas, evitación, continuación automática)	“entonces ese aferro a mi profesión no me dejó decaer nunca”
	Continuación de la vida cotidiana por reorganización	“No, yo seguí con la mente en mi profesión y pues eso es lo que me gusta hacer más que nada”
Anhelos de la figura perdida (ausencia de deseo de separación)	“que no quería yo, y yo creo que ella tampoco en el fondo, pero acabar, pero ya se dio así de esa manera ”	

Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Sentimientos	“Pues tristeza, de que tenias formado algo de hace mucho tiempo ”
	Intensidad del dolor	“no había desespero”
	Pensamientos	“y ya después yo entendí, porque tampoco [...] le insistí mucho porque veía que no era justo con ella. Entonces ella quedó en su posición y quedamos así”
	Búsqueda de la figura perdida	“Cuando [...] yo si la invite a ella a cenar y le dije que fuéramos a hablar, pero en esa cena me dijo que no y que no, y desde ese día nunca más le volví a decir yo”
	Ausencia de búsqueda de la figura perdida	“pues no intente [...] porque es que yo creo que no puedo ser injusto”
	Proceso legal	“no hemos finiquitado bien lo de la separación de bienes, entonces no está estable”
	Nivel de conciencia de la realidad	“Si”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“Si, que era definitivo ”
	Expectativas hacia la ex pareja	“resolver la crisis”
	Anhelos frente a la figura perdida	“volver a intentarlo”
	Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	“Si [...] duro porque saque todo y me fui a vivir donde mi mamá ”
	Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja)	“yo intente por mi profesión que no me afectara” “aferrarme a mi profesión”
	Búsqueda de apoyo	“no”
	Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“Si, en el hogar y [...] pues las noches [...] pues si”
Ausencia de deseo por regresar con la ex pareja	“ pues que no había necesidad, que si quería que no volviera”	
Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“No, de pronto si [...] hablarle muy fuerte por el teléfono [...] pero de pasarnos no. ”	
Autorreproches	“la había embarrado yo, había obrado mal yo ”	
Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“Prefería no estar en donde ella estuviera”	

	Reacción frente a los objetos con carga emocional	“Están en el apartamento, pues todo está allá y [...] cuando yo me fui donde mi mamá yo solo saqué la ropa”
	Indiferencia frente a la presentación personal	“no”
	Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“nunca”
	Pérdida del deseo de vivir	“no”
	Intento de suicidio	“no”
	Alteraciones de los patrones de sueño	“si, alguna vez [...] dormía menos”
	Cambios en el peso corporal	“No sé, me dijeron que estaba más flaco en esa época”
	Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“no”
Características del proceso de duelo cuando se acepta la separación como definitiva	Autorreproches	“no”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	“Si claro, ella se mantuvo en su decisión”
Características del proceso de duelo cuando se da la reorganización	Nuevos roles	“Si, aunque ella siempre me ha dicho que soy muy buen padre, pero pues en ese momento me toco hacer las dos partes”
	Planes a futuro	“entonces el apartamento en el que estamos toca venderlo y darle la parte que le corresponde a ella, pero me tocaría ya en este mes buscar un apartamento para irme a vivir con los niños [...] y yo creo que eso va a ser muy beneficioso para todos”
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	“No, solo”
	Sentimiento de rabia	“Nunca”
	Ausencia o presencia de reclamaciones a la ex pareja como si estuviera presente	“Nunca”
	Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	“les dio crisis pues porque llevábamos tanto tiempo y con ellos al lado [...] entonces para ellos fue difícil” “yo iba normalmente casi todas las noches a visitar a los niños”
	Situaciones que dificultan el proceso de duelo	“estar separado de los niños”
Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	“Siento que es la mamá de mis hijos. Siento cariño”

Pensamientos sobre la ex pareja	“de pronto algún día seremos amigos”
Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“Con X estamos bien, entonces todo ha estado bien por ese lado”
Tipo de relación con la ex pareja	“a la final dice uno que no termina bien, pero hay momentos en el que hay un dialogo bien y normal, pero que a veces lo normal de las peleas siguen y a veces son feas [...] pero pasan”
Nueva relación de pareja	“porque con X también queremos pues tener algo estable y eso ”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 4

Figura 5. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 4

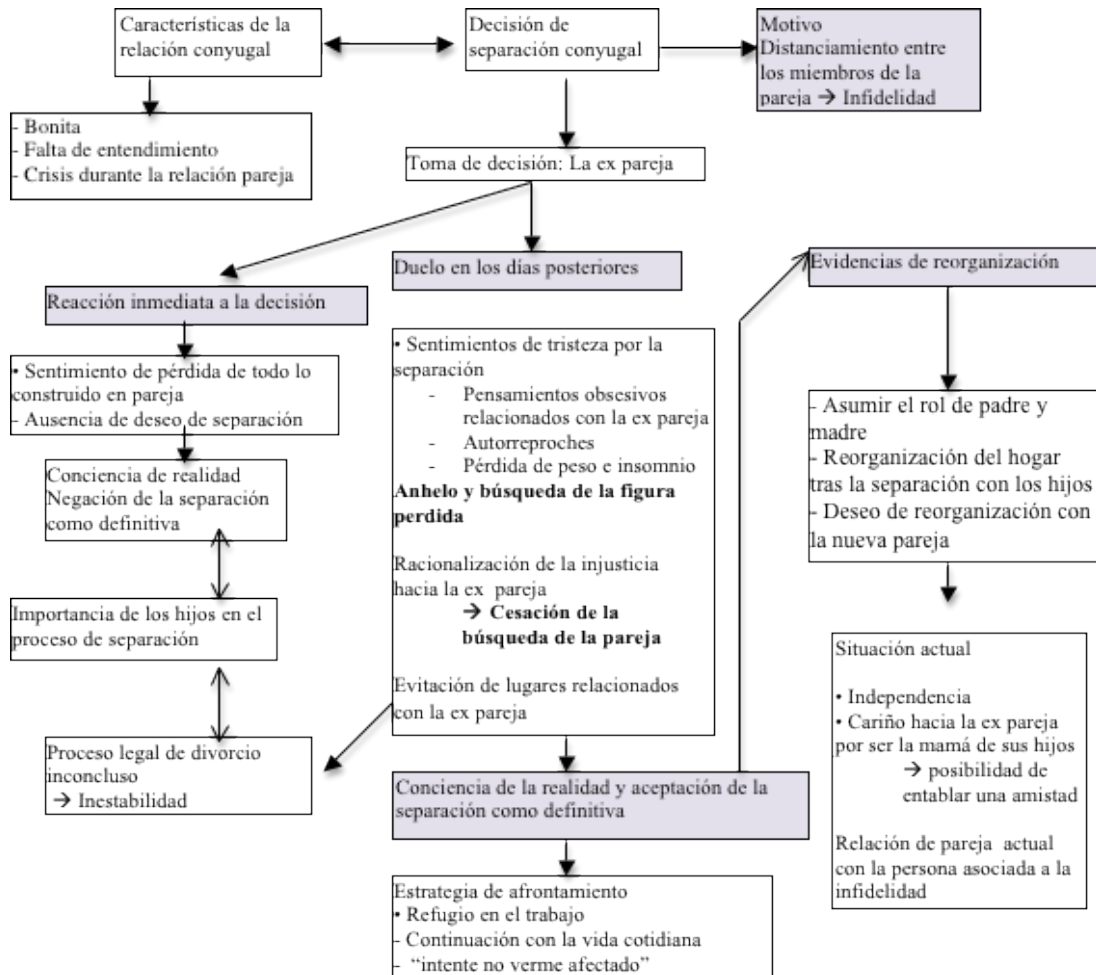


Figura 5. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 4

Tabla 9
Matriz de análisis entrevista participante 5

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación negativa de la relación	“sufrí mucho” “muchas discusiones...pues de pronto el elemento fue que solo hubo apoyo económico de parte de él”
	Inconvenientes económicos	“ Yo no tenía trabajo, pues obviamente económicamente estaba mal ,entonces durante ese año él corrió con todas las cosas con todos los gastos y llego un momento en que él explotó”
Decisión de separación conyugal Motivo de separación Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	“él”
	“solo hubo apoyo económico de parte de él,[...] entonces él llego a un punto en que estalló; [...]dijo no aguanto más no puedo más separémonos”	
	Sentimientos	“tristeza, dolor, mucho dolor, rabia”
	Pensamientos	“lo veía chiquito” “no me acostumbraba como a la idea de que él me dijera ya” “decirle ¿qué le pasa? ”
	Acciones	“lloré muchísimo” “como ganas de pegarle”
	Nivel de conciencia de la realidad	“Sí”[tenía conciencia]
	Aceptación de la separación como definitiva	“no total”“no aceptas que esa persona no está tu lado”
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Mecanismos de defensa (alcohol, fiestas, evitación, continuación automática)	“trataba de mantenerme ocupada para no pensar en muchas cosas” “trato de no estar mucho tiempo sola o desocupada porque sé que eso me pone a pensar” [estos mecanismos están activos en la actualidad]
	Fluctuación emocional	“sí”
	Anhelos de la figura pérdida (ausencia de deseo de separación)	[ausencia de deseo de separación]
	Sentimientos	“el dolor se hacía más fuerte”
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Intensidad del dolor	“el dolor se hacía más fuerte ”
	Pensamientos	“es mi culpa”
	Búsqueda de la figura perdida	“yo lo llamaba y colgaba” “los dos como que tratamos de al tiempo buscarnos[al mes y medio o 2 meses]”
	Nivel de conciencia de la realidad	“pasaba el tiempo, los días y yo veía que ni una llamada y yo decía no, pues esto ya es de verdad”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es	“no total”

definitiva	
Expectativas hacia la ex pareja	“que me llamara y me dijera [...] volvamos o volvamos a intentarlo pongamos de nuestra parte los dos”
Anhelo frente a la figura perdida	“tenía en mi mente que él algún día me iba llamar”[deseaba ansiosamente su regreso]
Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	[irse]“sentí fue dolor y rabia”
Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja)	[apoyo psicoterapéutico]
Búsqueda de apoyo	[Una semana de apoyo psicoterapéutico]
Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“fue por mí culpa yo fui la que fallé” “en ese instante en que me dijo ya no mas no, usted por su lado y yo por el mío”
Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“No”[ausencia]
Síntomas corporales relacionados con el duelo por separación conyugal	“perdí el apetito”
Auto-reproches	“¿qué hice yo de malo para que esa persona sea así conmigo?” “es mi culpa[...]si yo hubiera tenido”
Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	[Hipervigilante] – [evitativo] “nunca trataba de ir a sitios donde yo supiera que él estaba”
Expresiones del modelo negativo de sí mismo	“atente contra mi vida [me iba a tomar un veneno, esto fue durante la relación de noviazgo]” “Antes si fuera por mí, él me decía: de su vida por mí. yo lo hubiera hecho”
Reacción frente a los objetos con carga emocional	“algunas las mantengo[otras se la entregué]”
Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	[sí]
Tratamiento farmacológico a raíz del proceso de duelo	[no]
Pérdida del deseo de vivir	“No”

Características del proceso de duelo cuando se acepta la separación como definitiva	Intento de suicidio	“No[durante el proceso de separación conyugal]”	
	Ausencia de ideas suicidas	[ausencia]	
	Alteraciones de los patrones de sueño	“insomnio, no conciliaba el sueño”	
	Cambios en el peso corporal	“Sí”[pérdida]	
	Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“no”	
	Resignificación de las actividades como placenteras	[empecé a hacer cosas que cuando estaba con él no hacía]	
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	“total”	
	Connotación positiva del paso de tiempo en el proceso de duelo	“siempre quedan cositas por más de que el tiempo haya pasado, dicen que el tiempo lo puede y lo cura todo[...]pero siempre quedan cositas porque te va quedar la herida”	
	Características del proceso de duelo cuando se da la desorganización	Nuevos roles	“una responsabilidad económicamente[...] ya me tocaba a mi responder por alimentación, pagar un arriendo, servicios”
		Aprendizaje de nuevas habilidades	“aprender a manejar dinero”
Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal		“maduré bastante” “adquirí madurez para confiar en mí misma , y poder tomar decisiones yo sola” “valgo muchísimo[...] no tengo que dejarme humillar”	
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	[sensación de incompreensión debido a que la otra persona no está sintiendo lo mismo] [sentimiento de bienestar temporal]	
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	“hacia él” [hacia sí misma].	
	Ausencia o presencia de reclamaciones a la ex pareja como si estuviera presente	[ausencia]“nunca lo hice”	
	Resignificación de la relación de pareja	“fue dolorosa pero hoy en día miro hacia atrás y digo que eso me sirvió para ser una mujer mas hechada pa´ lante [...] a sentirme que si puedo salir adelante sin tener ningún hombre a mi lado”“Me sirvió muchísimo, es decir si yo miro atrás y hoy en día como que me miro a mi misma digo el cambio fue 100 % para bien, positivo”	

Situación actual	Pérdidas adicionales durante el proceso de separación (casa)	[lugar de convivencia]
	Sentimientos hacia la ex pareja	“todavía lo quiero pero no lo amo” “desilusión [...] rabia y [...] momentos de tristeza y de dolor”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“cosas que me lastimaron muchas heridas que quedaron en mi corazón entonces lo que yo sentía por él se fue apagando, apagando”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“ hay que afrontarla [...] todavía hay cosas de dolor; muchas heridas”
	Tipo de relación con la ex pareja	“nos hablamos” “nos vemos” “hay demostraciones de afecto”
	Esperanza de regresar con la ex pareja	“veo como cierto interés por parte de él” Sí , todavía” [hay esperanza]
Nueva relación de pareja	“no tengo que depender de ningún hombre [...] un hombre a nuestro lado que nos este apoyando; hace falta si hace falta quizás de pronto en el tiempo de Dios”	

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 5

Figura 6. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 5

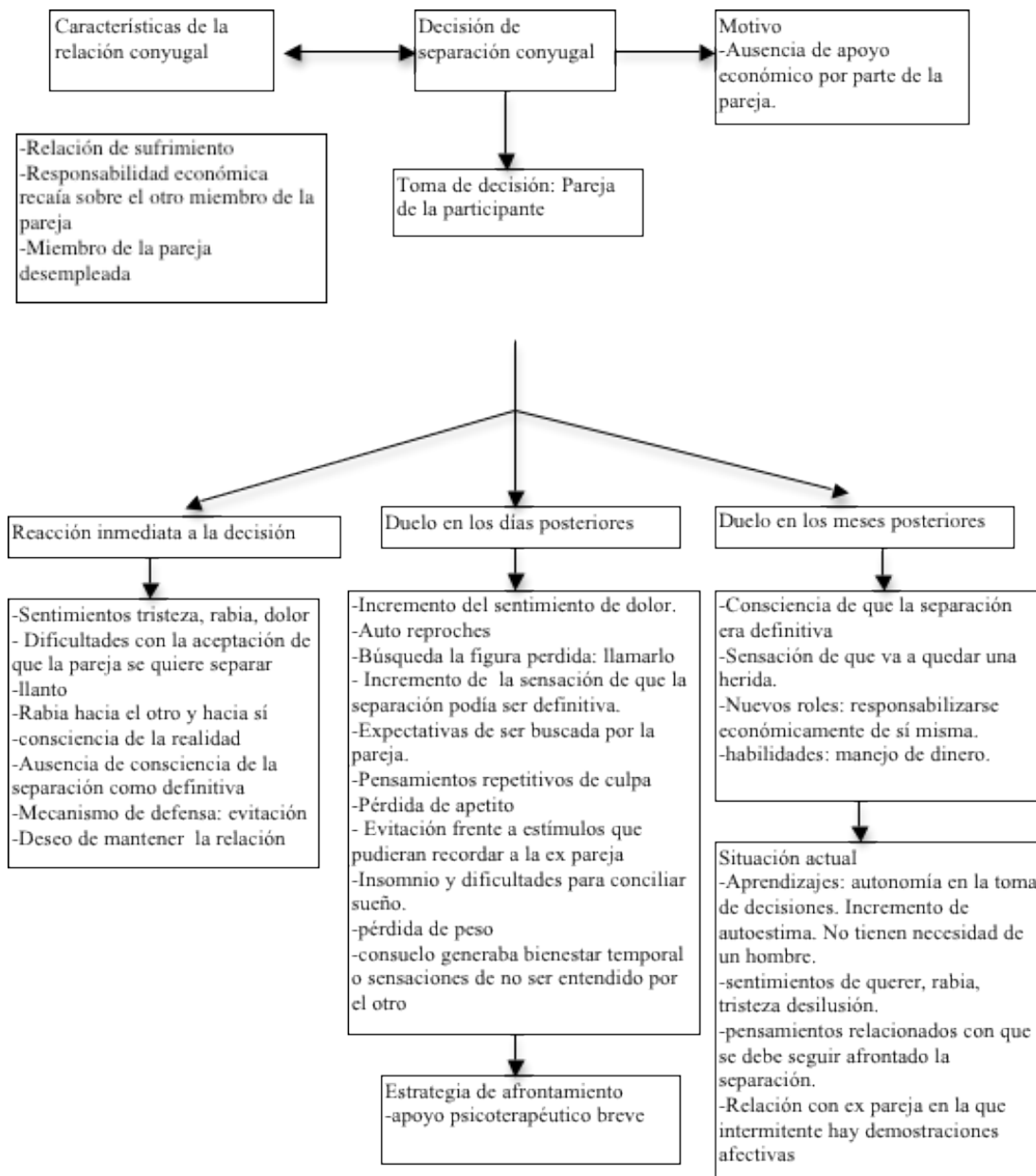


Figura 6. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 5

Tabla 10
Matriz de análisis entrevista participante 6

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“una relación muy bonita etcétera, etcétera con peleas y pendejadas pero bueno, una relación de pareja nada más y sexual y eso”
	Connotación negativa de la relación	“nosotros no salimos a ninguna parte”
	cuestionamiento acerca de la	“Esto no tienen ninguna razón de ser, pues terminar con esta relación porque esto no tienen ningún sentido, porque yo no estoy en competencia con él y ni voy a estar en competencia con nadie”
Decisión de separación conyugal	Acompañamiento psicológico	“psicoanálisis desde hace 10 años”
	Miembro de la pareja que decide separarse	“Yo”
Motivo de separación		“Entonces, después viene una ruptura, una vaina, el chino se consigue por allá un médico y se va”
Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación conyugal	Aturdimiento	“No me importó”
	Sentimientos	“nada!”
	Pensamientos	“Y yo me importa un carajo no me interesa nada, yo sé que me va a doler pero yo lo manejo”
	Acciones	“nada, eso hay más hombre, seguir”
	Nivel de conciencia de la realidad	“conciente”
	Aceptación de la separación como definitiva	“yo dije esto se acabo y se acabo y punto”
	Mecanismos de defensa	“No me importa nada [evitación]” “negación”
	Fluctuación emocional	“me dolió un poquitín pero me importaba un carajo” “o está conmigo o está con él”
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación	Anhelo de la figura pérdida (ausencia de deseo de separación)	
	Sentimientos	“entre en una depresión... Casi me muero”
	Intensidad del dolor	“pero me dio duro duro duro”
	Pensamientos	“empiezan las carencias de que yo iba a la ópera y ¿con quién voy?, yo iba a la zarzuela y con ¿quién voy?”

conyugal

Búsqueda de la figura perdida	“yo le envió un correito que una llamadita, que se le quedo un papel, que todo”
Nivel de conciencia de la realidad	“yo sabia”
Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja)	“Hay muchos otros [hombres]”
Búsqueda de apoyo	“fuimos a un manejo de constelaciones familiares”
Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“es un reemplazo de mi hijo, además como también el dolor de saber que tú estabas buscando un reemplazo”
Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“no, yo me encerré. Yo n volví a salir. Y tenia que salir , pero no quería salir porque ahí sí me traía recuerdos”
Reacción frente a los objetos con carga emocional	“me quedo como tan poco, todo como tan desprestigiado como tan desvalorizado”
Indiferencia frente a la presentación personal	“No me interesaba ni bañarme. es que no quería nada, nada es que ¿pa’ qué se baña? ¿pa qué me visto?”
Tratamiento farmacológico a raíz del proceso de duelo	“Entonces tengo un amigo médico psiquiatra , no pues esto es una depresión pero verraca, me manda anti depresivos, ... Somníferos y eso no funcionaba ”
Cuestionamientos relacionados con qué será de la vida de la ex pareja	“la obsesión, que ¿qué estará haciendo el tipo? ¿estará estudiando? ¿no estará estudiando? ¿ estará con fulano? ¿no estará con sultano?”
Pérdida del deseo de vivir	“no, no quería vivir; pero suicidio ni por el carajo”
Intento de suicidio	“Ganas de suicidio”
Alteraciones de los patrones de sueño	“No dormía es nada, 3 días sin dormir”
Cambios en el peso corporal	“Baje mucho de peso”
Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“no trabajaba, no me interesaba nada en la vida, nada , nada”
Resignificación de las actividades como placenteras	“ahora sí salgo no me importa salgo yo no me voy a quedar encerrado”
Características del proceso de duelo cuando se acepta la separación como	Autorreproches
	“como soy yo de idiota por qué no me di cuenta , por qué me deje utilizar, necesitaba como más fortaleza”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real
	“sentí muy mal y dije: no esto se acabó”

definitiva	Cambios que se consideraron importantes	“trabajar intensamente en el manejo del duelo”
	Connotación positiva del paso de tiempo en el proceso de duelo	“Entonces pues claro y a raíz de ese proceso entonces pues la cosa comenzó mejor, comenzó a verse un poco más claro; ya mejorando un poco”
	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“que como soy de idiota , como soy de idiota . Como no me pude yo visualizar todas esas vainas” “entendí que no he completado el ciclo de mi hijo” “hay que equilibrar la vida afectiva”
	Planes a futuro	“Trabajar en el duelo de mi hijo”
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	“Todos mis amigos han pasado por procesos similares y los he escuchado pero cuando me toca a mí entonces ya no”
	Sentimiento de rabia	“Si”
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	“hacia mi mismo, yo decía como yo soy de idiota , como soy yo de pendejo , como soy yo de ridículo, como soy de ... ósea rabia conmigo mismo, porque tuviera yo 18 años venga , pero yo 60 y con está pendejada ¿cómo pude haber caído? ”
	Resignificación de la pareja	“como el reemplazo de mi hijo”
	Resignificación de la relación de pareja	“Pero hay confirmamos la teoría de que yo no le perdonaba a mi hijo, a pesar de que habíamos trabajado la técnica del perdón que se haya ido y me haya tirado. Entonces entre comillas escogí a éste como reemplazo y metía también [refiriéndose a droga] entonces la repetición”
	Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	“me dijo que yo le estaba buscando un reemplazo a mi hijo”
Situación actual	Situaciones que dificultan el proceso de duelo	“Serán los años , será no sé qué, también podría ser un poco eso de romper la barrera de los 60’s”
	Sentimientos hacia la ex pareja	“Yo digo que lo quiero pero de pronto es porque uno está solo, Sexualmente eso sí es muy bueno y el también siente lo mismo conmigo entonces”
		“no me alegro pero siento un fresco de que le otro se hay enterado que el psicólogo está ahí en mi casa” [generar celos en la ex pareja]

Pensamientos sobre la ex pareja	“no tenemos nada en común” “¿por qué el mar no se lleva a este chino?” “me preocupa el chino es decir él es un tipo joven tiene muchas carencias” “Entonces siendo analíticos ¿para qué? Él tiene su problema de drogas y yo no lo puedo manejar, tiene su problema de alcohol y probablemente si lo pueda manejar y pa que me meto en ese problema”
Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“Ahora si salgo, duermo perfecto”
Reconocimiento de incapacidad para superar el duelo	“que sí un día y al otro día digo que no”
Tipo de relación con la ex pareja	“pues ahora estamos en una pelotera la verraca” “estábamos en una relación sexual” “entregarme de nuevo”
Nueva relación de pareja	

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 6

Figura 7. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 6

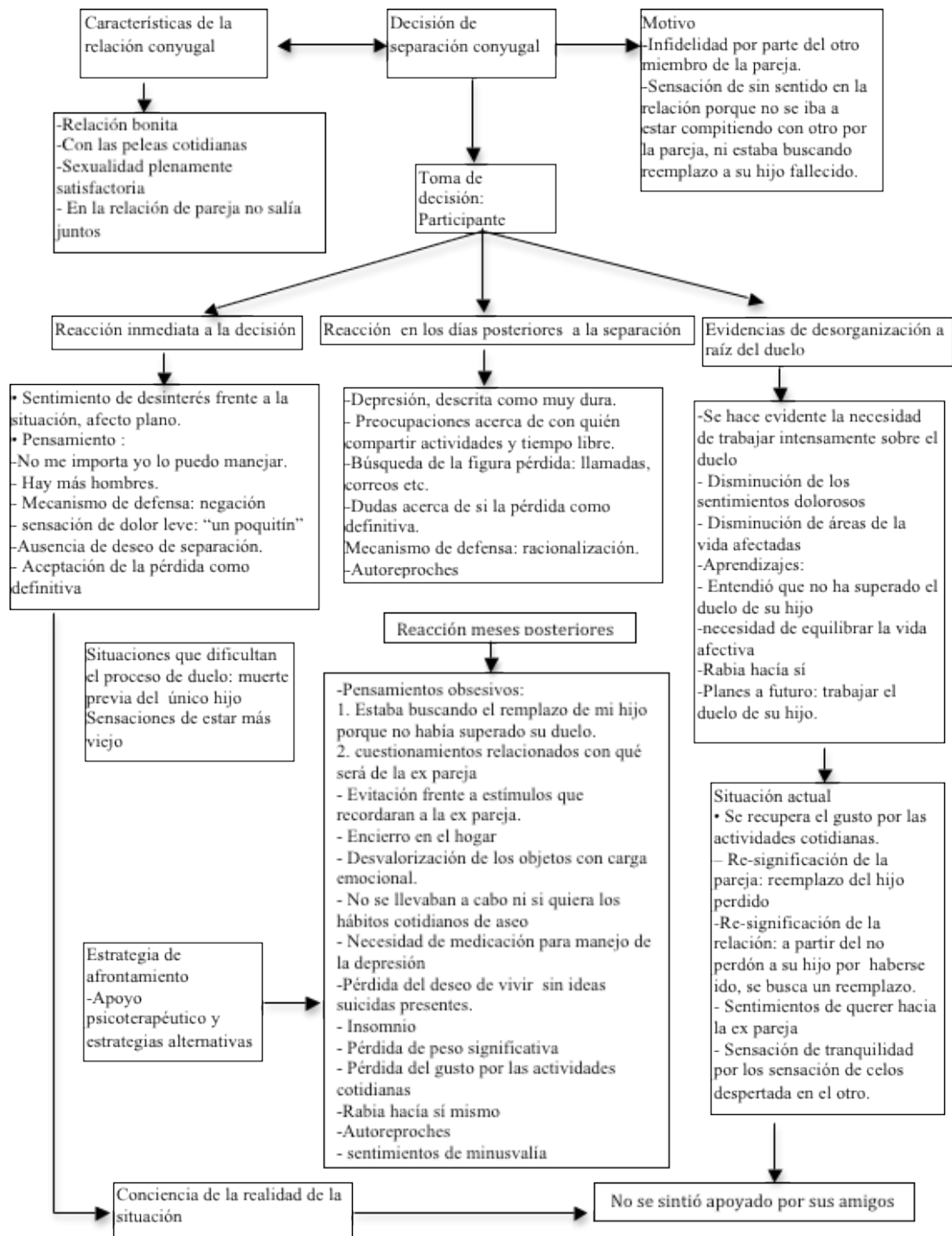


Figura 7. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 6

Tabla 11
 Matriz de análisis entrevista participante 7

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación negativa de la relación	“ Era una mala relación” “inmadura” “con mucha dependencia afectiva” “yo vivía para él” “nuestras prioridades o nuestro proyecto de vida no fueron muy bien definidos” “Igual yo tenía mucha dependencia en mi familia y él también mucha dependencia de la suya y entonces por eso también se dañó”
	Inconvenientes económicos	“nosotros con mi esposo nos dedicamos fue a la parte económica únicamente”
	Acompañamiento psicológico	“sí, antes de separarme estuve como dos años” [asistía] “porque no podía separarme. Era muy dependiente de él, emocional, todo” “cuando descubrí la primera vez [la infidelidad] ; necesite apoyo psiquiátrico, psicológico, espiritual; [...] estuve muy , muy deprimida”
Decisión de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	“yo”
	Dificultad en la toma de la decisión	“ no podía separarme” [no se sentía capaz]
	Proceso extenso de toma de decisión	“mi historia es que yo le descubrí a él la infidelidad en determinada época. Pero después de que le descubrí la infidelidad, dure dos años más con él” “ya a los 2 años descubrí que sí; que tenía la niña, entonces ahí sí me separé”
Motivo de separación Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación conyugal	“una infidelidad de mucho tiempo , llevaba 4 años y porque tuvo una niña mientras yo estaba casada con él ”	
	Sentimientos	“Rabia, desilusión [...] y de mucha tristeza”
	Pensamientos	“me quería vengar de él” “Quería que le fuera mal” “que se muriera”
	Acciones	“lo eche de la casa” por la entrevista se evidencia que antes de echarlo a él de la casa llama a unos sobrinos para que estén ahí cuando él se vaya.
	Nivel de conciencia de la realidad	“Estaba consciente de que me iba a separar”.
	Aceptación de la separación como definitiva	“sí, que ya no había nada”.

Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Fluctuación emocional	“mucha tristeza inicialmente, mucho miedo [...] rabia”.
	Sentimientos experimentados a partir de la separación de cuerpos	“me quede llorando[...]con unos sobrinos que estaban conmigo”.[inmediato]
	Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	“tristeza, rabia” “desilusión” [nostalgia causada por los objetos del hogar de convivencia que antes se compartían]
	Sentimientos	“rabia, tristeza” “tranquilidad a la vez porque sentía que ya me había deshecho de él, que no podía”. “odio”
	Intensidad del dolor	“en los días siguientes, siguientes, no fue mucha tristeza, ni mucho dolor; porque ya le digo que me envolaté en otras cosas, en rumba”
	Pensamientos	“ya no quería saber de él”
	Ausencia de búsqueda de la figura perdida	“no nada” [Ausencia de búsqueda].
	Sentimientos al extraer las pertenencias propias del hogar	La participante se mantuvo posterior a la separación en el lugar de convivencia y se quedó con los objetos del hogar, estos objetos le producían nostalgia mientras vivió en el mismo apartamento.
	Mecanismos de defensa (alcohol, fiestas, evitación, continuación automática)	“tomar” “a estar muy contenta” “en muchas fiestas y, como para evadir un poco pues lo que era la realidad; que era la separación” “rumba”
	Nivel de conciencia de la realidad	[disminución del nivel de conciencia en los días posteriores a la separación] Cuando yo lo eche era época de Diciembre; [...]entonces llegaban fiestas y realmente se convirtió todo como en fiestas”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	[disminución del nivel de conciencia en los días posteriores a la separación
	Expectativas hacia la ex pareja	“pensé que me iba a buscar”
Anhelos frente a la figura perdida	“recién que paso todo; no extraño nada[días posteriores]”	
Ausencia de anhelo frente a la figura perdida	“No quería que regresara”	
Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja)	“aún todavía asisto a terapia[...]cuando me siento muy deprimida” “apoyo psicológico espiritual; con sacerdotes, con grupos de apoyo,”	
Búsqueda de apoyo	“apoyo psicológico espiritual; con sacerdotes, con grupos de apoyo”	

	Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	Lo que habíamos compartido antes ¿En dónde estaría en navidad, ¿Con quién iba a estar? ¿ Qué estaría haciendo?
	Ausencia de deseo por regresar con la ex pareja	“No quería que regresara”
	Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	Ausencia “no”
	Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“Todo, todo se relacionaba”. “Igual, siempre estaba en el pensamiento” [Atención centrada en estímulos relacionados con la ex pareja] [No hubo una evitación o búsqueda activa de estímulos relacionados con la pareja]
	Expresiones del modelo negativo de sí mismo	“yo vivía para él” “todo lo hacía para él”
	Reacción frente a los objetos con carga emocional	[Deshacerse]“De la ropa de él, de muchas cosas”. “Fotos sí guarde”
	Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	[Se venía con este tipo de acompañamientos previos a la separación]
	Tratamiento farmacológico a raíz del proceso de duelo	“No”
	Cuestionamientos relacionados con qué será de la vida de la ex pareja	sí pensaba en ¿Dónde estaría en navidad? , ¿Con quién iba a estar?
	Alteraciones de los patrones de sueño	“dormía más, estaba más tranquila; porque antes vivía con insomnio cuando estaba con él”
	Cambios en el peso corporal	“aumento”
Características del proceso de duelo en los meses posteriores a la separación conyuga	Anhelos frente a la figura perdida	“hace unos 6 meses sí estaba añorando, extrañando todo, extrañándolo” “pensé que de pronto había posibilidad de volver” “lo tenía en mi cabeza todo el tiempo”.
	Contacto con la ex pareja	“Murió un hermano y él fue al funeral, y volvimos a hablar hace como 6 meses” “me dio mucha tristeza y mucha añoranza y ahí pensé que de pronto había posibilidad de volver”
1	Mecanismos de defensa (alcohol, fiestas, evitación, continuación automática)	“me gusta hacer muchos cursos y todo eso y de hecho ehhh los hacía pero era como por evadir, pero no les ponía mucha atención” “trato de imaginar que está muy feliz con la muchacha que vive pero en el fondo creo que no que no está feliz”

	Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“Asistía a muchos cursos y no estudiaba, perdí el deseo de estudiar, de trabajar a veces también”
	Pérdida del deseo de vivir	“Como a los 2 meses también sentí mucha tristeza y también sentía que no había como razón de vivir”
	ideas suicidas	“no ”
	Autoreproches	“Culpas. ¿Por qué no hice?, me porte mal.” “Que por culpa mía había sucedido la separación”. por qué no había podido tener un hijo. Me había dedicado a mi familia, me había dedicado a mi trabajo al estudio y me había olvidado de los hijos que era lo que él quería por eso se los había conseguido por otro lado”
	Cambios que se consideraron importantes	“pensé cambiarme de apartamento”
Características del proceso de duelo cuando se acepta la separación como definitiva	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	Conciencia
Características del proceso de duelo cuando se da la reorganización	Nuevos roles	“pues ya me tocaba a mí asumir todas mi responsabilidad de mi hogar” “ser mamá” “A los tres meses de separarme quede embarazada ”
	Aprendizaje de nuevas habilidades	“no igual”
	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“no vuelvo a ser dependiente. 2ndo que no me vuelvo a dejar maltratar, ni psicológica , ni físicamente[...]Ni que voy a ser tan boba, ni tan tonta de enamorarme”
	Planes a futuro	“ahoritica ya estoy pues con otro cuento del estudio, y del viaje”
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	“Cariño”, “gratitud”.
	Sentimiento de rabia	“Traía mucha rabia con él, odio [días posteriores]”
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	“Traía mucha rabia con él, odio[días posteriores]”
	Resignificación de la relación de pareja	“el abusó mucho, ó sea yo permití que abusara mucho de mí; económicamente, emocionalmente, de todo”
	Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	[importancia debido a sentimientos de culpa porque no pudo darle un hijo, y en el proceso de duelo también aparece

		un hijo que aunque no es de él, seguro modifica el proceso de duelo]
	Situaciones que dificultan el proceso de duelo	“Murió un hermano” “A los tres meses de separarme quedé embarazada [de otra persona]”
Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	“ya me está pasando la rabia” “Todavía hay rabia porque él abusó mucho, ó sea yo permití” “tristeza.. A veces como que hasta lastima” “No ya no [hay amor hacia él]”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“ya estoy como dejando de pensarlo” “trato de imaginar que está muy feliz con la muchacha que vive pero en el fondo creo que no que no está feliz”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“feliz, dichosa” “En este momento siento que ya estoy pasando como la etapa del duelo” “tranquila; ya he superado muchas cosas” “me estoy preocupando más por mí , por mí hijo”
	Tipo de relación con la ex pareja	“nada”
	Nueva relación de pareja	“no quiero salir con nadie” “tengo como miedo[...]porque creo que me van a hacer daño”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 7

Figura 8. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 7

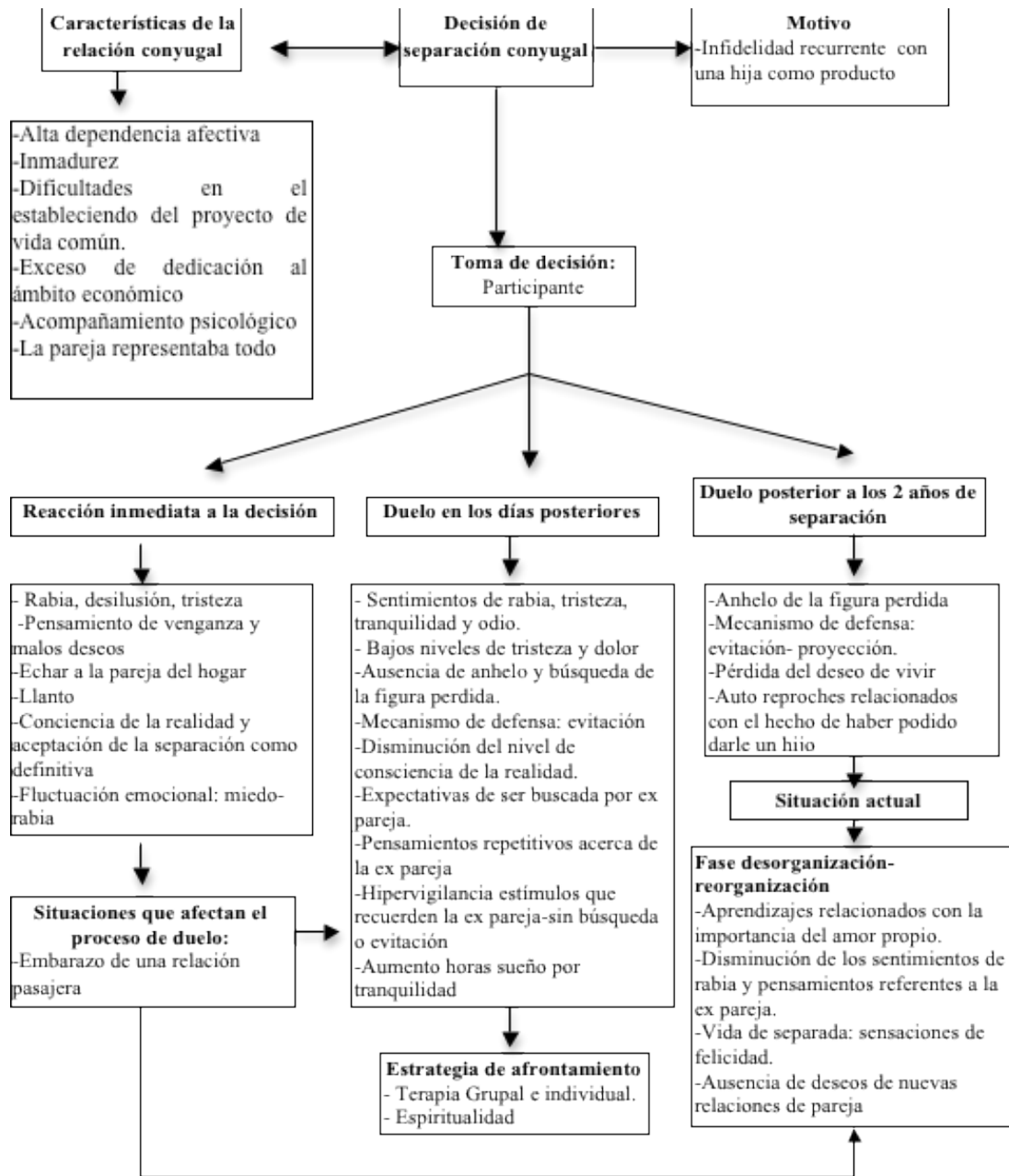


Figura 8. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 7

Tabla 12
Matriz de análisis entrevista participante 8

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“lo máximo” “fue como un proceso bueno” [presencia del otro experimentada como satisfactoria], [disponibilidad de la pareja], [actividades en pareja]” “tiempo de mucha estabilidad emocional”
	Episodio de cuestionamiento acerca de la relación	“[durante la convivencia] uno ahí piensa: ¿Eso si es lo que yo quiero para siempre? o ¿Así va a ser mi vida siempre? ¿Esta si era la vida que yo quería? ¿Así era la vida que yo me imaginaba? era como una etapa de mucho cuestionamiento”
	Idealización de la pareja	“las demás personas veían cosas que yo nunca veía”
	Idealización de la relación	“[caracterización la relación de convivencia:]lo máximo””
	Intentos previos de separación	“siempre daba vueltas en lo mismo. Le decía: te voy a dejar, te voy a dejar. Siempre hablábamos y nunca lo dejaba”
	Interrupción de la convivencia	“Nosotros tuvimos una pelea y yo duré 5 días viviendo fuera de la casa,[...] en esos días fue que pude pensar[...]: ¿Qué es lo mejor para mí? ”
Decisión de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	“yo fui la que la expresé; pero él fue el que hizo todas las cosas para que yo tomara esa decisión, [...]en última fuimos los dos”
	Dificultad en la toma de la decisión	“tomar una decisión es muy difícil” “siempre daba vueltas en lo mismo. Le decía: te voy a dejar, te voy a dejar. Siempre hablábamos y nunca lo dejaba”
	Proceso extenso de toma de decisión	“yo digamos me tome 2 años o tal vez uno; como para: bueno le voy a dar la oportunidad a la relación para que mejore”
Motivo de separación	“él no sentía lo mismo que yo; no era el mismo compromiso no eran los mismos ideales, no eran los mismo propósitos;” Yo estaba luchando con una persona que no quería estar conmigo, que no quería tener un hogar”.	
Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación conyugal	Sentimientos	“pánico, inseguridad, desespero angustia[...]mucho dolor, mucha rabia”
	Pensamientos	“pensamientos en ese momento son muy ambiguos”“ ¿Qué hice? ¿Por qué tome esa decisión? ¿Por qué me fui de la casa? ¿Por qué lo deje?” tengo que estar

Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Conflicto entre cognición y emoción	bien, él que tiene que estar mal es él; yo no ¿y por qué? Yo no me lo merezco “Piensas con la cabeza y piensas con el corazón [...] si no que cuando uno está en ese momento, uno no logra separar.” “con la cabeza uno dice sí, ya, esto ya lo pensé; yo vengo pensándolo y es lo mejor para mí[...]Pero a veces lo que es mejor para ti, no es lo que tú quieres hacer”
	Acciones	“Nunca se lo comuniqué[no tenía el valor], sencillamente me fui de la casa”
	Nivel de conciencia de la realidad	“no[era consciente de que eso era un hecho]”
	Aceptación de la separación como definitiva	“uno siempre piensa: hey, de pronto si hago esto; esta persona va a recapacitar y vamos a volver y vamos a volver bien” [racionalización]:“ yo vengo pensándolo y es lo mejor para mí”
	Mecanismos de defensa (alcohol, fiestas, evitación, continuación automática)	
	Anhelos de la figura perdida (ausencia de deseo de separación)	“Si yo hubiera pensado con el corazón, nunca me hubiera ido de mi casa y de hecho hubiera seguido aguantando”
	Sentimientos	“Desacomodada totalmente”
	Intensidad del dolor	“horrible[...]yo no lo puedo describir” “yo sentía tanto dolor que a veces no me podía levantar de la cama” “dolor inmenso” “cada día que pasa duele”
	Pensamientos	“tengo mis papás vivos, tengo mi familia, tengo mi hogar, tengo una familia que me está apoyando para esto. Tengo que poder, pero el dolor te trasciende físicamente” “ voy a enloquecer”
	Búsqueda de la figura perdida	“no, no hice nada.”
	Sentimientos al extraer las pertenencias propias del hogar	“mucho dolor”
	Nivel de conciencia de la realidad	“esos días es como aceptar que esa persona que estaba conmigo ya no está”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“Yo necesitaba pegarme de las cosas malas] para poder ratificar mi decisión”” los primeros días el primer mes tú no tienes la decisión tomada”
Expectativas hacia la ex pareja	“Que me buscará[...]Que reaccionara[...]que sintiera lo mismo que yo estaba sintiendo”	
Anhelos frente a la figura perdida	“Siempre tuve en mi mente que él iba a volver” “verlo y saber que ya no era mío, para que escucharlo y saber que ya no le puedo decir hola amor”	

Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	“me dolió mucho”
Sentimientos experimentados a partir de la separación de cuerpos	“mucho dolor, porque yo estaba dejando todo lo que había construido[...] mucha tristeza”
Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja)	“ eso me hace daño y lo alejan” “tuve que hacer la terapia, pues, de imaginármelo como estaba vestido para poder desahogarme” ” leí un libro[...] esa fue mi primera terapia” “tú tienes que poner en práctica [lo que te enseñó el psicólogo]” “he hecho todo lo posible para yo poder seguir mi vida; nutrirlo de otras cosas nuevas” “voy mucho a misa” “labores sociales”
Búsqueda de apoyo	“tuve que ir al psicólogo” “escogí el apoyo como de dos amigas”
Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“nunca ese problema salió de mi cabeza” ” piensas todo el día en esa persona” “me martillaba mucho la cabeza haberme ido de la casa sin hablar con él” [presencia] “hacia las demás personas”
Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	
Síntomas corporales relacionados con el duelo por separación conyugal	“el dolor lo sientes acá (corazón) pero lo sientes en todo el cuerpo”” primer mes... Yo no sentía las piernas, no sentía fuerza en las piernas”
Auto reproches	“¿Por qué aguante tanto?” ¿Por qué permití que me hiciera eso?, ¿por qué me lo hizo? “me martillaba mucho la cabeza haberme ido de la casa sin hablar con él”
Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“los evitaba totalmente[...] llevo 5 meses que terminamos si ir al centro, para no encontrármelo”
Expresiones del modelo negativo de sí mismo	“De hecho como no me lo iba a encontrar ni me iba a ver con él[no me importaba arreglarme”
Reacción frente a los objetos con carga emocional	“Todo lo boté” “con mis recuerdos mentales me basta” “
Indiferencia frente a la presentación personal	“me dejé totalmente”
Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“tuve que ir al psicólogo”
Cuestionamientos relacionados con qué será de la vida de la ex pareja	“será que él todavía sueña conmigo? ¿Será que me piensa? ¿Será que está mal? ¿Por qué, por qué me soñé con él? ”
Pérdida del deseo de vivir	“sí” “vivir sin sentido” “prefiero morirme o que me de algo” “si rece

		mucho para decirle Dios mío acaba este dolor ” [en la actualidad estos pensamientos ya no se desprenden]
	Ausencia de ideas suicidas	“nunca tome la decisión como voy a intentar quitarme la vida”
	Culpabilizar a otros	“Decir Dios: ¿Por qué me pusiste en este camino? ¿Por qué acabaste con nuestro hogar? ¿Por qué se acabo todo?”
	Alteraciones de los patrones de sueño	“soñaba mucho con él[...]aún sueño con él” “Yo me acostaba a dormir pero no descansaba”
	Cambios en el peso corporal	“adelgace 10 kilos” “yo comía, pero no me alimentaba ”
	Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“obvio que le perdí el gusto[antes lo hacíamos todo juntos]”
	Resignificación de las actividades como placenteras	“creo que es sano para mí ; creo que me lo merezco, creo que necesito hacer mis propias actividades, hacer mis propias cosas; encuentro gusto en eso” “disfruto verme una película, leerme un libro , me afiance mucho en el trabajo”
Características del proceso de duelo en los meses posteriores	Acciones	“llorar” “fumaba mucho” “Al principio [Los 3 primeros meses] nunca tome, ni nunca salí , ni nada”
	Nivel de consciencia	“totalmente definitiva”
	Pensamientos	“Hasta te hace falta querer. Entonces, es como si yo me hubiera tomado un año sabático”
Características del proceso de duelo cuando se acepta la separación como definitiva	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	“la decisión ya está tomada”
	Cambios que se consideraron importantes	“el único comportamiento mío ha sido ¡Hey! esta es tu vida y tú estás sola, darle frente a eso” “me tocó comprar carro[...]voy a ser autosuficiente”
	Connotación positiva del paso de tiempo en el proceso de duelo	“el tiempo es lo más hermoso, el tiempo te trae a ti el respiro para pensar, para decir me voy a tomar este día para mí”
Características del proceso de duelo cuando se da la desorganización	Aprendizaje de nuevas habilidades	“salir e irme sola al trabajo [...]voy a aprender a coger bus”
	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	““el daño no se lo hace otra persona Es una guerra interna, uno mismo se hace el daño” “El amor, creo que me ha cambiado tanto la mentalidad del amor” “que de pronto uno se enamora de la persona equivocada. A que de pronto uno tiene que pensar más las cosas” “Los problemas más grandes que existen en este mundo, créeme, que son por

Otras características del proceso de duelo	Planes a futuro	culpa del amor” “yo era la novia amor yo te amo, yo te adoro, tú eres mi vida. No amor ¿cómo se te ocurre? Obvio yo te hago ese favor Cuando una persona te ve así, pierdes el interés.” “que tú debes de vivir tres fases en tu vida: una vida de pareja, una vida de familia y una vida solo”
	Reacción frente al consuelo	“vamos a ver qué pasa el día que yo no piense en esta persona y que algún día diga: ¡lo supere! Me sienta feliz, ya cero. Es esa esperanza la que hoy en día me mantiene viva y alegre” “yo sé que me espera mucho tiempo sola”
	Ausencia o presencia de reclamaciones a la ex pareja como si estuviera presente Resignificación de la pareja	“yo era muy receptiva” “hay consejos que te ayudan , hay consejos que no, consejos que te ayudan a hundirte, hay consejos que te avivan” “solo yo me entiendo” [ausencia] “no, nunca”
	Resignificación de la relación de pareja	“él me dice yo te amo. Amor, tú eres la mujer de mi vida; yo te amo, tu eres mi vida. Pero el compromiso él no lo tiene” “Como no voy a olvidar las cosas buenas que me hizo, tampoco voy a olvidar las malas” [esa relación significó]: “TODO” me hizo mujer, me hizo esposa , me hizo madurar, me hizo sufrir, [...] me hizo estar alegre [...], era toda mi vida”
	Situaciones que dificultan el proceso de duelo	[idealización de la pareja] [dependencia]
	Pérdidas adicionales durante el proceso de separación (casa)	“Era mi hogar, era mi vida, era mi proyecto a futuro ” “mi mejor amigo” “me quitó hasta la forma de querer natural”
	Comprensiones del proceso de duelo	“yo describo el primer mes como una lucha, una lucha interna; es una guerra, es terrible. Ya poco a poco, ya vas, o te acostumbras a eso o lo vas superando; creo que la costumbre es irlo superando” “es como si tu estuvieras sufriendo tu propio duelo ,el yo decir hoy xx se murió y como ese dolor de que le haya pasado eso” “créeme que un duelo nadie te lo entiende” “duelo, es como un muro muy grande”

“Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	“ amo sus recuerdos, amo cuando estábamos juntos , amo cuando bailábamos amo muchas cosas que me duelen, pero a él no”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“no lo he olvidado” “él es el amor de mi vida” “quiero que [...] desaparezca”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“yo estoy aquí completamente sola” “No puedo decir que vivo la vida que quiero”
	Tipo de relación con la ex pareja	“No tengo ninguna relación con Él de nada [...] el me ha buscado” “He sido muy permisiva en manifestarle a él que no me busque”
	Nueva relación de pareja	“ni quiero conseguirme a otra persona” “El amor es como una matica, entonces algún día se irá a acabar solito y ese día entonces si le abriré mi corazón”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 8

Figura 9. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 8

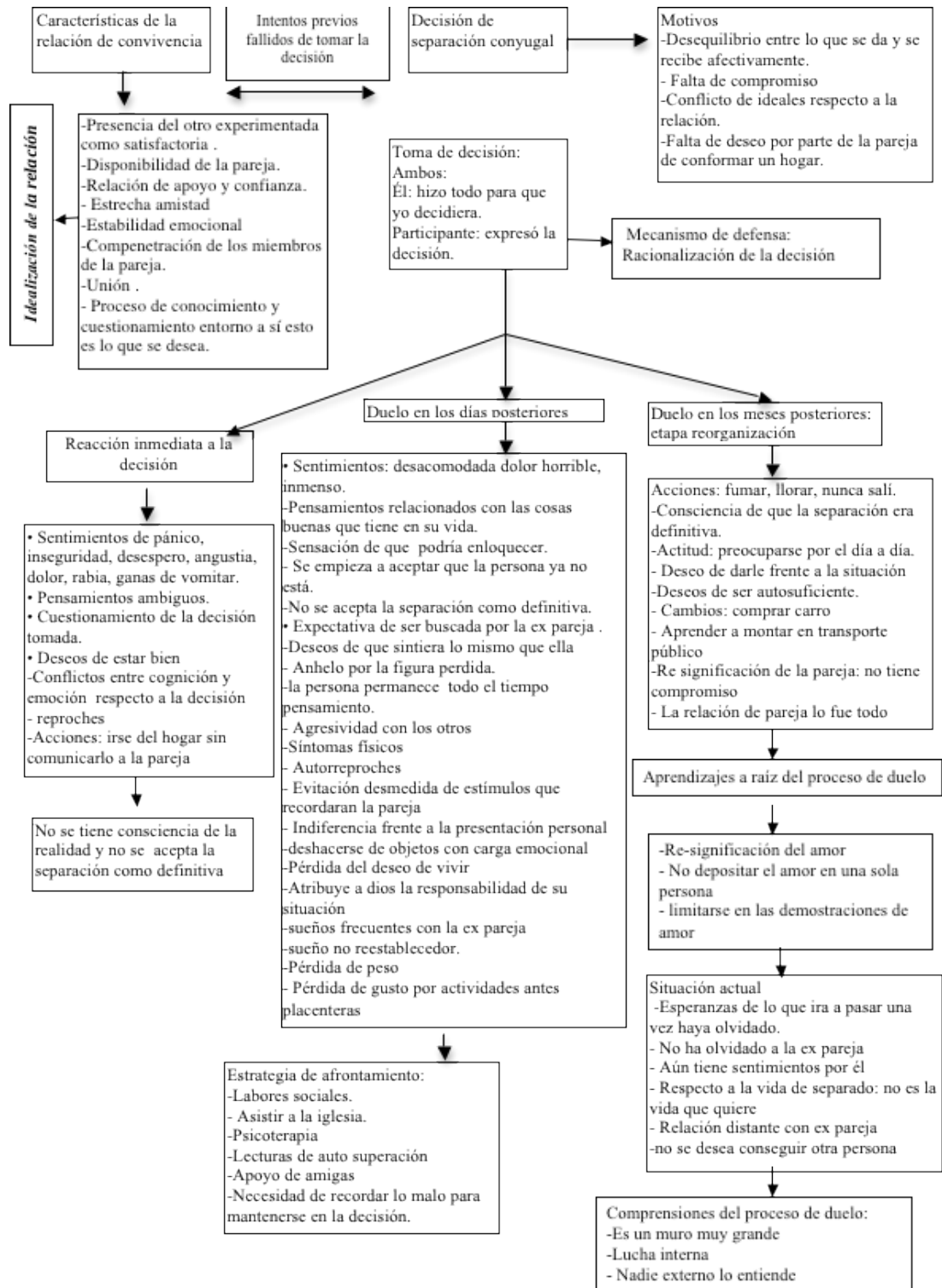


Figura 9. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 8

Tabla 13
 Matriz de análisis entrevista participante 9

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“Inicialmente bien, pues yo suponía que todo estaba bien” “Había confianza en la relación, nos llevábamos bien” “esos 30 años fueron bien, sin ningún problema y nunca hubo infidelidades, ni intentos de celos”
	Connotación negativa de la relación	“obviamente cuando supe yo que ella estaba en el plan de divorcio, me dio mucha rabia y yo soy muy explosivo” “entonces por la falta de plata empezó a molestar, eso es clave” “empezamos a tener como diferencias después y si un poco de rutina”
	Consumo o abuso de alcohol	“empecé a tomar un poco más de lo que tomaba”
	Inconvenientes económicos	“me toco empezar a restringir dinero en la casa”
	Intentos previos de separación	“hace diez años hubo un intento de divorcio por parte de ella”
Decisión de separación conyugal Motivo de separación	Miembro de la pareja que decide separarse	“Ella”
	“que por el trago, que por el maltrato, que cuando a mi me daba la agresividad decía malas palabras”	
	Sentimientos	“Rabia, ira [...] tristeza después, en ese momento fue más rabia, una piedra tenaz”
	Pensamientos	“Duró 40 años casada pero nada le sirvió” “Que era una hija de puta”
	Conflicto entre cognición y emoción	“mi hijo llego y hable con el, y pues empecé a tener un poco de reflexiones de por que, entonces sentía ira pero también más racional”
Acciones	“llorar como un pendejo ”	
Nivel de conciencia de la	“No, totalmente negado, yo pensaba que	

	realidad	eso no”
	Aceptación de la separación como definitiva	“yo lo que veía es que no había un problema mayor””
	Mecanismos de defensa (alcohol, fiestas, evitación, continuación automática)	“me gusta tener que hacer, si no tuviera trabajo estaría loco”
	Anhelos de la figura perdida (ausencia de deseo de separación)	“aun no lo veo, porque un problema mayor para mi es una infidelidad, que uno sea un ampón, que este robando, cosas que para mi eso es fuerte”
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Sentimientos	“fue muy harto, mucha tristeza, llanto, y harto” “No, yo seguía con rabia y con tristeza”
	Intensidad del dolor	“No, altísima, de suicido”
	Pensamientos	“porque no entendía, y aun no entiendo, No yo creo que aun es una hija de puta” “y yo la ponía de acompañante en la operación y ella me dijo que no” “yo fui el que lo hice al principio, yo al principio mira perdóname, mira yo te quiero, fui y le compre un anillo”
	Búsqueda de la figura perdida	“hasta que caí en cuenta que estaba en la posición del bobo, entonces si no me pone atención yo para que vuelvo” “negado”
	Ausencia de búsqueda de la figura perdida	
	Nivel de conciencia de la realidad	
	Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“de pronto fue una decisión provisional, pensaba yo, pero yo no veía nada de fondo””
	Expectativas hacia la ex pareja	“Yo sentía que si la relación no estaba bien, por eso pensaba que de pronto se podía mejorar y que si esa fue la decisión”
	Anhelos frente a la figura perdida	“Yo quiero reconciliación”
	Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	“ya no estaba, se fue, todo lo tenía previsto, y tener todo pensado desde hace mucho tiempo, entonces la hipocresía y obviamente ahí el trago influyó mucho”
	Búsqueda de apoyo	“yo estoy en este momento con un pastor”
	Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“yo pienso que ella fue traicionera, no le creo, y creo que todo lo que pudo haber hecho fue mentira, todo lo que me deseo, aun cuando hablo con ella siento que es una comedia”
	Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“Si con las personas y conmigo agresivo, grosero, bravo, buscando peleas”
	Autorreproches	“Si totalmente, claro

Reacción frente a los objetos con carga emocional	No haber charlado, no haber podido realmente entablado una conversación, haber mantenido siempre en plan de pelea en vez de plan conciliador” “ahí están, esta todo igual”
Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“después de que se fue de la casa, yo hable con una psicóloga” “Una vez yo estaba desesperado y estuve en psiquiatra”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 9

Figura 10. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 9

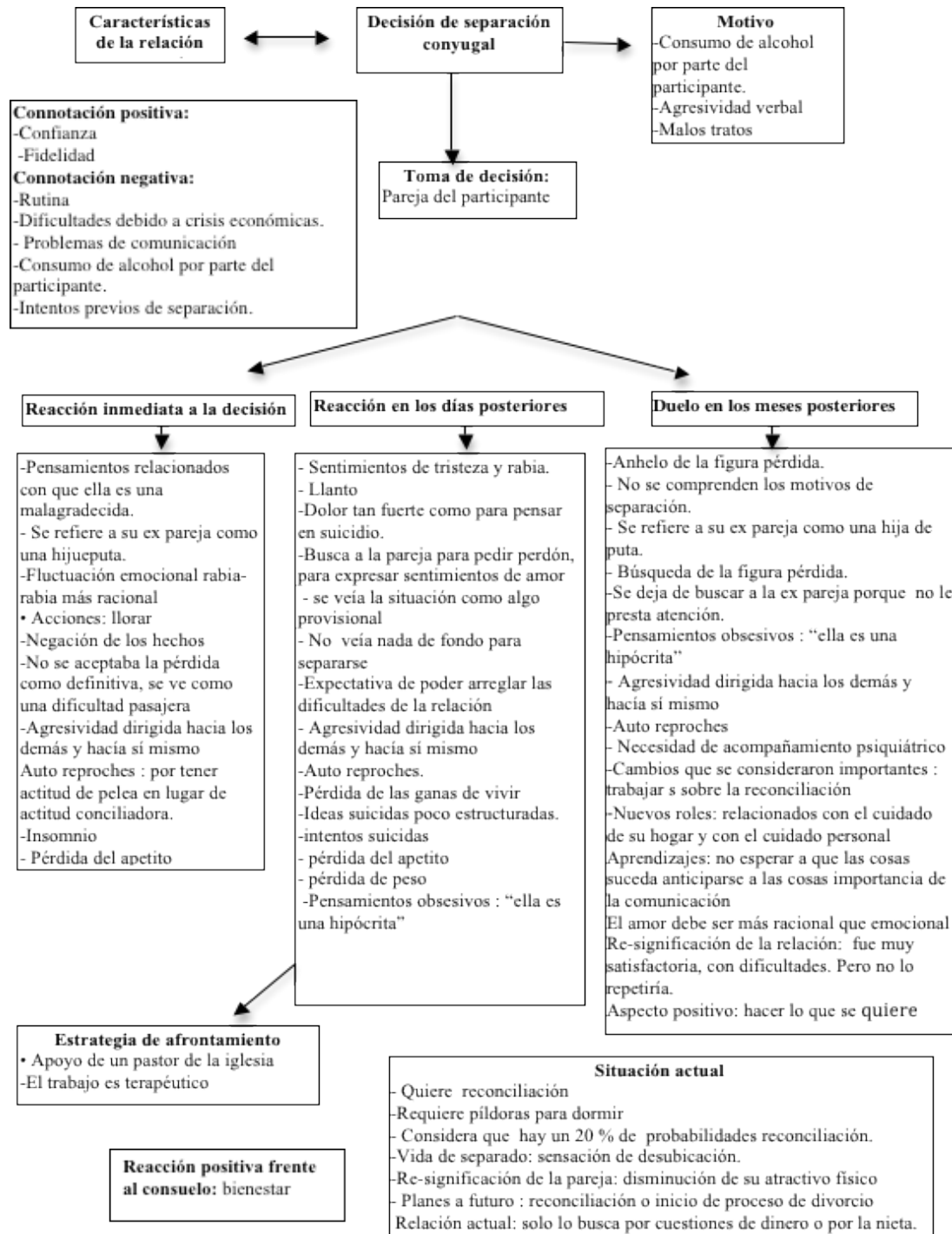


Figura 10. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 9

Tabla 14
Matriz de análisis entrevista participante 10

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“aparentemente era una relación tranquila[...]no había conflictos”
	Connotación negativa de la relación	“una relación de mucha soledad, no me sentía querida”[dificultades de comunicación [distanciamiento sexual] “mucha frialdad dentro de la relación” “se sentía avergonzado[por su alcoholismo]” “se excusaba en el tema[del trago] para que yo siempre fuera culpable” “relación muy conflictiva[...] yo empecé a conocer facetas de él que antes no conocía” “no era una relación que me llenará mucho que no era muy placentera”[uso de mentiras para evitar conflictos en la relación de pareja] “durante todo el tiempo yo sentía que yo pedaleaba, pedaleaba, pero que realmente yo no estaba construyendo relación de pareja,” “yo también era consciente de que la relación que teníamos ni lo estaba haciendo feliz a él ni a mí” “me fue sumiendo en un estado permanente tristeza y me sentía muy agredida” [psicológica]
	Agresión durante la relación conyugal	
	Consumo o abuso de alcohol	“yo tenía problemas con el trago[...]cuando tomaba lo hacía como en mucho exceso” “no encontraba apoyo del esposo en este problema”
	Idealización de la pareja	“Yo lo tenía muy idealizado, todas esas cosas que me dolían de él[...]; yo siempre las justificaba”
	Inconvenientes económicos	“En ese momento él tenía unas deudas le ayudo a pagar todas las deudas”
	Representación mental de lo que deben ser las relaciones de pareja	“solidaria como pienso que debe ser una relación de pareja” “creo que así se construye pareja, compartir todo con él”
	Intentos previos de separación	“En algunas oportunidades le dije que nos separamos”
	Interrupción de la convivencia	“me fui ese fin de semana [esto ocurrió cuando llevaban 8 meses de convivencia]”
	Acompañamiento psicológico	[asistencia a grupo de apoyo para alcohólicos]
Características del duelo	“Me preocupaba era mi estado	

Decisión de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse Dificultad en la toma de la decisión	emocional” “Me enferme muchísimo, ya digamos físicamente,” “Empecé sufrir de la digestión, no volví a dormir, comía muy mal, vomitaba mucho” “depresión” “te voy a medicar” “le pedía mucho a Dios que me ayudará a llevar el dolor infinito que tenía” “Nunca me agredió físicamente pero verbalmente me dijo unas cosas tenaces” “sensación de culpa todo el tiempo” “Yo lo seguí atendiendo igual, seguí manejando mi casa igual pero con una infinita tristeza y ya, muy pegada Dios eso sí” “Me dolía mucho ver que yo estaba repitiendo historias, de que yo era permisiva en las relaciones ” “yo”
Motivo de separación Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación conyugal	Proceso extenso de toma de decisión “Falta de comunicación y se nos acumularon los conflictos”	[sí] “Eso me atajaba, me atajaba el entorno, me gustaba mi entorno, mi club, me gustaba mucho mi casa Me daba miedo perder eso” “yo siempre tuve la ilusión de que eso iba a cambiar” “[sí]”
	Aturdimiento	“ya plana como sin emoción, mi mamá me preguntaba: ¿tu estás bien? Y yo sí mami estoy bien, yo no estaba sintiendo nada”
	Sentimientos	“no sabría si eso fue paz o qué? Como cuando uno está plano, hasta aquí llegue, plana como que ningún sentimiento”
	Pensamientos	“voy a esperar a que pase el grado de la niña , el cumpleaños de Álvaro y después me separo. Y así lo hice”
	Acciones	“Ahora que hago pa donde pego, que pereza irme para donde mi mamá” [discutir la decisión con la familia y con la pareja] “llore mucho esa noche” “yo dormí en mi cama con él, común y corriente, pues él pa su lado y yo pal mío”
	Mecanismos de defensa (alcohol, fiestas, evitación,	“tú sabes que yo tengo un paseo entonces me voy cuando llego del

Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	continuación automática)	paseo”
	Anhelos de la figura pérdida (ausencia de deseo de separación)	“expectativas de la pareja cuando se le propone la separación conyugal como opción][rechazo de la propuesta de separación]”
	Sentimientos	“culpable” “Lo que yo sí sentía era: eché pa tras, voy a llegar como derrotada pero el sentimiento más claro era de frustración” “era la profunda tristeza, profunda tristeza de no haber podido cumplir ese deseo y esa ilusión que yo tenía de conformar una familia y un hogar” “yo que me moría de la rabia y de orgullo; ya era un sentimiento distinto”
	Acciones	[compartirlo con el grupo de apoyo de alcohólicos]
	Búsqueda de la figura perdida	“yo sé que yo tomé esta decisión que yo tome la decisión de que nos separemos, pero yo hoy vengo a decirte que lo reconsideremos y me dijo: no, y le rogué y lloré y pataleé”
	Proceso legal	“a pesar de que luego me dijeron que yo podía reclamar unos gananciales, no me interesa”
Nivel de conciencia de la realidad	“uno toca tierra y dice: si esto se acabo, ya ese día entendí que esto se acabo”	
Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“esa noche yo ya vi que no había nada que ”	
Búsqueda de apoyo	“personas cercanas , amigas muy cercanas, otros no tan cercanos y yo les iba compartiendo lo que me pasaba”	

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 10

Figura 11. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 10

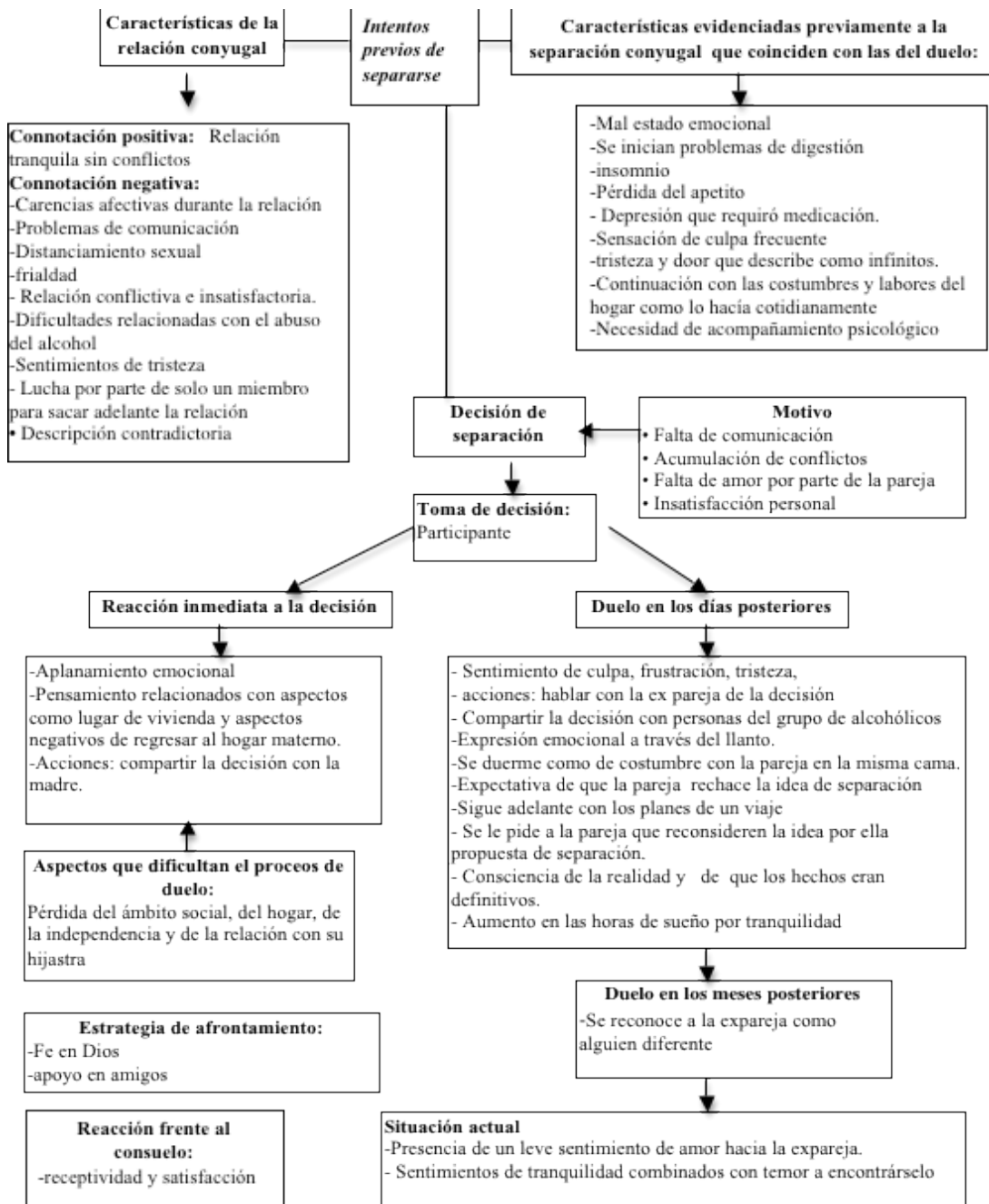


Figura 11. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 10

Tabla 15
 Matriz de análisis entrevista participante 11

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación negativa de la relación	“Difícil” “en la que tú te casas y tienes unas expectativas, [...] y ves que poco a poco nada de eso se va cumpliendo” “compromisos, responsabilidades [...] solamente eran de tu parte[en todos los niveles]”. “siempre se despilfarraba en trago mujeres en otras cosas y no en la casa” “tristeza, dolor no,[...] yo ya había pasad por todo eso [durante la relación] refiriéndose a lo que debía sentir posterior a la separación”
	Consumo o abuso de alcohol	[Sí, por parte del otro miembro de la pareja]
	Inconvenientes económicos	[sí]
	Representación mental de lo que deben ser las relaciones de pareja	“Todo lo que tu soñabas y pensabas que era un matrimonio de dos personas; con compromisos, responsabilidades compartidas” “la sociedad se fundamenta en la familia [...]uno debe tener su familia y luchar por su familia”
	Intentos previos de separación	“le decía váyase usted por favor y él no, no, no”
	Acompañamiento psicológico	“yo fui a consejería[...]para tomar la decisión”
Decisión de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	“yo”
	Proceso extenso de toma de decisión	“no me dolió, porque fue un proceso; fue un proceso, yo hace años pensé que me iba a separar de él”
Motivo de separación	“toma mucho[...]perdía como el sentido perdía todo” “la diferencia de culturas[...]él era] grosero, maleducado” “yo tome la decisión un día que [...] nos dimos cuenta que él no estaba pagando las cuotas del apartamento, hacía muchos meses , que era digamos; la responsabilidad de él”	
Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación conyugal	Sentimientos	“Tranquilidad y alegría” “tristeza, dolor no,[...] yo ya había pasad por todo eso yo ya lo había superado ”
	Pensamientos	“Salir adelante con los niños” “lo que más uno piensa es la parte económica ¿cómo voy a hacer para sostenerlos ¿ para estar sola con ellos?” “esta es la

		oportunidad yo estaba buscando la oportunidad y la encontré[referente al no pago de cuotas]” “yo no quiero volver con él” “planeé[una alternativa es irme para donde mi mamá mientras los niños terminan la universidad]” “yo ya le dije no, yo me voy y usted mire a ver que hace, yo me voy con la niña”
	Acciones	
	Nivel de conciencia de la realidad	“Totalmente[consciente]”
	Aceptación de la separación como definitiva	“sé que no vamos a volver”
	Continuación de la vida cotidiana por reorganización	[SÍ]
	Fluctuación emocional	“no”
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Sentimientos	“total tranquilidad alegría, no, un alivio, una paz”
	Intensidad del dolor	“no[hubo dolor], yo, ya había pasado por mucho dolor[entonces] ya tranquila”
	Pensamientos	“iba a ser difícil después de veinte algo años de independencia [regresar a la casa materna]” “Pero es que si él fue así y así, así todo irresponsable, todo esto, entonces no deberían de saludarlo les digo yo[a los hijos], no deberían ni mirarlo, nada.” “¿porqué él tiene lo mismo que yo tengo, si yo di todo lo mío y el no dio nada?”[pensamientos que se mantienen en la actualidad]
	Búsqueda de la figura perdida	“No para nada, al contrario tratar de alejarlo”
	Ausencia de búsqueda de la figura perdida	“Yo no quería verlo”
	Sentimientos al extraer las pertenencias propias del hogar	NO REFIERE
	Nivel de conciencia de la realidad	[plena]
	Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	[plena]
	Expectativas hacia la ex pareja	“Nada, yo no quería verlo”
	Ausencia de anhelo frente a la figura perdida	“yo quería que él se desapareciera del mapa”
	Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	[angustia por perder la independencia y tener que regresar al hogar materno]

Sentimientos experimentados a partir de la separación de cuerpos	"tranquilidad, felicidad"
Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja) Búsqueda de apoyo	[búsqueda de apoyo en la familia , vivir con la mamá para disminuir gastos económicos] "Dios [Fé]" "Dios""pensar que mi mami nos iba a dejar vivir en la casa de ella pues eso es un apoyo"
Ausencia de deseo por regresar con la ex pareja	"yo quería que él se desapareciera del mapa"
Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	"no para nada, tranquila"
Autorreproches	"no en absoluto" "yo hice hasta lo imposible[antes de decidir separarse, agotó todas las opciones]" "aguanté cosas terribles"
Expresiones del modelo negativo de sí mismo	
Reacción frente a los objetos con carga emocional	[deshacerse] "antes de separarme, yo como ya venía en un proceso, un día rompí todo lo que él me dio" "las fotos del matrimonio, [no las rompió]"
Culpabilizar a otros	" a mi papi y a mi mami[...] no les he dicho nunca, pero yo si decía [ellos] son los culpables de toda mi desgracia porque no me dejaron conocer ni vivir mi relación, ellos solo querían que me casara lo más pronto posible sin importar con quien"
Alteraciones de los patrones de sueño	"Sí dormía más. Totalmente tranquila"
Cambios en el peso corporal	"no , nada"
Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	"No, yo no he perdido el gusto por las cosas"
Nivel de conciencia de que la pérdida es real	"yo ya lo acepte hace mucho tiempo"
Cambios que se consideraron importantes	"cambiar la rutina , irse a vivir a otro lado"
Nuevos roles	"No[...] yo era sola prácticamente con él ahí"
Aprendizaje de nuevas habilidades	NO REFIERE

Características del proceso de duelo cuando se da la

reorganización	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“Que enamorarse ciegamente y eso no te lleva como a la felicidad entonces que hay que mirar el corazón pero también la razón[...]que hay que mostrarse como es[...]que la relación sea de 2[...]que todo sea compartido[...]que tú debes ver en la otra persona que puedes tolerar y que no puedes tolerar
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	[ella había vivido un proceso anterior que considera superó sola, en el momento preciso de separación no la consolaron , no vio necesidad de consuelo]“no soy muy expresiva ni eso entonces yo a casi nadie le cuento mis cosas”
	Sentimiento de rabia	“Muchas veces he sentido rabia hacia él por su irresponsabilidad[...]me tocó toda la carga a mí siempre” [hacia la expareja]
	Direccionalidad del sentimiento de rabia Ausencia o presencia de reclamaciones a la ex pareja como si estuviera presente Resignificación de la pareja	[presencia] ” Si claro uno dice es que tan irresponsable, tan toma trago, tan mujeriego” “contrario a lo que pasaba antes, él ahora está interesado y yo sé pues que él no los va a guiar mal, eso sí lo tengo muy claro” [reesignificación como buen padre]
	Resignificación de la relación de pareja	“dolor para mi realmente fue muy duro muy doloroso muy traumática esa relación pues porque yo esperaba otras cosas, porque yo pensé que todo el mundo era responsable”[esto refiere la participante en la actualidad cuando se le pregunta que significo la relación de pareja]
	Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	““yo quisiera que ellos ni lo miraran porque pienso que no se lo merece pero pues ya entendí que es la relación de papá e hijo y en eso yo no me puedo meter” [relación cordial con el esposo por el bienestar de los hijos] [Apartamento, independencia].
Situación actual	Pérdidas adicionales durante el proceso de separación (casa) Sentimientos hacia la ex pareja	“hasta ahora estoy sanando esa rabia” “yo no lo quiero”“la situación no ha sido fácil con mi mami, entonces cada vez que nos pasa algo yo si decía: no, ash yo estaría en mi casa [...]yo siempre le echo la culpa a él” [Celos con los

	hijos]” estar con él a mi no me gusta ni siquiera compartir nada con él”
Pensamientos sobre la ex pareja	“contrario a lo que pasaba antes, él ahora está interesado y yo sé pues que él no los va a guiar mal, eso sí lo tengo muy claro” “me gusta pues que podamos hablar porque yo también soy de una familia de separados[...]sí realmente pues por lo niños toca pues hablar” “esta persona no valoró lo que tenía, nunca tuvo compromiso, pienso que cada quien tiene lo que se merece y él anda solo”
Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“me siento bien por estar tranquila[...]pero lo que te digo, yo siempre he pensado que el hogar y la familia son lo ideal; entonces triste aunque yo no siento esa tristeza, pero yo se que si es triste estar uno solo con sus hijos pudiendo haber estado con su esposo”
Tipo de relación con la ex pareja	“hablamos de los niños” “[relación] cordial por los hijos” “[...]”a mí no me importa él”
Nueva relación de pareja	“No yo no quiero a nadie”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 11

Figura 12. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 11

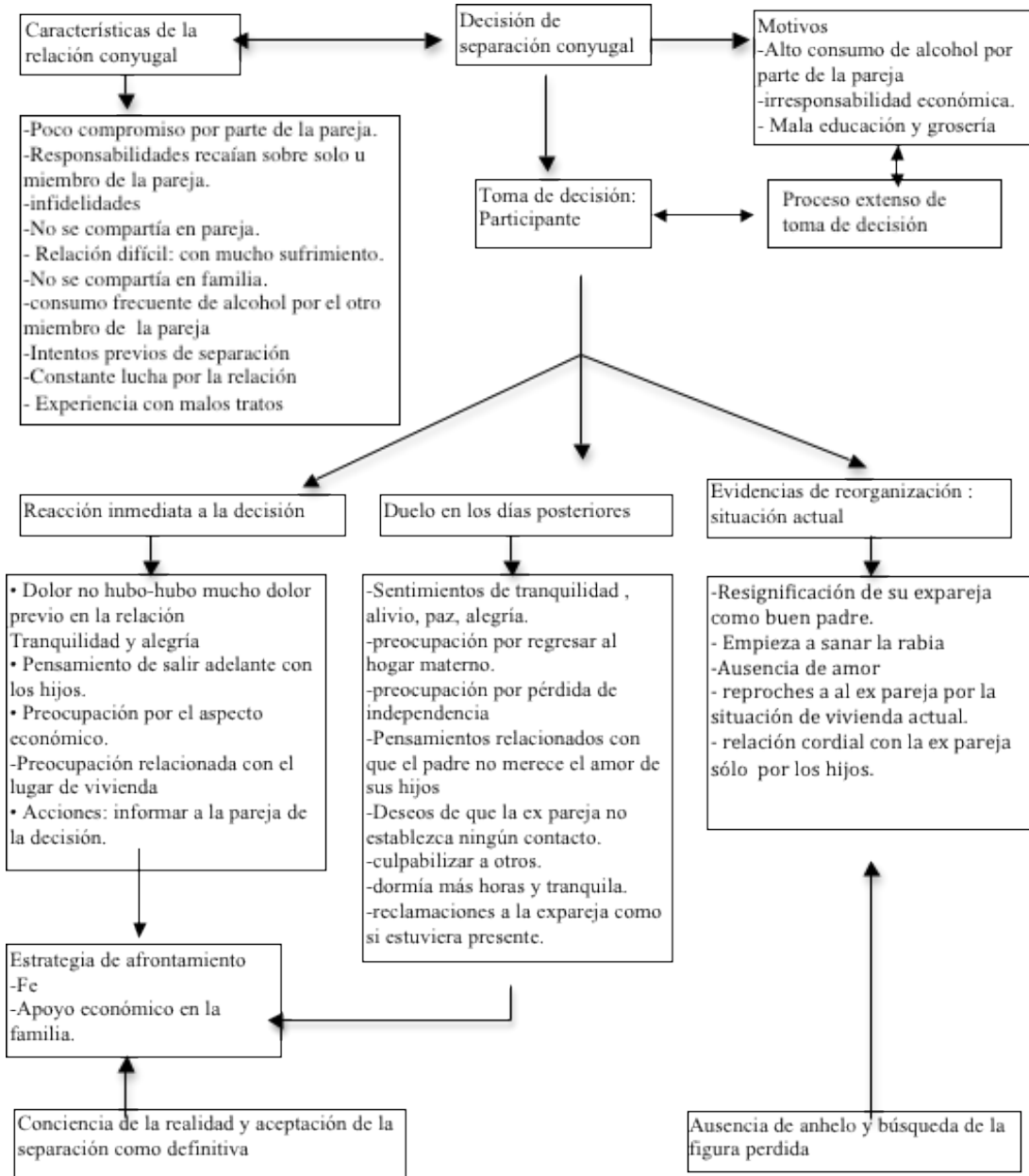


Figura 12. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 11

Tabla 16
Matriz de análisis entrevista participante

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“la relación de pareja de intimidad, de trabajo y todas esas cosas fue muy buena”” no habían discusiones, en todo nos entendíamos ,porque todo fluía perfecto”
	Idealización de la relación	“yo creí que era el matrimonio perfecto”
	Intentos previos de separación	“sí”
	Interrupción de la convivencia	“la dije que se fuera de la casa[por unas llamadas que no me dijo con quien estaba hablando] ella se fue”
	Acompañamiento psicológico	“sesiones de pareja”
Decisión de separación conyugal Motivo de separación Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	“yo”
	“unas dudas” “ apareció que ella tenía un celular gemelo del que ella tenía en su cartera”	
	Aturdimiento	“se siente uno como en una nube , como muy ido”
	Sentimientos	“Soledad, desesperanza”
	Pensamientos	“que la vida no se terminaba ahí”
	Acciones	“empaque todas mi cosas y me fui de la casa”
	Nivel de conciencia de la realidad	“pensaba que eso era una fantasía[...]pesadilla”
	Aceptación de la separación como definitiva	“mi decisión era muy clara muy firme”
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Mecanismos de defensa	“me refugié en el alcohol” “. Entonces se va uno como de parranda, se vuelve un carnaval y finalmente uno resulta viviendo una vida ficticia”
	Fluctuación emocional	“si claro. Eso es como un encuentro de sentimientos”
	aturdimiento	“no coordinaba mucho las ideas””
	Sentimientos	“Soledad, como si estuviera viviendo una pesadilla. Sentía como si me hubieran arrancado algo de mí. mucha intranquilidad, mucha ansiedad, rabia” “A mí a los 15 días la persona ya no me interesaba”
	Intensidad del dolor	“doloroso”
	Pensamientos	“no era justo lo que me estaba

Acciones	pasando” yo siempre me preguntaba por qué si durante tanto tiempo yo creía que era el matrimonio perfecto” “yo traté de distraerme en otras cosas , de mantener ocupado[...]Pero igual la cabeza [...] no coordinaba mucho las ideas, me enfoqué mucho en mis hijos” “aceleré mucho como el ritmo de trabajo, el deporte; pero a su vez el licor”
Búsqueda de la figura perdida	“A ella como persona , no ; pero como madre de los niños sí” “yo intenté hacer una conciliación; que siguiéramos trabajando , que fuéramos socios”
Ausencia de búsqueda de la figura perdida	“yo nunca la llamé, no le rogué”
Proceso legal	“ complicaciones legales[referidas a la repartición de bienes]”
Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“nunca me he arrepentido la decisión la tomé muy tranquilo no fue un momento de desespero ni de rabia ni de nada de eso”
Expectativas hacia la ex pareja	“que ella fuera una persona honesta, una persona sumamente civilizada para llevar a cabo el procesos de separación”
Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	[presencia]“ sí, pero era más por el efecto del alcohol”[dirigidos hacia sí mismo]
Autorreproches	“nunca me he arrepentido”
Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“ yo trataba de evitar todos los espacios” “Hasta la misma gente los amigos que eran en común yo me retiré”
Reacción frente a los objetos con carga emocional	“No me deshice, los guardé de tal forma donde tratara de no encontrarlos”
Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“no vi la necesidad”
Pérdida del deseo de vivir	“No”
Alteraciones de los patrones de sueño	“A veces dormía demasiado” “no podía dormir otras me despertaba cada rato”
Cambios en el peso corporal	[perdida] “muy leve”
Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“sí , claro, uno pierde inclusive con el mismo trabajo”

Características del proceso de duelo meses posteriores	Sentimientos	“ya la persona no me interesaba”
	Pensamientos	“uno puede perdonar a una persona sentimentalmente. Pero ya cuando hay jugadas de hampón ya es más delicado, ya cuando la gente se le va ha hacerle el daño[...]eso ya cambió totalmente el panorama”
	Acciones	“reaccione haciendo lo mío, y fue cuando forme la nueva empresa” “no fui a rogarle a que me diera nada” “los niños ella los tuvo un año larguito y me toco ir a la comisaria de familia para que me los dejará ver., para que me pusieran un reglamento[...]Yo no metí proceso”
Características del proceso de duelo cuando se acepta la separación como definitiva	Autorreproches	“No, para nada”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	[total]
Características del proceso de duelo cuando se da la desorganización /reorganización	Cambios que se consideraron importantes	“Yo seguir adelante, con mis negocios. Pensando en mis hijos. Haciendo nuevos proyectos”
	Nuevos roles	“Intenté como conocer más gente, como todas esas cosas. Pero no, yo me sentía que estaba en el lugar equivocado” “estoy haciendo de mamá y de papá”
	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“se vuelve uno más precavido”
Otras características del proceso de duelo	Planes a futuro	“quiero ir a conocer buena parte del mundo” “Me gustaría mucho radicarme en estados Unidos, sí me dejan llevar los niños”
	Reacción frente al consuelo	“Cuando uno está en un duelo mucha gente le dice: lo siento, pero uno sabe que es un [formalismo]” [no son muchas las personas que están con uno en la situaciones difíciles]
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	“contra ella”
	Ausencia o presencia de reclamaciones a la ex pareja como si estuviera presente	“yo siempre le preguntaba por qué y por qué”
Otras características del proceso de duelo	Resignificación de la relación de pareja	“Fue una relación bonita. Fue[...] como donde yo volví a vivir y yo fui feliz”
	Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	“lo que a mí más me afectó en todo el proceso no fue ni siquiera la parte sentimental; si no [...] que los niños no me los dejaban ver” [preocupaciones

	Situaciones que dificultan el proceso de duelo	en relación con la formación mental y en valores de sus hijos en su ausencia”[al año de la separación le devolvió por voluntad propia los hijos] “que los niños no me los dejaban ver” [conflictos legales con la ex pareja-bienes-amenazas de muerte cuando se inicia a pedir la custodia de los hijos] “Me dolió muchísimo más fue porque en los últimos 2, 3 meses era la persona más complaciente” “suplantación de identidad”
	Pérdidas adicionales durante el proceso de separación (casa)	“yo estaba echando por la borda un proceso de vida de 10 años juntos, de grandes proyectos, de una familia, de unos niños, otras cosas” , “la pérdida de una empresa”, [pérdida en] “la parte económica” [No se pudo liquidar la sociedad conyugal][“ira[...]odio”
Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	“no veo más que traición , que mentira , que engaño”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“Yo no estoy contento. Pero tampoco soy el más infeliz” “yo todavía como que eso no lo he superado total”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“yo todavía como que eso no lo he superado total”
	Reconocimiento de incapacidad para superar el duelo	“ninguna”
	Tipo de relación con la ex pareja	“he intentado estar con varias personas pero, no, de mi corazón no nace nada”
	Nueva relación de pareja	

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 12

Figura 13. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 12

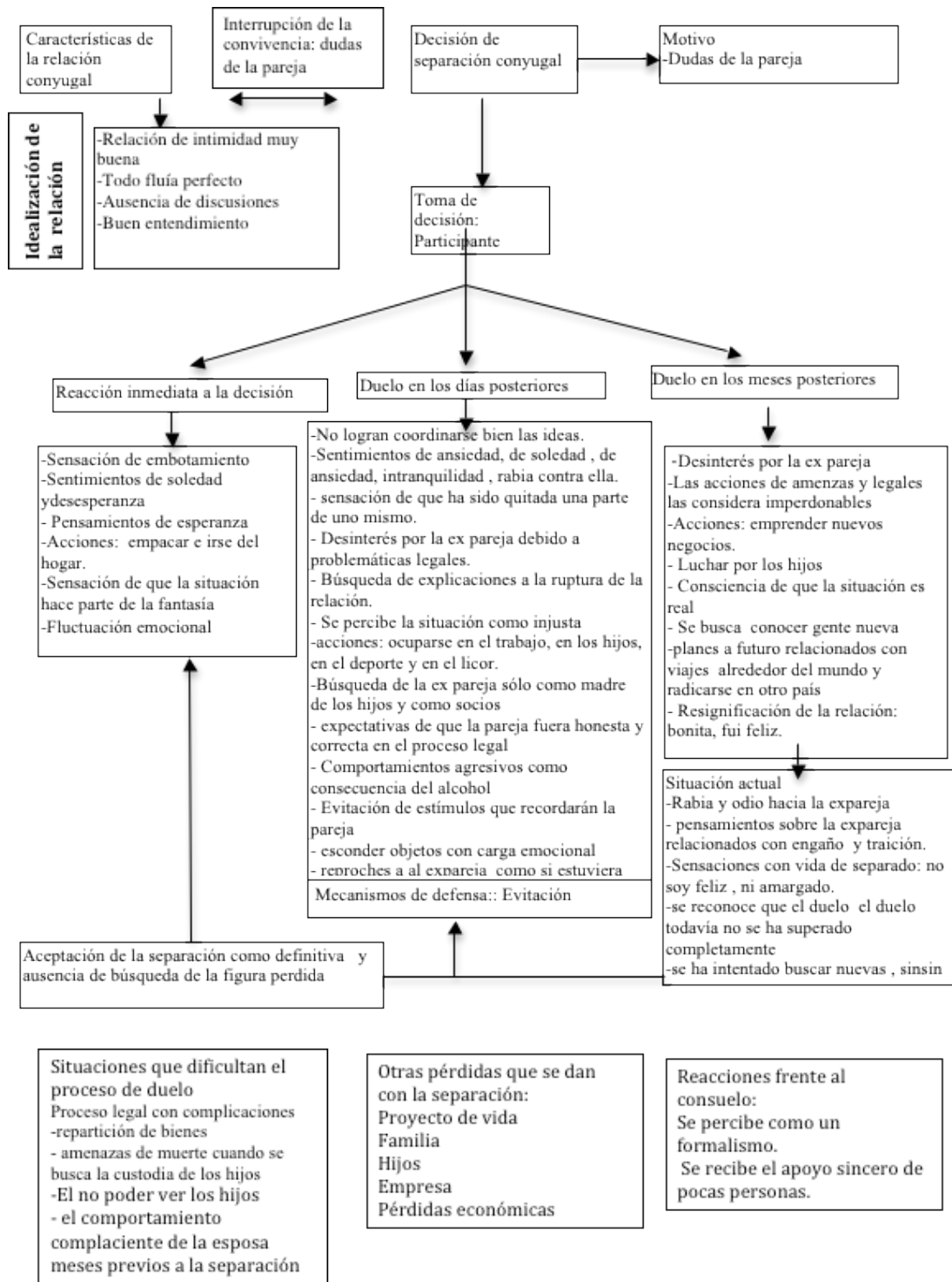


Figura 13. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 12

Tabla 17
 Matriz de análisis entrevista participante 13

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“fue una relación muy bonita porque [...] viví cosas que me trajeron mucha alegría, mucho gozo y mucha experiencia que ha valido muchísimo la pena”
	Connotación negativa de la relación	“Pues el primer año de matrimonio fue muy bueno, pero ya después del segundo año las cosas estaban complicadas ” “me humillaba mucho, me echaba las cosas en cara”
	Agresión durante la relación conyugal	“Si, pues los llegué a tener sobre todo cuando vivía con ella, después que dejé de vivir con ella ya no”
	Idealización de la relación	“inimaginable [...] sorprendente y edificante”
	Inconvenientes económicos Acompañamiento psicológico	“habían muchas diferencias y como un desequilibrio económico” “Si pensé en ir a donde un psicólogo pero nunca se me dio [...] o sea nunca fui ni hable con ningún psicólogo ni nada”
Decisión de separación conyugal Motivo de separación Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación	Miembro de la pareja que decide separarse	“Ella”
		“mi poca visión de negocio, mi falta de recursos, falta de dinero”
	Sentimientos	“Frustración, desilusión, lastima, tristeza [risas] de todo”
	Pensamientos	“Pensé que [...] estaba cometiendo un error y que [...] yo tenía que hablar, que yo tenía que expresar lo que estaba sintiendo”
	Acciones	“[...] quise buscar salidas, poder llenar rápido ese vacío”
	Nivel de conciencia de la realidad	“si, era muy consciente y sabia lo que se venía”
	Mecanismos de defensa	“por la necesidad de no quedarme con eso y obviamente distraerme, me fui por allá a rumbear con unos amigos” “Tomando”
Características del proceso de duelo en los días	Desconocimiento de sí mismo Anhelo de la figura pérdida (ausencia de deseo de separación)	“yo ni reconocía que ese era yo, yo no sabía que me pasaba, estaba yo tan transformado” “antes de irme de la casa estaba buscando una solución”
	Sentimientos	“dolor”
	Intensidad del dolor	“[Uy] muy triste, devastado, estaba arruinado, la depresión casi acaba

posteriores a la separación conyugal	Pensamientos	conmigo” “sentí que ella era la que había incurrido en muchas faltas” “sentía que no tenía que ir yo detrás de ella, sino que estaba yo esperando a que ella me buscara”
	Búsqueda de la figura perdida	“Si, cuando estaba, casi siempre tomado o muy triste o muy deprimido, pero era muy de vez en cuando, no era de todos los días ”
	Ausencia de búsqueda de la figura perdida posteriormente	“estaba esperando era una reacción por parte de ella [...] que ella tomara alguna decisión, por eso no me lancé a conquistarla o a retomar las cosas, siempre di como el tiempo y la distancia para que ella lo pensara ”
	Nivel de conciencia de la realidad	“Si”
	Aceptación de la pérdida como definitiva	“[...] pues yo pensé que ella si iba a permitir que yo me fuera, pero que después de un tiempo ella iba a querer que yo regresara ”
	Expectativas hacia la ex pareja	“yo realmente tenía que ver que ella de verdad quería estar conmigo, que se arrepintiera, que me pidiera disculpas [...] de pronto no humillándose, pero si teniendo un comportamiento o una actitud diferente”
	Anhelo frente a la figura perdida	“después de que me fui estaba buscando que ella volviera, a que ella me llamara”
	Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja)	“Estar ocupado”
	Búsqueda de apoyo	“No, pues yo me apoyé en Dios bastante”
	Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“Pues todos los días lo pensaba, no todo el tiempo, pero al comienzo y eran lapsos de tiempo largos, largos. Los primeros días eran casi todo el día”
	Ausencia de deseo por regresar con la ex pareja en los meses posteriores	“yo le decía que no era tan sencillo, no es que me dijera que disculpas y ya, porque yo me sentía muy dolido, realmente yo me sentía muy dolido porque ella me humillaba mucho ”
	Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“no”
	Síntomas corporales relacionados con el duelo por separación conyugal	“no”
	Autorreproches	“Que yo era un torpe, que yo era un bobo, que yo la había embarrado, que la

		oportunidad que Dios me había dado la había desechado, que no había valorado lo que tenía sino hasta cuando ya lo perdí”
	Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“Yo los evitaba siempre, por no encontrarme con ella Si claro, las canciones sobre todo que me acordaban a ella y pues a todo lo que vivimos”
	Expresiones del modelo negativo de sí mismo	“no pensaba que fuera quien decía, que yo me creía de pronto mucho y pues no era nadie, que era un tonto”
	Reacción frente a los objetos con carga emocional	“Si, yo los fui desechando lentamente, ahorita solo tengo poquitas cosas”
	Indiferencia frente a la presentación personal	“yo a veces hasta me miraba y ni me afeitaba ni nada”
	Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“no”
	Pérdida del deseo de vivir	“una vez ”
	Intento de suicidio	“cuando llegue allá al mirador [...] yo me boté [...] así [...] “no quiero vivir más” y me boté”
	Culpabilizar a otros	“las amigas de la oficina le lavaron el cerebro”
	Alteraciones de los patrones de sueño	“no te da sueño”
	Cambios en el peso corporal	“yo perdí mucho peso porque no te da hambre”
	Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“no te importa nada, tienes que ir a trabajar y no quieres” “Si [...] todo, yo ya no le encontraba sentido ya a lo que hacía”
Características del proceso de duelo cuando se acepta la separación como definitiva	Autorreproches	“que si yo hubiese tenido como más visión en ese momento y fuera como más maduro emocionalmente, pues las cosas hubiesen sido diferentes ”
	Cambios que se consideraron importantes	“No, pues que tenía que volver a empezar desde ceros, que tenía que levantarme como fuera, que no me tenía que dejar morir por esa situación, que no sé como, pero que tenía que tomar una decisión diferente a dejarme llevar por eso”
	Connotación positiva del paso de tiempo en el proceso de duelo	“después el sentimiento totalmente cambio, después de que ya no me buscó y pasaron muchos meses yo ya estaba muy triste pero no me daba mal genio ”
	Aprendizaje de nuevas habilidades	“Si, aprendí artes marciales mixtas, y eso pues me mantiene ocupado ”

	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“Si, aprendí pues [...] lo que te digo, a tomar mejores decisiones y esto me enseño como a analizar las cosas y estar más consciente de mis relaciones“
	Planes a futuro	“Cambiar, tomar decisiones más sabias, vivir un poquito más relajado, no tener novia, no casarme [risas]”
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	“por ahí hubo un amigo que me consolaba y pues me daba palabras, y eso no funcionó [...] a veces me sentía más triste de lo que estaba, cuando me decía “tranquilo, hay más mujeres” yo me ponía a pensar en eso y lloraba más”
	Sentimiento de rabia	“Una vez, porque me dio mucha rabia que no pudiera controlar yo la situación, que se me estuviera saliendo de las manos, que me sintiera tan vulnerable [...] o sea me dio como un malestar ”
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	“Mi mismo”
	Resignificación de la pareja	“porque desafortunadamente la situación [...] me obligó como a darme cuenta de muchos detalles que no conocía de ella cuando fuimos novios [...] y me sentía un poco afectado hasta el punto de que no sentía yo la necesidad de pedirle disculpas ”
	Resignificación de la relación de pareja	“Si [...] pues fue una relación muy bonita para mí y pues una experiencia que me ha ayudado a tomar mejores decisiones en la vida y pues ahora pienso que tengo la capacidad de pensar en esto de forma diferente, como con menos dolor ”
	Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	“Pues imagínate que ella ni siquiera me deja ver a mi hijo, o sea, no sé que le ha dicho al niño, pero pues el ya no me quiere, ni siquiera me dice papá y pues antes de la separación era muy diferente”
Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	“¿Qué siento? [...] pues nada [...] pues obviamente yo [...] yo siempre la voy a querer porque fue alguien muy especial, pero no siempre la voy a amar, no siempre la voy a valorar por lo que algún día fue”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“pues cuando pienso en ella lo que pienso es que ojala le vaya muy bien, que ojala reciba muchas cosas, que ojala encuentre una persona que valga la pena, que este con ella, que sobre todo la apoye y la valore”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“a veces me da tristeza, pero la mayor parte del tiempo vivo muy feliz, vivo muy tranquilo, muy relajado, muy confiado, cero

Tipo de relación con la ex pareja	estrés. Sino que a veces pienso de pronto en la edad, en lo que viví [...] y a veces pienso que sería bueno estar con alguien pero no me gustaría estar con cualquier persona” “No, para nada, ahora no nos hablamos”
Esperanza de regresar con la ex pareja	“no”
Nueva relación de pareja	“no”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 13

Figura 14. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 13

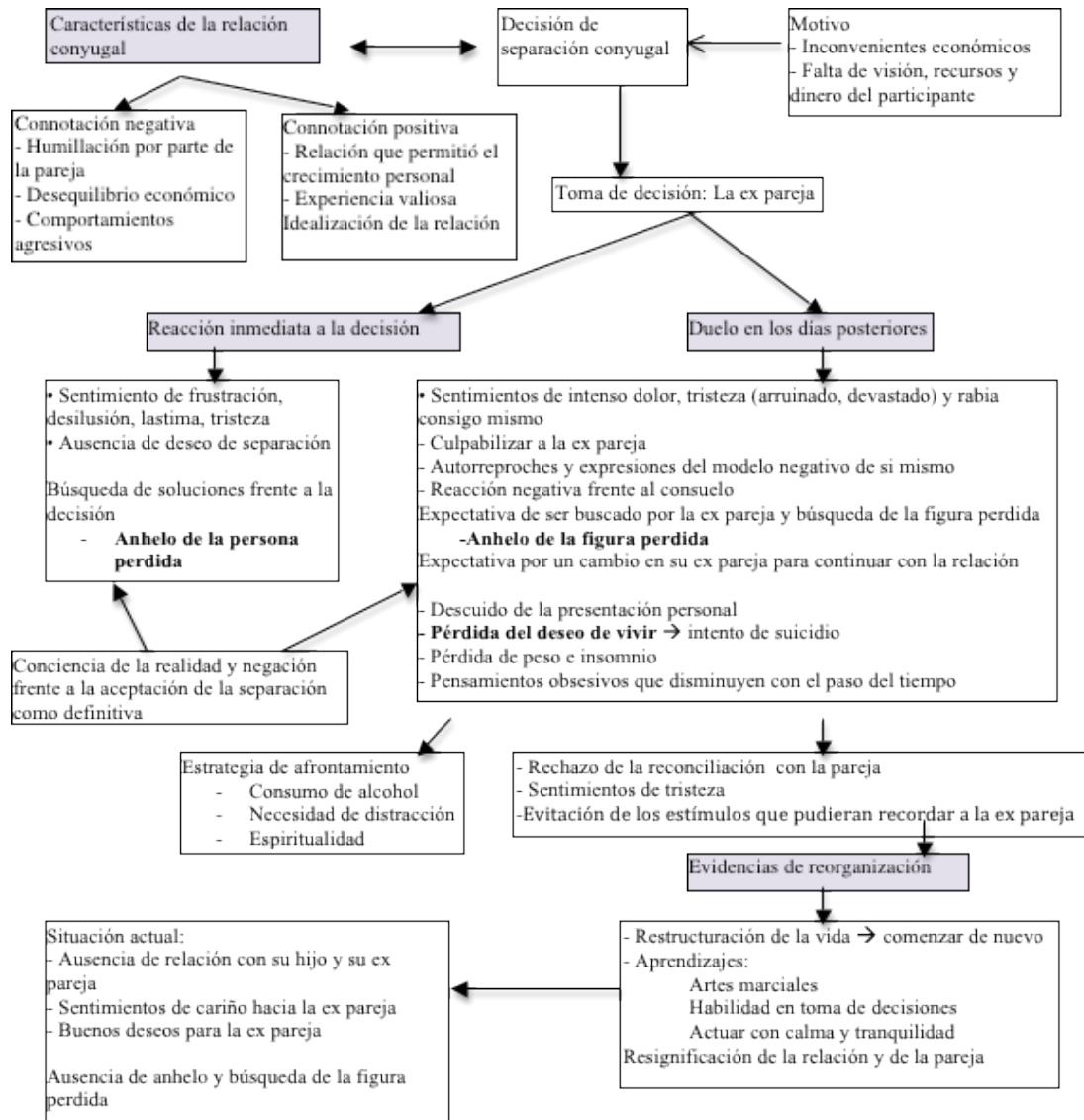


Figura 14. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 13

Tabla 18
 Matriz de análisis entrevista participante 14

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación negativa de la relación	“muy complicada [...] hay muchas diferencias entre las personas y cuando no hay voluntad de buscar un punto intermedio, las cosas son muy difíciles [...] cuando no se habla, no se miran los problemas y no se buscan las soluciones la relación se vuelve muy complicada”
	Interrupción de la convivencia	“ella manifestó que quería darse un tiempo [...] y ya con el paso, después de [...] prácticamente seis u ocho meses”
	Acompañamiento psicológico	“entonces yo fui al psicólogo para tratar de solucionar las cosas, yo fui solo a la cita y después ella me acompañó, pero fue solo a una y jamás volvió”
Decisión de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	“Ella”
	Dificultad en la toma de la decisión	“Ella nunca quiso aceptar eso porque ella estaba en un cargo pues muy alto, entonces pues tenía muchas cosas y muchas responsabilidades [...] entonces se fue alejando y comenzaron a surgir muchas dudas, muchos comentarios y cosas que ”
Motivo de separación		“según ella estaba cansada [...] se presentaron algunos inconvenientes, mejor dicho, se unieron varios hechos. Ella manifestó estar cansada [...] se presentaron algunos hechos que no [...] no debían darse y se tomó la decisión, ella tomó la decisión”
	Sentimientos	“Tristeza”
	Pensamientos	“Pues que las cosas se podían solucionar”
	Acciones	“Propuse buscar ayuda profesional”
	Nivel de conciencia de la realidad	“Sí, claro”
	Aceptación de la separación como definitiva	“No, yo quería conciliar”
	Mecanismos de defensa	“seguí con mi trabajo normalmente”
Anhelos de la figura pérdida (ausencia de deseo de separación)	“Pues si desear sí, pero ansiosamente no, pero si lógicamente que si, ojala las cosas se pudieran solucionar ”	

Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Sentimientos	“De todas formas es duro, da tristeza y llegar a un apartamento pues [...] cuando uno estaba con [...] pues en familia, y llegar a un apartamento que uno estaba solo, pues es difícil no? Es un sentimiento de tristeza, de dolor por ratos”
	Intensidad del dolor	“Era bastante triste, pues no devastador, pero triste”
	Pensamientos	“en que las cosas se podían arreglar si íbamos a una terapia profesional y ella ponía de su parte”
	Búsqueda de la figura perdida	“yo la llamaba y le decía que buscáramos ayuda [...] que si ella realmente tenía algún interés, que buscáramos ayuda [...] y correos, le mande correos diciéndole que buscáramos asesoría ”
	Sentimientos al extraer las pertenencias propias del hogar	“da un poco de tristeza, pero pues seguir adelante no?”
	Nivel de conciencia de la realidad	“si claro”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“No, por el momento habían esperanzas, pero esas se agotaron [...] el mismo tiempo las agotó ”
	Expectativas hacia la ex pareja	“De pronto considere regresar con ella”
	Anhelos frente a la figura perdida	“Yo [...] yo esperaba que ella demostrara interés en cambiar y [...] que de pronto quisiera volver a casa”
	Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	“Es difícil [...] es complicado [Eh] en cierta manera se siente uno solo [...] es complicado [...] hay muchos sentimientos, tristeza, rabia, muchas cosas no”
	Búsqueda de apoyo	“Si, busque los consejos de mi mejor amigo y colega y además mi madre me apoyó lo suficiente en ese momento tan complicado”
	Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“Pues [...] si pensaba en algunos hechos, en algunas cosas que habían pasado, si [...] si pensé mucho en eso”
	Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“no [...] no con nadie”
	Autorreproches	“Si [...] yo me culpabilizaba de algunos hechos sobre la relación”
Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“No [...] no, no evitaba pero tampoco frecuentaba, era normal [...] si fue como indiferente”	

	Reacción frente a los objetos con carga emocional	“Todo en el apartamento quedó como estaba, nunca cambié nada”
	Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“Si, recién entrado en el proceso, yo estuve visitando a un psicólogo”
	Pérdida del deseo de vivir	“no, por eso no”
	Alteraciones de los patrones de sueño	“No [...] no para nada [...] yo seguí durmiendo normal [...] para nada, tranquilo ”
	Cambios en el peso corporal	“[...] pero no por esa razón [...] no por eso [...] por descuido, pero no por eso [risas]”
	Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“No, no [...] yo seguí haciendo mis cosas, seguí con mi trabajo normalmente”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	“ella no manifestaba ningún interés, ningún cambio [...] no quería cambiar, no tenía interés de buscar ayuda, nada! Entonces yo dije no, pues ”
	Cambios que se consideraron importantes	“No, buscar [...] seguir mi vida normal, buscar una nueva relación, una nueva pareja [...] y estar tranquilos”
Características del proceso de duelo cuando se da la reorganización	Nuevos roles	“pues si obvio lógicamente, este año cambié de apartamento, me fui a un apartamento más pequeño, ya lógicamente no tengo servicio, entonces me toca mi hacerme cargo de [...] mi apartamento [...] y pues he hecho cosas”
	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“Si, esa es la intención, aprendí a actuar de forma más sabia y reconocer mis errores”
	Planes a futuro	“No, yo seguí mi vida normal [...] totalmente normal [Eh] seguí trabajando, mis cosas normal y no [...] vida normal, realmente no, no cambió mayor cosa ”
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	“Pues [...] escuchaba, y lo tomaba muy bien, considero que ese apoyo que recibí de ellos fue bastante alentador durante todo este proceso”
	Sentimiento de rabia	“tal vez en un momento [...] pero rabia grande no”
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	“contra ella si”
	Ausencia o presencia de reclamaciones a la ex pareja como si estuviera presente	“No”
	Resignificación de la relación de pareja	“Pues primero una hija, un hogar [...] tuvo cosas buenas, tuvo cosas malas [...] todo lógicamente [...] tiene uno recuerdos buenos como tiene recuerdos

		malos, pero yo creo que ya quedó en el pasado”
	Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	“igualmente por la niña [...] hace falta”
Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	“no puedo negar que no se sienta cariño, no puede uno negar que la quiere pero ya lógicamente no como se quiso en algún momento”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“Decepción porque le aposté a una relación a la cual quería, y lamentablemente diferentes hechos acabaron con eso [...] y confíe en una persona y no [...] y no respondió”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“Bien, tranquilo”
	Tipo de relación con la ex pareja	“la relación de la nena [...] y lo estrictamente de la niña [...] con ella estrictamente lo de la niña”
	Esperanza de regresar con la ex pareja	“ninguna”
	Nueva relación de pareja	“Si, actualmente estoy con otra persona”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 14

Figura 15. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 14

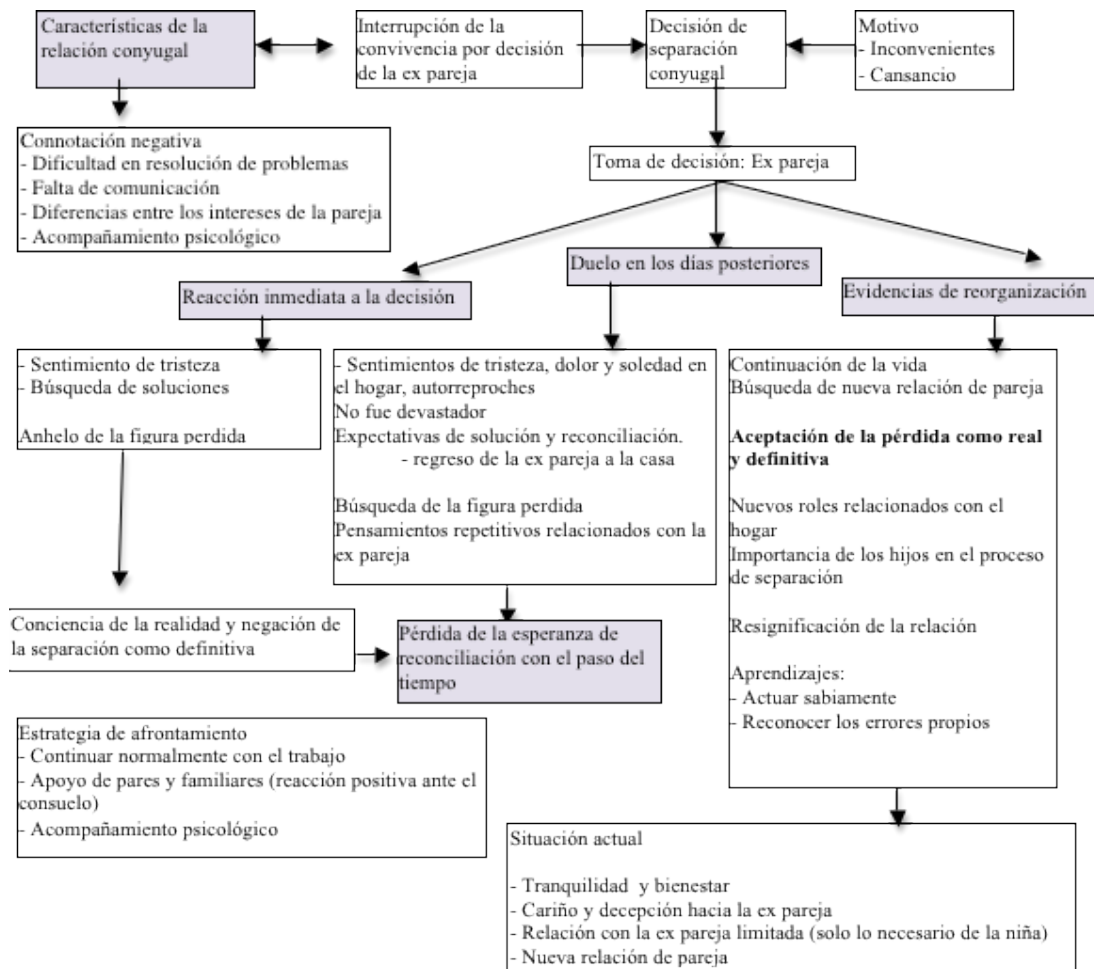


Figura 15. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 14

Tabla 19
 Matriz de análisis entrevista participante 15

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“muy bonita, muy chévere [...] una relación muy sincera”
	Connotación negativa de la relación	“desequilibrada digamos un poco en espacio, porque yo me fui a vivir con ella y de ahí de entrada, diferente, entonces [...] pero pues desequilibrada”
	Idealización de la relación	“además la confianza que se adquiere en una relación de pareja, o sea cuando tu ya estas totalmente fusionado, cuando se encaja totalmente con otra persona es otro cuento” “éramos parceros, amantes, viajábamos juntos, era una relación en la que estábamos totalmente”
Decisión de separación conyugal	Interrupción de la convivencia	“Ella se fue de la casa”
	Miembro de la pareja que decide separarse	“ella se fue primero de la casa y regresó, y pues cuando regresó, llegó pues como con unas condiciones, entonces yo me fui de la casa, y ya no pude volver a la casa”
Motivo de separación	“la habíamos embarrado y ya nos digamos la seguíamos embarrando en ese momento, entonces [...] se estaba generando mucho dolor ”	habíamos generado mucho dolor y “la rabia, actuar con rabia”
	Sentimientos	“mucho vacío, es mucho dolor lo que genera no tener un espacio, me sentí sin espacio ”
	Pensamientos	“difícil imaginar de acá para adelante sin ella, después de tantos sueños juntos y tantas cosas vividas”
	Nivel de conciencia de la realidad	“si yo sabía que la decisión fue como definitiva, lo que pasa es que como pensamos y como vemos nosotros la vida [...] o sea nunca hay como un definitivo en esa relación”
	Aceptación de la separación como definitiva	“todavía hay esperanza”
	Mecanismos de defensa	“Finalmente pues como te digo yo estaba muy ocupado y viviendo la vida así como muy rápido, entonces no sé, como que [...] como que ni me quedaba tiempo para pensar en la separación, o sea, yo si pensaba en Carolina y eso, pero no todo el tiempo” [abuso de alcohol]

Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Fluctuación emocional	“yo sentía un vacío muy grande pero a la vez como que quería empezar yo de ceros”
	Anhelo de la figura pérdida (ausencia de deseo de separación)	“si claro, yo quería solucionar”
	Sentimientos	“como ya la esperanza comienza como a desvanecerse duele mucho, la cosa es más difícil”
	Intensidad del dolor	“genera mucho dolor y el dolor genera mucha rabia” “bastante fuerte, [...] si muy fuerte definitivamente “
	Pensamientos	“Pues rabia por las circunstancias, por la vida, como lo increíble [...] la impotencia de pensar que aunque tengo que aprender muchas cosas digamos para las relaciones, pero la impotencia de se acabó todo y sin embargo yo no la embarré”
	Búsqueda de la figura perdida	“yo como que en ese momento la busqué, quise buscarla” “salimos a cenar, mi intención en ese momento era como no dejar que se dañara la relación de pareja”
	Nivel de conciencia de la realidad	“Si”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“ya después de haber visto lo que vi, los cambio del apartamento y eso, yo ya sabía que si, que la decisión era definitiva”
	Expectativas hacia la ex pareja	“Pues yo no sé, yo pensaba que de pronto las cosas se iban a solucionar”
	Anhelo frente a la figura perdida	“como que conservábamos una esperanza, yo si quería volver con ella”
	Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	“llorar [risas] no, yo no le dije a ella absolutamente nada”
	Búsqueda de apoyo	“a salsa [bar karaoke en donde las personas bailan música salsa] llegue un día del amor y la amistad y lo conocí el año pasado, y después ya no me sacaron de ahí y pues ese fue como mi terapia”
	Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“Sí, claro que si”
Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“No, no, yo siempre [...] no”	
Autorreproches	“si pero también juzgaba, o sea era de	

		lado y lado, no era desde una sola posición. Si mis errores [...] o sea entiendo mis errores perfectamente”
	Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“Al comienzo yo buscaba los lugares que me recordaban a Caro, yo de hecho paso por la casa porque vivimos cerca y esa es la ruta más cercana al trabajo entonces [...] algunos días, pero hay otros días que digo: “no, yo no quiero pasar por ahí”
	Reacción frente a los objetos con carga emocional	“Pues mira que guardé todo, con mucho amor, afortunadamente lo logré, yo tengo en mi habitación ahorita”
	Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“No, yo no”
	Pérdida del deseo de vivir	“Tal vez así como desearlo no, de pronto pensarlo a veces, en momentos fuertes en los que uno está cansado y agotado, lo pensaba uno”
	Culpabilizar a otros	“en un comienzo a terceros, pero después vi que no era culpa de nadie en realidad, más que mi culpa ”
	Alteraciones de los patrones de sueño	“Claro, dormía menos, me soñaba con ella”
	Cambios en el peso corporal	“No, igual lo del peso lo tengo súper controlado con el ejercicio, yo hago muchísimo ejercicio y pues me mantengo en forma”
	Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“no para nada”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	“si ya, claro”
	Cambios que se consideraron importantes	“conseguí un apartamento y empecé a formar mi casa ” “Arrancar de ceros, ese cambio primero que todo, no embotarme, evolucionar, porque si uno se estanca ahí [...] como evolucionar y trabajar para eso, dejar como un poco la ansiedad, controlar la ansiedad y también como relajarme y disfrutar lo que me toca ahora para la vida”
Características del proceso de duelo cuando se da la reorganización	Nuevos roles	“cuando nos separamos yo ya comencé a hacer todas las cosas de la casa por mí mismo, ya pues todo lo que tenía que ver con el apartamento me correspondía a mí”

	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“siento que me vida ha madurado mucho después de esa relación y de esa separación pienso que [...] encontrar culpas es algo que [...] lo que en realidad daña ”
	Planes a futuro	“Hice muchas cosas, deje de tomar después de tomar tanto por la separación, deje de tomar, [Eh] renuncié a uno de mis trabajos para dedicarme un poco a mí, que me quedara un poco de tiempo también más para mí, pues tengo ahorita planes para irme a estudiar fuera del país a Alemania a hacer un Master”
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	“Pues mi familia, la semana que viví fuera de la casa estaba ahí para hablar, como mi mamá que es una persona que es muy importante, pero yo no esperaba que nadie me consolara ni nada, y por eso también ya busqué mi espacio, tal vez también fue bueno porque me fui a hacer mi duelo”
	Sentimiento de rabia	“Si”
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	“Mi rabia era [...] en parte contra ella y contra mí mismo obviamente, a uno nadie le hace nada, uno mismo se hace las cosas, uno decide todo
	Ausencia o presencia de reclamaciones a la ex pareja como si estuviera presente	“No, no [...] yo [...] yo me reclamaba a mi mismo o como te digo yo pensaba que la culpa era de terceros ”
	Resignificación de la relación de pareja	“entonces yo en este momento siento que me separé por errores de ambos y circunstancias difíciles, con X fue el 99% excelente y el 1% malo, pero muy fuerte”
Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	“Un amor muy gran, amor, amor todavía, transformado pero amor”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“Yo sé que con ella me vuelvo a encontrar porque la vida nos ha unido siempre” “yo le agradezco a la vida eternamente por poner a esa mujer en mi camino y me da alegría recordarla”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“yo ya he conocido otras cosas y quiero vivir otras cosas, me siento en realidad muy bien ahorita, y en realidad quiero vivir otras cosas, y nos dimos cuenta que las vidas cogieron su rumbo, cambiaron” “Yo ahorita estoy feliz, y siento que si encuentro a una

Tipo de relación con la ex pareja	persona para compartir esa felicidad perfecto, sino igual también, pero yo estoy muy tranquilo y este año para mí ha sido una nota” “Pero pues al día de hoy ella ya no me contesta, ya hay cierta [...] pues mucha distancia”
Esperanza de regresar con la ex pareja	“Yo sé que yo con ella me vuelvo a encontrar”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 15

Figura 16. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 15

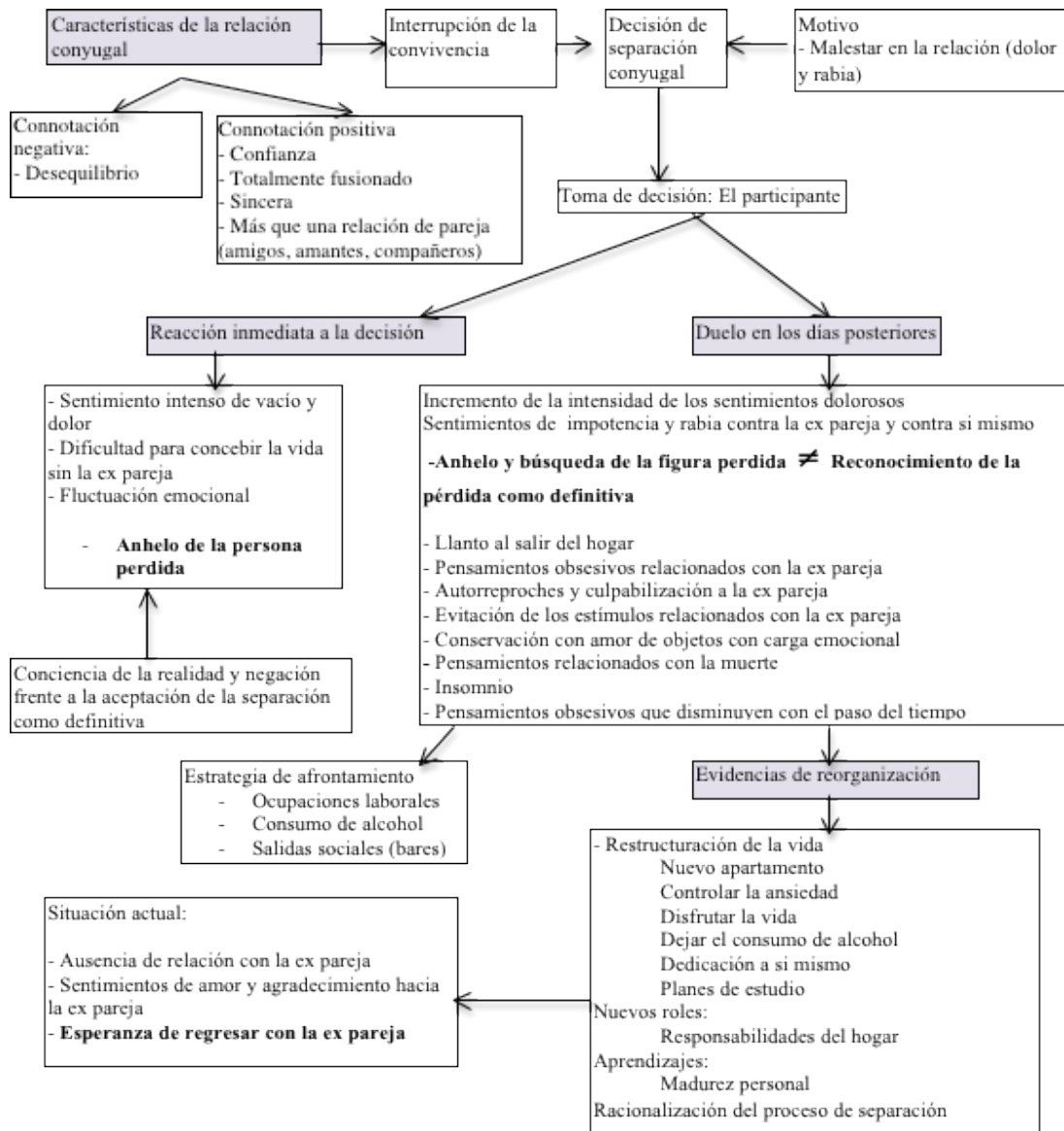


Figura 16. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 15

Tabla 20
 Matriz de análisis entrevista participante 16

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“madura hasta cierto punto”
	Connotación negativa de la relación	“más que todo pasiva, era hasta cierto punto como tener alguien con quien tomar un café, era como de compañía”
	Intentos previos de separación	“Pues yo a él ya le había pedido unas tres veces que nos separáramos”
	Acompañamiento psicológico	“No, mira yo en esa época estaba viendo un psiquiatra”
Decisión de separación conyugal Motivo de separación Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	“Yo”
	“Infidelidad por parte de él”	
	Aturdimiento	“como desconectándome de todo eso”
	Sentimientos	“pues tristeza, fracaso grandísimo, un sentimiento de fracaso horroroso, como derrotada”
	Pensamientos	“Yo pensé que era lo mejor, porque no me sentía capaz de perdonar esa infidelidad ”
	Acciones	“La verdad es que salí, lloré, me sequé las lagrimas, me arreglé y ahí si me devolví”
	Nivel de conciencia de la realidad	“ya no hay vuelta de hoja, ya entendí que él no va a cambiar y que yo no puedo perdonar esa infidelidad”
	Aceptación de la separación como definitiva	“Ya di el paso”
	Mecanismos de defensa	“estar ocupada y tener un trabajo que me implique una rutina”
	Fluctuación emocional	“Si, si claro, fueron sentimientos encontrados, inclusive el día cuando yo le dije yo estaba llorando absolutamente” “Eso es por ciclos, hay pedazos en que tengo una tristeza muy, muy, muy grande y hay momentos en que digamos que lo dejo pasar”
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la	Sentimientos	“Tristeza, siempre he tenido tristeza mucha, mucha tristeza y fracaso”
	Intensidad del dolor	“Depresión horrible”

separación conyugal	Pensamientos	“Pensaba en que por qué él me hizo eso”
	Búsqueda de la figura perdida	“no”
	Ausencia de búsqueda de la figura perdida	“nada, no hice nada”
	Proceso legal	“me da tristeza porque no he podido solucionar lo del divorcio legal”
	Nivel de conciencia de la realidad	“No, yo era muy consciente”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“tenía presente pues que la relación no podía continuar”
	Expectativas hacia la ex pareja	“Quería que reaccionara, quería que hablara, quería que me pidiera perdón”
	Anhelo frente a la figura perdida	“Intenté perdonarlo si”
	Ausencia de anhelo frente a la figura perdida	“que me hubiera dicho: X me voy y la dejo en paz”
	Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	“Yo fui la que salió de mi casa, porque él no iba a salir, entonces pues en ese momento que salí yo sentí mucha tristeza, él no me dijo nada”
	Sentimientos experimentados a partir de la separación de cuerpos	“Tristeza”
	Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja)	“evitar llorar”
	Búsqueda de apoyo	“Yo soy muy católica y me he apoyado muchísimo en la Iglesia y en Dios”
	Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“[...] si, si yo pensaba mucho en él y como te decía pues analizaba todo otra y otra vez como si él estuviera ahí hablando conmigo ”
	Ausencia de deseo por regresar con la ex pareja	“no volver con él sino que se fuera rápido”
Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“Si, pero en tono contra todo, contra él y el mundo. Yo no soy grosera, pero tal vez en tono si hablo golpeado y todo eso si, pero [...] que si tenía intención por ejemplo de pegarle no”	
Autorreproches	“Si, por ser tan cobarde y por haberle contado a esa persona”	
Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“Si le cogí fobia a las canciones Digamos que también evito en la medida de lo posible, en lo que más	

		puedo, pasar por los lugares que me recuerden a él”
	Reacción frente a los objetos con carga emocional	“No, yo tengo todo eso guardado, pero si quiero deshacerme de eso”
	Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“Si, yo dure como dos meses más”
	Cuestionamientos relacionados con qué será de la vida de la ex pareja	“Estoy pendiente de él”
	Pérdida del deseo de vivir	“No, desee que él lo estuviera, para mí la solución más fácil es que él se vaya [...] o sea de la tierra”
	Alteraciones de los patrones de sueño	“Si, hoy en día todavía, yo no duermo, duerno dos horas y tengo el sueño muy liviano ”
	Cambios en el peso corporal	“: Perdí terriblemente peso y no lo he podido recuperar”
	Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“Si [...] algunas cosas si [...] yo me volví muy floja para estar fuera de mi casa”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	“Si, ya cuando, ya es un paso muy grande”
	Cambios que se consideraron importantes	“Primero cambio de vida, pues eso es un poco difícil [Eh] yo pensaba en un cambio de trabajo necesitaba en ese momento un trabajo en donde me obligaran a tener una rutina, porque sin una rutina yo me podía quedar divinamente en mi casa depresiva todo el día”
	Connotación positiva del paso de tiempo en el proceso de duelo	“yo lloraba todos los días, aun lo hago, pero no con la misma intensidad”
Características del proceso de duelo cuando se da la reorganización	Nuevos roles	“No, he estado como muy pasiva en eso, inclusive de mi casa me quedé muy pasiva y lo que te digo me he enfocado en tratar de sacar adelante el negocio”
	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“No, yo no [...] yo siento que esto todavía está latente, entonces no me he podido desprender de eso”
	Planes a futuro	“estoy haciendo todo lo posible por afianzar mi negocio para tener una renta”
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	“a mí las relaciones personales no me gusta compartirlas con nadie de la familia, eso no, o sea [...] para que el dolor de las personas si eso tiene que

		ser [...] cuando uno ya soluciona es que cuenta las cosas”
	Sentimiento de rabia	“Si, si y hay veces que también siento rabia, pero no exploto, me da rabia por la forma en como manejé las cosas, debí haber sido como más frentera”
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	“Mi misma, a veces me da rabia con él, pero más que todo es tristeza ”
	Ausencia o presencia de reclamaciones a la ex pareja como si estuviera presente	“Si, todo el tiempo le hablo y me contesto a mi misma como si él me hablara, hay veces que no me contesto porque que”
	Situaciones que dificultan el proceso de duelo	[los sentimientos de traición] “me siento viejita”
Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	“ yo lo quiero todavía, pero [...] pero no es el amor que le tenía, aunque cuando yo me casé”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“que él estuviera muerto. Si, trato de evitar ese pensamiento porque no me gusta, pero si lo pienso, si lo pienso”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“estoy triste, depresiva y ansiosa” “Triste, lo mismo, si triste, me siento fracasada, me siento viejita”
	Reconocimiento de incapacidad para superar el duelo	“No, yo aun me siento muy deprimida, estoy muy triste y [...] no, yo pienso que estoy viviendo este proceso todavía”
	Tipo de relación con la ex pareja	“Pues sí, hablamos pero pues la relación es pasiva, de evitar conflictos”
	Esperanza de regresar con la ex pareja	“Ninguna, no yo no podría perdonarlo”
	Nueva relación de pareja	“No”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 16

Figura 17. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 16

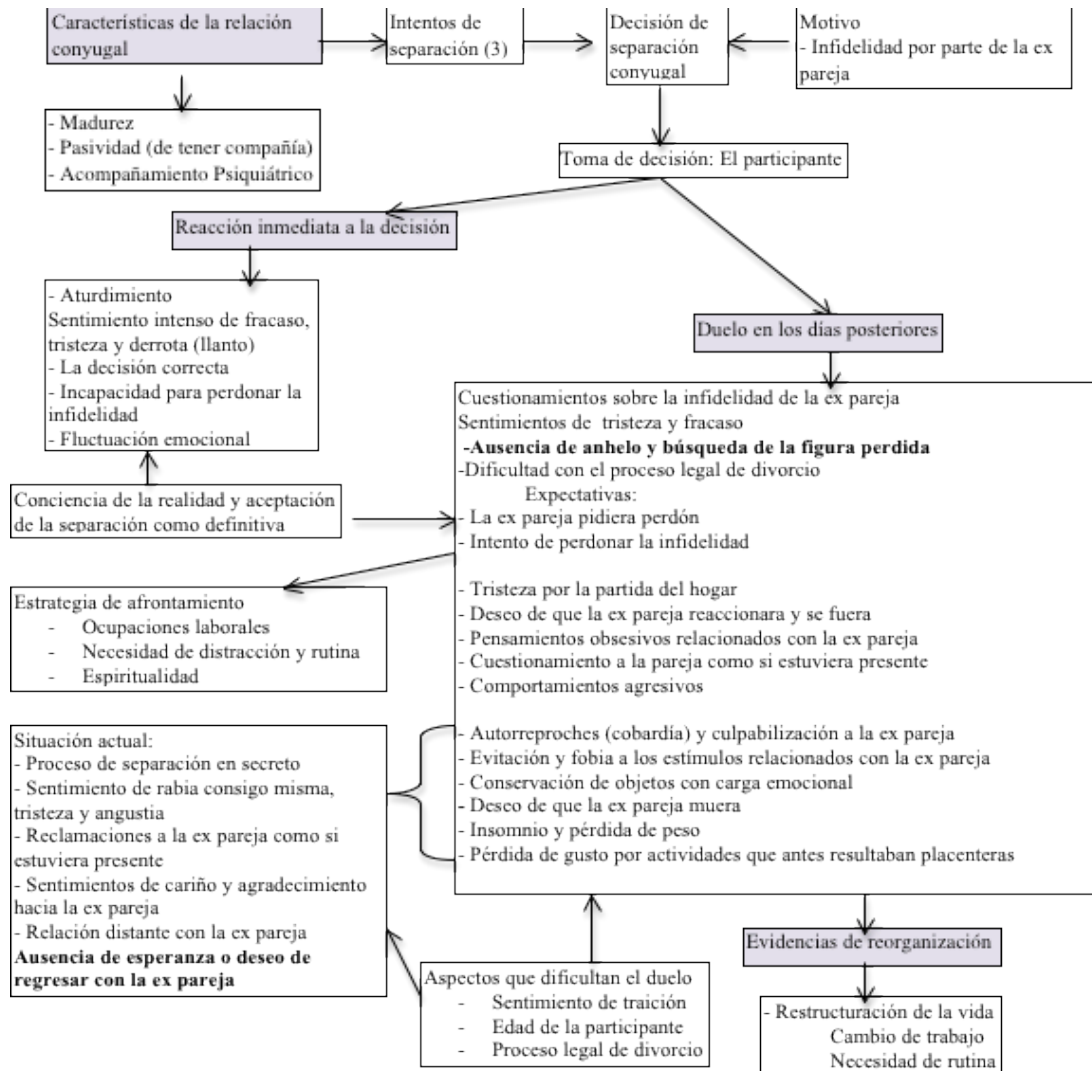


Figura 17. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 16

Tabla 21
 Matriz de análisis entrevista participante 17

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“Pues antes de que naciera mi hija bien”
	Connotación negativa de la relación	“ya después de que nació ella yo me dedique más a la niña y las cosas ya cambiaron” “ambos porque la relación no evolucionaba porque ambos nos dedicamos al trabajo y a nada más”
	Episodio de cuestionamiento acerca de la relación	“pues primero yo lo pensé muy bien”
Decisión de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	“Yo”
	Dificultad en la toma de la decisión	[las implicaciones de la separación sobre su hija]
	Proceso extenso de toma de decisión	“pues ni nos dimos cuenta que nos estábamos separando cuando aun estábamos casados”
Motivo de separación	“Se acabó el amor ”	
	Sentimientos	“como un poco de frustración por no haber podido continuar, pero ya el dolor y el sufrimiento habían pasado”
	Pensamientos	“En mi hija! Yo solo pensé en mi hija y en que ella estuviera bien”
	Acciones	“Ya! yo me dedique a preparar todo, a buscar un apartamento para mi hija y para mi”
	Nivel de conciencia de la realidad	“No, yo era muy consciente que estaba pasando y de la decisión que había tomado”
	Aceptación de la separación como definitiva	“Si, muy claro”
	Continuación de la vida cotidiana por reorganización	“al igual que en el matrimonio yo seguía muy concentrada en mi hija y en el trabajo que realmente no tenía ni el tiempo para pensar en eso”
Fluctuación emocional	“Si claro, varias sensaciones, como que me sentía bien, pero [...] al momento me sentía mal por la frustración que sentía ”	
Características del proceso de	Sentimientos	“Frustración”
	Intensidad del dolor	“No, no era tan fuerte”

duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Pensamientos	“era lo mejor para ambos porque no podíamos continuar en una relación de matrimonio que no era”
	Ausencia de búsqueda de la figura perdida	“nada, yo tenía las cosas demasiado claras ”
	Nivel de conciencia de la realidad	“Si, yo tenía claro!”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“es que no había relación entre nosotros, entonces ya era una decisión que [...] o sea, yo siento que yo decidí hacer pública una separación que ya se había dado ”
	Expectativas hacia la ex pareja	“yo estaba esperando que el entendiera que ya no éramos pareja”
	Ausencia de anhelo frente a la figura perdida	“nunca espere que él me dijera: “ P, no se vaya, solucionemos esto”
	Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja)	“ocuparme de mi hija, de mi misma, de mi trabajo”
	Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“No, si pensaba en eso pero estaba muy ocupada”
	Ausencia de deseo por regresar con la ex pareja	“yo solamente quería que él lo entendiera y que la relación entre los dos fuera lo más cordial posible por el bienestar de mi hija ”
	Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“No, yo desde que le dije a él que me quería separar estaba muy tranquila y muy segura de lo que estaba haciendo”
	Autorreproches	“Pues no al punto de culpabilizarme, pues si me pregunté alguna vez por qué había pasado el tiempo sin reaccionar, pero no me reprochaba el hecho de haber tomado la decisión de separarme de él ”
	Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“No que yo sepa [risas] yo creo que no, me era como indiferente todo eso” “Me era indiferente si me lo encontraba o no, pero como te dije si trate de que cada uno tuviera sus casos y sus cliente y no mezclar más las cosas”
	Reacción frente a los objetos con carga emocional	“No, pues yo los tengo, pero los veo como objetos nada más ”
	Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“No”
Pérdida del deseo de vivir	“No, para nada!”	
Alteraciones de los patrones de sueño	“Si claro, dejé de dormir”	
Cambios en el peso corporal	“No, me mantuve en mi peso”	

Características del proceso de duelo cuando se da la reorganización	Resignificación de las actividades como placenteras	“No, al contrario, más salgo, más todo, estoy más pendiente de mi, de mi hija, de mis amigas, de mis amigos también [risas] de todo, ahora me gusta salir mucho y hacer cosas diferentes además del trabajo, porque antes yo estaba totalmente concentrada en el trabajo”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	“obvio que sabía que ya no iba a volver con él ¿sino para que me había mudado?”
	Cambios que se consideraron importantes	“más tranquilidad y dedicación a mi misma y por supuesto a mi hija”
	Nuevos roles	“Si claro, en casa me ha tocado asumir a mi 100% todo, digamos que en la parte económica, pero igual con la niña el cumple con todas las obligaciones del caso, es un buen papá”
	Aprendizaje de nuevas habilidades	“De pronto si practico cosas que ya no hacia antes como ir al gimnasio, ir a escuchar música con mis amigas, como lo que te decía de salir con más personas”
Otras características del proceso de duelo	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“Si, aprendí a dar prioridad a las cosas y a las personas, de pronto lo que yo me reprocho que te dije es que no me di cuenta de lo que pasó, y por eso terminó todo, entonces si aprendí como a preocuparme por mis cosas, mis relaciones, a no descuidar ahora la relación con mi hija, con otras personas”
	Planes a futuro	“Más responsabilidad, el cuidado de mi hija”
	Reacción frente al consuelo	“No, yo prefería que nadie me dijera nada, yo lo asumía sola”
	Sentimiento de rabia	“rabia por no haber podido seguir con la relación”
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	“Contra él y contra mí misma”
	Ausencia o presencia de reclamaciones a la ex pareja como si estuviera presente	“No, para nada ”
	Resignificación de la relación de pareja	“Si claro, yo sé muy bien que la relación se estancó por ambos, y porque las circunstancias nos llevaron a que fuera así, pero reconozco que también él es una buena persona, y que la relación era bonita, una buena relación, pero ya después se que cada uno se enfocó en otras cosas

		descuidando la relación”
Situación actual	Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	“sobre todo por mi hija porque yo se que ella fue la más perjudicada con la separación porque su relación con su papá es muy cercana”
	Sentimientos hacia la ex pareja	“No, lo veo como el papá de mi hija, como un amigo nada más, amistad con cariño por lo mismo de ser el papá de mi hija y porque es buen papá, pero no más. Un cariño como de amigo no más. ”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“Bien, yo ahora estoy muy tranquila porque no tenemos ningún tipo de inconveniente por la niña y lo laboral lo tenemos claro ambos, entonces me siento bien, me siento tranquila”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“Bien, tranquila con mi hija, mi trabajo y mi vida organizada. Me siento a gusto en este momento conmigo misma”
	Tipo de relación con la ex pareja	“Si claro, [risas] una relación de amistad, de trabajo, pero pues si es amigo, es una relación cordial ”
	Esperanza de regresar con la ex pareja	“Para nada!, yo estoy muy bien en este momento”
	Nueva relación de pareja	“Si, en este momento mantengo una relación de pareja”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 17

Figura 18. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 17

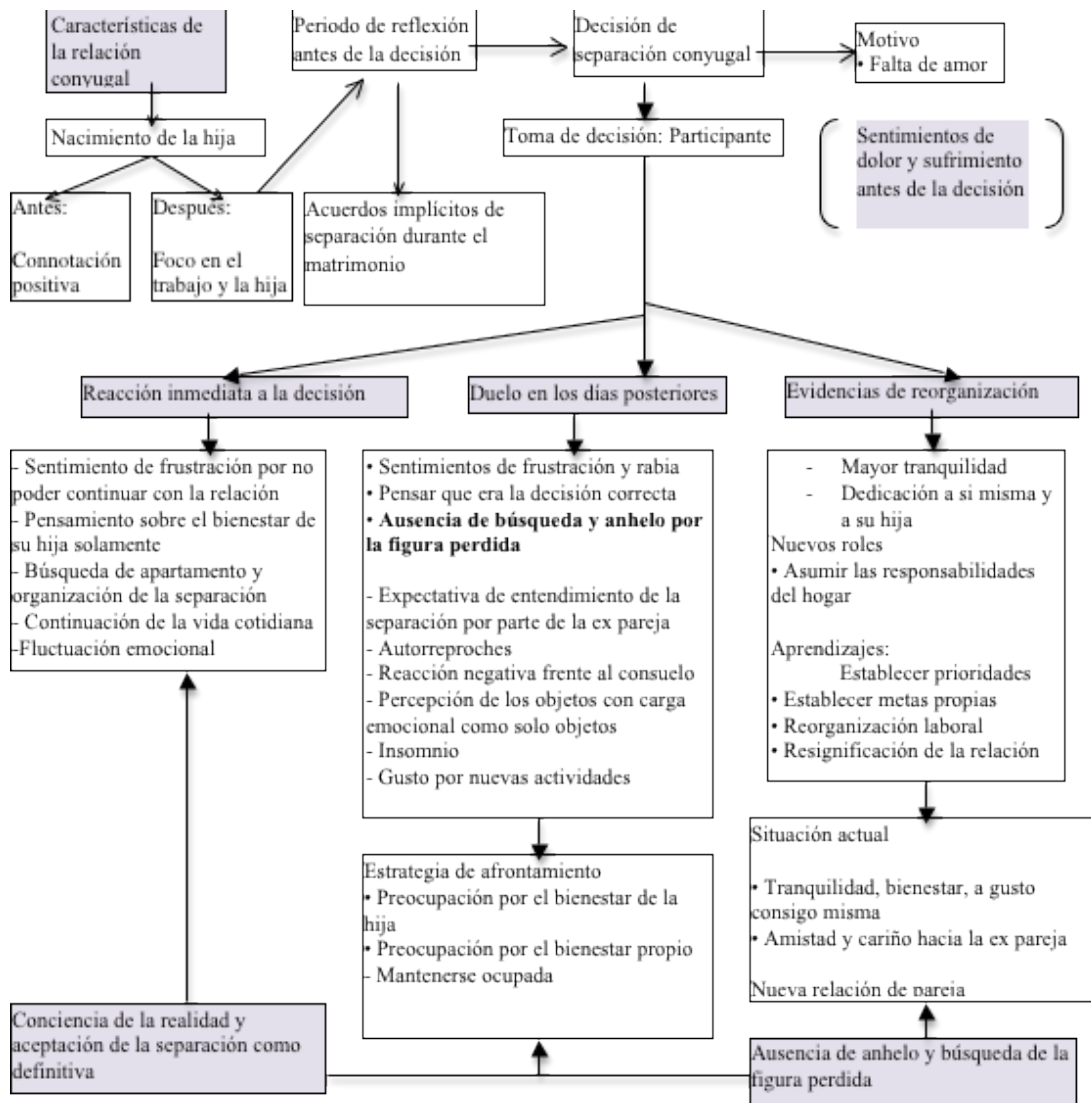


Figura 18. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 17

Tabla 22
Matriz de análisis entrevista participante 18

Categoría	Sub categoría emergente	Indicador de comportamiento
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	“excelente”
	Idealización de la pareja	“para mi ella era perfecta”
	Idealización de la relación	“la confianza, los tratos, los sentimientos crecieron más cuando nos casamos, fue lo mejor créeme, fue lo mejor vivir con ella porque era una familia muy bonita”
Decisión de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	“Yo”
	Dificultad en la toma de la decisión	“época durísima porque nosotros no estábamos mal”
Motivo de separación		“ella tomó una actitud como [...] como de aislamiento hasta que el momento se dio un problema y [...] se acabo todo” “hasta que me cansé y dije “no, yo me voy”
Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación conyugal	Aturdimiento	“no sé en que momento fue que todo se acabó tan rápido”
	Sentimientos	“Arrepentimiento por haberme ido de la casa”
	Pensamientos	“Yo pensaba en volver otra vez a la casa [...] o sea [...] fue como más un arrebató de rabia, pero no sabía lo que me esperaba más adelante”
	Acciones	“Irme de la casa, como te dije peleamos muy fuerte esa noche”
	Nivel de conciencia de la realidad	“Yo no entendía muy bien lo que estaba pasando [...] o sea no sabía si era bueno o si era malo [...] lo que estaba pasando, pensé que era como un juego”
	Aceptación de la separación como definitiva	“esperanzas que tenía de reconciliarme con ella ”
	Mecanismos de defensa	“trataba de ocuparme en otras cosas”
	Fluctuación emocional	“Si, me sentí más tranquilo que triste, pero después me sentía muy triste”
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación	Anhelo de la figura pérdida (ausencia de deseo de separación)	“no quería hacerlo y ella tampoco dijo nada”
	Sentimientos	“Tristeza, depresión, muchísima depresión, no podía comer y yo como muy bien, no yo me sentía muy mal, no podía estar bien”
	Intensidad del dolor	“Muy fuerte, tan fuerte que [...] no sabía

conyugal		que hacer para quitarme el dolor [...] era horrible”
	Pensamientos	“fue una semana que fue muy dura para mí porque enterarme de muchas cosas, yo nunca he llorado tanto, lloraba muchísimo”
	Búsqueda de la figura perdida en los días posteriores	“yo la llamaba y ella me decía que no la llamara [...] entonces era horrible”
	Ausencia de búsqueda de la figura perdida en los meses posteriores	“No, sentí muchísimas ganas créeme, pero las ganas las bajó la rabia y pues ella no hizo nada ”
	Sentimientos al extraer las pertenencias propias del hogar	“sentí que ahí se acabó todo, mucho dolor, o sea fue horrible, entonces pues no fue sencillo sacar las cosas”
	Nivel de conciencia de la realidad	“sabía lo que estaba haciendo
	Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	“No, yo pensé que era como un juego, yo dije no ya la otra semana otra vez estoy volviendo, entonces es como una bobada ”
	Expectativas hacia la ex pareja	“Yo esperaba que ella cambiara la forma de pensar que tenía [...] que me llamara o me buscara”
	Anhelo frente a la figura perdida	“yo a ella le pedí perdón por todos los errores que cometí al principio” “Si, hubiera hecho todo lo posible”
	Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	“Fue de verdad muy difícil y triste, yo solo lloraba”
	Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja)	“Trabajar y estar con mi hijo”
	Búsqueda de apoyo	“un amigo me ayudó muchísimo, el único, aunque me ha hecho muchas embarradas [...] pero por eso fue que me ayudó tantísimo”
	Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	“fue más el pensamiento como de [...] de [...] de los errores que habíamos cometido y eso era lo que me tenía más aburrido, de no haber hecho las cosas bien, más no pensaba en ella así como ”
	Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	“Si muchísimo, gritos, mal genio, no me dejaba decir nada, contra todo el mundo”
	Autorreproches	“Si, yo me decía muchas cosas, me preguntaba por qué había pasado eso, que había hecho yo de malo, o sea me estaba echando la culpa esas semanas ”

	Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	“si horrible, si estoy como pendiente y todavía me pasa, creo que es el momento y no lo he superado, yo creo que lo hago como inconsciente ” “No, yo los evitaba” [lugares]
	Reacción frente a los objetos con carga emocional	“los tiene ella guardados en el apartamento”
	Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	“No nunca”
	Pérdida del deseo de vivir	“No, en ningún momento, pues no por eso”
	Alteraciones de los patrones de sueño	“Si, insomnio, no podía dormir! Me despertaba en las noches cuando lograba dormir pensando en ella y en los problemas que pasaron”
	Cambios en el peso corporal	“creo que si perdí mucho peso, me sentía acabado”
	Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	“Si, todo, el deporte, me fascinaba hacer deporte y ya no me gusta. En este momento evito mucho el deporte ahora, perdí las ganas”
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	“Cuando ella [...] se volvió novia de un man las poquitas esperanzas que tenia de reconciliarme con ella se fueron ”
	Cambios que se consideraron importantes	“Que no debía seguir pensando en ello [...] y que debía pensar más en mi porque me estaba acabando solo”
	Connotación positiva del paso de tiempo en el proceso de duelo	“ver la relación y los hechos como con más perspectiva”
Características del proceso de duelo cuando se da la reorganización	Nuevos roles	“Si muchísimos, como las fiestas, yo nunca iba a fiestas”
	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	“me volví más maduro, me volví más serio, con la familia, con el hijo [...] con ella, con todo el mundo ”
	Planes a futuro o acciones frente a la separación definitiva	“Tranquilizarme primero que todo y pensar bien las cosas, los pro y los contra, pero eran más los pro que los contra, entonces vi más cosas buenas de la separación que malas, entonces ahora si salgo, me [...] comparto con más gente, conozco más gente”
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	“No dejaba que se me acercaran, a nadie! Ni siquiera a mis papás, yo quería salir solo de eso”
	Sentimiento de rabia	“Muchísima rabia”
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	“con ella y conmigo mismo, porque yo [...] o sea, el hecho fue que fue culpa mía, o fue culpa de los dos”

	Ausencia o presencia de reclamaciones a la ex pareja como si estuviera presente	“No” [Ausencia]
	Resignificación de la pareja	“cuando me separé de ella me enteré de unas cosas que [...] o sea yo ni siquiera me imaginaba [...] porque para mí ella era lo único y [...] y siempre lo bueno, o sea el malo siempre fui yo, pero después de que me enteré de esas cosas entonces yo dije “no, yo no era el que estaba mal”
	Resignificación de la relación de pareja	“entonces es una relación como [...] o sea me pongo a pensar y es que yo a ella la tengo que ver toda mi vida, hasta que me muera, porque tenemos un vínculo que es para toda la vida que es mi hijo”
	Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	“tristeza más por mi hijo que por la relación que tuvimos” “tenemos un vínculo que es para toda la vida que es mi hijo”
	Situaciones que dificultan el proceso de duelo	“separarme de mi hijo”
Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	“Yo todavía la amo muchísimo, pero yo creo que ese amor que yo sentía antes no es el mismo [...] es muy diferente”
	Pensamientos sobre la ex pareja	“pienso en rabia, si creo que es eso, pero me hace falta tiempo para pensar y para estar más tranquilo y como que superar eso”
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	“Bien, tranquilo, pero a la vez me da rabia. Tranquilo, sino que a veces me llegan unos recuerdos y me pongo pensativo [...] me pongo a pensar en ella”
	Reconocimiento de incapacidad para superar el duelo	“yo creo que es como una prueba [...] y fue una prueba durísima [...] yo creo que todavía no la he pasado”
	Tipo de relación con la ex pareja	“Yo he querido llevar una buena relación con ella por mi hijo, pero de pronto ella confunde como que yo la saludo bien con otra cosa”
	Esperanza de regresar con la ex pareja	“no me gustaría volver con ella”

Nota. Matriz de análisis de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 18

Figura 19. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: participante 18

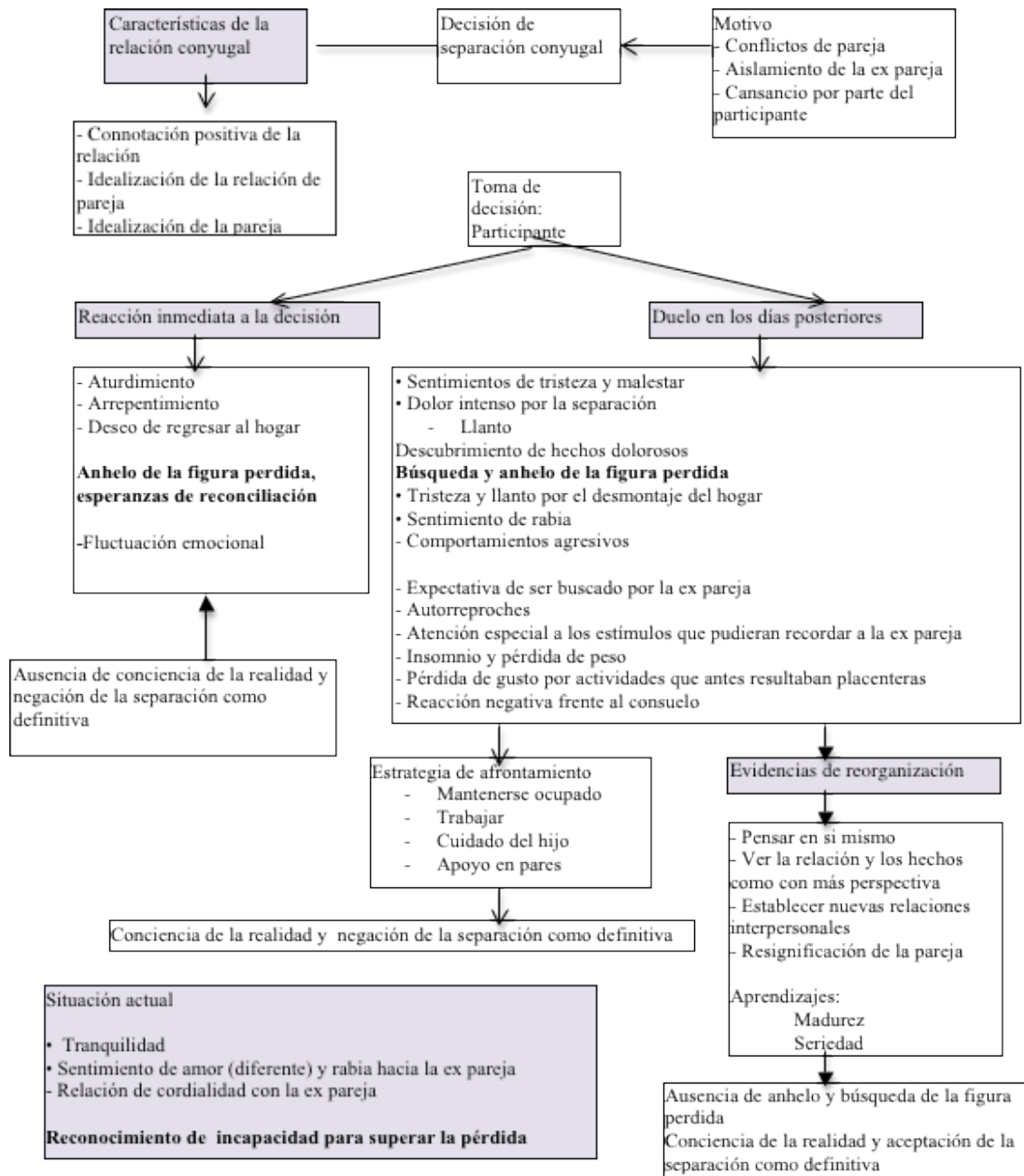


Figura 19. Diagrama en el que se organiza la información relevante de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al participante 18

3. *Discusión*

En este apartado de la investigación se analizan los resultados obtenidos en ambas fases del estudio: fase cuantitativa y fase cualitativa. Esto se realiza teniendo en cuenta la fundamentación bibliográfica y se desarrolla de modo tal que abarque cada uno de los objetivos establecidos. Debe señalarse que la hipótesis que se planteó en este estudio, consiste en que existe una relación a nivel descriptivo entre los estilos vinculares adultos, determinados a partir de las dimensiones del apego: evitación y ansiedad y la caracterización de la elaboración del proceso de duelo por separación conyugal.

Coherente con lo expuesto, se procede a analizar los datos correspondientes al primer objetivo del presente estudio. Es importante resaltar que el instrumento de medición ECR-S adaptado lingüísticamente a la población colombiana permitió poner en evidencia, los 4 estilos vinculares de interés para la investigación.

Es así como de acuerdo con los datos obtenidos a través del instrumento, se evidencia que de la muestra conformada por 18 participantes, sólo uno de ellos podía ser clasificado como predominantemente seguro; en la medida en que los puntajes en las dimensiones de ansiedad y evitación medidas por el ECR-S, puntuaron por debajo del punto de corte del 40%. De esta manera y, teniendo en cuenta las respuestas que el sujeto dio a cada uno de los ítems del cuestionario, puede afirmarse que la participante con estilo vincular seguro; se caracteriza por sentirse cómoda frente a un alto grado de intimidad afectiva con la pareja. Consecuente con lo dicho, ésta no muestra comportamientos de evitación cuando la pareja desea establecer mayor intimidad afectiva. Así mismo busca un equilibrio entre la autonomía y la relación de pareja; poniéndose de manifiesto un modelo positivo de sí misma, razón por la cual no necesita aprobación de otros para sentirse valiosa.

Por otra parte, se identificó a cuatro sujetos con un estilo vincular rechazante-evitativo como predominante; lo que indica que obtuvieron bajos puntajes en la dimensión de ansiedad y altos en la dimensión de evitación. Con base en la forma en que estas personas dieron respuesta a los ítems del instrumento, puede concluirse que tienen un modelo negativo del otro; en la medida en que prefieren no abrirse emocionalmente a su pareja, evitan la excesiva intimidad afectiva y manifiestan un alto grado de reserva en relación con compartir aspectos personales. Por otra parte, no refieren sentimientos de malestar si la pareja no está disponible, así como tampoco; sienten preocupación en relación con la soledad.

Respecto al estilo vincular temeroso-evitativo; se logró identificar dos participantes correspondientes a esta clasificación. Estos sujetos obtuvieron altos puntajes en ambas dimensiones; es decir por encima del punto de corte del percentil 60. Las características que evidencian estos participantes en el ECR-S pueden resumirse en: ausencia de deseos de abrirse emocionalmente a la pareja, sin embargo expresan preocupación porque su pareja no sienta interés hacia ellos. Del mismo modo, se les dificulta establecer intimidad afectiva, por lo que prefieren no depender de la figura vincular; buscando afrontar sus preocupaciones y problemas de manera solitaria, aunque de modo contradictorio, experimentan frustración si la pareja no está disponible.

Referente al estilo vincular preocupado, fueron clasificados dentro de éste cuatro participantes; debido a, que sus puntuaciones en la escala de ansiedad son altas en relación con el percentil 60 y bajas en evitación respecto al percentil 40. Los sujetos en

quienes predomina este estilo son excesivamente preocupados por sus relaciones de pareja. Es así como buscan establecer un alto grado de intimidad afectiva; un deseo de fusión con ésta, siendo esta intimidad directamente proporcional a la comodidad generada por la relación. Estos sujetos expresan alto grado de preocupación respecto al abandono y frente a situaciones problemáticas recurren a su pareja.

En otro orden de ideas, debe resaltarse como hallazgo significativo que de los 18 participantes que conformaban la muestra; siete no pudieron ser clasificados dentro de ninguna estilo vincular. Esta situación puede explicarse en la medida en que estos sujetos en alguna de las escalas: evitación o ansiedad, no obtuvieron puntuaciones que pudieran ser ubicadas por encima del percentil de corte 60 o por debajo del percentil 40; mostrando así características tanto de evitación como de ansiedad, sin embargo, ninguna de estas dos dimensiones se expresa de una manera claramente predominante. Con base en lo expuesto, se presenta a continuación un análisis por cada uno de los participantes que no pudieron ser clasificados.

Código participante: 1

La participante en relación con las respuestas señaladas a cada uno de los ítems del instrumento, evidenció preocupación por sus relaciones de pareja y por ser abandonada. Consecuentemente, se siente cómoda al establecer un alto grado de intimidad afectiva con la figura vincular Sin embargo, de modo contradictorio; refiere que a pesar de que desea acercarse, simultáneamente marca distancias. Otra característica de esta participante es que necesita constante reconfirmación de amor por parte de su pareja. Por otra parte, no expresa sensaciones de ansiedad al encontrarse sin una relación afectiva, no encuentra gusto dependiendo de su pareja y no experimenta frustración si la pareja no está disponible cuando ella la requiere. De la misma manera, afirma no sentirse mal frente a las críticas de la pareja. En este sujeto sólo logró identificarse su grado de evitación, el cual es bajo de acuerdo con el percentil 40. A partir de esto pudo inferirse que es una persona con una tendencia importante hacia el establecimiento de relaciones cercanas. Sin embargo, su grado de ansiedad se ubica entre el percentil 60 y 40, por lo que no se logra establecer el estilo vincular. Teniendo en cuenta los datos obtenidos,, puede hipotetizarse que la participante oscila entre el estilo vincular seguro y el estilo preocupado.

Código participante: 12

Este sujeto evidencia en el cuestionario ECR- S, alta preocupación por el abandono. Así mismo, se preocupa por sus relaciones de pareja y se siente cómodo estableciendo un alto grado de intimidad afectiva con la figura vincular, deseando inclusive fusionarse con ésta. Sin embargo en una de las preguntas de control responde que se pone nervioso cuando la pareja consigue demasiada intimidad afectiva. Otro de los ítems pone de manifiesto que el sujeto desearía que los sentimientos de su pareja hacia él fueran tan fuertes como los que él experimenta hacía ella. Igualmente, refiere que su alto deseo de intimidad afectiva en ocasiones asusta a las personas. añade que no se siente bien dependiendo de su pareja y que le cuenta a ésta aspectos importantes de su vida. Otra particularidad de éste participante, es que según lo refiere se siente mal cuando su pareja pasa tiempo lejos de él o cuando es criticado por ella. El puntaje obtenido por este participante en la escala de ansiedad es superior al percentil 60; lo que quiere decir que debe mostrarse muy dependiente de su pareja y muy ansioso frente a la posibilidad de perderla. En relación con la escala de evitación el puntaje obtenido por el sujeto no permite

clasificarlo como alguien con rasgos predominantemente evitativos o sin éstos, sin embargo, por sus características se podría ubicar como un sujeto preocupado o temeroso-evitativo, aunque si se tienen presentes las repuestas a los ítems, pareciera que el participante tiende más al estilo preocupado.

Código participante: 13

En cuanto a este sujeto que no pudo ser clasificado, debe mencionarse que se hicieron manifiestas ciertas peculiaridades que lo identifican: incomodidad y nerviosismo experimentados cuando la pareja desea demasiada intimidad afectiva. No muestra preocupación por el hecho de perder a su pareja, ni teme estar solo y no necesita que su pareja le confirme constantemente que lo ama. Sin embargo afirma que cuando busca exceso de intimidad afectiva percibe que la gente se asusta, este ítem resulta contradictorio en contraste con los mencionados previamente. A partir de la aplicación del cuestionario se identificó que el participante posee un alto grado en la dimensión evitación. No obstante, se imposibilitó la identificación de su estilo vincular porque la puntuación en la dimensión ansiedad no era superior o inferior a los puntos de corte. A pesar de esto, puede afirmarse que el participante tiene rasgos característicos del estilo rechazante-evitativo o del temeroso-evitativo.

Código participante: 14

En el caso de este participante el ECR-S, señala que éste muestra preocupación por sus relaciones y frente al abandono. De la misma manera expresa sentirse preocupado frente a la idea de que su pareja no se interese por él tanto como él lo hace por ella y frente a la soledad. Por otra parte, se siente a gusto compartiendo sus sentimientos y pensamientos con las pareja y estableciendo un alto grado de intimidad afectiva. Adicionalmente, percibe que le es difícil permitirse depender de su pareja. Al respecto evidencia una fuerte contradicción, afirmando que se siente bien dependiendo de su pareja y pidiendo su consuelo en momentos de crisis. Es importante agregar que de acuerdo con las puntuaciones de ambas dimensiones (ver tabla 2), se observa que esta persona se acerca significativamente a una puntuación baja en evitación y alta en ansiedad, aunque no lo suficiente para clasificarse dentro del estilo preocupado, sin embargo, si existieran subcategorías del estilo preocupado, o los puntos de corte estuvieran más cercanos el uno al otro, el participante podría clasificarse en alguna subcategoría correspondiente a este estilo, sin embargo éstas son inexistentes.

Código participante: 15

El participante en relación con las respuestas señaladas a cada uno de los ítems del instrumento, evidencia varias contradicciones. Inicialmente expresa no sentirse cómodo teniendo un alto grado de intimidad. pero por otra parte, le preocupa que su pareja no se interese tanto por él, como él lo hace con ella. Expresa que desea fusionarse con su pareja y al mismo tiempo se pone nervioso cuando su pareja consigue demasiada intimidad afectiva con él. Afirma no tener necesidad de que la pareja le confirme los sentimientos de amor y por otra parte encuentra difícil permitirse depender de su pareja. Igualmente, Agrega que acude a su pareja en épocas de crisis y en otro ítem afirma que le cuesta trabajo pedirle ayuda o consuelo a ésta. Debe adicionarse que el cuestionario permitió identificar que el sujeto presenta bajos grados de ansiedad, pero no fue posible establecer el nivel de evitación, puesto que su puntaje se encuentra entre el percentil 40 y 60, no obstante, las características del participante evidenciadas en sus respuestas del cuestionario; permiten inferir que tiende a ser una persona rechazante-evitativo.

Código Participante: 17

Entre las características de esta participante encontramos una alta preocupación en relación con el abandono y con respecto a sus relaciones de pareja. Se siente muy cómoda estableciendo un alto grado de intimidad afectiva. Contradictoriamente, expresa no sentir preocupación por el hecho de perder a su pareja. En otro de los ítems hace explícito que a menudo desearía que los sentimientos de su pareja fueran tan fuertes como los propios sentimientos hacia la pareja. Igualmente, se siente a gusto compartiendo sus sentimientos y pensamientos con la pareja, hasta el punto de contarle todo a ésta; recurre a su pareja en épocas de crisis. Los resultados del cuestionario evidencian bajos puntajes en evitación, sin lograr identificarse el grado en la dimensión de ansiedad, puesto que su puntaje en esta dimensión se ubica entre los percentiles 40 y 60. Sin embargo, se logra hipotetizar de acuerdo con las características mencionadas, que la participante presenta una tendencia al estilo preocupado o seguro.

Código Participante: 18

A nivel descriptivo podría decirse con base en las respuestas a los diferentes ítems de este sujeto que no presenta preocupación porque lo abandonen y pone en evidencia que se preocupa mucho por sus relaciones de pareja. Señalan diferentes ítems que el participante no siente comodidad estableciendo alta intimidad afectiva con la pareja. Al mismo tiempo refiere, querer acercarse afectivamente a la pareja, sin embargo marca la distancia con ella. No le preocupa estar solo, ni requiere que su pareja le confirme constantemente que lo ama y además se siente a gusto compartiendo los sentimientos, pensamientos y preocupaciones con ésta; por tal razón la busca en momentos de crisis como consuelo. Vale la pena agregar, que los resultados señalaron bajos niveles en la escala de ansiedad, mostrándose independiente en las relaciones de pareja. Sin embargo no se logró ubicar en un estilo vincular en la medida en que los puntajes en la dimensión evitación se encontraban mayores al percentil 40 y menores al percentil 60. Todas las características mencionadas permiten pensar que el participante tiene una tendencia al estilo vincular seguro.

Una vez especificadas las particularidades de los sujetos que no pudieron ser clasificados y explicadas en alguna medida las razones por las que esto ocurrió, es posible afirmar y añadir que a raíz de la imposibilidad de clasificar el 39% de la muestra seleccionada, se pone en evidencia que los estilos vinculares propuestos por Bartholomew y Horowitz (1991); trabajando con los rangos sugeridos por la autora del cuestionario, los puntos de corte propuestos de modo particular para el presente estudio, son excluyentes debido a que los estilos corresponden a categorías gruesas que no permiten incluir todas las particularidades de cada individuo como sujeto único. Es así, como se considera que la teoría aún es incipiente y que resultaría de gran utilidad ampliarla agregando sub-categorías de estilos vinculares que permitan incluir personas que poseen los rasgos característicos de cada una de las dimensiones de ansiedad y evitación, pero los presentan en mayores o menores niveles a los establecidos, ampliando el espectro de posibilidades en el que el sujeto pueda moverse.

A nivel cuantitativo se puede concluir que los sujetos no clasificables, no cuentan con las características típicas que definen los cuatro estilos vinculares en ambas dimensiones o en alguna de las dos; lo que no significa que no puedan presentar aspectos relacionados con los estilos vinculares propuestos, sin embargo sus características atípicas impiden su clasificación.

Caracterización del proceso de duelo por separación conyugal

Una vez realizado el análisis de los datos cuantitativos, se procede a presentar las características del duelo por separación conyugal que se hicieron manifiestas en la muestra de 18 participantes; a través de la entrevista semi-estructurada. Para tal fin, se presenta una discusión en torno a las características generales del proceso de duelo por separación conyugal. Características, que fueron obtenidas analizando el total de la muestra; para así lograr identificar aspectos que fueran comunes a todos los participantes. Así mismo, se mencionan algunas particularidades que se consideran importantes del proceso vivido en esta experiencia por cada uno de los sujetos.

Para iniciar, vale la pena retomar el constructo duelo, éste corresponde a un conjunto de procesos psicológicos que se activan como consecuencia de la pérdida de un ser amado (Bowlby, 1983). Este fenómeno de acuerdo con Bowlby (1983), autor desde el cual se buscó comprender el proceso, se desarrolla en cuatro fases: embotamiento, anhelo y búsqueda de la figura perdida: cólera, desorganización y reorganización. De acuerdo con el planteamiento del autor, en las fases del duelo no existen límites nítidos; este aspecto se hizo evidente en la muestra, debido a que algunos de los participantes podían encontrarse en una fase predominante, a pesar de que aún conservarían características de la anterior o poseían particularidades de la siguiente. Por otra parte, el análisis de la muestra generó la duda acerca de si las fases del duelo son vividas en su totalidad por cada persona que experimenta una separación conyugal. La pregunta surge a raíz de que algunos de los entrevistados (Participantes: 1,2,4,5,11,13,14,15,17) no referían en su discurso nada que se asemejara a una fase de embotamiento, en la medida en que afirmaban y evidenciaban haber tenido plena conciencia de la realidad inmediatamente después de la separación y por el contrario mostraban características de otras fases como por ejemplo anhelo y búsqueda de la figura perdida (Participantes:4,5,13,14,15), desorganización y reorganización (Participantes:1,2,17).

En relación con lo mencionado, la información recogida en las entrevistas lleva a pensar que no necesariamente se viven todas las fases del duelo; y que el hecho de que éstas se atravesasen o no, depende de múltiples factores que desbordan esta investigación; entre éstos pueden señalarse como importantes las características de la relación conyugal, características de personalidad, estilos vinculares, el hecho de tomar o no la decisión de separarse; variables que a grandes rasgos parecen ser de gran importancia en la manera en que se da la sucesión de las fases del duelo, por lo que valdría la pena investigarlas a profundidad en estudios posteriores.

En concordancia con lo expresado es relevante mencionar que en la muestra estudiada solo la mitad de los sujetos evidencian haber atravesado la fase de embotamiento. Debe tenerse en cuenta que este aspecto del duelo, es de difícil acceso para las investigadoras debido a que hay una interferencia de tiempo; en la medida en que para indagar sobre este aspecto, el participante debe pensar de forma retrospectiva sobre sus experiencias; presentándose sesgos mnémicos. Sin desconocer el sesgo de memoria señalado, la ausencia de fase de embotamiento en la mitad de los participantes lleva a pensar en la posibilidad de que ésta no sea una fase por la que necesariamente se atravesase en el proceso de duelo por separación conyugal.

Con base en la afirmación de que no todos los participantes de la muestra atraviesan la totalidad de las fases propuestas por Bowlby (1983), vale la pena resaltar que algunos expresaban sentimientos de tranquilidad, paz y felicidad inmediatamente después de la ruptura; estas sensaciones teniendo en cuenta toda la narrativa del participante, se experimentaban no por la pérdida de conciencia de la realidad, si no por las características mismas de la relación conyugal. A partir de éstas características, que serán enunciadas a continuación, se plantea otra hipótesis que serviría para comprender por qué no se ven reflejadas todas las fases enunciadas por Bowlby (1983), extrapoladas en otras investigaciones al proceso de duelo por separación de la pareja matrimonial. Se considera posible que el proceso de duelo inicie no, con la decisión de separarse y con la separación de cuerpos que ésta representa; sino a partir del momento en que empieza a instaurarse y a representarse mentalmente la separación o pérdida de la pareja como una alternativa. En el caso de la participante 17 la relación se había reducido al cuidado de la hija y a lo laboral, debido a que la pareja tenía una empresa familiar. La sujeto, quien al momento de la entrevista evidencia reorganización, manifiesta en sus respuestas que después de la separación no experimentó dolor, ni sufrimiento; debido a que esos sentimientos ya habían pasado: “[cuando] le digo a él que quiero el divorcio, pues ya en ese momento; como que eso de dolor y sufrimiento había pasado” (Participante 17). Se afirma que la sujeto estaba en la fase de reorganización en la medida en que aceptó desde un principio la separación como definitiva, logró comprender las falencias de la relación y actuar consecuente con los aprendizajes que se dieron a partir de la ruptura.

En el mismo orden de ideas la participante 1 expresó durante la entrevista que experimentaba su relación como insatisfactoria, debido a que todo el tiempo existieron problemas de comunicación que imposibilitaban buscar soluciones a los desacuerdos y dificultades de la relación: “todo se iba acumulando [...] las inconformidades no se solucionaban [...] me cansé [...] se empezó a acabar ese amor” (Participante 1); situación que llevó a la persona a pensar durante meses la opción de separación como una posibilidad, sin tener la fortaleza y la seguridad necesarias para tomar la decisión y llevarla a cabo. En la medida en que durante la entrevista evidenció estar inmediatamente después en la fase de desorganización, cabe la posibilidad de que esta participante también haya comenzado el proceso de duelo cuando empezó a pensar sobre la separación como una opción.

Para las participantes 11 y 2 la convivencia había sido en extremo dolorosa, hasta el punto de caracterizarla como una situación traumática. Éstas experimentaron como sentimientos inmediatos alegría y fuerza: “alegría, no me dolió, porque fue un proceso; [...] yo hace años pensé que me iba a separar de él. Entonces llegó el momento y [...] yo ya había pasado por todo eso, yo ya lo había superado” (Participante 11).

Una vez expuestas estas hipótesis, que se desligan en cierta medida de los postulados de Bowlby (1983); debido a que en su teoría no propone que el proceso de duelo pueda darse omitiendo ciertas fases y que discrepan también de autores (Gray, Koopman & Hunt, 1991) que se encargaron de extrapolar las fases del proceso de duelo por muerte a aquellas que se daban en el proceso de separación conyugal, se procede a mencionar las características comunes que se lograron identificar a nivel cognitivo, comportamental y emocional en el proceso de duelo por separación conyugal en la muestra estudiada.

Para iniciar debe mencionarse, que la mayoría de los participantes tomaron la decisión de la separación conyugal; aspecto que en conjunto con los motivos de separación pudieron haber influido en la manera en que experimentaron el proceso de duelo. Es así como se encontró que en esta muestra particular los motivos más frecuentes eran: infidelidad, cansancio de la relación conyugal y acumulación de dificultades irresueltas. Los motivos de separación no se tienen en cuenta como variable de interés del presente estudio. Sin embargo, se mencionan en la medida en que los datos encontrados permiten inferir que los motivos de la separación tienen una relevancia particular en cómo se experimenten las etapas del duelo, se recomienda indagar a fondo en investigaciones posteriores las repercusiones de esta variable en la manera en que se vive y percibe el proceso de duelo.

Teniendo presente que el objetivo de esta parte de la investigación es caracterizar el proceso de duelo por separación conyugal de modo general, para posteriormente lograr relacionar a nivel descriptivo el estilo vincular y la manera en que se vive este fenómeno, a continuación se señalan los aspectos más frecuentes de este proceso encontrados en este estudio. Así mismo, se contrasta que tanto coincide la percepción de los sujetos de la muestra acerca de su proceso de duelo por separación conyugal con las características que describe Bowlby (1983) sobre éste. .

Coherente con la primera fase propuesta por Bowlby (1983), para el fenómeno de duelo, durante el estudio algunos de los participantes experimentaron características definitorias de esta reacción inmediata ante la pérdida, como por ejemplo: aturdimiento. Del mismo modo, se evidenció que era más común que los participantes afirmaran tener conciencia de la realidad de los hechos, siendo menos frecuente que inmediatamente aceptaran la separación como definitiva, manteniendo así esperanzas en torno a la reconciliación.

Durante la fase de embotamiento, los participantes reflejan diferentes emociones, lo cual señala que este fenómeno se vive de manera particular dependiendo de múltiples características psicológicas y contextuales, como por ejemplo la época de año en la que se decidió la separación y eventos inesperados como el embarazo (Participante, 7). A pesar de esto, se encontró como emociones predominantes: tristeza, dolor y rabia. Y como emociones atípicas, que denotan embotamiento probablemente más marcado; se identifican: aplanamiento afectivo y tranquilidad. Puede argumentarse que estas sensaciones se dan debido a la presencia distintos mecanismos de defensa, los cuales impiden que se expresen los sentimientos de dolor y permiten que se continúe con la vida cotidiana de manera automática (Bowlby, 1983).

Como hallazgo significativo puede señalarse, que aunque algunos de los participantes no referían episodios de intensa emoción; ni tampoco incapacidad de aceptar la realidad y la separación como definitiva inmediatamente (Participante: 6 y 7) después de la pérdida ni en los días posteriores, rasgos que para Bowlby (1983) señalan el paso por la primera fase; con el paso del tiempo estos sujetos comenzaron a experimentar aspectos determinantes de la fase de anhelo y búsqueda de la figura pérdida: cólera, como si antes de ésta; la tranquilidad frente a la pérdida fuera consecuencia de una negación inconsciente de la realidad, un embotamiento, que desde el discurso de los casos particulares de estos participantes no corresponde con el descrito por Bowlby (1983). Referente a la segunda fase del duelo: anhelo y búsqueda de la figura pérdida, puede afirmarse que es en esta fase que se refleja que el proceso de duelo por separación

conyugal, es una de las situaciones más dolorosas, “puede convertirse en un escándalo superior al producido por la muerte física” (Carusso, 2005, p.12). Lo anterior se dice, debido a que la mayoría de participantes afirman sentimientos de intenso dolor, tristeza y rabia, en los días posteriores. Así como pérdida del deseo y sentido de la vida; intentando en ocasiones acabar con su existencia o deseando que algún tipo de tragedia acabará con ésta “*Quiero estar bien y no puedo; prefiero morirme o que me de algo*” (participante 8). “*y cuando llegue allá al mirador [...] yo me bote [...] no quiero vivir más y me bote*” (Participante 13). Sin embargo debe mencionarse que ciertos sujetos en este mismo periodo de tiempo manifestaban sentimientos de tranquilidad y alegría, lo que permite suponer que a pesar de que se estaba teniendo en cuenta el criterio de tiempo planteado por Bowlby (1983) en cada una de las fases, no todas las personas cumplen los mismos patrones de temporalidad o atraviesan la totalidad de las fases.

Referente al componente cognitivo de la segunda fase del duelo por separación conyugal, se puede plantear de acuerdo con la información obtenida de las entrevistas; que en esta muestra particular, los pensamientos más frecuentes contenían ideas alusivas a la culpa experimentada contra sí mismo (autorreproches) o contra la ex pareja, siendo más frecuente la última. Adicionalmente, otro de los sentimientos experimentados por la mayoría de los participantes en los días y meses posteriores a la decisión de la separación, es la rabia, la cual en este caso fue experimentada por los participantes especialmente en el momento de hablar de su ex pareja, al momento de marcharse o quedarse solos en el hogar. El hecho de que los pensamientos de culpa se dirijan en mayor medida a la ex pareja no es casual, pues como lo afirma Bowlby (1983) el sentimiento de rabia se genera a raíz de quien se considera responsable por la separación; mientras la rabia esté presente, la pérdida no se aceptará como algo permanente (Bowlby, 1983). Lo anterior, se hace explícito ya que aunque algunos participantes reportan conciencia de la separación como definitiva, simultáneamente expresan sentimientos de rabia y acciones de búsqueda; lo que invalida las respuestas de conciencia, o lo que evidencia la características de ambivalencia.

Entorno a lo cognitivo puede afirmarse también, que se hizo explícita la presencia de pensamientos obsesivos respecto a la ex pareja, entendidos éstos como aquellos pensamientos sobre los que no se tiene ningún tipo de control. Algunos de los participantes referían tener a la pareja todo el tiempo en su mente tener siempre presente la problemática de la separación e inclusive verse en la “necesidad” de botar los objetos con carga emocional porque los recuerdos mentales eran más que suficientes “*Todas las foto las borre, absolutamente todas, todas. Mejor dicho, con mis recuerdos mentales me basta y me sobra, no me quede con nada*” (Participante 8), “*Si pensaba lo mismo otra vez y otra vez y retrocedía y otra vez*” (Participante 5).

Respecto de la búsqueda de la figura pérdida, característica de la segunda fase; puede mencionarse que gran parte de los participantes emprendieron acciones para recuperar a la ex pareja, motivados por el anhelo de ésta y por el deseo de reconciliación; situación que implicaba la no aceptación total de que la separación fuera definitiva, sin embargo, al respecto se evidencian serías contradicciones en los discursos de los participantes debido a que a pesar de reportar aceptación de la separación como real y definitiva; insistían en la búsqueda de sus ex parejas.

En contraste con el comportamiento de búsqueda descrito en el párrafo anterior, vale la pena añadir que algunos de los sujetos de la muestra buscaron a la ex pareja con fines diferentes a reconstruir la relación, entre los cuales pueden señalarse: búsqueda por

circunstancias ajenas a la voluntad, como por ejemplo muerte de un familiar, aspectos legales del divorcio, entre otras. Así mismo, se identificó búsqueda de la figura perdida con el objetivo de mantener una adecuada relación con la ex esposa por el bienestar de los hijos y por negocios que tenían en común. Los objetivos de las búsquedas anteriormente señaladas no son congruentes con los propuestos en la segunda fase. De la misma manera, es relevante tener presente que no la totalidad de la muestra llevó a cabo la búsqueda de la figura perdida, sin que esto implicara ausencia de anhelo de la ex pareja.

En otro orden de ideas, se indagó por las estrategias de afrontamiento utilizadas por los participantes para superar el proceso de duelo por separación conyugal, los resultados arrojan que la estrategia preferencial consiste en la búsqueda de apoyo siendo la más común la espiritualidad, entendida como acercamiento a Dios y/o la religión. En orden de frecuencias los participantes reportaban buscar ayuda en pares, psicólogos y como última instancia familiares *“busqué los consejos de mi mejor amigo y colega y además mi madre me apoyó lo suficiente en ese momento tan complicado”* (Participante 14). *“Yo soy muy católica y me he apoyado muchísimo en la Iglesia y en Dios”* (Participante 16) *“sí, tenía, mi apoyo psicológico espiritual [espiritual]; con sacerdotes, con grupos de apoyo, todas esas cosas”* (Participante 7)

Otra de las particularidades del proceso de duelo es la ambivalencia tanto en pensamientos, sentimientos y acciones, las cuales pueden oscilar entre la consideración de aspectos negativos simultáneamente con positivos. De la misma manera, en las narrativas se hacen evidentes contradicciones que muestran gran confusión en relación con la propia comprensión y percepción del proceso vivido o que aún está en curso, pues discursos como el del participante 6 y el sujeto 16, muestran incoherencias y evidencian que aún están llevando a cabo el proceso: *“yo aun me siento muy deprimida, estoy muy triste y [...] no, yo pienso que estoy viviendo este proceso todavía”* (Participante 16). En el mismo orden de ideas fue común encontrar fluctuación emocional entre los sujetos que conformaban la muestra: *“varias sensaciones, como que me sentía bien, pero [...] al momento me sentía mal por la frustración que sentía”* (Participante 17), lo que es coherente con lo dicho por Bowlby (1983) y Weiss (1975).

Respecto al planteamiento de Bowlby (1983), en el que se afirma que durante el proceso de duelo se manifiestan conductas agresivas hacia los demás o hacia sí mismo, específicamente durante la fase de anhelo y búsqueda de la figura perdida; puede decirse que no se encontró que la totalidad de la muestra presentará conductas agresivas como respuesta a la separación conyugal, lo cual era esperado debido a que el autor considera que hay razones biológicas sólidas para responder de tal manera de forma instintiva y automática (Bowlby, 1976). Es importante, pensar que esta incongruencia con los postulados del autor puede deberse a las diferentes concepciones que las personas tienen entorno a lo que es la agresividad, en la medida en que a esta palabra pueden dársele diversas connotaciones, como por ejemplo: agresividad entendida como agresión que lleva a maltrato físico y/o verbal, presentándose ambos o uno de los componentes anteriormente mencionados. Agresividad entendida como comportamientos que expresan mal humor, entre otros significados.

La caracterización del proceso de duelo por separación conyugal permitió ver que comúnmente las personas que a traviesan este proceso experimentan pérdida de peso, alteración en los patrones de sueño; identificándose diferentes tipos de insomnio como: insomnio de reconciliación, de conciliación y sueño no reparador (Fierro, 2001). Del

mismo modo, algunos participantes comentan no descansar debido a que tienen muchos sueños con la ex pareja. Y como particularidades atípicas se identifican sujetos que a partir de la separación duermen más horas, como consecuencia de la tranquilidad generada por la separación conyugal. Algo más que resulta común en la muestra es la pérdida de gusto por actividades que previamente a la separación resultaban agradables y placenteras. Otras personas empiezan a encontrar agradables actividades frente a las cuales habían perdido el gusto durante la relación conyugal.

Una vez señalados los aspectos que se encuentran relacionados con la fase de anhelo y búsqueda de la figura perdida, se introducen elementos de la fase de desorganización y reorganización encontrados en la muestra. Aclarando que es sumamente difícil identificar los límites entre estas dos fases en el discurso de los participantes, especialmente si se tiene presente que éste se conforma por sentimientos, pensamientos y comportamientos que pueden contradecirse entre sí.

A lo largo de la entrevista varios participantes ponen de manifiesto un aumento en los niveles de conciencia de la realidad y de la separación como definitiva con el paso del tiempo. El tiempo para gran parte de los sujetos es percibido como facilitador de la superación del proceso, pues a mayor tiempo, por lo general, hay una disminución de los sentimientos dolorosos y se disminuye el anhelo y la búsqueda de la ex pareja, sin que estas actitudes cesen por completo. Es preciso agregar que un menor número de casos presentan disminución en los niveles de conciencia, viviéndose el duelo de forma diferente y aumentándose los niveles de dolor, anhelo y esperanza del posible regreso de la figura perdida *“el dolor fue profundizando , hasta que llegue a un punto en que desbaratado totalmente”* (Participante, 6).

Algunos indicios que permiten pensar que ciertos participantes se encuentran en la fase de reorganización es que han logrado restablecer su vida, describiéndose en la actualidad como personas felices y tranquilas, que no desean bajo ninguna circunstancia regresar con la ex pareja e incluso algunos han establecido nuevas relaciones románticas. Otros sujetos, a pesar de compartir algunas características de las mencionadas previamente, hacen explícito que no desean establecer nuevas relaciones de pareja por el momento. Particularmente, estos sujetos que se encuentran reorganizados, no refieren sentir amor, ni anhelo por la ex pareja. Del mismo modo, en su discurso prima la coherencia entre los pensamientos y aprendizajes respecto a los cuales pueden ser consecuentes en la actualidad.

Por último, es importante mencionar que los datos que arrojó la entrevista identifican ciertos criterios que pueden dificultar en cierto grado el proceso de duelo por separación conyugal. Dentro de los elementos que pueden aumentar el dolor que causa la pérdida de la figura vincular, se encuentra la edad de los participantes, en cuanto ésta, a nivel social representa pérdida de oportunidades para encontrar y establecer una nueva relación amorosa: *“Yo sé que yo no tengo ninguna limitación de ninguna naturaleza; lo que yo quiero lo consigo [...] Pero en esto si me sentí flojo[...]¿Qué está pasando? Serán los años, [...] también podría ser un poco eso de romper la barrera de los 60’s* (participante 6). Otro aspecto es el proceso legal y las distintas pérdidas que la separación implica: pérdida del proyecto de vida, bienes materiales, amigos en común y los roles de la ex- pareja: amiga(o), amante, confidente, entre otros, se pierde la posibilidad de compartir con los hijos y de crecer junto a ellos, éste último aspecto es principal, los sujetos se muestran preocupados por no poder ver a sus hijos y acompañarlos en el proceso de

crecimiento: “finalmente lo que a mí más me afectó en todo el proceso no fue ni siquiera la parte sentimental, si no [...] que los niños no me los dejaban ver” (participante 12).” “Tristeza, depresión [...] yo nunca he llorado tanto, más por mi hijo que por la relación que tuvimos” (participante 18).

Otro de los aspectos comunes y contradictorios que se evidenció en los participantes fue que a pesar de evitar los lugares, canciones entre otras que recordaran a la ex pareja, la mayoría conservaban los objetos con significación emocional.

Para concluir, se evidencia que el dolor y la tristeza son comunes a la mayoría de personas de la muestra. Es probable que aquellas que experimentaron ausencia de dolor por diversas razones, que no se indagaron en esta investigación, hubieran vivido un proceso de desapego de la pareja ; rompiendo el vínculo con ésta. Esto es congruente con lo señalado por Colin (1996) quien plantea que si la separación no genera aflicción, probablemente no existía un vínculo afectivo en la relación; con este planteamiento no se está afirmando que el vínculo nunca haya existido sino que por características de la relación y de la persona, éste se deshizo mucho antes de la separación .

Igualmente, se reitera la propuesta de investigar si las fases son experimentadas en su totalidad a partir de la separación conyugal; especialmente si es típico de este fenómeno el embotamiento. Además se sugiere indagar la hipótesis de que el proceso, y por ende las fases del duelo por separación conyugal, se inician no al momento de tomar la decisión, sino cuando la persona empieza a contemplar y a reflexionar sobre la idea de la separación conyugal. Para finalizar, y teniendo en cuenta la complejidad del proceso que se da en este fenómeno y las múltiples variables que pueden intervenir a raíz de los indicios observados, se sugeriría explorar en futuros estudios cómo se afecta el proceso dependiendo de los motivos de separación conyugal, de quién tome la decisión de separación y de las características que haya tenido la relación conyugal, para de esta manera establecer mayor claridad teórica en torno a este fenómeno.

Tabla 23

Matriz de análisis entrevista caracterización del proceso de duelo por separación conyugal (Frecuencias)

CATEGORIA	SUBCATEGORIA	INDICADOR DE COMPORTAMIENTO
Características de la relación durante la convivencia en pareja	Connotación positiva de la relación	13
	Connotación negativa de la relación	15
	Episodio de cuestionamiento acerca de la relación	4
	Agresión durante la relación conyugal	12
	Consumo o abuso de alcohol	Psicológica:1 Por parte de la pareja: 2 Por parte del participante:2
	Idealización de la pareja	4
	Idealización de la relación	5

	Inconvenientes económicos	7
	Representación mental de lo que deben ser las relaciones de pareja	Las relaciones deben ser solidarias:1 Matrimonio compromiso y responsabilidades compartidas:1
	Intentos previos de separación	7
	Interrupción de la convivencia	6
	Acompañamiento psicológico	8 Coaching: 1 (es otra modalidad de acompañamiento psicológico) 9
Decisión de separación conyugal	Miembro de la pareja que decide separarse	Participante:13 Pareja del participante:5
	Dificultad en la toma de la decisión	9
	Proceso extenso de toma de decisión	5
Motivo de separación	Agresividad :1 Falta de comunicación: 2 Acumulación de dificultades: 3 Cansancio de la relación: 4 Disminución de los sentimientos de amor: 2 Infidelidad :5 Abandono por parte de la pareja: 1 Desequilibrio económico:2 La pareja de(él la)participante no siente lo mismo:1 Falta de compromiso:1 Diferencia de ideales y propósitos entra la pareja:1 La pareja no deseaba formar un hogar:1 Consumo de alcohol por parte del participante:2 Consumo de alcohol por parte de la pareja:1 Agresividad por parte del participante:1 Infelicidad:1 La relación estaba afectando gran parte de las dimensiones de la vida negativamente:1 Diferencias culturales:1 Irresponsabilidad económica de la pareja:1 Dudas acerca de la honestidad de la pareja:1	
Reacción inmediata a la decisión o noticia de separación conyugal	Aturdimiento	5
	Sentimientos	Miedo: 1 Pánico: 1 Libertad: 1 Culpa: 1 Tranquilidad:2 Valentía: 2 Tristeza:6 Dolor: 5

	Vacío: 1
	Rabia:4
	Nada: 1
	Desilusión:2
	Frustración:2
	Lastima:1
	Inseguridad:1
	Angustia:1
	Desespero:1
	Soledad:1
	Desesperanza:1
	Aplanamiento afectivo:1
	Alegría:1
	Fracaso: 1
	Arrepentimiento: 1
Pensamientos	Positivos 5
Frente a la decisión de separación conyugal	Negativos 7
	Pensamientos ambivalentes: 3
	Indiferencia frente a la situación: 1
	Cuestionamiento en torno a la decisión: 2
	Salir adelante:3
	Pensamientos relacionados con aspectos como la vivienda posterior a la separación:2
Conflicto entre cognición y emoción	5
Acciones	Irse: 4
	Comunicar la decisión a los padres: 2
	Llanto: 5
	Cambiar los artículos del hogar de convivencia: 1
	Decir a la pareja que no lo dejara: 1
	Echar a la pareja del hogar: 1
	Búsqueda de opciones para salir adelante: 2
	Dormir juntos:1
	Expresar a la pareja la decisión:2
	Meses posteriores:
	Llorar: 1
	Fumar:1
Nivel de conciencia de la realidad	Si :14
	No 4
Aceptación de la separación como definitiva	Si:7
	No:8
Mecanismos de defensa	Vivir de modo automático: 1
	Evitación:14
	Proyección: 1
	Racionalización:1
	Negación: 2

	Continuación de la vida cotidiana por reorganización	3
	Fluctuación emocional	10
	Desconocimiento de sí mismo	1
	Anhelo de la figura pérdida (ausencia de deseo de separación)	10
Características del proceso de duelo en los días posteriores a la separación conyugal	Sentimientos	Inseguridad: 2 Miedo:1 Fortaleza:1 Alegría: 2 Tranquilidad:3 Tristeza: 6 Tristeza meses posteriores: 3 Culpa: 2 Dolor :3 Aumento dolor:2 Rabia:5 Odio: 1 Desacomodada:1 Frustración:2 Orgullo:1 Aturdimiento:1 Soledad:1 Ansiedad:1 Intranquilidad:1
	Intensidad del dolor	Ausente:1 Baja:5 Media: Alta:11 Meses posteriores alto:1
	Pensamientos	Positivos :3 Pensamientos de ser incomprendido por otros: 1 De anulación y de suicidio psicológico: 1 Comprensión de que la situación no era justa con la expareja: 1 Pensamientos de culpa: 12 Preocupación por la soledad: 1 No se desea estar con él: 2 Culpabilizar a la ex pareja:3 Pensamientos relacionados con todo lo positivo que se tiene:1 Voy a enloquecer:1 Incomprensión en relación con los motivos de separación:1 Pensamientos negativos hacia la expareja:1

	Pérdida de independencia por regreso al hogar materno:1 Se acabó todo: 1 Situación es injusta: 1 Cambio de ciudad: 1 Explicar a los otros: 1 Llanto: 1 Compartir al decisión con pares:1 Enfocarse en los hijos:1 Mantenerse ocupado:1
Acciones	
Búsqueda de la figura perdida	Por obligación: 1 Con fines de reconciliación: 10 No como pareja pero sí como socia y madre:1
Ausencia de búsqueda de la figura perdida	7
Sentimientos al extraer las pertenencias propias del hogar	Meses posteriores :3 Miedo:1 Seguridad:1 Tristeza: 2 Dolor:2
Proceso legal	No fue problemático- concluido: 12 Problemático: 3 Inconcluso- problemático: 2
Nivel de conciencia de la realidad	Sí :13 (Disminución del nivel en los días posteriores a la separación) 2 No: 1
Nivel de conciencia de que la pérdida es definitiva	Proceso de aceptación de la realidad:1 Si :11 No:4
Expectativas hacia la ex pareja	Reconciliación:6 Ser buscado:5 Ausencia de expectativas: 1 Que la pareja se disculpe:3 Que sintiera lo mismo que la pareja:1 Que se fuera la ex pareja de la casa:1 No quería verlo:1 Que la ex pareja entendiera la decisión: 1 Que fuera honesta y civilizada:1
Anhelo frente a la figura perdida	10 Meses posteriores: 4
Ausencia de anhelo frente a la figura perdida	8
Sentimientos experimentados al irse o quedarse solo en el hogar	Inseguridad: 1 Miedo: 1 Fuerza: 1 Bienestar: 1 Malestar emocional: 2

	Rabia: 13
	Dolor: 11
	Angustia:1
	Tristeza:3
Sentimientos experimentados a partir de la separación de cuerpos	Tranquilidad: 2
	Dolor intenso: 11
	Felicidad:1
	Tristeza: 1
Estrategias de afrontamiento frente a la separación (salir, ver solo lo positivo, cortar relación con la ex pareja)	Espiritualidad: 3
	Cambio de ciudad: 1
	Hijos como razón e impulso para salir adelante: 3
	Centrarse en su vida profesional: 1
	Psicoterapia: 4
	Mantenerse ocupado: 2
	Alejarse de la expareja:1
	Labores sociales: 1
	Iglesia:2
	Libros autoayuda:1
	Apoyo económico por parte de la madre:1
Búsqueda de apoyo	Espiritual:6
	Pares:6
	Familiar: 1
	Psicólogo:1
	Grupo de apoyo: 1
	No vio necesidad:1
	Pastor de la iglesia ACTUALIDAD: 1
	Terapias alternativas:1
Pensamientos obsesivos relacionados con la ex pareja	Pensamientos de situaciones negativas durante la relación: 2
	Pensamiento frecuente sobre la ex pareja: 8
	Pensamientos de culpa: 2
	Pensamientos acerca de que la pareja es una traicionera:1
Ausencia de deseo por regresar con la ex pareja	Días: 5
	Meses: 6
Presencia o ausencia de comportamientos agresivos	Presencia:6
	Ausencia: 8
Síntomas corporales relacionados con el duelo por separación conyugal	No sentía las piernas:1
Autorreproches	Sí:11
	No: 3
Disposición frente a los estímulos que pudieran recordar a la ex pareja	Evitación: 8
	Indiferencia:3
	Hipervigilante- evitativo: 2

	Atención centrada en estímulos relacionados con la expareja: 2
Expresiones del modelo negativo de sí mismo	Dependencia: 2 Intento de suicidio previo: 1 Sentimientos de minusvalía: 1 Quería ser la mujer que él soñaba: 1 “aguante cosas horribles:” 1
Reacción frente a los objetos con carga emocional	Conservarlos: 5 Deshacerse de éstos: 4 Indiferencia: 4 Desvalorización: 2 Esconderlos: 1
Indiferencia frente a la presentación personal	3
Necesidad de acompañamiento psicológico o psiquiátrico	No: 5 Sí: 8
Tratamiento farmacológico a raíz del proceso de duelo	2
Cuestionamientos relacionados con qué será de la vida de la ex pareja	5
Pérdida del deseo de vivir	No: 8 Sí: 6 Meses posteriores: 2
Intento de suicidio	2
Culpabilizar a otros	Ex pareja: 12 Pares ex esposa: 2 Dios: 1 Padres propios: 1
Alteraciones de los patrones de sueño	No: 3 Insomnio: 11 Aumento horas de sueño por tranquilidad: 3 Sueño no reparador: 1 Aumento sueño: 1
Cambios en el peso corporal	No: 5 Aumento: 2 Disminución: 9
Pérdida de gusto por actividades que antes resultaban placenteras	7 Meses posteriores: 2
Resignificación de las actividades como placenteras	Días :3 meses posteriores: 2

Características del proceso de duelo cuando se acepta la separación como definitiva	Autoreproches	Sí: 3 No: 2 Meses posteriores: 2
	Nivel de conciencia de que la pérdida es real	Sí: 14 No: 1
	Cambios que se consideraron importantes	Crear vínculos con otras personas:2 Salir adelante con los hijos: 4 Cambio de ciudad: 1 Encargarse del cuidado de los hijos: 2 Trabajar en el manejo del duelo Cambio de vivienda:2 Empezar de cero: 3 Ser autosuficiente:1 Trabajar sobre la reconciliación:1 cambiar la rutina:1 Seguir la vida: 2 Buscar una nueva relación: 1 Cambiar de trabajo: 2
	Connotación positiva del paso de tiempo en el proceso de duelo	8
Características del proceso de duelo cuando se da la reorganización	Nuevos roles	Rol de padre y madre: 4 Adquisición de las responsabilidades económicas de su hogar: 6 Roles relacionados con el cuidado del hogar:1
	Aprendizaje de nuevas habilidades	Autonomía en la toma de decisiones: 1 Manejo del dinero: 1 Artes Marciales: 1 Aprender a transportarse en la ciudad:1 Habilidades relacionadas con el cuidado de sí mismo:1
	Aprendizaje de la experiencia de separación conyugal	Periodo de noviazgo debe ser más extenso: 1 Importancia del conocimiento de sí mismo y del otro: 1 Importancia de la autonomía: 2 Se maduro a raíz de la experiencia: 3 Toma de decisiones: 3 Importancia de la comunicación: 2 Mayor independencia afectiva: 2 Confianza en sí misma: 1 Aumento autoestima: 1 Importancia de equilibrar la vida afectiva: 1 No se ha completa otro proceso de duelo previo:1 No dejarse maltratar:1 No enamorarse:1

		Dedicar más tiempo a analizar las cosas: 3
		Reconocer los errores: 1
		No mostrarse tan interesado y complaciente con la pareja porque pierden el interés:1
		Tener varias fases en la vida no solo la de la pareja: 1
		En la relación todo debe ser compartido:1
		El enamoramiento debe darse equilibradamente entre cognición y emoción:1
		Seriedad y madurez: 1
		Ser más precavido:1
		Trabajar para salir adelante: 2
		División de los bienes en el proceso legal: 1
		Adquisición de vivienda propia para mudarse con sus hijos:1
		Trabajar en el duelo del hijo:1
		Estudio:1
		Viajar: 2
		Irse a otro país:1
		No casarse: 1
		No tener novia: 1
		Tomarse la vida más relajada: 1
		Esperar a ver que pasa:1
		Reconciliarse:1
		Perdonar:1
		Seguir la vida: 1
		Dejar el alcohol: 1
		Cuidar a los hijos: 2
		Compartir con otras personas: 1
Otras características del proceso de duelo	Reacción frente al consuelo	No se buscó consuelo: 6
		Sensación de incomprensión porque el otro no está viviendo la misma situación: 2
		Bienestar temporal: 2
		No atendieron a su búsqueda de consuelo:2
		Gratitud: 5
		Consejos que te hundan:1
		Agresividad: 1
		El consuelo es un formalismo
	Sentimiento de rabia	9
		En los días posteriores: 3
		Meses: 2
	Direccionalidad del sentimiento de rabia	Hacia el ex esposo:8
		Hacia sí mismo:8

Ausencia o presencia de reclamaciones a la ex pareja como si estuviera presente	Ausencia:11 Presencia: 2
Resignificación de la pareja	La vida no debe depender de la pareja: 1 Reemplazo del hijo fallecido: 1 Le permití que abusara mucho de mí en todo nivel(económico, emocional):1 Conoció detalles acerca de la pareja que no conocía: 3 El no tiene compromiso:1 Ya no se percibe a la persona como igual de atractiva:1 Resignificación como buen padre:1
Resignificación de la relación de pareja	Herramienta de crecimiento: 2 Relación de pareja establecida para reemplazar ausencia del hijo:1 Relación bonita: 3 Significó todo para mí:1 No volvería a casarme con él o ella: 1 Relación traumática:1 Recuerdos buenos y malos: 3 Tengo que verla por el resto de mi vida por mi hijo: 1 Me hizo volver a vivir:1
Importancia de los hijos en el proceso de separación conyugal	Hijos como impulso para tomar la decisión: 1 Hijos como impulso para salir adelante: 1 Preocupación por no generarles daño en el proceso:4 Preocupación por la custodia: 2 El proceso de duelo gira en torno a la muerte del hijo:1 Sentimientos de culpa relacionados con la imposibilidad de darle un hijo a su ex esposo:1 Preocupación por no poder ver a sus hijos: 2
Situaciones que dificultan el proceso de duelo	Custodia de los niños: 1 Edad avanzada: 2 Muerte ser querido: 1 Embarazo de otra relación inestable posterior a la separación conyugal: 1 Preocupación por no poder ver a sus hijos: 2 Idealización de la pareja: 1 Dependencia:1 Problemas con la familia propia:1 Separación de los hijos: 2

	Pérdidas adicionales durante el proceso de separación (casa)	Lugar de convivencia: 3 Proyecto de vida:2 Mejor amigo:1 Forma auténtica de querer:1 Hija putativa:1 Pérdidas económicas:1
Situación actual	Sentimientos hacia la ex pareja	Cariño: 6 Gratitud: 2 Sentimientos de querer: 5 Desilución:1 Rabia: 2 Tristeza:1 Lastima: 1 Amo sus recuerdos: 1 Leve sentimiento de amor:3 Sentimiento de rabia disminuyendo:1 Odio:1
	Pensamientos sobre la ex pareja	Pensamientos ambivalentes: 12 Positivos: 5 Negativos:5 Posibilidad de que surja una amistad:1 Han disminuido los pensamientos asociados a la pareja: 1 Buenos Deseos: 1 Permanece en el pensamiento: 2 Amor de mi vida:1 No tuvo compromiso:1 Traición:1
	Sensaciones relacionadas con la vida de separado	Bienestar: 5 Libertad:2 Tranquilidad: 9 Bienestar con una nueva pareja: 1 Dolor: 1 Tristeza pasajera:1 2 Felicidad:2 Soledad:1 Infelicidad:1 Costumbre:1 Desacomodado:1 Miedo:1 Ansiedad: 1 Rabia: 1 Tristeza: 1 No está como quiere:1
	Reconocimiento de incapacidad para superar el duelo	3
	Tipo de relación con la ex pareja	Cordial: 6 Inexistente: 7

	Ambivalente: 2
	Afectiva intermitente: 1
	Sexual intermitente: 1
	Relación debido a cuestiones económicas: 1
Esperanza de regresar con la ex pareja	3
Nueva relación de pareja	Apertura a la posibilidad de una nueva pareja: 3
	Establecida: 3
	Se restringe la posibilidad de una nueva pareja: 5

Nota. Matriz de sistematización de la información obtenida de la entrevista de caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al total de la muestra (N=18)

Relación entre el estilo vincular y el proceso de duelo

Planteados los interrogantes acerca de las repercusiones que podrían tener aspectos como los motivos de separación, las características de la relación conyugal y si se toma o no la decisión, de separarse sobre el proceso de duelo por separación conyugal, se continua el desarrollo de la discusión alrededor de las variables estilo vincular y proceso de duelo por separación conyugal, tercer objetivo específico de este estudio, buscando relacionar a nivel descriptivo ambas variables, para tal fin se elaboraron diagramas en los que se incluían todos los participantes identificados dentro de un estilo vincular, especificando en éstos las particularidades de cada uno de los participantes, para de esta manera lograr identificar diferencias y similitudes en los procesos de duelo vivenciados, intentando establecer si efectivamente existe una relación, a nivel descriptivo, entre ambos constructos.

Estilo vincular seguro (Participante 2)

Antes de iniciar el análisis de la relación, a nivel descriptivo, entre el estilo vincular seguro y el duelo por separación conyugal; debe mencionarse que solo se logró identificar dentro de esta tendencia a una participante de la muestra (Participante 2). Por lo que la información presentada a continuación no pudo ser contrastada con los resultados de otros sujetos.

De acuerdo con la teoría de Bartholomew y Horowitz (1991), las personas con tendencia al estilo vincular seguro se caracterizan por poseer un modelo de sí mismo positivo; no obstante la participante hace explícito que una de las características principales de su relación de matrimonio fue el maltrato físico que soportó por parte de su ex pareja. Este elemento permite pensar que la participante en ese momento de la relación tenía un modelo negativo de sí misma, en el que no se consideraba digna de amor. Sin embargo, como lo sugieren algunos autores (Crowell, Fraley & Shaver, 2008; Feeney, 2008) los modelos internos de trabajo pueden modificarse en función de una experiencia que involucre cambios significativos. Es así como se infiere que la sujeto vivió una experiencia de magnitud considerable que le permitió cambiar su modelo negativo de sí misma, por uno positivo, tal vez, inclusive a raíz de las experiencias de maltrato vividas durante la relación, y con la ayuda de un acompañamiento psicoterapéutico, que tuvo

durante la misma el cual pudo haberle facilitado la resignificación de sí misma y de éstas experiencias.

Por otra parte estas incongruencias entre las características de su anterior relación conyugal y su estilo vincular, podrían ser comprendidas en la medida en que la participante pudo haber hecho caso omiso de la instrucción dada por el cuestionario, y haberlo resuelto teniendo en cuenta exclusivamente su percepción de las relaciones amorosas en la actualidad. Percepciones que podrían haber surgido a raíz de los aprendizajes de la experiencia matrimonial y de separación, teniendo como consecuencia el cambio del modelo interno de sí misma (Collins & Read, 1994, citado por Feeney, 2008). La anterior, es solo una de las posibles explicaciones para comprender esta contradicción.

Igualmente, llama la atención que la participante no toma la decisión de separarse pensando en sí misma, sino movilizada por el bienestar de sus hijos. Lo precedente genera dudas en relación con la clasificación en la cual la ubicaron los resultados obtenidos a través del cuestionario ECR-S, a pesar del alto índice de consistencia interna del instrumento en este estudio.

Respecto al proceso de duelo de la participante, debe mencionarse en primera instancia, que ésta mantuvo una alta coherencia al discutir aspectos de su relación y proceso de duelo durante la entrevista, elemento característico del estilo vincular seguro (Bartholomew & Horowitz, 1991). De la misma manera, vale la pena aclarar que los sentimientos que se perciben como ambivalentes, ya que durante la entrevista expresa emociones como miedo y alegría, fuerza e inseguridad, representan no temor a la pérdida sino a ser buscada por su expareja, así como a la reacción violenta de su éste.

Puede pensarse que el cambio de modelo de sí misma de negativo a positivo la llevó a mantenerse en la decisión de separarse, a pesar del temor que sentía a su expareja. Igualmente, se evidencia como característica del estilo vincular seguro, que la participante haya desarrollado un proceso de duelo con menor malestar en contraste con el que experimentaría una persona insegura, pues no reporta indicios de tristeza o dolor por la pérdida de su pareja, como tampoco expresa anhelo o búsqueda de esta figura, refiriendo conciencia total de la realidad y aceptación de la separación como un hecho definitivo.

Un aspecto que podría tomarse como evidencia de que esta participante manejó constructivamente los sentimientos negativos es que a pesar de haber vivido una situación de violencia durante la relación, se mostraba interesada en establecer nuevos vínculos afectivos, ya fuera de amistad o románticos; logrando actualmente, como ella misma lo refiere, tener buenas relaciones interpersonales.

Figura 20. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: estilo vincular seguro

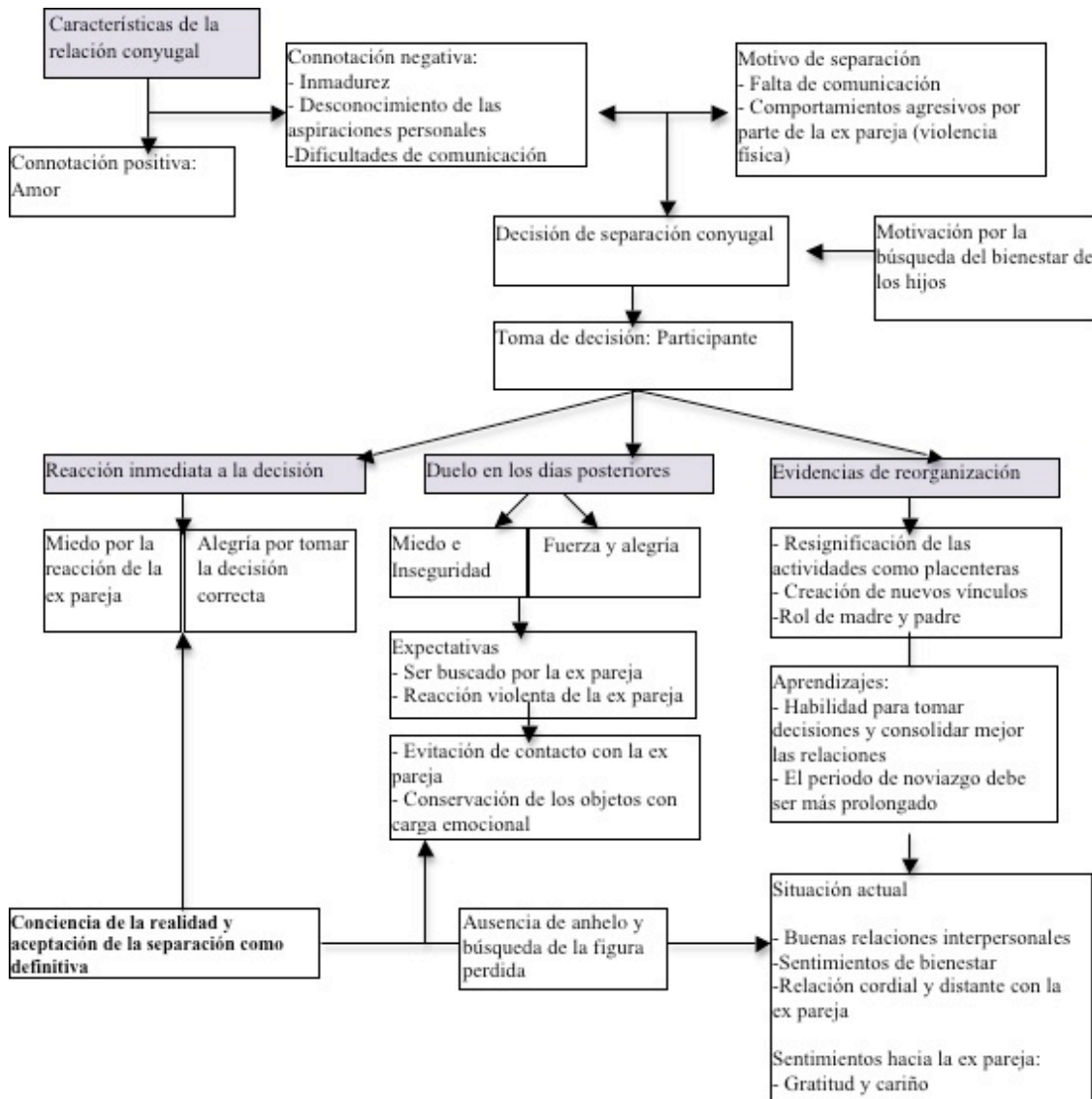


Figura 20. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al estilo vincular seguro (Participante 2)

Estilo vincular preocupado (Participantes: 6, 7, 10, 16)

Respecto al estilo vincular preocupado, resulta curioso que en su totalidad los participantes con tendencia a este estilo hayan tomado la decisión de separación; a pesar de que como característica de estos sujetos es común que busquen la aceptación de los otros valorados para lograr sentir bienestar. Por otra parte, corresponde a este estilo el involucrarse demasiado en las relaciones cercanas, lo que permitiría inicialmente inferir que en caso de separación sería más lógico que la pareja de la persona con estilo vincular preocupado tomara la decisión. A pesar de esto, los resultados son coherentes con investigaciones previas en las que se ha concluido que personas con estilo preocupado refieren que ellas inician el proceso de la separación (Barbara & Dion, 2000).

En otro orden de ideas, es común que todos los participantes que se identificaron con este estilo vincular, presenten un periodo temporal semejante al embotamiento, mencionado por Bowlby (1983), sin que se den todos los aspectos que definen esta fase del proceso de duelo. Es así como por ejemplo la participante 10 refería no tener conciencia de la realidad y sentir un afecto plano, los participantes 6, 7 y 16 por el contrario, expresaron tener plena conciencia de que la situación era real y definitiva, sin embargo con el paso del tiempo, meses particularmente, se disminuía la conciencia de que el hecho fuera real y definitivo, por lo cual los participantes comenzaban a experimentar un fuerte anhelo y tristeza relacionada con la pérdida de la figura amada. Teniendo en cuenta las características de las personas con estilo vincular preocupado, se puede pensar que la reacción de embotamiento es más común en esta tendencia; debido a que es más adaptativa temporalmente, en la medida en que el dolor se evita dando un espacio para que la persona asimile de alguna manera la pérdida y pueda sobrellevarla.

En estos participantes, se evidencian índices significativos de emociones negativas expresadas como un fuerte dolor, que en la mitad de ellos, se experimenta de manera más obvia en los meses posteriores a la ruptura de la relación conyugal y en la otra mitad, se experimenta un dolor intenso, pero en los días posteriores. Lo dicho acerca del proceso de duelo se relaciona a nivel descriptivo con las peculiaridades del estilo vincular preocupado, en cuanto son personas que sienten altos grados de ansiedad y aflicción, por tal razón buscan establecer relaciones demasiado cercanas; en las que dependen de la aceptación de los demás para sentir bienestar (Bartholomew y Horowitz, 1991). El hecho de que estas relaciones terminen, reafirma la inseguridad que tienen de base estos participantes y genera una fuerte molestia debido a que no hay una figura que asegure su valor como persona y les proporcione bienestar, ya que a ellos se les dificulta encontrar esta condición en sí mismos.

Coherente con lo anterior, la mayoría de participantes predominantemente preocupados; en los días posteriores experimentan sentimientos de tristeza combinados con búsqueda de la ex pareja, esto es congruente con ambas dimensiones del vínculo: ansiedad y evitación. La ansiedad en este estilo, como se había mencionado previamente es alta, lo que sugiere que hay una fuerte necesidad de dependencia y de conservar a la pareja. Del mismo modo, los niveles bajos en la dimensión de evitación señalan que estos participantes no evitan el contacto con la figura vincular (Bartholomew & Horowitz, 1991), características que podrían promover una facilidad en iniciar la búsqueda.

Por otra parte, se hace manifiesto que estas personas buscan activamente el apoyo de otros durante el proceso de duelo por separación conyugal; esto es coherente con la teoría en la medida en que son personas que dependen de los demás para estar bien (Bartholomew & Horowitz, 1991), probablemente resulte de gran ayuda en el proceso que los otros les recuerden lo valioso y lo mucho que merecen como personas, ya que ellos por sí mismos no logran aceptarlo. La mayoría buscó ser reconfortado a través de apoyo espiritual, acercándose más a Dios, asistiendo a grupos de oración y acudiendo a hablar con sacerdotes dos.

En otro orden de ideas, resulta importante resaltar que dentro de los participantes que conforman este subgrupo en la muestra se encontró que las características narrativas son bastante idiosincrásicas y atípicas, si se tiene en cuenta el discurso de éstos y se compara con el de los demás estilos vinculares. Lo precedente puede ilustrarse con las narrativas de distintos participantes incluidos en esta clasificación vincular, las cuales se

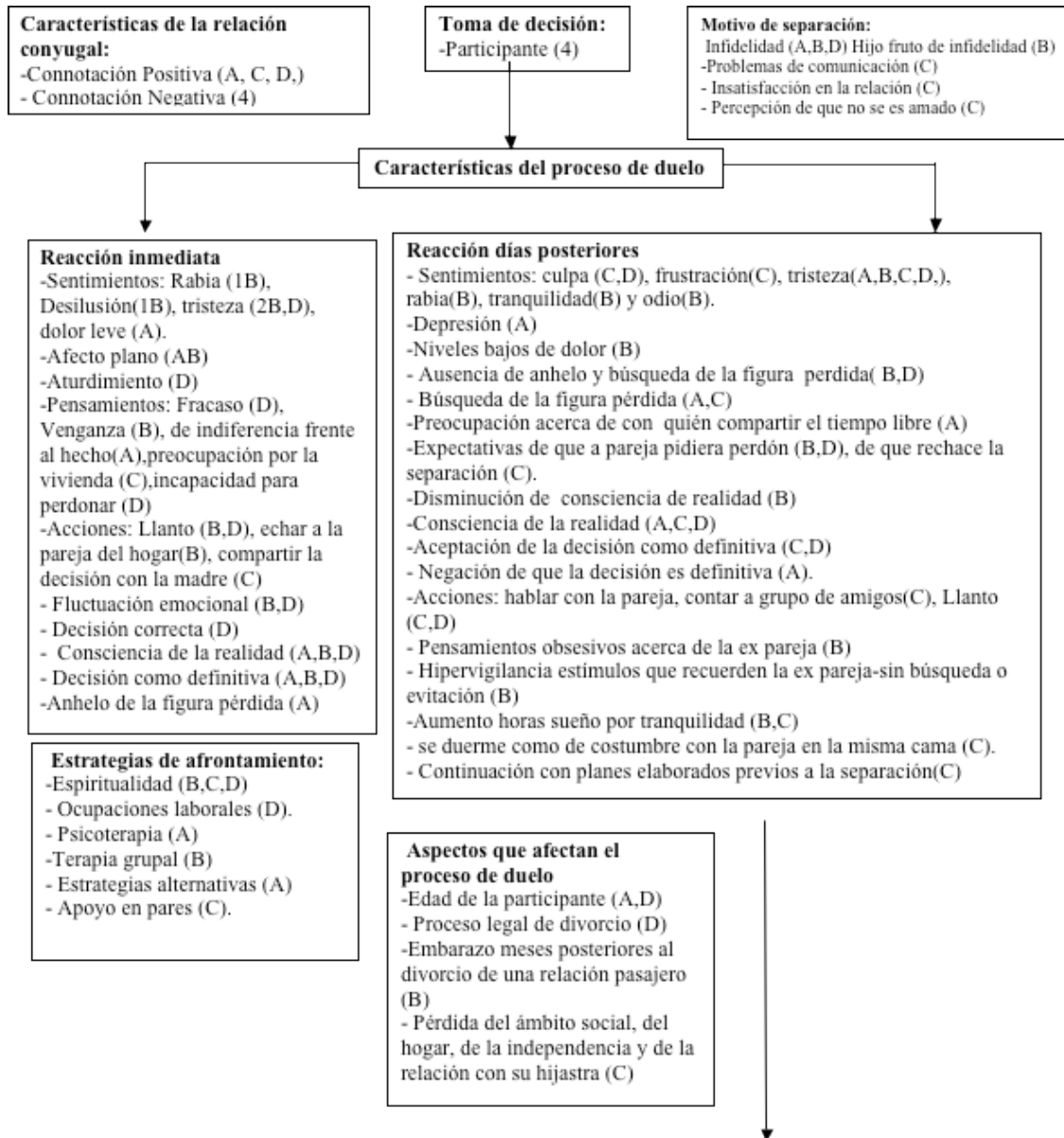
presentan y se sustentan desde sus argumentos. En el caso del participante 6 éste estaba experimentado una fuerte tristeza y depresión la cual racionalizaba, al parecer con ayuda de ciertas terapias psicológicas, debido a un duelo no resuelto por el fallecimiento de su hijo. A partir de la pérdida del hijo buscó un reemplazo de éste a través de la pareja, por lo que al perderla empieza a sentir una depresión muy fuerte que lo lleva a pensar que se relaciona con el hecho de no perdonarle a su hijo que lo haya dejado; así como tampoco se sentía capaz de perdonar que esta pareja también lo abandonara. Es decir que lo percibe como una doble pérdida.

De modo curioso la participante 7 también ve postergado su proceso de anhelo y búsqueda de la figura pérdida debido a que posterior a la separación conyugal (a los tres meses específicamente) queda en embarazo de una relación “de una noche”, desde esta situación la participante explica que durante bastante tiempo haya seguido con su vida cotidiana y no haya experimentado anhelo por la figura pérdida en ese momento. Sin embargo las sensaciones de tristeza y el anhelo por la pareja empezaron a surgir 2 años después de la separación. A partir de lo mencionado, en relación con el embarazo “inmediato” a la separación se puede hipotetizar que este hecho puede ser visto como un intento de venganza hacia la ex pareja, del mismo modo puede pensarse que se vive como una estrategia de afrontamiento, al igual que el hecho de buscar inmediatamente a un compañero (Davis, Shaver & Vernon, 2003).

En relación con estas peculiaridades encontradas en las personas pertenecientes al estilo vincular preocupado, debe mencionarse que la participante 10 experimentó características asociadas y descritas como pertenecientes al proceso de duelo por separación conyugal antes de que haber tomado la decisión de separación, tales como: mal estado emocional, problemas de digestión, insomnio, pérdida del apetito, depresión que requirió medicación, sensación de culpa frecuente, tristeza y dolor que describe como infinitos, necesidad de acompañamiento psicológico así mismo, a pesar de los serios conflictos que atravesaba la relación conyugal, la participante continuaba con las costumbres y labores del hogar como lo hacía cotidianamente. Posterior a la toma de decisión la participante a diferencia de aquellas que mencionamos previamente, parecía haber atravesado algunas de las fases del proceso de duelo durante la convivencia. Sin embargo la participante inmediatamente después de la decisión inició de nuevo las fases del proceso de duelo por separación conyugal, según se evidencia en su relato.

El último aspecto que se desarrollará en relación con el estilo preocupado, son las peculiaridades que se evidencia en el discurso de la participante 16, mujer que ha terminado todas sus relaciones amorosas a causa de la infidelidad por parte de sus parejas. La participante ha vivido el duelo por su ex esposo de forma muy intensa y prolongada, pues lleva hasta el momento 13 meses deprimida; de acuerdo con su psiquiatra quien le prescribió medicamentos para controlar su ansiedad. Así mismo, la participante no desea ni anhela regresar con su figura pérdida, por el contrario, considera que su duelo podría resolverse si su ex esposo estuviera muerto; en la medida en que este hecho sanaría la rabia y traición que siente a causa de él. En este orden de ideas, la participante admite no saber cómo resolver el proceso de duelo, el cual mantiene en secreto de sus familiares y conocidos. Referente a lo precedente debe señalarse que la rabia, la inseguridad frente a las otras personas y el temor a ser juzgado son características claras del estilo vincular preocupado (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Figura 21. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: estilo vincular preocupado



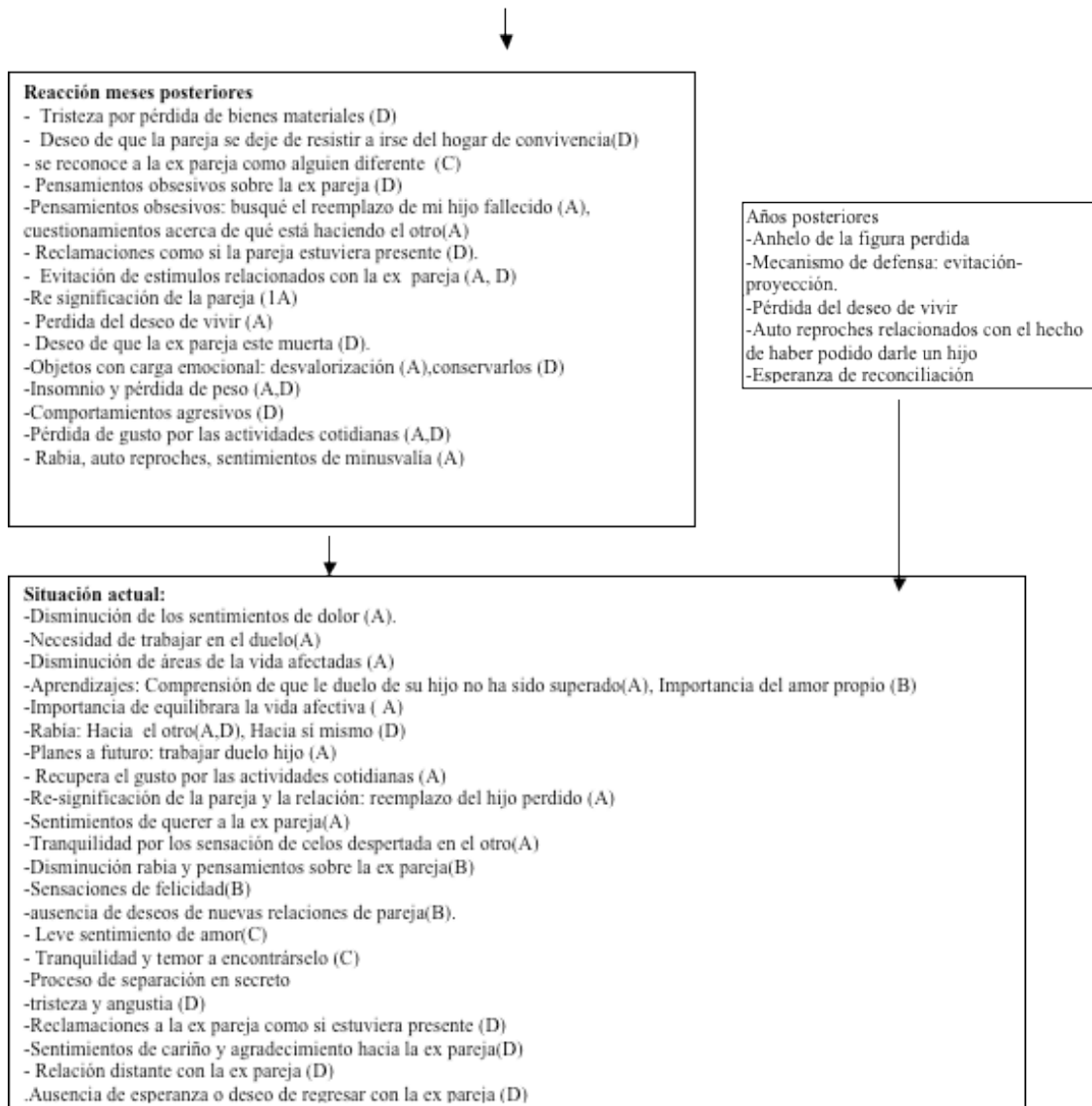


Figura 21. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al estilo vincular preocupado (Participante 6, 7, 10, 16). Las letras A, B, C y D corresponden a cada uno de los participantes mencionados respectivamente.

Estilo vincular rechazante-evitativo (Participantes: 3, 4, 9,11)

Referente a la relación a nivel descriptivo entre el estilo vincular rechazante evitativo y las características del proceso de duelo por separación conyugal, es válido afirmar que hay similitudes entre los participantes, sin embargo ninguna de estas similitudes es compartida por todos los 4 sujetos. Se esperaría que los sujetos rechazantes- evitativos mostraran poca emocionalidad ante la pérdida (Mikulincer & Shaver, 2007) no obstante, los datos no coinciden con esta afirmación ya que la mayoría de participantes de este estilo refirieron a ver experimentado sentimientos negativos inmediatamente y en los días posteriores, entre estos sentimientos se encuentran: tristeza, rabia, dolor y angustia acompañados de episodios de fluctuación emocional, sin que se mostrara ambivalencia en los sentimientos experimentados.

Otro elemento que merece la pena ser planteado, es el hecho de que de acuerdo con la teoría estos sujetos poseen un modelo positivo de sí mismos y uno negativo de los otros, concibiendo a los demás como personas que no son dignas de confianza (Bartholomew y Horowitz, 1991). Los datos extraídos de la entrevista, parecen poner en duda que estas personas durante el proceso de duelo por separación conyugal eviten relacionarse con otros para mantener su sentido de independencia, ya que como lo muestra la entrevista varios de ellos desean, en la actualidad, establecer nuevas relaciones afectivas. Adicionalmente, no pareciera que este prototipo reste importancia a las relaciones cercanas, lo cual se señala ya desde el argumento previamente mencionado, y se reconfirma en esta muestra particular; en la medida en que tres de los cuatro participantes catalogados en este estilo hacen explícito su anhelo por la figura perdida y manifiestan conductas dirigidas a la búsqueda de la expareja. Así mismo muestran dificultades para asumir, inclusive en los días posteriores, la pérdida como real y definitiva.

En otro orden de ideas, coincide con la fundamentación bibliográfica el hecho de que en este estilo se presenten autoreproches (Davis, Shaver & Vernon, 2003), siendo esto coherente con la información obtenida de la muestra. Sin embargo, debe tenerse presente que los reproches autodirigidos no se limitan a este estilo vincular, debido a que incluso se encontró este elemento en la persona con estilos vincular seguro, correspondiendo este elemento más a una generalidad del proceso del duelo por separación conyugal; que a una particularidad de un determinado estilo vincular.

Por otra lado, debe señalarse que las estrategias de afrontamiento utilizadas por los participantes pertenecientes a este prototipo vincular; se asemejan a las utilizadas por otros estilos, entre éstas se identifican principalmente: espiritualidad, comprendida como acercamiento a la iglesia o a Dios y refugio en la vida laboral. Aunque se podría pensar que esta última es característica de los sujetos evitativos, los resultados plantean que esta estrategia o mecanismo de defensa; es utilizada también por los sujetos preocupados, los cuales tiene bajo nivel en la dimensión de evitación. Esto permite inferir que el hecho de que una persona utilice como estrategia de afrontamiento el centrarse en la vida laboral depende de aspectos adicionales al estilo vincular predominante del individuo. En el mismo orden de ideas, a pesar de que se esperaría como lo mencionan Davis, et al (2003) que los sujetos evitativos se muestre autosuficientes y evidencien tendencia a no buscar apoyo, en la muestra los sujetos con características altas en la dimensión de evitación buscaron apoyo en otras personas como la familia, el sacerdote y profesionales de la salud mental.

Figura 22. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: estilo vincular rechazante-evitativo

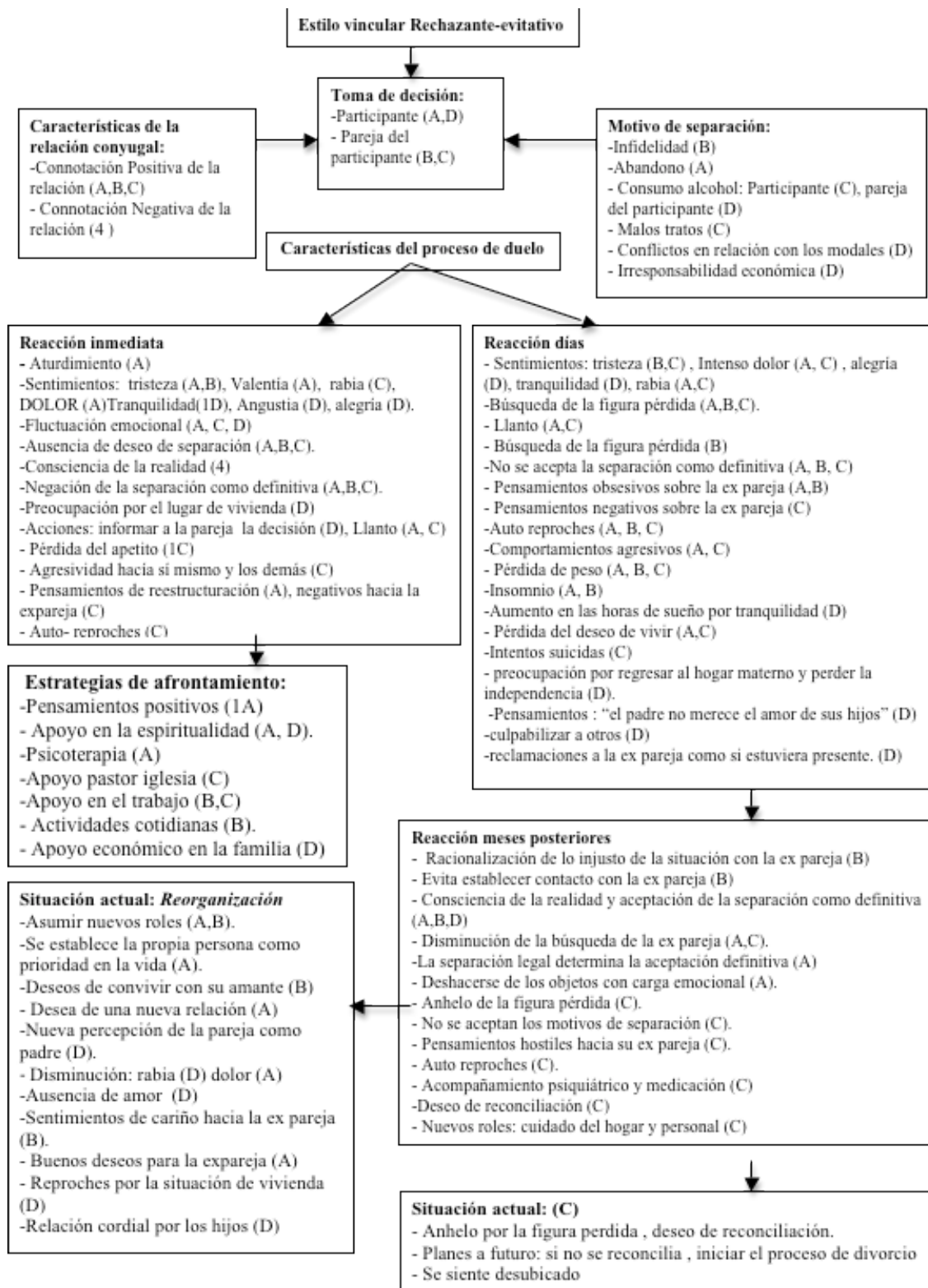


Figura 22. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al estilo vincular rechazante-evitativo (Participante 3, 4, 9, 11). Las letras A, B, C y D corresponden a cada uno de los participantes mencionados respectivamente.

Estilo temeroso-evitativo (Participante 5 y 8)

Respecto a este estilo se considera fundamental señalar que se evidencia una conexión entre éste y el preocupado que se manifiesta en la similitud en la intensidad emocional con que se vive este proceso de duelo por separación conyugal; esta semejanza responde a que ambos estilos vinculares poseen un alto grado en la dimensión de ansiedad. Es así como se identifican en ambos participantes de este prototipo dolor intenso desde el inicio del proceso de duelo hasta el momento actual. Consecuente con lo expuesto estas participantes a pesar de haber vivido este fenómeno durante varios meses, aún presentan aspectos de la fase de anhelo y búsqueda de la figura perdida: cólera, en conjunto con indicios de la fase de desorganización, pues aunque experimentan dolor comienza a percibir y a aceptar la separación como definitiva.

Otro aspecto relevante, es que a pesar de que en ambas participantes existía anhelo profundo por la figura vincular perdida, refiriendo dentro de su discurso que siempre tuvieron la esperanza de ser buscadas y de que sus parejas volvieran, éstas no realizaron ningún esfuerzo concreto por recuperarlas. Lo anterior, puede ser explicado en la medida en que debido al alto grado de ansiedad que presenta este prototipo (Bartholomew & Horowitz, 1991), las participantes experimentaban dependencia de la figura vincular y por ende anhelos respecto a éstas, expresado en el deseo de regresar con la ex pareja y en la no conciencia inicial de la separación como algo real y definitivo. Sin embargo, puede inferirse que el alto grado en la dimensión del vínculo: evitación, les impedía llevar a cabo acciones dirigidas a buscar y reconciliarse con la ex pareja. Vale la pena añadir que en las sujetos pertenecientes a este prototipo la comprensión de la separación como un evento definitivo, se logra después de transcurridos varios meses.

Al respecto de la manera en que las participantes con este estilo respondían frente a los estímulos que podían recordar a la figura perdida, se evidencia en una de ellas una ambivalencia entre la ansiedad y evitación hacia éstos, lo que se hace explícito en la siguiente afirmación “*nunca trataba de ir a sitios donde yo supiera que él estaba, porque sabía que me lo iba a encontrar, de hecho cuando organizaban reuniones a él lo invitaban entonces pues sabían que yo iba a ir, [entonces] Yo iba , pero [...] no era porque yo lo provocara*”(Participante 5). Es relevante tener en cuenta que la otra participante que se ubicó en esta clasificación era particularmente excesiva en la evitación de estímulos que recordaran a su expareja: “*Mira, yo llevo 5 meses que terminamos sin ir al centro, para no encontrármelo, no resisto ir al centro*” (Participante 8).

Figura 23. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal: estilo vincular temeroso-evitativo

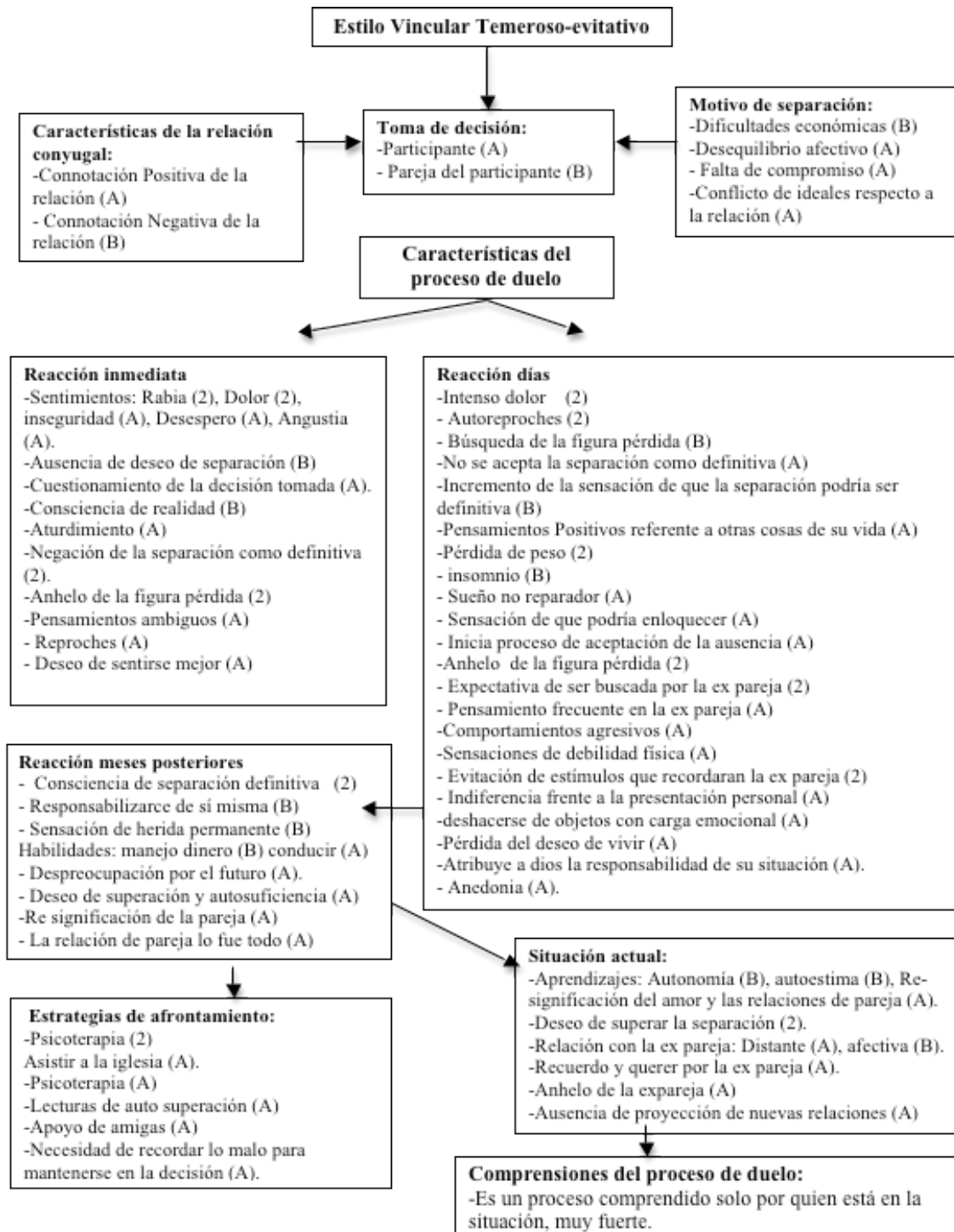


Figura 23. Diagrama de la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal correspondiente al estilo vincular temeroso-evitativo (Participante 5, 8). Las letras A y B

corresponden a cada uno de los participantes mencionados, identificándose el participante 5 con la letra B, y el sujeto 8 con la letra A.

Conclusión

De manera indistinta todos los estilos vinculares comparten algunas características del proceso de duelo por separación conyugal, lo que permite inferir que estos aspectos no corresponden a un estilo vincular específico y un proceso de duelo particular, sino a características fundamentales de éste último (proceso de duelo) que pueden deberse a otras variables, que no fueron contempladas en este estudio. Entre estos elementos se evidenciaron alteraciones en los patrones de sueño, cambios en el peso corporal, tendiéndose más hacia la disminución que hacía el aumento, autorreproches y la percepción de que el duelo es un evento doloroso.

Para futuras investigaciones se recomienda tener en cuenta más variables, previendo la posibilidad de que existan elementos que puedan influir en mayor medida en el modo en que se desarrolla el proceso de duelo por separación conyugal, debido a que se reconoce que en la presente investigación los resultados ponen en evidencia que éste es un fenómeno influido por múltiples aspectos del ambiente del sujeto y de sus características psicológicas, adicionales a los estilos vinculares.

Igualmente, se considera indispensable que para lograr establecer relaciones más claras a nivel descriptivo entre el proceso de duelo por separación conyugal y la propuesta de los estilos vinculares establecida por Bartholomew y Horowitz (1991) debe utilizarse en posteriores investigaciones una muestra representativa de la población, teniéndose un mayor número de sujetos por cada estilo vincular. Es importante dejar en claro que esta investigación no pretende establecer generalizaciones respecto al proceso de duelo y de su relación descriptiva con los estilos vinculares, pues se reconoce que la muestra utilizada es una porción muy pequeña de la población de estudio.

Otra limitación identificada en este estudio, es el carácter retrospectivo de los instrumentos utilizados, en tanto exigían a los sujetos responder con base en recuerdos, lo que puede generar sesgos mnémicos y de reinterpretación de las experiencias vividas en la información suministrada y ocasionar dificultades en relación con los resultados obtenidos.

A partir de los hallazgos identificados en los resultados, y el hecho de que algunos sujetos no se hayan podido ubicar en un estilo vincular predominante, podría explicarse la dificultad para relacionar a nivel descriptivo el proceso de duelo por separación conyugal y los estilos vinculares. En primer lugar, porque se esperaba contar con una muestra mayor para ser analizada de acuerdo con las dos variables (11 sujetos sobre 18, se les pudo establecer el estilo vincular).

En segunda medida, el hecho de que se presentara la situación de personas, dentro de la muestra, con particularidades inclasificables de acuerdo con las características incluidas en la teoría; señala la importancia de seguir ampliando conceptual y metodológicamente esta área investigativa en adultos. El propósito sería continuar estudiando las tipologías vinculares, de modo que permitan comprender la diversidad en la que el ser humano puede establecer vínculos afectivos con las parejas románticas. Esto plantea la necesidad de crear subcategorías derivadas de las dimensiones del vínculo: ansiedad y evitación que permitan caracterizar un mayor número de individuos, los cuales por lo general no presentan los elementos típicos de las categorías existentes y por tanto, no son clasificables. Estas subcategorías probablemente facilitarían ser más minuciosos y

sistemáticos al momento de relacionar los estilos vinculares y las características del duelo por separación conyugal.

Para finalizar debe señalarse como aspecto relevante el hecho de que la presente investigación realiza los primeros aportes al estudio de la relación a nivel descriptivo entre el estilo vincular adulto y el proceso de duelo por separación conyugal, en población colombiana estableciendo pautas importantes para que futuros investigadores puedan abordar la temática. Adicionalmente, de esta investigación surgen como frutos dos instrumentos con alta consistencia interna. Uno de estos es la adecuación lingüística, validada, del instrumento ECR-S elaborado inicialmente para población española y adaptado por las investigadoras al contexto colombiano, favoreciendo la validez ecológica de la presente investigación y de estudios posteriores que se realicen en Colombia desde esta perspectiva. El segundo instrumento, producido para la elaboración del presente estudio es la entrevista, semiestructurada, para la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal; la cual fue evaluada por jueces expertos y concebida por éstos como un instrumento que da cuenta del fenómeno en su totalidad.

Referencias

- Ainsworth, M. (1999). Attachment and other affectional bonds across the life cycle. En C.M. Parkes, J. Stevenson, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 33-51). New York: Routledge.
- Ainsworth, M., & Bell, S. (1970). Attachment, Exploration and Separation: Illustrated by the Behaviour of One-Year-Olds in a Strange Situation. *Child Development*, 41, 49-65.
- Alonso-Arbiol, I., Balluerka, N. & Shaver, P. (2007). A Spanish version of the experiences in close relationships (ECR) adult attachment questionnaire. *Personal Relationships*, 14, 45-63.
- Barbara, A., & Dion, K. (2000). Breaking up is hard to do, especially for strongly "preoccupied" lovers. *Journal of personas and interpersonal loss*. 5, 315-342.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment among young adults: A test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, .61, 226-244.
- Bowlby, J. (1976). *El vínculo afectivo*. Buenos Aires: Paidós.
- Bowlby, J. (1976). *La separación afectiva*. Buenos Aires: Paidós.
- Bowlby, J. (1983). *La pérdida afectiva Tristeza y depresión*. Buenos Aires: Paidós.
- Brennan, K., Clark, C. & Shaver, P. (1998). Self report measurement of adult attachment: An integrative overview. En J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationship*. (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Bretherton, I. (2005). In pursuit of the internal working model construct and its relevance to attachment relationships. En K. E Grossman, K. Grossman & E. Waters (Eds.), *Attachment from infancy to adulthood. The major longitudinal studies*. (pp.13- 39).New York: Guilford Press.
- Caruso, I. (2005). *La separación de los amantes una fenomenología de la muerte*. Mexico: Siglo XXI editores.
- Código civil colombiano. (1997). Obtenido en Mayo 06, 2010 de <http://www.encolombia.com/derecho/CódigoCivilColombiano/CodCivilLibro1-T4.htm>
- Colin, V. (1996). *Human attachment*. Philadelphia: Temple University Press.
- Corcuff, P. (2005). Las nuevas sociologías. *Región y Sociedad*, 20, 41, 207-214.
- Creswell, J. (2005). *Research design Qualitative, Quantitative, and Mixed methods approaches*. California: SAGE Publications.
- Crowell, J. & Waters, E. (2006). Attachment representations, secure-base behavior, and the evolution of adult relationship. En K. E Grossman, K. Grossman & E. Waters (Eds), *Attachment from infancy to adulthood. The major longitudinal studies* (pp. 223-243). New York: Guilford Press.
- Crowell, J., Fraley, R. & Shaver, P. (2008). Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment. En J. Cassidy. & P. R Shaver. (Eds.), *Handbook of attachment research, and clinical applications* (pp. 599-627). New York: Guilford Press.
- Davis, D., Shaver, P., & Vernon, M. (2003). Physical, emotional, and behavioral reactions to breaking up: The roles of gender, age, emotional involvement, and attachment style. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 871- 884.

- De Castro, S. (1996). La clínica y su racionalidad. En: Pontificia Universidad Javeriana. Facultad de Psicología (Eds.) *Cuadernos de clínica*. (pp. 9-22) Bogotá: Javegraf.
- Feeney, J. (2008). Adult romantic attachment. Developments in the study of couple relationships. En J. Cassidy. & P. R Shaver. (Eds.), *Handbook of attachment research, and clinical applications* (pp. 456-481). New York: Guilford Press.
- Feeney, J & Noller, P. (2001). *Apego Adulto*. Bilbao: Desclée de Browser
- Fierro, M. (2001). *Semiología del psiquismo*. Colombia: Multiletras Editores
- Freud, S. (1978). *Obras completas*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Gray, C., Koopman, E. & Hunt, J. (1991). The emotional phases of marital separation: an empirical investigation. *Amer J. Orthopsychiat*, 61, 1, 138-143.
- Hazan, C., Gur-Yaish, N. & Campa, M. (2004). What does it mean to be attached? En W. S Rholes & J. A. Simpson. (Eds.), *Adult attachment theory research and clinical implications* (pp. 55-81). New York: Guilford publications, Inc.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1990). Love and work an attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 270-280.
- Hernandez, R., Fernandez, C. & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. Mexico, D. F: Mc Graw Hill.
- Horowitz, L., Rosenbearg, S. & Bartholomew, K. (1993). Interpersonal problems, attachment styles and outcome in brief dynamic psychotherapy. *Journal of consulting and clinical psychology*, 61, 549-560.
- Korsbaek, L. & Bautista, A. (2006). La Antropología y la Psicología. *Ciencia Ergo Sum*, 13, 001, 35-46.
- Mikulincer, M. & Shaver, P. (2007). *Attachment in adulthood. Structure dynamics and change*. New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M. & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. En J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 143- 163) New York: Guilford Press.
- Parkes, C. (1999). Attachment bonding and psychiatric problems after bereavement in adult life. En: C.M. Parkes, J. Stevenson, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 268-292). New York: Routledge.
- República de Colombia. Servicios Públicos Domiciliarios. (1994). Ley 142 de 1994. Bogotá: Editorial Unión Ltda. Obtenido en Mayo 06, 2010, de <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=2752>
- Sbarra, D & Ferrer, E. (2006). The structure and process of emotional experience following nonmarital relationship dissolution: dynamic factor analyses of love, anger, and sadness. *American Psychological association*, 6, 224-238.
- Shaver, P. & Fraley, R. (2008). Attachment, loss, and grief. Bowlby's views and current controversies. En J. Cassidy, & P. R Shaver. (Eds.), *Handbook of attachment research, and clinical applications* (pp. 48-77). New York: Guilford Press.
- Shaver, P. & Fraley, R. (2004). *Self-Report Measure of adult attachment*. Obtenido en Abril 05, 2010 de <http://www.psych.illinois.edu/~rcfraley/measures/measures.html>

- Shaver, P & Mikulincer, M. (2002). What do self-report attachment measures assess? En W. S Rholes & J. A Simpson. (Eds.), *Adult attachment theory research and clinical implications* (pp. 17-54). New York: Guilford publications, Inc.
- Strauss, A. & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín: Universidad de Antioquia
- Superintendencia de notariado y registro (2010). Obtenido en Mayo 06, 2010, de http://www.supernotariado.gov.co/supernotariado/index.php?option=com_content&view=article&id=5090%3Aestadisticas-2009&catid=288%3Aestadisticas&Itemid=309&lang=es
- Weiss, R. (1975). *Marital separation*. New York : Basic Books.
- Weiss, R. (1999). The attachment bond in childhood and adulthood. En C.M. Parkes, J. Stevenson & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 66-76). New York: Routledge.
- Wolfberg, E. (2009). *Apego y neurobiología de los vínculos afectivos*. Recuperado el 26 de febrero de 2011 de: <http://www.apsa.org.ar/docs/apago2009.pdf>
- Worden, W. (1997). *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: Paidós.
- Zamudio, L. & Rubiano, N. (1991). *Las separaciones conyugales en Colombia*. Bogotá: Universidad Externado de Colombia
- Zeifman, D. & Hazan, C. (2008). Pair bonds as attachments. Reevaluating the evidence. En J. Cassidy. & P. R Shaver. (Eds.), *Handbook of attachment research, and clinical applications* (pp. 436-455). New York: Guilford Press.

Anexos

Anexo 1: Consentimiento informado

Edad: _____ Género: _____ Número de codificación: _____

Instrumento: Cuestionario de Relaciones Interpersonales (ECR-S)**DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Doy mi consentimiento informado para participar en este estudio sobre *Relación entre el estilo vincular adulto y la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal*. Consiento la publicación de los resultados del estudio siempre que la información sea anónima y disfrazada de modo que no pueda llevarse a cabo identificación alguna. Entiendo que aunque se guardará un registro de mi participación en el estudio investigativo, todos los datos recogidos a partir de mi participación en la investigación, sólo estarán identificados por un número.

1. He sido informado de que mi participación en este estudio no implica ningún riesgo o molestia conocidos o esperados.
2. He sido informado de que no hay procedimientos “engañosos” en este experimento. Todos los procedimientos son lo que parecen.
3. He sido informado de que el investigador responderá gustosamente a cualquier pregunta respecto a los procedimientos de este estudio cuando haya acabado la sesión.
4. He sido informado de que soy libre de retirarme del estudio en cualquier momento sin penalización de ningún tipo.

Las dudas sobre cualquier aspecto de este estudio pueden dirigirse a la Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Javeriana Tel. 3208320.

 Experimentador

 Participante

Fecha: _____

Consentimiento informado

Edad: _____ Género: _____ Número de codificación: ____

Instrumento: Entrevista Caracterización Duelo por Separación Conyugal

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Doy mi consentimiento informado para participar en este estudio sobre *Relación entre el estilo vincular adulto y la caracterización del proceso de duelo por separación conyugal*. Consiento la publicación de los resultados del estudio siempre que la información sea anónima y disfrazada de modo que no pueda llevarse a cabo identificación alguna. Entiendo que aunque se guardará un registro de mi participación en el estudio investigativo, todos los datos recogidos a partir de mi participación en la investigación, sólo estarán identificados por un número.

1. He sido informado de que mi participación en este estudio no implica ningún riesgo o molestia conocidos o esperados.
2. He sido informado de que no hay procedimientos “engañosos” en este experimento. Todos los procedimientos son lo que parecen.
3. He sido informado de que el investigador responderá gustosamente a cualquier pregunta respecto a los procedimientos de este estudio cuando haya acabado la sesión.
4. He sido informado de que soy libre de retirarme del estudio en cualquier momento sin penalización de ningún tipo.

Las dudas sobre cualquier aspecto de este estudio pueden dirigirse a la Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Javeriana Tel. 3208320.

Experimentador

Participante

Fecha: _____

Anexo 2

**Cuestionario de Relaciones Interpersonales (ECR-S)
(Alonso-Arbiol, Balluerka & Shaver, 2007)**

Las siguientes frases se refieren a cómo se siente usted en las relaciones de pareja. Nos interesa cómo vive usted las relaciones de pareja en general, no cómo se está sintiendo en una actual relación. Responda a cada frase indicando en qué grado está de acuerdo o en desacuerdo con cada una de ellas rodeando cada número escogido entre los que encontrará debajo de cada frase.

Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Ni desacuerdo /ni acuerdo	Un poco de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5	6	7

1. Prefiero no mostrar a mi pareja cómo me siento por dentro.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

2. Me preocupa que me abandonen.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

3. Me siento muy cómodo/a teniendo un alto grado de intimidad con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

4. Me preocupo mucho por mis relaciones.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

5. Cuando mi pareja comienza a establecer mayor intimidad conmigo, me doy cuenta que me suelo cerrar.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

6. Me preocupa que mi pareja no se interese por mí tanto como me intereso yo por ella.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

7. Me siento violento/a cuando mi pareja quiere demasiada intimidad afectiva.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

8. Me preocupa bastante el hecho de perder a mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

9. No me siento cómodo/a abriéndome a mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

10. A menudo deseo que los sentimientos de mi pareja hacia mí fueran tan fuertes como mis sentimientos hacia él/ella.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

11. Quiero acercarme afectivamente a mi pareja, pero a la vez marco las distancias con él/ella.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

12. A menudo quiero fusionarme completamente con mi pareja, pero me doy cuenta que esto a veces le asusta.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

13. Me pongo nervioso/a cuando mi pareja consigue demasiada intimidad afectiva conmigo.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

14. Me preocupa estar sólo/a.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

15. Me siento a gusto compartiendo mis sentimientos y pensamientos íntimos con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

16. A veces mi deseo de excesiva intimidad asusta a la gente.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

17. Intento evitar establecer un grado de intimidad muy elevado con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

18. Necesito que mi pareja me confirme constantemente que me ama.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

19. Encuentro relativamente fácil establecer intimidad afectiva con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

20. A veces siento que presiono a mi pareja para que muestre más sentimientos, más compromiso.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

21. Encuentro difícil permitirme depender de mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

22. No me preocupa a menudo la idea de ser abandonado/a.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

23. Prefiero no tener demasiada intimidad afectiva con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

24. Si no puedo hacer que mi pareja muestre interés por mí, me disgusto o me enfado.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

25. Se lo cuento todo a mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

26. Creo que mi pareja no quiere tener tanta intimidad afectiva conmigo como a mí me gustaría.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

27. Normalmente discuto mis problemas y preocupaciones con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

28. Cuando no tengo una relación, me siento un poco ansioso/a e inseguro/a.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

29. Me siento bien dependiendo de mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

30. Me siento frustrado/a cuando mi pareja no me hace tanto caso como a mí me gustaría.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

31. No me importa pedirle a mi pareja consuelo, consejo, o ayuda.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

32. Me siento frustrado/a si mi pareja no está disponible cuando la necesito.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

33. Ayuda mucho recurrir a la pareja en épocas de crisis.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

34. Cuando mi pareja me critica, me siento muy mal.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

35. Recorro a mi pareja para muchas cosas, entre otras, consuelo y tranquilidad.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

36. Me tomo a mal que mi pareja pase tiempo lejos de mí.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

*Anexo 3***Experiences in Close Relationships (ECR)**

1. I prefer not to show a partner how I feel deep down.
2. I worry about being abandoned.
3. I am very comfortable being close to romantic partners.
4. I worry a lot about my relationships.
5. Just when my partner starts to get close to me I find myself pulling away.
6. I worry that romantic partners won't care about me as much as I care about them.
7. I get uncomfortable when a romantic partner wants to be very close.
8. I worry a fair amount about losing my partner.
9. I don't feel comfortable opening up to romantic partners.
10. I often wish that my partner's feelings for me were as strong as my feelings for him/her.
11. I want to get close to my partner, but I keep pulling back.
12. I often want to merge completely with romantic partners, and this sometimes scares them away.
13. I am nervous when partners get too close to me.
14. I worry about being alone.
15. I feel comfortable sharing my private thoughts and feelings with my partner.
16. My desire to be very close sometimes scares people away.
17. I try to avoid getting too close to my partner.
18. I need a lot of reassurance that I am loved by my partner.
19. I find it relatively easy to get close to my partner.
20. Sometimes I feel that I force my partners to show more feeling, more commitment.
21. I find it difficult to allow myself to depend on romantic partners.
22. I do not often worry about being abandoned.
23. I prefer not to be too close to romantic partners.
24. If I can't get my partner to show interest in me, I get upset or angry.
25. I tell my partner just about everything.
26. I find that my partner(s) don't want to get as close as I would like.
27. I usually discuss my problems and concerns with my partner.

28. When I'm not involved in a relationship, I feel somewhat anxious and insecure.
29. I feel comfortable depending on romantic partners.
30. I get frustrated when my partner is not around as much as I would like.
31. I don't mind asking romantic partners for comfort, advice, or help.
32. I get frustrated if romantic partners are not available when I need them.
33. It helps to turn to my romantic partner in times of need.
34. When romantic partners disapprove of me, I feel really bad about myself.
35. I turn to my partner for many things, including comfort and reassurance.
36. I resent it when my partner spends time away from me.

Anexo 4

Cuestionario de Relaciones Interpersonales (ECR-S adecuado al contexto colombiano)
Participante No. _____

Las siguientes frases se refieren a cómo se siente usted en las relaciones de pareja. Nos interesa cómo vive usted las relaciones de pareja en general, no cómo se está sintiendo en una actual relación. Responda a cada frase indicando en qué grado está de acuerdo o en desacuerdo con cada una de ellas rodeando cada número escogido entre los que encontrará debajo de cada frase.

Totalment e en desacuerd o	Bastante en desacuerd o	Un poco en desacuerd o	Ni desacuerd o/ni acuerdo	Un poco de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalment e de acuerdo
1	2	3	4	5	6	7

1. Prefiero no mostrar a mi pareja cómo me siento por dentro.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

2. Me preocupa que me abandonen.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

3. Me siento muy cómodo/a teniendo un alto grado de intimidad afectiva con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

4. Me preocupo mucho por mis relaciones.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

5. Cuando mi pareja comienza a establecer mayor intimidad afectiva conmigo, me doy cuenta que me distancio afectivamente.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

6. Me preocupa que mi pareja no se interese por mí tanto como me intereso yo por ella.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

7. Me siento incomodo/a cuando mi pareja quiere demasiada intimidad afectiva.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

8. Me preocupa bastante el hecho de perder a mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

9. No me siento cómodo/a compartiendo mi intimidad afectiva con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

10. A menudo deseo que los sentimientos de mi pareja hacia mí fueran tan fuertes como mis sentimientos hacia él/ella.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

11. Quiero acercarme afectivamente a mi pareja, pero a la vez marco las distancias con él/ella.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

12. A menudo quiero fusionarme completamente con mi pareja, pero me doy cuenta que esto a veces le asusta.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

13. Me pongo nervioso/a cuando mi pareja consigue demasiada intimidad afectiva conmigo.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

14. Me preocupa estar sólo/a.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

15. Me siento a gusto compartiendo mis sentimientos y pensamientos íntimos con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

16. A veces mi deseo de excesiva intimidad afectiva asusta a la gente.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

17. Intento evitar establecer un grado de intimidad afectiva muy elevado con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

18. Necesito que mi pareja me confirme constantemente que me ama.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

19. Encuentro relativamente fácil establecer intimidad afectiva con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

20. A veces siento que presiono a mi pareja para que muestre más sentimientos, más compromiso.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

21. Encuentro difícil permitirme depender de mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

22. No me preocupa a menudo la idea de ser abandonado/a.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

23. Prefiero no tener demasiada intimidad afectiva con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

24. Si no puedo hacer que mi pareja muestre interés por mí, me disgusto o me enfado.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

25. Se lo cuento todo a mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

26. Creo que mi pareja no quiere tener tanta intimidad afectiva conmigo como a mí me gustaría.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

27. Normalmente discuto mis problemas y preocupaciones con mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

28. Cuando no tengo una relación, me siento un poco ansioso/a e inseguro/a.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

29. Me siento bien dependiendo de mi pareja.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

30. Me siento frustrado/a cuando mi pareja no está pendiente de mi como a mí me gustaría.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

31. No me importa pedirle a mi pareja que me consuele, me aconseje o me ayude.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

32. Me siento frustrado/a si mi pareja no está disponible cuando la necesito.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

33. Me ayuda mucho recurrir a mi pareja en épocas de crisis.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

34. Cuando mi pareja me critica, me siento muy mal.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

35. Recorro a mi pareja para muchas cosas, entre otras, para que me consuele y me tranquilice.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

36. Me siento mal cuando mi pareja pasa tiempo lejos de mí.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Anexo 5

Entrevista Caracterización Duelo por Separación Conyugal

Antecedentes del duelo por separación conyugal

1. ¿Cuánto tiempo duró la relación de noviazgo con quien ahora es su ex esposo(a)?
2. ¿Cuánto tiempo duró el matrimonio?
3. ¿Cómo describiría su relación de pareja durante el matrimonio?
4. ¿Quién tomo la decisión final de separarse?
5. ¿Cuál considera que fue el motivo de la separación?

Fase de embotamiento

6. ¿Qué sentimientos experimentó inmediatamente después de la decisión o noticia de separarse de su esposo(a)?
7. ¿Qué pensamientos tuvo inmediatamente después de la decisión o noticia de la separación conyugal?
8. El día en que se decidió que habría una separación conyugal, ¿experimento emociones diferentes a lo largo del día?
9. ¿Era usted consciente de lo que ocurría o por el contrario en ese momento se negaba a aceptar la realidad de los hechos?
10. ¿Cómo actuó y qué hizo inmediatamente después de la decisión o noticia de la separación conyugal?
11. ¿Qué hizo inmediatamente después de que su pareja o usted se fue de la casa con sus pertenencias?

Fase de anhelo y búsqueda de la figura perdida – Cólera

12. ¿Los días posteriores a la separación qué sentimientos experimentó? ¿En algún momento sintió rabia, cuáles eran las razones, y contra quien?
13. ¿En los días posteriores a la separación conyugal, afirmarías usted que tenía conciencia plena de que lo ocurrido era real y definitivo?
14. ¿Qué sentimientos y pensamientos experimentó cuando alguien intentaba consolarla(o)?
15. ¿Se realizaba autorreproches relacionados con la separación conyugal? ¿Cómo eran estos autorreproches?

16. ¿Qué tipo de expectativas tenía en relación con su expareja pocos días después de la separación?
17. ¿Qué tan fuerte era el dolor y la tristeza que experimentó los días posteriores a la separación conyugal?
18. ¿En los momentos de tristeza, hacia reclamaciones y preguntas a su ex pareja, como si ésta estuviera presente?
19. ¿En los días posteriores a la separación conyugal tuvo pensamientos repetitivos relacionados con su ex pareja?
20. ¿En los días posteriores a la separación deseó ansiosamente el regreso de su ex pareja?
21. ¿Hizo algo por recuperar a su pareja, qué?
22. ¿Prestaba mayor atención a cualquier estímulo que se relacionara con su ex pareja? Canciones, lugares, aromas? ¿Intencionalmente visita o evita lugares que solía frecuentar con su ex pareja?
23. ¿Se deshizo usted de los objetos que le recordaban de su ex pareja?
24. ¿Recuerda haber presentado comportamientos agresivos, qué tipo de comportamientos y contra quién?
25. ¿Los días posteriores a la separación experimentó alteraciones en sus patrones de sueño?
26. ¿Mantiene algún tipo de relación con su ex esposo(a)? ¿Cómo la(o) hace sentir esta relación?

Fase de desorganización

27. ¿Alrededor de cuánto tiempo transcurrió antes de que usted lograra reconocer que la separación era definitiva?
28. Una vez logró reconocer que la separación era definitiva ¿Qué cambios pensó que debía tener su vida?
29. ¿Vio usted la necesidad de asistir a un acompañamiento psicológico o psiquiátrico? ¿Durante cuánto tiempo?
30. ¿Perdió el gusto por las actividades que antes realizaba?
31. ¿Deseó en algún momento estar muerto (a)? ¿Aún lo desea?
32. ¿Experimentó pérdida o aumento de peso?

Fase de reorganización

33. Una vez comprendió que la separación era definitiva ¿Qué actitudes y comportamientos asumió frente a la situación? ¿Qué hizo? ¿Cómo se sintió frente a lo que hacía?
34. ¿Ha asumido nuevos roles? ¿Cuáles?
35. ¿Ha aprendido nuevas habilidades? ¿Cuáles?
36. ¿En la actualidad, cómo se siente con su vida de separado (a)?
37. ¿Puede usted mirar hacia atrás y pensar en lo que significó la relación con su ex esposo(a)?
38. ¿Puede identificar las cosas que aprendió de esta experiencia, para actuar consecuente con estos aprendizajes en el futuro?
39. ¿Actualmente, qué sentimientos le genera pensar en su ex pareja?
40. ¿Actualmente qué siente por su pareja?