



# **UNIVERSIDAD ALBERTO HURTADO**

Facultad de Psicología  
Magíster en Acompañamiento Psicoespiritual

**La resignificación en el acompañamiento psicoespiritual,  
como un proceso que genera resiliencia en una mujer  
que ha sufrido violencia.**

Tesina para optar al grado de Magíster en Acompañamiento Psicoespiritual

Por:

**P. LUIS EUGENIO RAMÍREZ ZAVALA. M.Sp.S.**

**Profesor guía de tesis: P. Marcelo Antonio Lamas Morales. CSV.**

**Santiago, Chile  
2012**

**La resignificación en el acompañamiento psicoespiritual,  
como un proceso que genera resiliencia en una mujer  
que ha sufrido violencia.**

INDICE	
INTRODUCCIÓN .....	VII
I. Tema.....	VII
II. Problema.....	VIII
2.1. Propuesta de la tesis .....	X
2.2. Justificación metodológica .....	XI
2.3. Destinatarios de la investigación.....	XII
2.4. Pregunta de la investigación .....	XII
2.5. Hipótesis de intervención .....	XII
III. Objetivos .....	XII
3.1. General.....	XII
3.2. Objetivos específicos .....	XIII
IV. Variables.....	XIII
V. Paradigma epistemológico .....	XIII

## CAPITULO PRIMERO

MARCO REFERENCIAL.....	1
1. La violencia.....	1
1.1. ¿Qué es la violencia? .....	1
1.2. Teorías explicativas de la conducta agresiva y violencia .....	3
1.3. Tipos de maltrato .....	4
a) Maltrato físico.....	5
b) Maltrato psíquico o emocional .....	5
c) Abandono o negligencia .....	5
d) Abuso sexual.....	5
1.4. Efecto traumático del maltrato .....	5
1.5. Consecuencias del maltrato en la persona .....	7
a) Ansiedad, angustia y depresión.....	7
b) Trastorno de la identidad.....	8
c) Trastornos de la autoestima .....	8
d) Mecanismos de adaptación de la violencia .....	9
A modo de conclusión.....	10

2. El fenómeno de la resiliencia .....	11
2.1. ¿Qué es la resiliencia? .....	11
2.1.1. Diagnosticar los problemas y los recursos .....	13
2.1.2. Considerar su entorno .....	14
2.1.3. Reflexionar en términos de elección y no de determinismo .....	15
2.2. La experiencia traumática .....	16
2.2.1. El significado del trauma .....	17
2.2.2. El apoyo postraumático .....	18
2.3. La resignificación .....	20
2.3.1. La historización.....	21
2.3.2. Reparar .....	21
2.4. Algunas de las transformaciones que son propias de las personas resilientes .....	23
A modo de conclusión.....	26
3. Una propuesta espiritual que resignifica la vida .....	28
3.1. ¿Qué entendemos por espiritualidad cristiana? .....	28
3.1.1. Espiritualidad cristiana y crecimiento personal .....	31
3.1.2. El lugar de la contradicción en la vida espiritual .....	32
3.2. El proceso espiritual y la resignificación.....	33
3.2.1. Un éxodo nocturno .....	34
3.2.2. Frutos de la Noche .....	36
3.2.3. El sufrimiento como noche oscura.....	37
a) La profusión de Dios. ....	37
b) La oscuridad: el sufrimiento inexplicable. ....	37
c) Una respuesta positiva de fe y conformidad.....	38
A modo de conclusión.....	39
4. El acompañamiento psicoespiritual como proceso de resignificación de una experiencia traumática .....	41

4.1. ¿Que es el acompañamiento? .....	41
4.2. Elementos terapéuticos en el acompañamiento psicoespiritual .....	42
a) Aceptación de la persona .....	42
b) Estructura.....	43
c) Empatía.....	44
d) Apoyo.....	44
4.3. La resignificación en el contexto del acompañamiento .....	45
a) Familiarizarse con los procesos de duelo (Vs. evitar situaciones de vulnerabilidad y dolor intenso) .....	46
b) Aceptar la herida o cicatriz (Vs. usar frases hechas que buscan minimizar el sufrimiento).....	46
c) Saberse acompañado por Alguien en el silencio (Vs. sugerir o imponer soluciones prematuras) .....	47
d) Dar oportunidad de narrar la historia (Vs. evitar recuerdos y situaciones pasadas).....	48
e) Acompañar opciones que ayudan a elaborar y salir adelante (Vs. rigidizarse en costumbres, libretos emocionales y en el “deber ser”).....	48
f) Tomar todo el hilo de esperanza como un gancho o estímulo para mirar hacia delante (Vs. poner esperanzas irreales).....	49
A modo de conclusión.....	50
<b>CAPITULO SEGUNDO</b>	
MARCO METODOLÓGICO .....	51
1. Metodología .....	51
2. Trabajo de campo .....	51
2.1. Definición de la investigación.....	51
2.2. Selección y recopilación de los datos .....	53
2.3. Técnica de análisis .....	54
2.4. Sistematización o codificación de los datos .....	54
III. ANÁLISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS .....	54

IV. PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS .....	55
1. La experiencia de la violencia .....	55
2. Elementos resilientes en la persona.....	57
3. Consecuencias de la violencia: el trauma .....	58
4. Proceso de resignificación .....	61
5. Espiritualidad y crecimiento personal .....	65
6. El proceso espiritual y la resignificación .....	66
7. Elementos de la resiliencia en el acompañamiento.....	67
8. Acompañamiento de procesos de resignificación.....	68
a) Familiarizarse con la adversidad .....	68
b) Aceptar la herida o cicatriz .....	69
c) Escuchar y prestar atención a sus necesidades: saberse acompañado por Alguien en el silencio .....	70
d) Dar oportunidad de narrar la historia .....	71
e) Acompañar opciones que ayudan a elaborar y salir adelante .....	71
f) Tomar todo hilo de esperanza como un gancho o estímulo para mirar hacia delante .....	72
 CONCLUSIONES .....	 74
BIBLIOGRAFÍA.....	79

# INTRODUCCIÓN

## I. Tema

En el transcurso de la vida, la persona se va encontrando con acontecimientos importantes que van marcando su existencia. Parte de estas experiencias se inscriben en el proceso de crecimiento enriqueciendo y consolidando el sentido de su vida. Otros acontecimientos, en cambio, se tornan traumáticos y dolorosos y dificultan el modo de relacionarse consigo misma, con los demás y con Dios.

A este respecto, la psicología positiva (Giordani, 1985) considera que la persona tienen la posibilidad de buscar el sentido de lo vivido, es decir, resignificar las experiencias adversas, como son: la enfermedad, la pérdida de un ser querido o sufrir la consecuencias de una catástrofe natural.

Considerando que la persona es un ser abierto a la trascendencia y en constante transformación y no un ser determinado por sus circunstancias, la resignificación es el proceso de crecimiento que permite a la persona transformar el sentido de lo que le ha sido adverso.

La resignificación, como un elemento propio de la propuesta resiliente, considera que es importante lo acontecido, pero lo es todavía más el significado o sentido (Cyrulnik B., 2007, pág. 17) que la persona (y la sociedad) da a la experiencia. Es a partir de esto que la persona se puede ver fortalecida en sí misma, en su manera de relacionarse con los demás y en las opciones que asumirá para su propio caminar.

Entre los elementos que fortalecen y que son propios de la resiliencia encontramos la espiritualidad, entendida ésta no como una doctrina o ideología que sólo proporciona seguridad, sino como una dimensión de la persona que le permite asumir y profundizar en su existencia, trascenderse en el encuentro consigo misma, con los otros y con el Otro (Vanistendael S., Resiliencia y espiritualidad, 2003, pág. 42), resignificando lo que ha vivido y encontrando el fundamento de su existencia en la experiencia de un amor mayor (Vanistendael S., Resiliencia y espiritualidad, 2003, pág. 34).

Considerando todo lo anterior, el acompañamiento psicoespiritual puede ser un contexto oportuno para abordar la resignificación de la experiencia de adversidad por la violencia que ha sufrido una mujer.

## II. Problema

En la última década se ha desarrollado considerablemente la noción de resiliencia definida clásicamente como *“la capacidad humana de enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad”* (Grotberg, 2001, pág. 35). La idea de transformación hace que esta condición no constituya solamente la mejoría de los recursos de afrontamiento de las situaciones adversas. En realidad, este constructo plantea la evolución de la vulnerabilidad en donde un hecho traumático puede activar potenciales subjetivos transformadores que implican respuestas novedosas.

La investigación realizada por Emmy Werner y Ruth Smith (Werner, 1992) dio origen a nuevas teorías basadas en dos corrientes de investigadores con interpretaciones diferentes de lo observado en las poblaciones:

La primera, de origen genetista e individualista, considera que son las características de la persona las que le permiten sobreponerse a la adversidad. Este planteamiento tiene como sustrato básicamente las características congénitas del individuo. Su eje del estudio identifica cuáles son las características de la persona que permiten superar la adversidad.

La segunda está basada en el vínculo, en la interacción, en la socialización, como componentes ineludibles del desarrollo humano. Considera a la resiliencia como un proceso a desarrollar, debe contar con los elementos relacionales que rodean y afectan al individuo: la familia, las instituciones, la comunidad, la cultura.

De este modo, existe una diversidad de modelos en los que se enfatizan y combinan elementos que se consideran indispensables para el fortalecimiento de la persona, por ejemplo:



Grotberg, en su propuesta de modelo triádico (Melillo, Suarez, & Rodríguez, 2004, pág. 28), considera que la resiliencia es más un estar que un ser y que ésta se genera al conjugar tres factores: ambiente facilitador (yo tengo), fortaleza interna (yo soy) y habilidades (yo puedo). La posesión de estas verbalizaciones se considera una fuente generadora de resiliencia.

Por su parte, Bonfenbrener (Melillo, Suarez, & Rodríguez, 2004, pág. 31) considera que los ambientes naturales son la principal fuente de influencia de la conducta humana, de tal modo que el ambiente y el individuo actúan en una ecológica relación recíproca.

Para Vanistandael es importante considerar la resiliencia como un proceso en construcción y su relación complementaria con elementos que permite que ésta sea progresiva. En su propuesta considera que lo fundamental y el punto de partida es la resolución de necesidades básicas como son la comida, la salud, etc. El proceso alcanza su máximo desarrollo cuando la persona tiene la capacidad de creer que la vida no se detiene en el sufrimiento y se abre a algo mejor (Vanistandael S., 2002, págs. 175-176).

De este modo, los esfuerzos en el estudio de la resiliencia se han orientado en dilucidar los elementos que contribuyen al fortalecimiento de la persona, ya sea que estos se ubiquen como capacidades de la persona o como recursos de su contexto, y cómo es que estos se interrelacionan.

Sin embargo, es posible que no se haya hecho suficiente énfasis en el proceso interno de resignificación que es indispensable para enfrentar y transformar la adversidad.

Este proceso interno de resignificación (Cyrulnik B., 2003) se fundamenta en el hecho de que la persona concede una interpretación interna a toda experiencia; en este caso a la adversidad. En el contexto de lo vivido la persona busca explicarse y comprender, darle un sentido a lo ocurrido. Busca darle coherencia a una experiencia caótica.

La resignificación es el proceso en el que se juega la posibilidad de que una experiencia dolorosa fortalezca a la persona, desarrollando no sólo una nueva forma de comprenderse a sí misma y su contexto, sino también la

posibilidad de emprender un proceso reparatorio que le permita crecer desde lo que ha sufrido. Este proceso implica que la persona tenga la oportunidad de verbalizar lo vivido y a partir de ello modifique la interpretación que le había dado.

Esta dinámica interna de resignificación puede inscribirse en la dimensión espiritual de la persona desde donde se ve impulsada a trascenderse en la apropiación de su persona, en el encuentro con los otros y con el Otro (Garrido, 1996, pág. 135). Dicho de otro modo, la resignificación es parte del proceso espiritual, en el que la persona no sólo encuentra la posibilidad de encontrar el sentido profundo de su existencia, sino el fundamento de la misma; la experiencia de un amor mayor. Este trabajo estará iluminado desde el aporte de San Juan de la Cruz.

Es la resignificación el punto equidistante que permite dilucidar, desde la resiliencia y desde la espiritualidad cristiana, los elementos de un acompañamiento psicoespiritual que, asumiendo la experiencia de vulnerabilidad, posibilite en la persona el crecimiento interno y el fortalecimiento de saberse acogida y amada por Alguien más.

## **2.1. Propuesta de la tesis**

Para Cyrulik (2007) un elemento propio del proceso de la resiliencia es la resignificación, donde la persona no sólo experimenta lo que le acontece, sino que le da un sentido:

*“Todas las penas son soportables si las transformamos en relato. (...) Contar el propio desastre es hacerlo existir en la mente de otro y darse así la ilusión de ser comprendido, aceptado a pesar de la herida. Es también convertir la pena en una confidencia que adquiere valor de relación. (...) Hay que interpretar el pasado a la luz del presente, para darle un sentido a los acontecimientos que han tenido lugar” (pág.111).*

Es por ello que esta tesis no pretende realizar un estudio exhaustivo de la resiliencia, sino que se propone constatar, desde un caso de acompañamiento psicoespiritual realizado durante un año:

- a) ¿Cuáles son las consecuencias de la violencia que vulneran a la mujer?
- b) ¿Cuáles son, los elementos de resiliencia en la mujer que ha resignificado su experiencia de violencia?
- c) ¿Cuáles son los rasgos en el acompañamiento psicoespiritual que promueven la resignificación como proceso resiliente en una mujer que ha sufrido violencia?

En conclusión, lo que pretendemos - a partir de la preguntas planteadas con anterioridad - es constatar si la resignificación, en el contexto del acompañamiento, es un factor de resiliencia para una mujer que ha sufrido violencia.

## **2.2. Justificación metodológica**

Para constatar y analizar los elementos de resiliencia que se desprenden del proceso de resignificación, en el contexto de acompañamiento psicoespiritual, de la experiencia de violencia que ha sufrido una mujer, utilizaremos la entrevista en profundidad, sin descartar dos o tres visitas domiciliarias<sup>1</sup>. Los registros posteriores a cada sesión y a dichas visitas nos servirán de análisis del proceso.

En este proceso queremos identificar las consecuencias que dejó en esta mujer la experiencia de la violencia que ha sufrido desde la niñez.

Posteriormente, los encuentros de acompañamiento y las visitas domiciliarias<sup>2</sup> nos permitirán dar cuenta del proceso de resignificación de su experiencia adversa, donde la acompañada tendrá la posibilidad de dar un sentido diferente a la experiencia de violencia que ha marcado su existencia.

---

<sup>1</sup> Dado que la acompañada es portadora del VIH/SIDA, se le visitará a su domicilio en caso de recaída en su salud.

<sup>2</sup> Después de cada encuentro se tomará registro de lo acontecido.

Por último, queremos tomar registro del proceso de cambio y fortalecimiento que trae consigo la resignificación.

### **2.3. Destinatarios de la investigación**

Esta tesis está dirigida a los acompañantes psicoespirituales: sacerdotes, religiosas, agentes pastorales, y en definitiva a todos los hombres y mujeres que acompañan a personas que han sufrido violencia.

Es un aporte que intenta dar luces del proceso de resignificación, en el contexto del acompañamiento espiritual, como un factor resiliente para las personas que han sufrido violencia.

### **2.4. Pregunta de la investigación**

¿Cómo la resignificación en el contexto del acompañamiento genera resiliencia en una mujer que ha sufrido violencia?

### **2.5. Hipótesis de intervención**

Este trabajo cualitativo pretende observar cómo el proceso de resignificación, desde los encuentros de acompañamiento psicoespiritual, genera resiliencia en la mujer que ha sufrido violencia, modificando el sentido de su vida. Dicha hipótesis se irá objetivando a partir de lo compartido en los encuentros de acompañamiento y del registro que se obtenga de los mismos.

## **III. Objetivos**

### **3.1. General**

Constatar cómo la resignificación, en el contexto de un acompañamiento psicoespiritual, genera resiliencia en la mujer que ha sufrido violencia.

### **3.2. Objetivos específicos**

- Detectar las consecuencias de la violencia que vulneran a la mujer.
- Identificar las características de resiliencia en la mujer que ha resignificado su experiencia de violencia.
- Constatar los elementos del acompañamiento psicoespiritual que promueven la resignificación como proceso resiliente.

### **IV. Variables**

#### **Variable Independiente:**

- ✓ El contexto de acompañamiento (18 sesiones).
- ✓ La verbalización de su experiencia traumática.

#### **Variable Dependiente:**

- ✓ Reformulación del sentido de la experiencia traumática.
- ✓ Características resilientes en la persona.

### **V. Paradigma epistemológico**

En términos generales se afirma que el ser humano es un intérprete de la realidad que vive y construye a cada instante. Científicamente, a la labor interpretativa se le ha asignado el nombre de hermenéutica.

De este modo, hermenéutica se constituye en el proceso de reconstrucción psicológica, donde el lector o el intérprete de un texto, bien sea escrito o como realidad social, busca descifrar la intención original del autor o autores sociales involucrados. El hermeneuta asume una actitud empática con respecto a la pretensión inicial del autor, pues el texto es la expresión de los sentimientos, pensamientos y comportamientos de quien lo realiza.

De esta forma, se comprende que la hermenéutica implica, como enfoque de investigación, una labor a través de la cual el investigador busca comprender e interpretar un fenómeno o realidad en un contexto concreto. Dilthey (1900), en su ensayo Origen de la hermenéutica, sostiene que no sólo los textos escritos, sino toda la expresión de la vida humana es objeto natural de la interpretación hermenéutica (Martinez, 1989, pág. 267). El contexto de trabajo hermenéutico lo entiende Hans-Georg Gadamer, citado por Carlos Sandoval (1997, pág. 60), como un Encuentro Hermenéutico, el cual “posibilita el diálogo entre un horizonte de entendimiento y el mundo vital”.

Es desde este paradigma hermenéutico que abordamos el proceso de resignificación, en el contexto de acompañamiento psicoespiritual, de la experiencia de violencia que ha sufrido una mujer una mujer.

Para la presente investigación, nos acercamos a la propuesta de Jorge Barudy (1999) para abordar el tema del maltrato y sus consecuencias en la persona. Para profundizar en el proceso de resignificación nos apoyaremos en la propuesta de Boris Cyrulnik (2006). Posteriormente, para trabajar el tema de la espiritualidad recurriremos a Javier Garrido (1996), Juan Alfaro (1985), y a Eulogio Pacho (1985). Finalmente, para abordar el tema del acompañamiento recurriremos principalmente a Giordani (1985) y a Eugenio Valenzuela (2006), entre otros. Cada de estos autores nos permitirán profundizar los objetivos y la pregunta de la investigación que nos hemos planteado anteriormente. No pretendemos crear nada nuevo, sino confirmar y constatar con estas teorías algunas líneas de acción que vamos a desarrollar en el marco teórico, metodológico y que las retomaremos en los siguientes ítems:

#### **a) Violencia**

Para Barudy (1999) el ser humano tiene la capacidad de dar un sentido a la realidad mediante el significado que concede a su experiencia. La capacidad de representarse y simbolizar su experiencia por medio de la

palabra, le permite tener una conciencia de sí mismo, de los demás y de su entorno, al mismo tiempo que construye las explicaciones que dan sentido y coherencia a su vivencia.

La violencia, y de manera especial el maltrato infantil, afecta la manera cómo la persona se entiende a sí misma y la comprensión que tiene de su entorno. Entre las consecuencias que afectan la forma de entenderse a sí misma están: una imagen negativa de sí misma, sentimientos de culpa, etc.

### **b) Resignificar**

La persona que ha sufrido un hecho traumático como es la violencia tiende a escindir la parte afectada, como un esfuerzo para dejar atrás un acontecimiento que le genera dolor e incertidumbre. Sin embargo, dicha experiencia se sigue manteniendo como algo irracional que mantiene vigente las consecuencias en quien lo ha vivido.

A este respecto Cyrulnik considera que la resignificación, como parte de la resiliencia, se lleva a cabo cuando la persona logra narrar o representar su herida y logra hacer algo con ella. Mediante la narración íntima la persona integra la experiencia adversa y reanuda el desarrollo (Delgado, 2002, pág. 49). Este proceso interno de resignificación (Vanistendael S., 1996 y Cyrulnik B., 2003) se fundamenta en el hecho de que la persona concede una interpretación interna a toda experiencia, en este caso a la adversidad. En el contexto de lo vivido, la persona busca explicarse y comprender, darle un sentido a lo ocurrido. Busca darle coherencia a una experiencia caótica.

La resignificación de lo vivido o, dicho de otra manera, la búsqueda de sentido de una experiencia adversa, se convierte en algo que libera a la persona y la fortalece, posibilitándole una mayor estabilidad, creatividad y amplitud de horizontes.

### **c) Acompañamiento psicoespiritual en el proceso de resignificación**

Desde Garrido (1997) se puede afirmar que vivir no es ante todo sumar años, sino experimentar la existencia como proyecto y como

esperanza, y por lo tanto, como sentido que se entreteje a partir de las propias decisiones (pag.38).

Para ello, la espiritualidad cristiana y el acompañamiento se inscriben en este proceso de resignificación al considerar que la persona se encuentra existencialmente en la búsqueda de sentido (Rivas, 2007, pág. 147), abierta a la trascendencia, no sólo como capacidad de ir más allá de sí misma, sino como capacidad de acogida de otros, del Otro. El propio camino espiritual se constituye como un proceso interno de resignificación de la existencia, desde un Amor mayor que no se limita a proporcionar sentido, sino también a dar fundamento a la persona.



# **CAPITULO PRIMERO**

## **MARCO REFERENCIAL**

### **1. La violencia**

Cuando se hace referencia a la violencia, se está hablando de una realidad que es tan actual como compleja. Cuando ésta es vivida en las primeras etapas de la vida en forma de maltrato, se convierte en una experiencia significativa que marca la existencia de la persona que la padece.

Esta primera parte de nuestra investigación la dedicaremos a clarificar, sin ser exhaustivos, qué es el maltrato y cuáles son algunas de las consecuencias que trae a la persona que la ha padecido.

#### **1.1. ¿Qué es la violencia?**

Por violencia se entiende el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, que cause o tenga posibilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones.

Por maltrato se entiende el sufrimiento que se causa a un menor, de manera ocasional o habitual. Los actos de violencia pueden ser de índole física, sexual o emocional, en un ámbito familiar o institucional. También está referido a cualquier tipo de acción u omisión no accidental, que ocasione daño físico o psicológico a un niño/a por parte de sus padres o cuidadores (Gómez-Barris, 2005, pág. 403).

En la actualidad, la violencia contra los niños es un problema global y grave. Tiene lugar en todos los países del mundo y a menudo está profundamente arraigada en prácticas culturales, económicas y sociales.

Una gran proporción de niños, niñas y adolescentes en todas las sociedades sufre violencia significativa en sus hogares. Solamente 16 Estados prohíben todo castigo físico a los niños en todos los entornos, esto

deja a la gran mayoría de la población infantil del mundo sin la protección legal necesaria para que no sean golpeados y deliberadamente humillados en sus hogares.

Los niños, niñas y adolescentes también sufren violencia de las personas encargadas de su cuidado en la escuela y en los sistemas de protección y de justicia, así como en los lugares donde están trabajando de manera legal o ilegal.

Es impresionante el considerar que el maltrato infantil no es una realidad asilada. En más de 100 países, los niños, niñas y adolescentes sufren en las escuelas la realidad o la amenaza de palizas legalizadas y autorizadas por el Estado. En por lo menos 30 Estados se siguen imponiendo sentencias de azotes o palizas a niños, niñas y adolescentes en los sistemas penales, y en muchos más Estados los castigos violentos están autorizados en las instituciones penales o de protección (ACNUR, 2001-2012).

Contar con datos estadísticos que clarifiquen la magnitud de este fenómeno se ve dificultado, ya que la tendencia a denunciar a la justicia la violencia contra los niños y niñas es muy poca. A eso habría que agregar que pocos agresores son procesados. Además, en muchos lugares del mundo no hay sistemas de registro confiables de las denuncias existentes.

A pesar de todo ello, las estimaciones realizadas muestran que todos los años 275 millones de niños y niñas en el mundo son víctimas de violencia dentro de sus hogares (UNICEF-CHILE, 1999).

Chile es un país que ha hecho esfuerzos por estudiar y erradicar el maltrato infantil. El *Tercer Estudio de Maltrato Infantil 2006* (UNICEF-CHILE,) realizado por la UNICEF-Chile entre los años 1994-2006 nos muestran que:

En el 2006 un 73 % de los niños y niñas recibe algún tipo de violencia; 25.9% violencia física grave, 27.9% violencia física leve y 21.4% violencia psicológica.

Entre los años que abarca el estudio hubo una disminución de la violencia física grave (34.2%-25.9%) y un aumento de la violencia psicológica

(14.5%-21.4%), manteniéndose estables los índices de violencia física leve (28.7%-27.9%).

Aún cuando la violencia infantil es una situación que se da en todos los estratos socioeconómicos (bajo, medio, alto), el estudio indica que en el 2006 la violencia psicológica aumentó a medida que sube el estrato socioeconómico (17,4%, 23.7%, 25%), mientras la violencia física grave es mayor en los estratos socioeconómicos bajos (29%, 25.6%, 18.9%). La violencia física leve se mantiene estable en todos los estratos (28.1%, 27.6%, 28.5%).

La percepción de los niños/as sobre la utilidad del castigo se relaciona con los niveles de violencia que reciben. Los niños que reciben maltrato físico grave son quienes tienden a justificar la utilización de la violencia.

La aprobación de algún tipo de maltrato por parte de los menores que no son víctimas de algún tipo violencia es menor: Nunca 53.3%; Sí, a veces 30.2%; No sabe 16.6%. La aprobación de algún tipo de maltrato por parte de los menores que sufren violencia física grave es mayor: Nunca 17.4%; Sí a veces 51.9%; No sabe 30.6%.

Si bien este es un problema que ha existido desde hace muchos años, la persistente aceptación social de algunos tipos de violencia contra los niños, niñas y adolescentes es un factor importante que contribuye a su perpetuación.

## **1.2. Teorías explicativas de la conducta agresiva y violencia**

El maltrato es un fenómeno presente en nuestra sociedad. Las personas no son conscientes de ello y se está tan acostumbrado a vivir actos violentos, que en la actualidad hay una tendencia a admitirlos como algo normal.

Esto produce que la mayoría de las personas adolezcan de una falta de sensibilización ante este problema, facilitando que los individuos socializados en la violencia, la perpetúen como un medio para alcanzar ciertos fines.

Existen algunas teorías que intentan explicar, desde el término agresión, el fenómeno de la violencia. Desde el planteamiento que considera que la agresión es un instinto, propuesta por Freud, se afirma que la persona experimenta una tendencia destructiva que debe ser encauzada hacia otro objeto para evitar la propia destrucción. En esta sintonía, el planteamiento etiológico considera que la agresión es un instinto vital para la sobrevivencia y conservación de la especie.

Ahora bien, si la agresión es considerada un aprendizaje social, ésta sería al igual que cualquier otra conducta social, una adquisición a través de condicionamientos y modelado social. Éste planteamiento ofrece la reciprocidad que existe entre historia previa de violencia familiar y el posterior estado de víctima o agresor. Este abordaje es tan relevante, que estudios demuestran que a través de procesos de modelado estas conductas se transmiten entre generaciones.

No menos importante es el planteamiento que considera que la agresión se produce ante la imposibilidad de conseguir determinados objetivos, partiendo del supuesto de que, para que se produzca la agresión, es necesario que se den unas señales activadoras y frustrantes.

Por último, es importante tener presente la perspectiva que afirma que la agresión es resultado del ejercicio ilegítimo del poder, el cual que se hace manifiesto a través de la amenaza y el castigo.

### **1.3. Tipos de maltrato**

El maltrato no debe ser definido sólo por sus implicaciones físicas. Los tipos de maltrato se refieren a la forma de ejercer violencia y el ámbito en que se producen los daños: físico o psicológico. El mecanismo del maltrato permite diferenciarlo en activo o por abandono. El curso en episódico, recurrente, habitual o crónico. Por último, la severidad depende de la intensidad, de los daños y secuelas, de la resistencia al cambio de la dinámica del maltrato y de las consecuencias a largo plazo en el desarrollo de la personalidad del menor.

### **a) Maltrato físico**

Está referido a cualquier lesión física hecha a un menor de manera intencional y no accidental, o bien no intencional por medio de algún tipo de castigo (Barudy, 1999, pág. 73).

### **b) Maltrato psíquico o emocional**

Es la hostilidad verbal mediante la cual el menor es ridiculizado, insultado o menospreciado. El encierro o confinamiento también son parte del maltrato emocional (Gómez-Barris, 2005, pág. 408).

### **c) Abandono o negligencia**

Consiste en no satisfacer de manera deliberada, las necesidades básicas del menor como pueden ser: alimentación, abrigo, salud, seguridad, educación. Esta es la forma de maltrato que, además de ser la más ignorada, es la más difícil de precisar por su invisibilidad (Barudy, 1999, pág. 74).

### **d) Abuso sexual**

Cualquier clase de comportamiento sexual por parte de un adulto hacia un menor, desde una posición de poder o autoridad. *“Si bien el abuso sexual se enmarca dentro de la tipología de maltrato, debido a su impacto y complejidad generalmente se profundiza en forma especial”* (Gómez-Barris, 2005, pág. 409).

## **1.4. Efecto traumático del maltrato**

La singularidad de los seres humanos es la producción de significados y significantes para dar sentido a los acontecimientos de la vida. Esto es posible gracias a la capacidad que tienen los seres humanos de representarse sus experiencias y simbolizarlas a través de la palabra.

La posibilidad de construir otra realidad a través de la palabra permite a la persona la conciencia de sí misma, de los demás y del mundo que le rodea, al mismo tiempo que le posibilita las explicaciones que le dan sentido a lo que percibe y se vivencia. El lenguaje verbal permite al ser humano experimentar el mundo y tener acceso a su realidad: a sus ventajas y a sus límites, a los elementos que son seguros y amenazantes.

De igual modo, el pertenecer a una cultura posibilita la experiencia y la consciencia de pertenecer a un grupo. Ello proporciona al individuo la experiencia de no estar sólo en el mundo y de sentirse seguro frente al vacío, a lo desconocido y lo incontrolable (Barudy, 1999, pág. 27).

Ahora bien, desde los primeros años de vida la experiencia de vinculación produce en el niño representaciones que en su conjunto conforman un modelo mental, cuyo contenido son los recuerdos más significativos de la relación. Dicho modelo no se circunscribe al plano cognitivo, sino que además integra recuerdos emocionales que dan razón del ambiente afectivo que caracterizó la relación.

En la situación de maltrato, la víctima es sometida a una comunicación paradójica. De este modo, el niño incorpora comportamientos y creencias de sus padres que le hacen considerar que no es digno de amor o no es lo suficientemente importante para que se ocupen de él.

El lazo afectivo que un niño establece con las figuras significativas y que lo empujan a buscar la proximidad y el contacto con estas a través del tiempo queda dañado. De este modo Barudy (1999) considera que:

*“La experiencias percibidas como negativas, incoherentes o inconsistentes traerán deficiencias o graves patologías a nivel de la capacidad de establecer lazos afectivos sanos” (pág. 48).*

Los niños que sufren maltrato, se ven sometidos a vínculos relacionales, simbólicos-culturales, que les hacen permanecer con formas primarias de lo humano, repitiendo actos cargados de violencia y sufrimiento

o, formas estereotipadas y vacías de sentido que muestran la impotencia de su ser (Barudy, 1999, pág. 156). Ello conlleva que estos niños crezcan con una carencia profunda en el reconocimiento de sí como sujetos de valor y como un lugar digno en las relaciones. Es muy posible que tengan la dificultad para establecer vínculos basados en valores éticos propios, que se anuden a los valores sociales y culturales (Barudy, 1999, pág. 166).

A razón de lo anterior, vamos a considerar algunas de las consecuencias que trae consigo la experiencia de maltrato.

### **1.5. Consecuencias del maltrato en la persona**

Los golpes o maltrato físico producen, en primer lugar, daño físico, pero al mismo tiempo constituyen traumatismos graves que provocan diferentes manifestaciones de sufrimiento psicológico. El carácter profundamente traumático de estas situaciones en la niñez deriva en el hecho de que la causa del sufrimiento proviene del adulto que tiene en primer lugar la misión de cuidarle y protegerle.

Para abordar las implicaciones que conlleva la experiencia de la violencia, nos referiremos a lo que sucede en la niñez por ser esta etapa donde cobran una vital importancia las relaciones que se establecen con los cuidadores. Formas de relación que tendrán repercusiones en el desarrollo de la persona y que afectarán de manera profunda la relación que entable consigo misma, con los demás y con su entorno (Barudy, 1999, pág. 165). Algunas de sus consecuencias psico-sociales son:

#### **a) Ansiedad, angustia y depresión**

El miedo, la ansiedad o en casos más graves, la angustia, son desencadenados por las situaciones donde otra persona se muestra agresiva o autoritaria.

La persona que ha sido “mal amada” en la infancia con frecuencia desarrolla una imagen negativa del mundo que le lleva a percibirlo como amenazante y poco seguro. Esta vivencia estaría apoyada en tres aspectos.

La experiencia de que una parte de su mundo muy significativa, como pueden ser los padres, le ha rechazado. El otro aspecto estaría dado por la desvalorización que hace de la realidad al proyectar sobre ella sus sentimientos de frustración, hostilidad e inadecuación. El tercer aspecto estaría dado por la desconfianza; el hecho de haber recibido poco de sus figuras significativas le lleva a esperar muy poco de los demás (Barudy, 1999, pág. 156).

### **b) Trastorno de la identidad**

La persona que ha sufrido maltrato con frecuencia desarrolla una mala imagen de sí. A menudo está convencido de ser la causa del sufrimiento. Los mensajes culpabilizadores conducen a integrar la idea de que se es malo, inadecuado y peligroso. Como mecanismo de defensa, puede crearse una falsa imagen de sí mismo en el sentido contrario, es decir, de ser fuerte, todopoderoso, capaz de afrontar peligros y provocar a personas más fuertes que él o ella, exponiéndose no pocas veces a situaciones de peligro (Barudy, 1999, pág. 166).

### **c) Trastornos de la autoestima**

Las personas que han sufrido violencia durante la infancia, desarrollan a menudo sentimientos de inferioridad, creyéndose profundamente incapaces, lo que se expresa por una timidez y el miedo (muchas veces profundo) para enfrentar relaciones interpersonales o para participar en actividades.

También es posible que la baja autoestima o sentimientos de inferioridad se manifiesten llamando la atención por medio de comportamientos agitados, resultado de la tensión cotidiana que viven y el sentimiento de indefensión e impotencia (Barudy, 1999, pág. 156).



#### **d) Mecanismos de adaptación de la violencia**

Los mecanismos adaptativos o de defensa, actúan en forma inconsciente y automática para intentar resolver problemas emocionales. La persona no se da cuenta que lo emplea, y si es parcialmente consciente de que lo hace, intelectualiza y niega esta situación en forma tal que no puede cambiar sus comportamientos aún cuando reconozca algo de ellos racionalmente.

Su función es disminuir las tendencias opuestas a una determinada personalidad. También se emplean para manejar la ansiedad resultante del conflicto intrapsíquico y sus repercusiones en los demás. Disminuir las frustraciones y preservar la autoestima. Adaptarse a la realidad, e incluso modificarla y hacerla más tolerable.

El carácter traumático de los golpes es la amenaza extrema de ser destruido por el otro, que representa la fuente de cuidados y de protección. Cuando las personas sufren violencia, pueden desarrollar estrategias comportamentales para adaptarse a la atmósfera malsana de la familia.

Para resistir a esta angustia de abandono debe idealizar al abusador, asumiendo la responsabilidad de ser la causa de los golpes que recibe. Para ello es posible que se adopte la alternativa de hacerse transparente, para desaparecer en la "invisibilidad". Es el caso del menor que parece extremadamente obediente, pasivo y poco exigente para pasar lo más desapercibido posible, evitando todo riesgo de confrontación susceptible de provocar un acceso a la violencia de parte de uno de los padres.

El mecanismo adaptativo más frecuente es la adopción de un personaje malo/mala, asumiendo de este modo la responsabilidad de los golpes y castigos que recibe. En este caso, las víctimas presentan comportamientos extremadamente difíciles, coléricos y provocadores. (Barudy, 1999, pág. 165).

En el caso de los niños que sufren violencia, situación que como hemos mencionado con anterioridad tendrá repercusiones a lo largo de su vida, éstos aceptan los mensajes de esta comunicación distorsionada porque

la dependencia vital a sus padres no les hace posible reflexionar y denunciar el carácter paradójal de éstos. Todo intento de develar lo que pasa puede acarrearle más violencia. La única alternativa es la de guardar silencio y adoptar la comunicación patológica y violenta de sus padres.

La teoría de la identificación con el agresor es otro modelo que permite explicar los comportamientos violentos de los niños. Estos representan una necesidad compulsiva de dominar y agredir a los demás para defenderse de sus sentimientos de miedo, angustia e impotencia provocados por la violencia de su agresor. Esta representación es reforzada por los estereotipos culturales que impulsan a los varones a ser fuertes, dominantes e insensibles.

### **A modo de conclusión**

Por todo lo anterior, podemos afirmar que la violencia sufrida en las primeras etapas de la vida se convierte en una experiencia significativa para el caminar de la persona que la padece.

Como hemos visto, la violencia trastoca y debilita diversas dimensiones de la persona, tales como la estima de sí misma, su capacidad de afrontar la adversidad, sus relaciones interpersonales y consigo misma, el crecimiento y fortalecimiento de sus capacidades, situación que vulnera y trastoca la posibilidad de enfrentar de manera adecuada los desafíos que se le presentan.

Es por ello que es de vital importancia abordar y acompañar la experiencia de violencia y las consecuencias que ha tenido en el crecimiento de la persona que la ha padecido. A ello dedicaremos el siguiente capítulo, donde creemos que la resignificación, como parte de la propuesta resiliente, nos puede enriquecer y ser de ayuda.

## **2. El fenómeno de la resiliencia**

En la primera parte se ha abordado el tema de la violencia y las consecuencias que trae consigo para la persona que la ha sufrido durante sus primeros años de vida.

En el presente apartado abordaremos la resignificación, que como parte de la psicología positiva ha demostrado ser una propuesta oportuna para la atención de personas que han sufrido la adversidad. Es desde esta propuesta de donde queremos obtener las luces que nos permitan atender y acompañar el proceso de crecimiento de la mujer que ha sufrido violencia.

### **2.1. ¿Qué es la resiliencia?**

Desde hace mucho tiempo, se ha venido observando que algunos seres humanos logran superar condiciones severamente adversas y que, yendo más allá de los límites existenciales, logran transformar dichas circunstancias en una ventaja o un estímulo para su desarrollo bio-psico-social.

En el campo de las ciencias humanas, y en concreto de la psicología, por mucho tiempo, la tendencia fue de dar el mayor énfasis a los estados patológicos. Por ese motivo, las investigaciones se centraron en la descripción exhaustiva de las enfermedades y en el intento de descubrir causas o factores que pudiesen explicar resultados negativos, o no deseados, tanto en lo biológico como en lo mental.

Sin embargo, a pesar de los esfuerzos y avances realizados desde esa perspectiva, muchas interrogantes quedaron sin respuesta. Con frecuencia, las predicciones de resultados negativos hechas en función de factores de riesgo que indicaban una alta probabilidad de daño, no se cumplían.

De este modo y de manera progresiva se empezó a comprender que la gran mayoría de los modelos teóricos resultaban insuficientes para explicar los fenómenos de la supervivencia humana y del desarrollo psico-social.

La aplicación del enfoque de riesgo, ampliamente difundido en los programas de salud y en diversas investigaciones basadas en ese modelo, mostró la existencia de numerosos casos que se desarrollaban en forma normal a pesar del conjunto de factores que, en otras personas, determinaban patologías severas.

En los años ochentas el interés por tener información sobre las personas que desarrollaban estas competencias a pesar de haberse desenvuelto en condiciones adversas aumentó, dejando de lado la posibilidad de presentar patologías mentales o sociales.

Fue en esas circunstancias que el adjetivo resiliente expresaba las características de las personas que no sólo se habían sobrepuesto a la adversidad, sino que incluso habían salido fortalecidas de ella.

A partir de ese momento se ha contado con una serie de definiciones que intentan dar razón de este proceso vital y que, a partir de matices, resaltan elementos importantes de esta experiencia humana. De entre la variedad de propuestas queremos hacer referencia a lo que nos propone Vanistendael (2003), el cual considera que:

*“La resiliencia no es, pues, ni una característica innata ni un mecanismo fijo, como tampoco es solamente una pura construcción humana. Se trata de una capacidad de crecimiento que resulta de un proceso continuo de construcción durante toda una vida”* (pág. 14).

En otras palabras, la resiliencia está constituida por un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que hacen posible tener una vida sana en un medio insano. Esto es posible al combinar una serie de atributos; unos provenientes de la persona y otros del ambiente familiar, social y cultural.

De este modo, la resiliencia no se limita a considerar que una persona se ha sobrepuesto a la adversidad, sino que, yendo más allá, hace referencia a la capacidad de aprovechar al máximo las oportunidades de la vida y de

enfrentar sus desafíos sin sacrificar ningún aspecto esencial de su humanidad.

En este sentido, la resiliencia implica que las personas que enfrentan momentos de adversidad, conserven la capacidad de experimentar una amplia gama de sentimientos y de desarrollar un conjunto de habilidades (Vanistendael, 1996, pág. 22). No basta con ser simplemente asertivos, sino que la experiencia resiliente conlleva la capacidad de tolerar una variedad de sentimientos que van desde el temor, la ansiedad y la tristeza, hasta la dicha, la seguridad y el control, dentro de sí mismos y en sus relaciones.

A este respecto, no se niega la existencia de momentos críticos donde la persona puede sentirse abrumada o angustiada. Sin embargo, en medio de esas circunstancias personales o relacionales, se tiene la capacidad de mirar la situación desde una perspectiva más amplia, lo que abre la posibilidad no sólo de enfrentar de una manera mejor los desafíos, sino también de obtener la fortaleza y los aprendizajes que le puede proporcionar dicha experiencia.

### **2.1.1. Diagnosticar los problemas y los recursos**

Para los profesionales que trabajan con personas en dificultades, el esfuerzo se concentra en diagnosticar los problemas, a fin de aportar la solución a la persona. En la óptica de la resiliencia, tomando en consideración lo anterior, es todavía más importante identificar los recursos de la persona y de su entorno, para facilitar su movilización.

Volver al estado inicial es imposible, por lo que el esfuerzo se concentra en tratar de dar un salto hacia delante, abrir nuevas perspectivas sin negociar lo doloroso del pasado, pero superándolo. Entonces se considera que el desarrollo de la persona es viable no solamente a pesar de las dificultades experimentadas, sino y sobre todo a causa de ellas.

Considerar los recursos implica para el que acompaña, ir más allá de las generalidades, para estar muy atento de diferencias individuales (Vanistendael, 2002, pág. 150). A este respecto cabe la pregunta: ¿Se tiende

a reducir a la persona a su problema o se está suficientemente abierto para descubrir su potencial?

### **2.1.2. Considerar su entorno**

La resiliencia se desarrolla en un contexto sociocultural determinado que nos lleva a considerar no sólo a la persona, sino también a su red de relaciones sociales: ante todo su familia, luego sus amigos, sus vecinos, sus compañeros, etc. De este modo, la identidad cultural desempeña un papel clave en este proceso, donde distintos elementos contribuyen o no en gran medida a la autoestima colectiva (Vanistendael, 2002, pág. 152).

Para Cyrulnik el contexto comunitario o social en el que se encuentra la persona es de vital importancia, ya que juega un papel preponderante en su desarrollo, al impregnar de sentido los acontecimientos de su existencia, los cuales son guardados en la memoria de sus recuerdos y conforman en su conjunto la imagen que la persona tiene de sí.

Toda persona requiere experimentar este sentido de pertenencia que le permita vincularse y dar coherencia a su experiencia. Sin embargo, esta vinculación que es positiva para lograr dar coherencia a la existencia propia, puede volverse inadecuada en el caso de experiencias traumáticas, cuando el entorno impide la resignificación de la imagen que la persona ha formado de sí, no logrando expresar e integrar la parte que fue vulnerada y que le es dolorosa.

Ejemplo de ello puede ser la dinámica de asimilación que la sociedad impone a aquellas personas que tienen un origen distinto, como es el caso de los migrantes. También es el caso de la exclusión-discriminación que sufre la persona que es marginada por no cumplir con las reglas y estereotipos que la misma sociedad se ha formado: es víctima de un prejuicio.

- Ahora bien, Cyrulnik considera que aún cuando una parte de la sociedad esté dispuesta a escuchar el relato traumático de una persona, el sólo hecho de escuchar no asegura la formación de un vínculo que permita

resignificar e integrar su experiencia. Él considera que en ocasiones la sociedad escucha de manera selectiva y excluye lo que no le es importante o considera inverosímil. En otras ocasiones se vale del relato de la persona para generar una ideología que convenga a sus intereses. El fin de todo ello será el olvido (Cyrulnik, 2007, pág. 131).

Contando con estas divergencias del entorno, Cyrulnik considera que la persona puede emprender el proceso resiliente mediante dos condiciones:

- Que la persona relate su experiencia en un ambiente seguro y de confianza, y pueda así tejer un lazo de intimidad con el auditor, de tal modo que dé sentido y coherencia tanto a sus imágenes como emociones internas.
- Que desarrolle la creatividad que le permita repararse mediante la representación, restaurando la seguridad de su mundo interno y sobreponiéndose a la escisión inevitable que se ha producido en su interior y que en ocasiones le viene impuesta desde el exterior (Cyrulnik, 2007, pág. 119).

### **2.1.3. Reflexionar en términos de elección y no de determinismo**

Como hemos mencionado anteriormente, la resiliencia, dejando de lado un enfoque determinista, se enfoca a percibir el potencial humano considerando el repertorio de posibilidades que se encuentran en la persona humana.

De este modo, se aprecia que cada etapa de la vida se construye y reconstruye sin agotar nunca todos sus recursos, muchos de los cuales se encuentran latentes. Desde esta constatación es importante aprender a reflexionar en términos de elección y de estrategias a lo largo de la vida.

Es por ello que la resiliencia no es una característica estable de la persona, sino más bien una capacidad que se construye dentro de un proceso continuo durante toda la vida, en el que es importante la interacción entre el individuo y su entorno. Es una capacidad que se puede desarrollar y dar frutos en todas las edades de la vida (Vanistendael, 2002, pág. 156).

## 2.2. La experiencia traumática

Cyrulnik considera que una experiencia requiere de dos golpes para transformarse en traumatismo; el primero lo produce lo real y el segundo se produce en la representación de lo real, es decir, es el relato que la persona se conformará de sí misma bajo la mirada de personas “normales”. Dicho de otro modo, la mirada de los otros transforma la herida de una persona en traumatismo.

Ahora bien, el traumatismo marca a la persona de tal manera, que nunca se podrá entender a ella misma sin él. En adelante, la persona se revela como un Oxímoron, es decir, como un ser que internamente está dividido. La persona que ha sobrevivido al trauma, une en sí dos términos antagónicos que expresan el contraste que caracteriza a quienes, al recibir un golpe, se adaptan dividiéndose internamente. De esta manera se pone de manifiesto la ruptura del vínculo que habrá que restablecer y la ambivalencia será en adelante la naturaleza del vínculo mismo.

De este modo, la herida se convierte en el valor de referencia que se encuentra grabado en la memoria y al que confluyen de algún modo todos los eventos de la vida de la persona que ha sufrido el trauma. Cyrulnik (2007) considera que:

*“Para los que se sobrepusieron, el infortunio se convierte en la estrella de pastor que los guiará hacia el milagro” (pág. 23).*

De esta manera, el trauma se constituye en la marca indeleble que organizará internamente a la persona y que organizará de diferentes maneras sus esfuerzos.

Para poder establecer criterios de resiliencia y predecir la aparición de perturbaciones o, por el contrario, el nacimiento de un nuevo estilo de existencia, se deben conjugar dos elementos: su significado y el apoyo post-traumático.



### **2.2.1. El significado del trauma**

El acontecimiento traumatizante participa del significado que la persona afectada le confiere a la herida, en un contexto determinado. De este modo, no es lo mismo para la persona que se enfrenta a un hecho adverso el considerar que lo ocurrido fue algo inevitable, como por ejemplo un fenómeno de la naturaleza, o que fue consecuencia de la negligencia de otra persona, como es el caso de un delito. En el primer caso la persona puede superar la adversidad con más facilidad, ya que se da a la naturaleza una connotación de inocencia, sin embargo el sufrimiento se extenderá por más tiempo en el caso de la negligencia cometida por otra persona, al cual se atribuye el (mal) uso de la libertad.

Ahora bien, la experiencia traumática deja en el cerebro una huella que señala a cada persona un tipo determinado de reacción. Es una huella cognitiva, no consciente, es una sensibilización adquirida para todo acontecimiento de la misma índole. Sin embargo, la memoria de los recuerdos se adquiere con el aporte significativo del contexto y se mantiene vigente en el relato interno que la persona hace de sí misma.

Cyrułnik (2007) considera que lo que no significa, no deja huella en la memoria de los recuerdos, por lo que un acontecimiento podría ser una mera información. Con el crecimiento de la persona, la memoria se complejiza gracias a las construcciones sociales en donde un determinado hecho adquiere sentido. De este modo, el contexto social le da a la memoria autobiográfica puntos de referencia más fiables que sólo el encadenamiento de los acontecimientos:

*“Los acontecimientos son informaciones hasta el momento que se ordenan y se les da sentido por medio del relato” (pág. 115).*

De este modo, cuando la persona llega a la edad que le permite volverse sobre sí misma, la mirada sobre el pasado cambia el sentido de los

hechos y la forma como lo experimenta. Por lo anterior Cyrulnik (2007) afirmará:

*“El contexto y el tiempo son los que atribuyen sentido a un hecho, permitiéndonos afrontar la prueba y cambiarla”* (pág. 73).

Ahora bien, en el caso de un trauma agudo, la disolución de la consciencia o incluso la negación de la realidad insoportable protege a la víctima. Pero cuando el traumatismo se vuelve crónico e insidioso, en cuanto proviene de “una sociedad reparadora”, inscribe en la persona perturbaciones menos visibles pero más duraderas, que impregnan su personalidad.

*“Lo real se inscribe, (...) pero sobre todo el sentimiento de sí, bajo la mirada del otro”* (pág. 63).

De este modo, la estructura del trauma viene dada por el sentido o significado que la persona le ha dado a un determinado hecho a partir de la información que le ha proporcionado su contexto.

Cuando una persona herida en su alma no consigue ser resiliente, eso no significa que sea incompetente ni que se deje llevar por la desgracia. La dificultad que experimenta para retomar su desarrollo atestigua tanto la fragilidad que le había marcado la vida antes del trauma, así como la imposibilidad de obtener un apoyo que le permita resignificar su experiencia.

### **2.2.2. El apoyo postraumático**

Como ya hemos mencionado, el psiquismo del sobreviviente está conformado por una huella cognitiva y una emocional donde los acontecimientos adquieren sentido bajo la mirada de los demás y modela el sentimiento íntimo de sí. También hemos referido que el trauma configura a la persona como un Oxímoron, con una experiencia interna de sí misma

ambivalente y paradójica, muchas veces caracterizada por una imagen negativa de la realidad, lo que no pocas veces le lleva a considerar al mundo como amenazante o poco seguro (melancolía). En estas mismas circunstancias, es posible que la persona desarrolle una mala imagen de sí misma, convencida de que ha sido la causa del sufrimiento que ha recibido (culpabilidad). Es probable que desarrolle sentimientos de inferioridad que se manifiesten en forma de miedo e inseguridad o en llamar la atención (desafío), como consecuencia de sentimientos de indefensión e impotencia. (Cyrulnik, 2007, pág. 55).

Una parte muy importante del apoyo postraumático y de la sanación es el relato de la experiencia traumática, que no siempre es un proceso fácil, sea por los mecanismos de defensa de la persona o por la incapacidad de escucha de la sociedad. Contar la experiencia traumática es hacerla existir en la mente del otro, suscitando una serie de reacciones tales como la incredulidad, la ideologización, el olvido, la sospecha o la imposición del silencio. Esto lleva a la persona traumatizada a ejercer una serie de dinámicas con las que busca defenderse y ponerse a salvo.

Entre esas dinámicas defensivas encontramos la escisión, donde la persona pone de manifiesto ante los demás la dimensión de su persona que es agradable, fuerte, proclive a la aceptación, y guarda dentro de sí la parte dolorosa y vulnerada.

Para Cyrulnik, (2007) la dificultad que trae consigo esta forma defensiva que protege a la persona, pero a su vez retarda el desarrollo de ella misma, tiene su origen en la sociedad y en su incapacidad de brindar apoyo, lo que agrava la herida de la persona traumatizada por abandono, prejuicio, estigmatización, aislamiento o asimilación (pág. 119).

Toda persona requiere un sentido de pertenencia que le permita integrar y dar sentido a sus experiencias, en el que experimente la aceptación de sí misma (Vanistendael, 1996, pág. 21). Sin embargo, la persona traumatizada puede verse obligada a pagar un precio muy caro: el de su desarrollo e integración.

### 2.3. La resignificación

La resignificación, como parte de la propuesta resiliente, está constituida por la historización y la reparación. El sentido o significado de un acontecimiento se construye con la historia que lo precede y con lo que sigue, con el origen y con la descendencia. De este modo se puede afirmar que el sentido de las cosas no se encuentra en la realidad objetiva, sino que se encuentra en la historia y en el fin que ésta persigue.

Esto es así ya que la persona tiene la capacidad de representación que le permite atribuir un sentido a los acontecimientos que marcan su historia personal y que participan de su identidad; puede dar sentido a la adversidad o transfigurarla en un fracaso. Para Cyrulnik (2007), el sentido brota con la perspectiva del tiempo y permite a la persona desarrollar una visión de sí misma que incluye su pasado:

*“... Haciendo un relato de mi historia íntima, sé quién soy, cómo reacciono, lo que amo y aquello de lo que soy capaz. Sabemos quiénes somos, o lo que caracteriza nuestro grupo o nación, haciendo el relato de los hombres que admiramos, contamos nuestras maravillosas victorias y nuestras dolorosas revanchas”* (pág. 126).

En toda persona existe el riesgo de evaluar sus acciones teniendo un único criterio de éxito o fracaso, de acuerdo a los objetivos y metas que el entorno le ha marcado. El enfoque resiliente nos señala que en el plano de lo humano el éxito limitado o incluso la falta de éxito no es sinónimo de fracaso.

La reorganización de la representación de uno mismo en función de la edad, el sexo, del entorno afectivo y la cultura, dan fe de la evolución de la imagen propia y explica por qué la resiliencia es una posibilidad abierta a la resignificación de lo que a la persona le ha acontecido. Ello le dará la oportunidad de plantearse de un modo diferente la adversidad que es parte de su vida, con la posibilidad de repararse mediante una transformación creativa de la misma.

### **2.3.1. La historización**

Para la persona que ha sufrido un hecho traumático, la autobiografía o el relato de sí mismo no representa un retorno real a lo acaecido (Cyrulnik, 2007, pág. 124), sino la búsqueda de una nueva identidad y de un lugar social adecuado que surgen de esta nueva representación. Sin la integración de un determinado hecho en un relato coherente y adaptado a su contexto, el resultado sería el desconcierto.

En este sentido, la historización por medio de la escritura o la verbalización permite a la persona situar fuera de sí misma un sufrimiento impregnado en lo profundo para hacerlo visible, objetivable y maleable. Este situar fuera de sí constituye uno de los factores más eficaces de resiliencia que la persona puede llevar a cabo (Cyrulnik, 2003, pág. 150).

De este modo, la historización se constituye en un proceso que cura y que es necesario para la construcción de toda la identidad individual o colectiva. Por otro lado, en este proceso de historización la persona crea un sentimiento interno de coherencia. Es una reconciliación de su interior dividido a causa del trauma, permitiendo que el yo socialmente aceptado tolere, al fin, al yo secreto y no relatable. Para Cyrulnik (2007):

*“El simple enunciado de los acontecimientos del pasado adquiere un efecto de regulación afectiva, de comunicación eufórica si se comparten los mismos recuerdos (...) Apenas nos fiamos del otro, fabricamos una historia en común, un futuro recuerdo (...) la relación íntima comienza”* (pág. 123).

### **2.3.2. Reparar**

Es conocido el dicho de que violencia genera más violencia. La violencia interna que experimenta la persona que ha sido vulnerada es capaz de destruirla y dejarla sola en su propia realidad. Cyrulnik considera que la persona que ha sido herida tiene derecho a defenderse, sin embargo, cabe la posibilidad de que ante un encuentro, una frase, un gesto, ella misma utilice

su historia con el fin de influir en los demás, culpabilizándolos o moralizando su venganza. A este respecto, lo único que puede apaciguarla y hacerla participar de un modo renovado de su entorno es la reparación (Cyrulnik, 2007, pág. 127).

El proceso de reparación consiste básicamente en reciclar la pulsión de la muerte y concebir un universo habitable, destruido y reconstruido; humanizado. La materia prima de este proceso son la angustia, el miedo, la culpabilidad, el sentimiento de naufragio, la sensación de destrucción.

Reparar es asumir los viejos dolores y elaborarlos para no volver a empezar. No es olvidar ni conmemorar; es evolucionar. Dicho de otro modo, es la capacidad creativa de hacer algo nuevo con lo viejo, saliendo del abismo de la propia depresión mediante una atención puesta en los demás. Es, en definitiva, aceptar la propia rabia para convertirla en fuerza de vida y trabajo (Vaillant, 2004, pág. 192).

Como se mencionó anteriormente, cuando la persona ha tenido un traumatismo, éste ha entrado en su memoria y, a partir de ese momento, constituye parte de su personalidad; toda su vida va a estar referida a él. Es por ello que la persona desarrollará algunas estrategias más o menos adaptativas para asumir lo que le ha pasado. Por ejemplo: es posible que su relato íntimo permanezca prisionero de una memoria abusiva y, por lo tanto, repita sin cesar la misma imagen, la misma narración que se encuentra en su interior. El abuso de la memoria traumática petrifica el porvenir y obliga a la persona a repetir sus conductas defensivas.

También es posible que construya dentro de sí una narratividad paradójica, que como consecuencia de la escisión del yo, le permite mostrarse ante los demás como una persona normal o “buena”, aún cuando en lo interno se conserva una zona de dolor que nunca se ha trabajado, ya sea por no contar con la fuerza necesaria para decirlo, o porque se hizo callar a la persona.

Una tercera opción puede ser la negación narcisista, donde la persona traumatizada se vuelve altruista. Hay un aspecto desviado de la narratividad

que la acerca a la sublimación. En esta circunstancia, la persona no utiliza su historia, sino trabaja para comprenderla; la memoria le proporciona sentido a su existencia, opta por una desobediencia del pasado para no repetirlo, se plantea de fondo una innovación para consigo misma y para su grupo de pertenencia; la reparación.

Para Cyrulnik, la narratividad compartida que la persona traumatizada hace de sí, se hace socialmente aceptable por medio de la creatividad (Delgado, 2002, pág. 192), ya que si el hecho traumático es expresado de manera directa a los oyentes, ocasionaría una serie de reacciones distantes a la aceptación del mismo.

Para llevar a cabo este proceso interno de reparación, es necesario:

- Que la persona se acepte a sí misma sin tenerse por un ser completo y colmado.
- Que conceda a la carencia el lugar que le corresponde y asuma de algún modo sus costos.
- Dar pasos en el proceso interno que le permitan asumir el potencial de rabia, odio y destructividad presentes en su propia persona, evitando negarlos o proyectarlos sobre los demás.
- La apertura a la creatividad y alteridad que deja de lado la repetición. Se plantea la creación de algo novedoso y benéfico a partir de lo que ha vivido; la búsqueda del para qué de su experiencia traumática.

Esto es posible cuando se brinda un espacio protegido que permite a la persona efectuar un viaje íntimo hacia su mundo interno, el cual es ignorado por los demás e incluso a veces por ella misma.

#### **2.4. Algunas de las transformaciones que son propias de las personas resilientes**

- Dar sentido.

Casi todas las personas resilientes han tenido que responder dos preguntas: ¿por qué tengo que sufrir tanto?, ¿cómo voy a ser feliz a pesar de

ello? Para Cyrulnik (2007) la primera lleva a intelectualizar, la segunda a soñar (pág. 17).

De este modo, al intelectualizar la persona busca justificar mediante términos conceptuales tendencias, impulsos o anhelos que le son intolerables o que corresponden a vivencias tempranas que requieren ligarse a una expresión simbólica. Dicho de otro modo, se busca dar una explicación intelectual que disfrace lo rechazado.

Cuando se ha desarrollado un crecimiento interno, el trauma se convierte en el nuevo organizador del yo, alrededor del cual los esfuerzos y los sueños construyen una nueva mentalidad que le permiten a la persona hacer un adecuado uso del recuerdo para afrontar los nuevos desafíos de manera dinámica, lo cual le lleva a buscar un sentido a su experiencia y a desarrollar de sus propias capacidades. (Brainsky, 1996, pág. 144).

En los adultos, el sufrimiento ocasionado por un suceso dramático revoluciona el sentimiento que compartimos más o menos todos de vivir en un mundo comprensible y ordenado. A este respecto, las personas experimentan la fuerte necesidad de no estar completamente perdidas en un caos inexplicable y, de algún modo, controlar lo que les pasa.

Hablar de búsqueda de sentido no es hablar de justificación de los sufrimientos, sino de encontrar las respuestas a las preguntas que nos planteó una determinada situación que nos parece irracional.

Cuando la búsqueda de sentido tiene un desenlace favorable, se convierte en un proceso adaptativo que permite a la persona un mayor dominio de su existencia. Por el contrario, cuando esta búsqueda se mantiene de manera indefinida, aumenta el dolor y la incertidumbre. A este respecto Cyrulnik (2007) considera que lo que nos afecta de una situación no es la objetividad de la misma, sino el significado o sentido personal que se le atribuye a cada acontecimiento:

*“Si fuéramos seres lógicos, no haríamos más que sufrir. Pero como somos seres psicológicos, le atribuimos a cada acontecimiento*



*un significado personal que nuestro medio ha impregnado en nosotros” (pág. 36).*

- El Perdón como una puerta abierta al porvenir.

El perdón, dentro de su complejidad, está asociado a falsas comprensiones que lo asimilan a la debilidad o a la aceptación resignada del mal cometido, que de alguna manera dejarían intacto al ofensor. Quizá el error más significativo y extendido es considerar que perdonar significa olvidar, borrar lo que pasó.

Ahora bien, la experiencia nos dice que el olvido de ciertas experiencias traumáticas es imposible y que la negación de las mismas suele tener un efecto patógeno en la persona, con una alta posibilidad de repetir aquello que no se quiere ver. Entonces, ¿cuál es la alternativa a la que nos estamos refiriendo al plantear el perdón y que es propia de la resiliencia?

La experiencia de las personas resilientes nos indica que nunca se vuelve atrás. Que si bien es cierto que una experiencia negativa deja en la historia personal una marca indeleble, también lo es que es posible y viable construir, a partir de ello, algo nuevo. De este modo, el perdón se enmarca como un acto que inventa el futuro y no como un acto que borra el pasado.

De este modo, la disposición a perdonar pone de manifiesto la voluntad de mantener una apertura a la vida, desde el mal que se ha sufrido, y en un segundo momento, a la persona que ha herido, aunque esto no siempre es posible y/o conveniente.

El perdón devuelve los derechos a la vida a la persona que ha sufrido y no es liberador solamente para la persona perdonada, sino que con toda seguridad lo será en mayor parte para quien perdona (Vanistendael, 2002, pág. 76), en un proceso de aceptación y clarificación de sus heridas del pasado.

- Saber apreciar la vida.

Desde la resiliencia se ha observado que las personas que atraviesan por situaciones extremas ven modificada de manera profunda su escala de

valores, relativizando cuestiones materiales y dando una importancia particular al amor a la vida y a las relaciones humanas (Fischer, 1994, pág. 136).

- Comprometerse con la vida.

El compromiso que nace de un sufrimiento superado constituye precisamente una forma muy particular de sentido. Es posible que en este aspecto la resiliencia, en el marco de un proceso de transformación, alcance la mayor dimensión en la persona, ya que como vimos anteriormente, el proceso resiliente no sólo se centra en la capacidad de resistir en la adversidad, sino también en la actitud de transformar la propia experiencia dolorosa en una dinámica que permita abrir otros horizontes. Dicho de otro modo, estamos hablando de un sentido de solidaridad que surge a partir de la propia experiencia, donde la persona se propone dar un aporte que facilite el desarrollo de otros individuos y les evite de algún modo la experiencia que a ella la ha marcado y de la cual ha aprendido.

### **A modo de conclusión**

Como acabamos de ver, la propuesta resiliente nos lleva a considerar elementos que pueden fortalecer a la persona aún cuando ésta se ha visto vulnerada en su integridad.

La resignificación, como búsqueda de sentido de una experiencia pasada, se convierte en el proceso que libera a la persona y la fortalece, posibilitándole una mayor estabilidad, creatividad y una amplitud de horizontes. De esta manera, la persona que antes se consideraba víctima de unas determinadas circunstancias, mediante la historización y la reparación se entiende como protagonista de su propia historia, no a pesar de lo que ha vivido, sino a partir de ello.

Ahora bien, Vanistendael considera que en esta búsqueda de significado o sentido de lo que se ha vivido, hay un vínculo positivo entre la resiliencia y la fe religiosa siempre y cuando no tenga rasgos integristas o fundamentalistas. (Vanistendael, 1996. pag. 21)

¿Cuál es la experiencia espiritual que desde la resiliencia se inscribe en el proceso de resignificación de las experiencias adversas? El siguiente capítulo lo dedicaremos a plantear la espiritualidad cristiana que, asumiendo el proceso de crecimiento de la persona que ha sufrido la adversidad, le confiera de parte de Dios la claridad, fortaleza, esperanza, a partir de los cuales resignificar lo que ha vivido.

### **3. Una propuesta espiritual que resignifica la vida**

Como hemos visto con anterioridad, la resiliencia es la capacidad para transformar un acontecimiento insoportable en algo vivible; es transformarlo, metamorfosearlo, resignificarlo.

Muchas de las personas que se encuentran en una situación de vulnerabilidad a causa de la violencia recurren, más allá del ámbito religioso, a la dimensión espiritual en búsqueda de asideros que les permitan explicar, dar coherencia y trascender la situación irracional que forma parte de su experiencia. En definitiva, emprenden una búsqueda de sentido desde la dimensión de la fe.

En este tercer apartado se abordará la espiritualidad cristiana como una dimensión de la persona que se inscribe de manera profunda en su proceso de crecimiento personal y, de un modo particular, en el proceso de resignificación.

#### **3.1. ¿Qué entendemos por espiritualidad cristiana?**

Por vida espiritual entendemos esa capacidad que la persona tiene de explorar su interior y preguntarse por el sentido de su existencia. Esta dimensión lleva a la persona a escuchar, a pensar, a interpretar y, por consiguiente, a decidir o asumir determinados sentimientos y comportamientos. Es por ello, que a la vida espiritual se le denomina también vida interior. Cuando se hace referencia a la espiritualidad de una persona se intenta entrever lo que hay de más hondo en ella, sus motivaciones últimas, su fundamento vital.

¿Quién soy? ¿De dónde vengo? ¿A dónde voy? ¿Quiénes son los otros para mí?, son una serie de preguntas que resuenan en el interior de la estructura dialogal que es la conciencia, para abrir las sendas del sentido y, por consiguiente, de la esperanza (Alfaro, 1985, pág. 24). Por ello se podría decir que el momento existencial de integración de las experiencias vividas, así como de la aceptación del enigma que reside en cada persona, ayuda a interpretar quién se es en realidad.

Ahora bien, la espiritualidad cristiana está relacionada con la vida espiritual humana, pero la trasciende ya que ésta consiste en una respuesta de fe, de esperanza, de amor al Dios que llama, que se deja relatar por Jesús y que se hace presente en el Espíritu (Alfaro, 1985, pág. 113).

De este modo la espiritualidad cristiana se constituye en una búsqueda mutua entre Dios y el ser humano, como un amor tan auténtico que cada uno es capaz de sufrir por el otro, como una nostalgia del encuentro, que transforma la vida en comunión de amor entre uno y Otro (Alfaro, 1985, pág. 91).

La vida espiritual cristiana es para la persona, ante todo, una vida de conversión en acto. Se trata de ser dócil a la gracia que atrae y salva, donde la persona se levanta continuamente del pecado que le domina. Morir al pecado significa no permanecer en él, ni ser cómplice, ni dejarse someter por las estructuras injustas (Alfaro, 1985, pág. 93).

En estas circunstancias el Espíritu Santo que está en la persona, no es únicamente el maestro que le guía en esa lucha, sino que él mismo lucha en ella renovándola siempre para que, a despecho de sus propias contradicciones, pueda ser morada de Dios. La vida espiritual es, pues, ante todo, la vida de un pecador perdonado.

En este camino de vuelta a Dios, el Señor Jesús nos precede. Él da a conocer lo que ha aprendido del Padre y propone que se le siga. De este modo, la persona experimenta un llamado muy personal e íntimo. No es una llamada general, impersonal y menos una llamada legitimada por la utilidad de la Iglesia y de la humanidad. Es siempre un acontecimiento en el que la palabra personalísima del Señor Jesús pide que se esté allí donde Él está (Mc 3,14; Jn 12,26), que se le siga adondequiera que vaya.

Así, la vida del cristiano es la vida misma de Jesús. Se trata de adoptar la actitud de Jesús (Flp 2,5), de proceder como Él procedió (1 Jn 2,6), de vivir en el mundo en medio de los hermanos «haciendo el bien» (Hch 10,38), de vivir y morir como Él mismo vivió y murió. Entonces esta

espiritualidad cristiana consiste en vivir la existencia humana como Jesús la vivió: en perfecta obediencia a Dios y en extremo amor al prójimo.

Cierto que en el horizonte está la cruz. Pero esta experiencia se comprende a la luz de la existencia de Jesús y no a la inversa. Es Jesús quien en la cruz desvela la gloria auténtica: la humildad de Dios, su amor loco por la humanidad, su capacidad de sufrir por amor. Es por ello que la vida espiritual cristiana requiere como condición que la persona asuma el seguimiento día tras día en libertad y por amor, seducidos por el amor que Dios ha manifestado en Jesús y sin retroceder ante la fatiga y el sufrimiento.

La existencia humana de Jesús, en todas y cada una de sus etapas es referencial. Pero el acto de fe en Él sólo encuentra su fundamento en la resurrección. Quienes viven la espiritualidad cristiana están llamados a vivir como resucitados, liberados por el Espíritu y caminando conforme a sus anhelos, o sea conforme a la justicia, amor, paz y alegría, ya que el Espíritu de Dios creador y de Cristo salvador habita en ellos y ellas.

Porque desde la experiencia de Jesús, la resurrección no consiste en una solución al problema de la muerte a partir de la cual alguien pudiera aventurarse a pensar que no le acontecerá. Tampoco consiste en un volver a comenzar lo que ya había sido. Lo que revela la experiencia culmen de Jesús es que reconociendo la inevitabilidad del mal, afirma su superación gracias al poder y amor de Dios.

Y, ¿cómo se vive como resucitados?

Creyendo que somos acompañados por Dios. Es una experiencia interna y profunda que permite, bajo la sabiduría de Dios, un continuo aprender diario y el no sentirse solo y abandonado en momentos difíciles, cuando hay que discernir o cuando se necesita del consuelo de Dios o de una sacudida (Torres, 2003, pág. 324). Sentir la trascendencia en el corazón hace ver las cosas chicas y grandes con mesura y sin desesperación (Boff & Betto, 1999, pág. 100).

Viviendo en libertad. Donde está el Espíritu de Dios, hay libertad (2 Co 3,17). El Espíritu permite discernir cuándo la letra de la ley es muerta y mata.

El pecado que se manifiesta por medio del sistema injusto, no tiene más señorío sobre los que aceptan el desafío de vivir como personas resucitadas (Boff & Betto, 1999, pág. 107).

El poder del Espíritu Santo les transforma en personas seguras y serenas frente a la sociedad hostil. Las personas consideradas como insignificantes por una sociedad que excluye, discrimina y aplasta son “empoderadas” por el Espíritu Santo y dignificadas al rango de hijos e hijas de Dios. El Espíritu les hace sentir su fuerza y dinamismo para desenmascarar sin miedo la mentira que envuelve el sistema pecaminoso (Boff & Betto, 1999, pág. 30).

Viviendo con alegría frente al don de la Vida. En medio de los fracasos pueden proyectarse a lo que será. Su actitud es semejante a los sobrevivientes. Aman la vida y dan gracias a Dios por ella. Disfrutan de la gratuidad y valoran la gracia, la misericordia y el perdón. Esto parece incomprendible para la racionalidad, pero es verdad en la práctica cotidiana (Boff & Betto, 1999, pág. 71).

Los que viven como resucitados son personas que se descentran de sí mismas y optan por ser solidarias con los más necesitados. Su vida transformada hace de sus miembros instrumentos de la justicia para enfrentar la realidad miserable.

### **3.1.1. Espiritualidad cristiana y crecimiento personal**

El proceso de crecimiento de la persona, que trae consigo la espiritualidad cristiana, pasa porque ésta se configure en protagonista de su propia historia. Este proceso dinámico tiene dos aspectos: uno interno donde se va más allá de lo que muestra de sí misma y de la voluntad controlable, para vivir un desenmascaramiento de roles, mentiras existenciales, impulsos ciegos, intereses solapados, etc. (Rivas, 2007, pág. 149). El otro es el que va fuera de sí y se dirige a acoger la riqueza de la vida, a dejarse afectar por la existencia del otro, y a entablar una relación personal y de amor con Dios (Garrido, 1996, pág. 106).

Este proceso implica que la persona sea consciente de su unicidad y desarrolle su existencia en torno a la misma (Rivas, 2007, pág. 156). Ello conlleva que, desde la invitación personal de Dios a una relación de amor, tome la vida en sus manos con la responsabilidad que supone el ejercicio de la propia libertad, aceptando la finitud de su existencia y la consecución de un destino único.

En este sentido cabe diferenciar entre realización de la persona y fundamentación. Por la primera se entiende el desarrollo de las capacidades y propias posibilidades, como puede ser una cierta madurez humana, la autotranscendencia en el amor o su apertura al Absoluto. En el caso de la fundamentación, esta experiencia se convierte en gracia cuando el camino de realización personal pasa por las paradojas de la condición humana y cuando a la persona se le da la experiencia fundante (Vanistendael, 2003, pág. 34; Garrido, 1996, pág. 307<sup>3</sup>). Se descubre agradecida de que todo el camino de autorrealización sólo era previo, necesario y esencial para la nueva libertad de los hijos e hijas de Dios (Garrido, 1996, pág. 135).

La experiencia de Dios se orienta a realizar síntesis de contrarios que la interioridad de la persona intuye pero que no puede unificar, ya que en esta dimensión teologal, la subjetividad no sólo tiene la oportunidad de trascenderse a sí misma, sino que existe la posibilidad de experimentar esa libertad liberada que supera la necesidad de autoposeerse a sí misma; es el gozo de recibirlo todo como don (Rivas, 2007, pág. 158).

### **3.1.2. El lugar de la contradicción en la vida espiritual**

La realidad de la limitación atañe de tal manera a la condición humana que todo el proceso espiritual y de personalización está sometido a contradicciones insalvables; como podrían ser el aprender a tomar la vida en

---

<sup>3</sup> Para Garrido, la experiencia fundante consiste en el primado de la fe: Dios nos amó primero. Esta experiencia establece un nuevo primado del ser y del hacer que libera de la necesidad religioso-moral de autojustificación: la existencia como don. Ya no se afirma que se tiene fe, sino que se es desde la fe. A este respecto las obras dan razón de la fe, pero no la fundamentan; la experiencia del amor gratuito de Dios es la fuente de la existencia.



las manos para abandonarla a la iniciativa de Dios o el que el ser humano se haga responsable de hacerse persona para descubrir que no puede alcanzar su aut plenitud. También lo es luchar contra la injusticia y la opresión para constatar que sólo el perdón libera radicalmente, o el descubrir que la vida consiste en esperar y amar, y no disponer de la Fuente, etc.

En este conflicto se da el paso decisivo a la síntesis de contrarios que es propia de la vida teologal; la dinámica de personalización es de hecho una experiencia dramática de la existencia. Los contrarios son el lugar propio del milagro de la persona reconciliada, realizada, liberada, transformada.

De este modo, la sabiduría de la personalización está en vivir la voluntad de superar el mal y, al mismo tiempo, la libertad de asumirlo. Javier Garrido considera que es posible que la persona se acerque a la libertad interior si es capaz de aceptar la debilidad estructural del yo psicológico, pero no la alcanzará si no es capaz de salir de sí misma; el secreto estaría en vivir la contradicción no como un problema a superar, sino como camino de humildad. Así las cosas, es necesario que la persona centre toda su energía interior en amar a Dios y al prójimo, pero fundamentada en el amor como Gracia. (Garrido,1996, pág. 138).

### **3.2. El proceso espiritual y la resignificación**

Por todo lo anterior, esta espiritualidad puede ayudar a la persona a ofrecer a Dios su sufrimiento, que no es lo mismo que rendirse ante él o al maltratador que lo inflinge, sino más bien, entregar a Dios mismo ese sufrimiento, lo que es consecuencia de un crecimiento interior.

Puesto que la receptividad, la aceptación, y la entrega son elementos críticos para salir de la desesperación y de la pasividad en circunstancias de sufrimiento radical, este camino espiritual requiere afrontar una reformulación de estos componentes, misma que ha sido abordada de manera profunda con el simbolismo de la “noche oscura del alma”, del místico del siglo XVI Juan de la Cruz.

Muchas de las veces, como fruto del desarrollo de la madurez espiritual, esperaríamos encontrar las primeras manifestaciones de santidad visible y gratificante. Sucede más bien lo contrario. Se interpone una experiencia rara que parece bloquear el crecimiento y cerrar todo horizonte de progreso.

En lenguaje bíblico y a la vez psicológico, se habla de la crisis y de las crisis. Es un fenómeno universal y profundo cada vez mayor que se inserta en el proceso humano con plenos derechos. Alcanza todos los estados de vida, grupos, movimientos, experiencias y compromisos (Gutiérrez, 1993).

En este sentido podríamos decir que la Noche Oscura en realidad no se trata de un método espiritual, sino de una ley cristiana fundamental de muerte-resurrección de Cristo. El misterio que aquí se vive con particular intensidad está presente en todos los pasos del camino cristiano.

En términos culturales, se habla más frecuentemente de crisis, las cuales funcionan como ruptura de equilibrios prematuros, para impulsar hacia una madurez superior. En muchos casos la llamada crisis de fe lo que hace es descubrir la falta de consistencia o la inexistencia de convicciones y motivaciones serias. Otras veces las pone a prueba, purifica y robustece.

Los frutos de la crisis se pueden apreciar en varias líneas: a) verificación del estado real de la persona en su ser y obrar; b) consolidación de estructuras y purificación de motivaciones y adherencias residuales: libertad; c) apertura a nuevos horizontes personales y comunitarios; d) una relación más íntima-gratuita con el Señor, desde la humildad y la confianza, que le permite tener otro talante de vida (Ruiz, 1998, pág. 584).

### **3.2.1. Un éxodo nocturno**

La persona en un momento determinado (de crisis) se puede ver privada de la satisfacción de constatar su avance interior. Pueden pasar meses o años antes de caer en la cuenta de que una situación de aparente invalidez (como puede ser la provocada por los miedos o complejos de autoestima), no es ya un problema, aunque no se sepa cómo ha dejado de

serlo. Se ha vivido una experiencia aguda de la propia debilidad, junto con una gran ansiedad por verse libre de ello (Matthew, 2001, pág. 105).

En este sentido, más que hablar de perfección, cuando la persona ha avanzado en el proceso, se subraya el cambio o la transformación que se realiza en el interior de la misma.

Trayendo a cuenta la analogía del vino para las etapas del proceso personal, podríamos decir que una vez superada la etapa del primer amor que asemeja al vino nuevo, fresco y afrutado que puede avinagrarse, nos encontramos con el vino añejo que no teniendo ningún ingrediente nuevo, es estable y fino; un amor que ha sido transformado profundamente y se corresponde internamente con el objeto transformante; se han transformado mutuamente (Matthew, 2001, pág. 118).

Esto es así porque el crecimiento de la persona es en espiral y no en línea recta; los mismos fenómenos de oscuridad, desasosiego o paz interior, reaparecen a diferentes niveles, sin que ello implique necesariamente un retroceso.

Es en este momento donde el acompañamiento tiene una relevancia especial, ya que surge la necesidad de ser alentados al saber que hay una meta, si se quiere seguir caminando. Es mucho más fácil continuar por rutas nuevas cuando alguien va acompañando.

Pero a este respecto, Juan de la Cruz aborrece a los directores o acompañantes que encasillan a sus dirigidos, porque considera que cada uno tiene su propio itinerario y éste es muy personal, además que ningún director dispone de un mapa bueno para todos.

En este sentido, no es que Juan de la Cruz exacerbe un sentimiento de libertad y autonomía personal que ya ha sido superado en etapas anteriores, sino que hace caer en cuenta que existe un guía para el itinerario de cada persona: el Espíritu Santo (Matthew, 2001, pág. 107).

Esta constatación parte de una certeza que paso a paso se ha hecho vivencia desconcertante: la existencia de Dios como Alguien comprometido e implicado, donde la tarea es suya y sus seguidores a veces colaboran.

Estos son dos aspectos característicos del éxodo nocturno: que hay una meta y aunque los mapas no están claros, el guía principal es infalible.

### **3.2.2. Frutos de la Noche**

Un segundo elemento para Juan de la Cruz, es considerar que lo que está por venir vale realmente la pena.

La noche es ante todo un viaje a la verdad; ofrece una perspectiva de cambio ante el omnipresente ego (Pacho, 1998, pág. 191). La inutilidad de los propios esfuerzos, el desánimo ante lo que resulta excesivo, pueden llevar finalmente a la persona a vivir serena en su verdad en presencia de otros. Cuando el otro es Dios, esta actitud se llama humildad (Matthew, 2001, pág. 120).

No se trata de una sumisión indigna; se trata de haber comprendido que se es parte de algo mucho más grande; algo que nunca se había considerado o imaginado.

Se adquiere además una sensibilidad más fina respecto al dolor ajeno. La noche ablanda la sequedad hacia otros, típica de quien está lleno de sí mismo (Pacho, 1998, pág. 201). Cuando la persona gana en conocimiento de sí misma, se hace presente la mansedumbre hacia Dios, hacia uno mismo y hacia el prójimo. A este respecto el mismo San Juan de la Cruz considera:

*“...ablandada y humillada por las sequedades y dificultades (...) Dios la ejercita (a la persona), se hace mansa para con Dios y para consigo y también para con el prójimo” (Herráriz, 1992, pág. 466)*

Las relaciones ganan en simplicidad. Allí donde las relaciones podrían estar enturbiadas, Juan de la Cruz augura transparencia: *“Cuando el alma entrare en la noche oscura, todos estos amores pone en razón”* (Pacho, 1998, pág. 553). Lo que posibilita la noche es que la persona viva asentada

en la propia verdad, en la verdad del Otro y, sobre todo, que se experimente liberada por esa verdad para el amor.

Lo que el viaje de la noche provee, porque se le ha arrebatado a la persona el control del que disponía, es la ayuda para recoger todo el potencial humano desperdigado, poniéndolo al alcance de la persona y permitiéndole usarlo para el amor; *“el amor no deja de ser una sorpresa para el que ama como para el que es amado”* (Ruiz, 1998, pág. 110).

### **3.2.3. El sufrimiento como noche oscura**

Siendo fieles a la experiencia de Juan de la Cruz, habrá que precisar que no todo sufrimiento es noche, pero todo sufrimiento puede convertirse en noche si la experiencia reúne tres elementos:

#### **a) La profusión de Dios.**

Cuando la persona admite que no es capaz de sanarse, puede aligerar la tensión en que vive, pero no es suficiente para crear esperanza. Lo que hace dichosa la noche es la seguridad de que Quien le puede curar, lo quiere. Dios tiene la posibilidad de entrar allí donde la puerta está abierta, porque se empeña en obsequiar.

*“Esta dichosa noche, aunque oscurece al espíritu, no lo hace sino para darle luz para todas las cosas; y aunque lo humilla y pone miserable, no es sino para ensalsarle y levantarlo”* (Herráriz, 1992, pág. 491)

#### **b) La oscuridad: el sufrimiento inexplicable.**

Juan de la Cruz no impone el sufrimiento, sino que intenta ayudarnos a usarlo de manera ventajosa. El sufrimiento no es ni extraordinario ni absurdo para Dios. Considera que si Dios sostiene todas las cosas en su existencia, está claro que el sufrimiento no es la excepción:

*“El sufrimiento es el lugar donde el amor no solamente entra en el alma, sino que abre el espacio para el amor” (Ruiz, 1998, pág. 129).*

Este es el secreto de Dios con el dolor: abre los candados del ego que la persona no es capaz de abrir. Esto trae consigo otra convicción, que se es sanado especialmente en aquellas situaciones que nos privan del propio control. San Juan de la Cruz nuevamente precisa que:

*“Esta noche oscura es una influencia de Dios en el alma que la purga de sus ignorancias e imperfecciones habituales, materiales y espirituales (...) en que de secreto Dios enseña al alma y la instruye en perfecto amor”. (Herráriz, 1992, pág.478)*

Cuando Juan de la Cruz quiere presentar esta crisis en su estado puro, hablará sobre la oración mística; es la oración en la que el sello de lo divino se imprime en la mente y en los sentimientos, pero que se vive como doloroso contraste; la persona vive, en cuanto ser humano, como fuera de sí misma; como pecadora que sufre la tremenda contradicción entre lo que ella es y la amorosa atmósfera en que Dios la envuelve. Todo es enormemente contradictorio.

En la noche mística, la oscuridad es provocada por la proximidad de Dios. Cuando las luces se debilitan, cuando el sentido del dónde, del cuánto y del cómo pierden fuerza, cuando sucede lo impensable, entonces es cuando Dios, que es mayor, tiene la oportunidad de invadir a la persona.

### **c) Una respuesta positiva de fe y conformidad.**

Juan de la Cruz considera que no basta con consolar, sino es imprescindible que la persona colabore, de modo que el sufrir sea positivo y que ella vaya encontrando sus propias respuestas y se disponga a nuevas síntesis.

Muchas de las veces, en la experiencia de dolor la persona dedica las energías a contrarrestar las debilidades personales de las que anhela verse libre y las situaciones negativas con que se topa en la vida. Si estos intentos siguen su curso, el primer esfuerzo puede abrir la puerta al desánimo y el segundo al resentimiento. La manera de no dejarles seguir su curso es la ofrecida por la noche: no escapar ni resistir al cambio, descubriendo el dedo de Dios en la misma oscuridad. Para la persona está en juego el verse libre de ella misma para ser llenada de la plenitud de Dios.

*“Y pues él es el artífice sobrenatural, él edificará sobrenaturalmente en cada alma el edificio que quisiere, si tu se lo dispusieres, procurando aniquilarle acerca de sus operaciones y afecciones naturales con las que ella no tiene habilidad ni fuerza para el edificio sobrenatural”. (Herráriz, 1992, pág. 836)*

Es esencial confiar que el dedo de Dios está ahí y puede transformar el dolor. El secreto está en la confianza, que lleva a desechar el pánico, a no sufrir indebidamente, a echar mano de los recursos de Otro; en definitiva es dejarse llevar por Él.

### **A modo de conclusión**

En este apartado hemos abordado la espiritualidad como la dimensión interior que surge en la persona a través de la búsqueda de sentido. Se ha planteado lo propio de la espiritualidad cristiana en cuanto a la invitación personal y profunda a un encuentro amoroso con Dios. De este modo, la persona se ve impulsada por el Espíritu al seguimiento de Jesús y a vivirse como resucitada.

Por otro lado, se constata que la espiritualidad se inscribe en el proceso de crecimiento de la persona, donde un elemento importante de dicho proceso es la integración de la propia contradicción; la resignificación.

Por último, se ha dado cuenta del proceso interno de la Noche Oscura que es constitutivo de todo camino espiritual y que se orienta como se ha mencionado con anterioridad, no sólo a la resignificación y madurez de la persona, sino a fundamentar su existencia desde un Amor mayor, de tal modo que tenga más vida y gane en libertad, autonomía, fortaleza, paz. Porque, al fin de cuentas, esa es la invitación de Dios: vernos liberados por su Amor y libres para amar, sabiendo que todo es gracia.

Desde esta dimensión espiritual, surge la necesidad de un acompañamiento que oriente el proceso de integración y de búsqueda de sentido a la experiencia de adversidad que lleva a cabo la persona. Es por ello que en el siguiente apartado se abordará el tema del acompañamiento, como una mediación que desde la fe promueve la resignificación.



#### **4. El acompañamiento psicoespiritual como proceso de resignificación de una experiencia traumática**

En la primera parte de nuestra investigación hemos constatado que la violencia trastoca y debilita diversas dimensiones de la persona, tales como la estima de sí misma, su capacidad de afrontar la adversidad, sus relaciones interpersonales y consigo misma, el crecimiento y fortalecimiento de sus capacidades, situación que la deja vulnerable y le quita la posibilidad de enfrentar de una manera adecuada los desafíos que se le presentan.

En la segunda parte, la propuesta de la resignificación nos ha permitido considerar los elementos que pueden fortalecer a la persona aún cuando ésta se ha visto vulnerada. La búsqueda de sentido de una experiencia pasada, permite que la persona gane en claridad y libertad, posibilitándole una mayor estabilidad, creatividad y una amplitud de horizontes. De esta manera, la persona que antes se consideraba víctima de unas determinadas circunstancias, ahora se entiende como protagonista de su propia historia, no a pesar de lo que ha vivido, sino a partir de ello.

Para ello, la espiritualidad cristiana se constituye en un factor resiliente al considerar que la persona humana se encuentra existencialmente en la búsqueda de sentido; abierta a la trascendencia, no sólo como capacidad de ir más allá de sí misma, sino como capacidad de acogida de otros, del Otro.

Así las cosas, ahora centraremos nuestra atención en el acompañamiento, de tal modo que podamos obtener algunos elementos pertinentes para el proceso de crecimiento que la persona que ha sufrido violencia lleva a cabo.

##### **4.1. ¿Que es el acompañamiento?**

Por acompañamiento entendemos lo que Bruno Giordani (1985) nos propone al citar al P. Johnson cuando este define el coloquio con finalidad espiritual:

*“Una relación en la cual un hombre ayuda a otro a profundizar en el conocimiento de sí mismo, a adquirir la capacidad de planificar*

*con sentido de responsabilidad la propia vida, de modo que ésta corresponda en la medida de lo posible al valor y al significado de su existencia en la sociedad”* (pág. 69).

Así, el acompañamiento permite a la persona crecer en el modo que tiene de relacionarse con Dios y que a su vez aprenda el modo que Él tiene de relacionarse con ella (Valenzuela, 2006, pág. 22). A la luz del misterio de la Encarnación del Señor, que es propia del proceso de acompañamiento, la experiencia espiritual toma a toda la persona, en todas sus dimensiones y en su contexto.

De este modo, acompañar a una persona en su proceso de crecimiento e integración, implica que ella vaya enfrentando y asumiendo las diversas situaciones que afectan su vida y ayudarla a que vaya encontrando el modo de vivirlas, asumirlas y resolverlas siempre en una mayor madurez espiritual, de tal modo que pueda reconocer que Dios habla y al mismo tiempo ella se relacione con Él en medio de las circunstancias de la propia existencia (Valenzuela, 2006, pág. 27).

## **4.2. Elementos terapéuticos en el acompañamiento psicoespiritual**

### **a) Aceptación de la persona**

El ser humano está movido por una orientación positiva (Giordani, 1985, pág. 28). Ante ello, la persona que acompaña no puede más que adoptar una actitud de empatía a fin de comprender verdaderamente lo que siente la persona, aunque esto en determinadas circunstancias no resulta fácil (Giordani, 1985, pág. 84).

En la medida en que la persona se experimenta verdaderamente aceptada por quien la acompaña, ella puede comenzar a aceptarse a sí misma (Giordani, 1985, pág. 84). Esto puede sonar como algo relativamente sencillo, sin embargo, Rogers considera que la ayuda eficaz implica que el terapeuta se desprenda de su estructura aparente y sea coherente, es decir,

que haya un acuerdo entre su fuero íntimo (lo que piensa y lo que siente) y lo que expresa (gestos y palabras).

### **b) Estructura**

La relación cálida no debe dejar de ser, fundamentalmente, estructurante. Esto hace referencia a la dimensión directiva que desarrolla el acompañante o terapeuta. Una estructura estable debe ser consistente y predecible, de tal modo que permita a la persona sentirse tranquila, segura, protegida y confiada.

Estos elementos ayudan a la persona a contrarrestar el mundo desorganizado, impredecible y violento que ha experimentado. Sin embargo, esta relación estructurada debe ser lo suficientemente flexible para adaptarse a las necesidades de desarrollo (González, 1996, pág. 18).

Esta estructura terapéutica se hace presente en el horario y día de la sesión, en la estabilidad del orden, en el encuadre<sup>4</sup>, en la celebración de los logros y esfuerzos, en el término del acompañamiento, etc. (Giordani, 1985, pág. 86).

Siendo una relación de corresponsabilidad, la estructura envía el mensaje a la persona de que si bien es cierto que se le proporcionará la seguridad y protección necesaria, en un contexto de respeto y aceptación fundamental, también lo es que no se le permitirá que controle la relación, ni el espacio de encuentro de modo destructivo (Barudy, Dantagnan 2009, pág. 238).

---

<sup>4</sup> Encuadre; es el continente en el que se desarrolla la entrevista, mismo que permite llevar a cabo el proceso y que éste sea lo más dinámico posible; contrapone el orden frente al caos interior del cliente. Simón Brainsky Manual de psicología y psicoterapia dinámicas Fundamentos de Psicoanálisis. Carlos Valencia Editores Bogotá. 1996. p. 258.

### **c) Empatía**

Los acompañantes se ven en la necesidad de mantenerse proactivos, con signos de empatía, cálidos y cuidadores, pues estas actitudes les impedirán reaccionar negativamente, con hostilidad, distancia o indiferencia a provocaciones (Giordani, 1985, pág. 83).

De lo que está hablando es de una relación definitivamente estructurada y tolerante que permita a la persona ganar en comprensión de ella misma hasta el grado de que le permita dar pasos positivos a la luz de la nueva orientación.

Esto sólo es posible cuando el acompañante se implica empáticamente, valorando a la persona como un ser humano que se encuentra en un proceso de búsqueda con sus propias capacidades para desarrollarse y crecer.

De este modo, la persona se ve confirmada en su propia existencia autónoma y en la valía de su propia identidad, que a consideración de Rogers es la base de su desarrollo personal. (Brazier, 1997, pág. 53)

### **d) Apoyo**

Se debe promover una especie de bastón psicológico, donde la persona se pueda apoyar mientras sus heridas se reparan. Este apoyo debe adaptarse a las necesidades y capacidades de la persona, ofreciendo un abanico de herramientas y técnicas que faciliten la comunicación y la expresión.

La resiliencia desde su planteamiento positivo, nos recuerda que todo ser humano, niño o adulto, necesita ser amado. El amor significa la aceptación profunda de la persona, su reconocimiento estable en la vida de otro, aun cuando se manifiesten comportamientos o rasgos de carácter que no se pueden aceptar (Vanistendael, 2002, pág. 29).

Es interesante constatar que la ayuda material y los servicios son importantes y en determinados momentos imprescindibles, sin embargo, no

lo es menos la muestra de cariño, los consejos, el refuerzo de la autoestima y del sentimiento de pertenencia. Para Vanistendael (2002) existe una relación directa entre la presencia de un sostén social eficaz y el equilibrio psicológico de una persona (pág. 30). Para él cuenta más la calidad que la cantidad en este campo, donde la presencia de un compañero comprensivo es frecuentemente la principal fuente de resiliencia.

### **4.3. La resignificación en el contexto del acompañamiento**

Para la persona en crecimiento la resignificación, en el contexto del acompañamiento, se orienta a una transformación interna en la forma de verse a sí misma, de tal modo que puedan integrarse en ella tanto sus capacidades como sus debilidades y dolores y desde allí salir creativamente al encuentro de los demás. Es por ello que, la persona que ha profundizado en el sentido de su existencia esta orientada a ganar en la libertad para amar.

Para la experiencia humana y cristiana no hay nada más exigente que la gratuidad. El deber tiene un precio y le corresponde su paga; se satisface cumpliendo la obligación. Esto no cabe para con la gratuidad del amor, que no tiene fronteras.

De este modo, la creatividad del amor gratuito es fundamental en el proceso de fe, porque para Juan de la Cruz ser creyente es pensar que Dios basta. La noche de los sentidos debe desnudar y liberar de las idolatrías que llevan a la persona a confiar en todo aquello que no es Dios y que sería entregar nuestra vida a la obra de sus manos.

Desde el amor gratuito que la persona experimenta desde su propia pobreza existencial (humildad), como oportunidad y cercanía confiada en Dios, y que le lleva a vivirse como resucitada en medio de las contingencias de la vida cotidiana: ¿Cuáles serían los elementos a considerar en el proceso de acompañamiento?

Para el acompañamiento espiritual de personas que están viviendo un proceso de crisis puede ser oportuno tener como referencia el decálogo

propuesto por Pangrazzi (1993, pág. 121). En la situación de la persona que ha sufrido una situación dolorosa que le ha implicado una pérdida, como es el caso de la violencia, los elementos pueden ser;

**a) Familiarizarse con los procesos de duelo** (V/s. evitar situaciones de vulnerabilidad y dolor intenso)

Habría que afirmar en primer lugar, que las crisis tienen más potencial de maldición que de bendición, que están más abiertas a la blasfemia que a la plegaria.

Pero dicho esto, hay que afirmar también que en esas crisis, -que dicho sea de paso no son causadas por Dios ni es que las permita, pero que llega hasta nosotros en ellas-, Dios emerge para nosotros en forma de pregunta y de oportunidad: como timón de profundidad que opera un cambio de ruta, como podadera que dirige el crecimiento, como canalizador de la savia interior (García, 1997).

**b) Aceptar la herida o cicatriz** (V/s. usar frases hechas que buscan minimizar el sufrimiento)

La verdad es que no hay crecimiento personal sin dolor; aún más, no hay posibilidad de creatividad en la vida si uno no se conecta con el dolor. La vida se va construyendo sobre las renunciaciones y la paciencia que el duelo hace crecer.

En la vida existe el dolor humillante frente a la propia debilidad y fragilidad. Existe el dolor en la propia vida causado por otros, resultado de una infidelidad, de una traición, de la discriminación, etc. Sin embargo, parece existir un dolor que tiene sentido porque hace crecer y madurar. También hay un dolor que dignifica y fortalece porque es la consecuencia o el resultado de opciones personales a favor de otros o de la misma persona. También existe el dolor arrepentido antes los propios errores (Mifsud, 2005, pág. 14).

La aceptación de la condición humana implica la aceptación del dolor, dejando de lado las preguntas que no tienen solución y emprendiendo el camino de aprender a vivir con él, de encontrar vida en medio de la muerte, abriendo la posibilidad de mirar hacia delante.

**c) Saberse acompañado por Alguien en el silencio** (V/s. sugerir o imponer soluciones prematuras)

La experiencia de fe ya no deja que el yo de la persona se apoye en su valía, en su poder o en sus obras, sino sólo en Él y en su amor. Tampoco permite que el yo se apoye en sus fracasos y en el mismo sufrimiento. La persona de fe se entrega en manos de un misterio, al que tantas veces ha experimentado como misterio acogedor.

Entregarse a Dios y a su Reino en la acción, en los trabajos, en el cansancio, y entregarle el sufrimiento que todo ello pueda conllevar, no es lo más difícil. Menos aún lo es entregarse a Dios y a su Reino en las pasividades de crecimiento que suponen una inmensa alegría. Pero entregarse a Dios y a su Reino en las pasividades de disminución, en la crisis, es un milagro total.

Por ello que la experiencia de fe causa tanto asombro a quienes son sus protagonistas: esos ancianos, por ejemplo, que envejecen con paz, bendiciendo, o esos hombres o mujeres injustamente tratados, humillados, que no reaccionan desde las heridas que les han infligido, sino desde la bondad y el perdón. Que suceda algo así es un auténtico milagro que da razón de Alguien más:

*“Frente al dolor, el ser humano descubre que es buscador (finder) y no fundador (founder) del sentido. Es la experiencia de ser creatura, de no tener todas las respuestas, de encontrar significado sobre sí mismo haciendo referencia fuera de sí mismo. Es la apertura a la trascendencia”* (Mifsud, 2005, pág. 16).

**d) Dar oportunidad de narrar la historia** (V/s. evitar recuerdos y situaciones pasadas)

Las crisis sitúan a la persona ante los límites de su propio ser y, una de dos, o las rechaza y entonces rechaza al mundo y a Dios, tal como son, o las elabora cristianamente y entonces entra en una aceptación del mundo como es y de Dios como es. La no elaboración religiosa de las crisis va a provocar en la persona reacciones peligrosas, ya que tales disminuciones no la van a dejar amar bien a la vida ni amar bien a Dios.

Que la persona se una a Dios significa que emigre a Él, sin dejar de ser ella misma. La muerte es la definitiva emigración al Otro, la unión total con Él, sin dejar de ser nosotros mismos. Esto es difícil de imaginar en una cultura como la nuestra, en la que se produce una “hiperinversión de energías en las cuestiones del yo” (García, 1997).

**e) Acompañar opciones que ayudan a elaborar y salir adelante** (V/s. rigidizarse en costumbres, libretos emocionales y en el “deber ser”)

Como hemos mencionado con anterioridad, esta experiencia de encuentro y relación con el Señor desde la noche oscura posibilita a la persona vivir serena en su verdad en presencia de otros; cuando el otro es Dios, esta actitud se llama humildad.

No se trata de una sumisión indigna. No es cuestión de “humillarse”, sino de “humildarse”, de convertirse en “tierra fértil”. “Bienaventurados los humildes, porque ellos poseerán la tierra”, dice Jesús (Mt 5,5). Poseerán la tierra sin poseerla, porque ellos mismos se habrán transformado en tierra (Melloni) También se hablado de que esta experiencia produce una sensibilidad más fina respecto al dolor propio y ajeno, como parte de la experiencia en Dios.

Aunado a lo anterior, se espera que las relaciones ganen en simplicidad de la verdad y transparencia que las fundamentan y actualizan. Recordemos que lo que posibilita la noche es vivir asentado en la propia



verdad, en la verdad del Otro y, sobre todo, el verse liberados por esa verdad para el amor.

Diciéndolo de otro modo y a riesgo de ser repetitivos, lo que posibilita el viaje de la noche, una vez que la persona ya no dispone del control de su existencia, es la ayuda para recoger todo el potencial humano desperdigado, poniéndolo a su alcance y permitiéndole usarlo para el amor. El amor no deja de ser una sorpresa para el que ama como para el que es amado.

En este contexto, Garrido considera que la vida teologal consolida dinanismos humanos. El despliegue de la vida teologal supone el fortalecimiento del yo, pero no en función de la autoposición, sino de la aceptación de la propia finitud, lo que le posibilita hacer nuevas síntesis y plantearse la vida con un talante diferente. (Garrido, 2002 , pág. 92).

**f) Tomar todo el hilo de esperanza como un gancho o estímulo para mirar hacia delante (V/s. poner esperanzas irreales)**

Como hemos mencionado, el sufrimiento es espada de doble filo. Para quien la vida consiste en felicidad controlable, será causa de sin sentido y de ansiedad permanente, puesto que el dolor siempre está ahí como posibilidad real. Para quien lo importante es vivir a fondo, porque quizá el mismo sufrimiento así se lo ha propuesto, amar incondicionalmente será la piedra de toque de la calidad de su existencia. A ello se ha comprometido Dios en su existencia.

El horizonte es la experiencia personal de este Amor gratuito de Dios, que le permite a la persona verse pacificada en su verdad, vivir en profundidad y creatividad, ganar en libertad y generosidad con respecto a los demás, en la confianza de un Amor que no puede controlar y que le ayuda a realizar síntesis vitales, trascendiéndose a ella misma, porque descubre que Vive en ese Dios, al que no posee y del que no puede dudar.

## **A modo de conclusión**

Como se ha planteado con anterioridad, la espiritualidad constituye para toda persona la capacidad de verse a sí misma y a su realidad de una manera más amplia y más profunda, lo que le da elementos para reformular el sentido de lo que ha vivido, desde su experiencia de fe.

En el presente apartado se han hecho referencia a algunos elementos terapéuticos que contribuyen al proceso de resignificación desde la fe y en el contexto de acompañamiento.

De igual modo, se ha planteado un itinerario de acompañamiento que acogiendo la realidad dolorosa de la persona, permita su resignificación.

## **CAPITULO SEGUNDO**

### **MARCO METODOLÓGICO**

#### **1. Metodología**

Para realizar la presente investigación se ha elegido el método cualitativo ya que, como plantea Taylor S.J. y Bogdan R. (1992) es el método humanista que permite conocer a la persona y experimentar lo que ella siente en sus luchas cotidianas.

*“Si estudiamos a las personas cualitativamente, llegamos a conocerlas en lo personal y a experimentar lo que ellas sienten en sus luchas cotidianas en la sociedad. Aprendemos sobre conceptos tales como belleza, dolor, fe, sufrimiento, frustración y amor, cuya esencia se pierde en otros enfoques investigativos” (pág. 21).*

Este modelo descriptivo y longitudinal, que es propio del modelo cualitativo de investigación, permite recoger de manera sistemática las experiencias de la persona, así como el sentido que le ha dado a las mismas. A este respecto cabe decir que se utilizará la entrevista a profundidad en cuanto modelo de conversación entre iguales y no como el intercambio de preguntas y respuestas (Taylor & Bogdan, 1992, pág. 101) que sigue un formato predeterminado.

#### **2. Trabajo de campo**

##### **2.1. Definición de la investigación**

Esperanza es el nombre ficticio de la acompañada. Pero la realidad es que la conocí a través de un grupo de personas que acompañan a enfermos afectados por el VIH/SIDA, y después de un tiempo de conocimiento mutuo, surgió la posibilidad de establecer una nueva relación desde su situación personal y desde mis estudios para capacitarme en el acompañamiento psico-espiritual, y nos lanzamos a esta hermosa aventura.

Nos pusimos de acuerdo e iniciamos un proceso de acompañamiento que supuso dieciocho entrevistas personales y algunas visitas a su hogar y entorno familiar.

Esperanza tiene actualmente 40 años y es originaria de una localidad del sur de Chile. Es la mayor de siete hermanos de una familia de campesinos de clase baja. A ella sólo se le permitió estudiar hasta el cuarto básico, ya que se le dio la responsabilidad de ayudar en las labores del hogar y de cuidar de sus hermanos.

Esperanza es una mujer joven, que desde el inicio se mostró como una persona esforzada, alegre, responsable y sensible a la situación de los demás. Es alguien sociable, amistosa y emprendedora. En ella se descubren rasgos de una mujer digna que dentro de su sencillez cuida del arreglo tanto de su persona como el de sus hijos, una persona que por su perseverancia y su nobleza interior con facilidad se solidariza con quien necesita de su ayuda.

Esperanza es viuda y madre de cinco hijos (cuatro mujeres y un varón). Tuvo a su primera hija a la edad de 21 años con su primera pareja. Sus demás hijos nacieron de su segunda relación. Ella contrajo el virus del VIH/SIDA hace seis años por contagio de su pareja, la cual falleció por este padecimiento hace 4 años.

Esperanza e hijos conforman una familia de escasos recursos, lo que le lleva a tener constantes problemas económicos. Esta situación se ve agravada por la imposibilidad que experimenta Esperanza, a partir de su enfermedad, de conseguir un trabajo estable y justamente remunerado<sup>5</sup>.

La situación que Esperanza considera como central en su vida es la experiencia de violencia y maltrato que sufrió desde pequeña por parte de su madre que actualmente tiene 60 años de edad y a quien considera como la persona más significativa<sup>6</sup>.

---

<sup>5</sup> Su dificultad no es sólo de salud, sino de una ambigüedad de la ley laboral. Ella ha sido catalogada por la ley como pensionada por enfermedad, situación que le prohíbe contar con contrato laboral; esta situación se presta para abusos. Por otro lado, para hacer efectiva dicha pensión ella necesita laborar 6 meses. Después de año y medio ella no ha recibido el beneficio que por ley le corresponde.

<sup>6</sup> Su padre, si bien es alguien presente en el contexto familiar, es una figura ausente y poco considerada.

El que esta situación de desprecio y el rechazo de parte de su madre se haya extendido hasta la actualidad, ha traído como consecuencia que Esperanza viva la confusión, la tristeza, la culpa, la incertidumbre.

Con respecto a sus hermanos, la relación se mantiene estable y con cierta cercanía con algunos de ellos. El trato que recibe de su parte, la mayor de las veces, no es beneficioso para ella, ya que ellos tienden a criticarla y en momentos abusan de sus pocos recursos económicos, aun cuando tienen una mejor situación. Ella tiende a justificar tanto el trato de su madre como el de sus hermanos a partir del afecto que experimenta por ellos.

Esperanza es una mujer de fe que experimenta la cercanía de Dios en la vida cotidiana y se sabe acompañada por Él. Sin embargo, ella proviene de una familia evangélica que se caracteriza por una visión rígida, moralizante y excluyente tanto en la interpretación de la fe como de los acontecimientos de la vida cotidiana. Esto le ha llevado a justificar desde la fe la violencia que padece y el trato que recibe de sus familiares.

En el año 2010 decide iniciar el acompañamiento psicoespiritual, con el deseo de abordar, desde un contexto de fe, su experiencia de vida y de un modo particular, la situación de violencia que ha sufrido desde las primeras etapas de su vida por parte de su madre.

## **2.2. Selección y recopilación de los datos**

La entrevista cualitativa en profundidad, que consiste en reiterados encuentros cara a cara entre el acompañante y la acompañada, fue el método que se utilizó para la recolección y selección de datos. Dichos encuentros tuvieron por objetivo la comprensión de las perspectivas que tiene la acompañada con respecto a su vida, experiencias o situaciones, tal como la expresa con sus propias palabras.

El tipo de entrevista en profundidad que se utilizó principalmente es la denominada historia de vida, que plantea al acompañante el aprehender las experiencias destacadas de la vida de la persona y las definiciones que esa persona aplica a tales experiencias (Taylor & Bogdan, 1992, pág. 103).

El registro de la observación no estructurada como herramienta para la recolección de datos se constituyó en la base de los procesos descriptivos e interpretativos que articulan la exposición de resultados.

Pasos en el proceso de aplicación y recopilación de los datos para la investigación:

- Los encuentros de acompañamiento.
- Nota ampliada de los encuentros.

### **2.3. Técnica de análisis**

La técnica que vamos a utilizar en este trabajo es la *historia de vida*, la cual desde las vivencias o experiencias personales de la acompañada, nos permitirá enfocar los intereses de nuestra investigación y seguir los beneficios de las intuiciones (Taylor & Bogdan, 1992, pág. 174).

### **2.4. Sistematización o codificación de los datos**

Después de haber realizado dieciocho encuentros el investigador procedió a dar los pasos correspondientes, tales como:

- Observar los escritos de las notas ampliadas de los encuentros de acompañamiento para seguir las pistas de los temas emergentes.
- Sistematizar los conceptos dando un sentido a las temáticas correspondientes, quedando así dicho material, organizado y distribuido para el análisis e interpretación de los datos más adelante.

## **III. ANÁLISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS**

Para el análisis de los datos que fueron fruto de los encuentros y que quedaron consignados en los registros se tendrá presente lo que nos propone Taylor y Bogdan (1992):

- a) Los datos determinan los procesos y productos de la investigación. Para ello se realizará una categorización de la información obtenida en los registros, tratando de dar una denominación común a un conjunto de información que comparten la misma idea (pág. 167).
- b) Los procesos analíticos llevan al descubrimiento y desarrollo teórico y no a verificaciones de ideas preconcebidas (pág. 159).
- c) El muestreo se hace con base a lo que emerge en la investigación; refina, elabora y complementa categorías pensadas (pág. 161).
- d) El análisis mismo permite avanzar en los niveles de abstracción de los mismos (pág. 163).

Los procedimientos de este método incluyen comparación constante, muestreo teórico y sensibilidad teórica que llevan a considerar como criterios del presente trabajo la significancia, la compatibilidad entre teoría y observación, generalidad, reproductividad, precisión, rigor y verificación (pág. 155).

#### **IV. PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS**

El análisis de los datos recopilados a través de la entrevista en profundidad arroja evidencias que han permitido identificar temas y desarrollar conceptos y proposiciones.

##### **1. La experiencia de la violencia**

La acompañada consideró que su experiencia de la enfermedad fue sin duda algo que le cambió la vida y que requirió de su constante cuidado. Sin embargo, una situación que le afectó desde su niñez de una manera significativa es la experiencia de violencia que sufrió al interior de su familia:

*“...Considero que con ellos (mi familia) he vivido cosas que traigo en mi interior. Es como una cruz de la que necesito liberarme”.*

La experiencia que la marcó y que ha estado presente a lo largo de toda su vida es la experiencia de rechazo y violencia que sufrió por parte de

su madre. Considera que en estos años no logró comprender los motivos de esa realidad de maltrato que padeció desde niña. Por mucho tiempo la acompañó la incertidumbre:

*“Algo que ha marcado mi vida desde chica es el sentir el desprecio de mi madre; golpes e insultos. Fue una experiencia que se fue repitiendo a lo largo mi vida y en un momento una se pregunta: ¿por qué mi familia no me quiere? Es una pregunta que no encuentra respuesta y que nadie responde”.*

La acompañada conservó recuerdos que le son significativos y que la conmueven como el hecho que menciona:

*“A los 12 años mi madre me pegó tan fuerte que creí que me iba a matar a golpes por algo que no hice... en medio de su ira me dijo que me odia con todo su ser y me maldijo”.*

Ella consideró que recibió un trato diferente con respecto a sus hermanos cuando relata:

*“Mi madre siempre me ha tratado con distancia y con desprecio. Desde niña me agredía y me enviaba a trabajar más que mis hermanos; no sé si era así porque soy la mayor”.*

Así mismo, consideró que a partir de que adquirió la enfermedad del VIH/SIDA, la violencia de los cercanos se hizo más intensa:

*“...Aún cuando mi padre me dijo que me iba a seguir apoyando, mi madre y mis hermanos me han mirado con desprecio. A veces creo que ellos consideran que es un castigo que Dios me envió por algo que hice mal. En momentos hemos tenido dificultades y ellos me han insultado. Considero que me marginan y en momentos me evitan. Yo trato de que no me afecte pero en momentos no puedo evitarlo”.*

Entre las dificultades que encontró como portadora del VIH/SIDA está lo económico,

*“me encuentro pensionada por discapacidad, sin embargo de eso hace algunos años y todavía no recibo nada, lo cual dificulta la manera de sostener a mi familia”.*



También ha sufrido la discriminación:

*“Cuando me hospitalizaron, la enfermera me menospreciaba y me discriminaba en el trato. En momentos se enojaba, me retaba o criticaba”. También agrega, “cuando vas a pedir hora de consulta al hospital, nos tratan de manera despectiva y nos hacen esperar sin motivo”.*

Este trato discriminatorio lo percibió dentro de las redes de apoyo que buscaron acompañarle cuando,

*“(en la iglesia) nos dan mercadería, y allí te encuentras gente buena que te quiere ayudar y que se interesa por ti, sin embargo en ocasiones hay personas que te ven de manera negativa y como que quieren controlar tu vida diciéndote qué hacer y qué no hacer”.*

De este modo, la experiencia de maltrato que sufrió desde la infancia por parte de su madre, se va consolidó como una de las experiencia más significativas de la acompañada. Una experiencia que ha guardado en su interior y que ha optado abordar en el proceso de acompañamiento.

## **2. Elementos resilientes en la persona**

Esperanza, para hacer frente a su experiencia dolorosa desarrolló una serie de recursos que le permitieron ir adelante y adaptarse lo mejor posible a sus circunstancias.

Una dimensión que fortaleció a la acompañada fue su relación con Dios, la cual se caracterizó por ser constante y cercana, muy unida a lo vital. Ella se sintió acompañada desde esta experiencia de fe y consideró que le permitió seguir adelante en la certeza de que el Señor nunca la dejaría ni a ella ni a los que acuden a Él con confianza:

*“Yo sé que (Dios) está conmigo y que no me ha dejado sola. Sé que me ha ayudado en los momentos más difíciles de mi vida y sé que me seguirá ayudando”.*

Por otro lado, se pudo constatar que es una mujer fuerte y perseverante que no se da por vencida ante lo adverso:

*“...me ayuda el ser una persona esforzada en medio de las dificultades que se presentan en lo cotidiano. El saber que puedo compartir y ayudar a otros aún cuando no tengo mucho”.*

Así mismo se constató que es una mujer creativa que desarrolló el gusto por la naturaleza, que por mucho tiempo le llevó a dedicarse al cuidado de su jardín y al arreglo de su casa, la cual mantuvo limpia y ordenada.

También se constató que es una mujer sociable, que tiene facilidad de relación, creando relaciones estables y de reciprocidad. En el último tiempo algunas de sus relaciones de amistad se tornaron más profundas.

*“...Yo creo que es bueno que compartamos lo que tenemos y nos apoyemos. Eso hace nuestro caminar un poco más sencillo y llevadero”.*

De este modo, la acompañada a partir de su experiencia de adversidad, desarrolló una serie de recursos que la fortalecieron internamente y que por mucho tiempo le han permitido salir adelante.

### **3. Consecuencias de la violencia: el trauma**

La experiencia de violencia es algo que la ha acompañado por mucho tiempo y ante la cual se ha preguntado los motivos para padecerla. Es una experiencia que marcó su vida y de la que ha conservado varios recuerdos que la conmueven.

*“Fue una experiencia que se fue repitiendo a lo largo mi vida y en un momento una se pregunta: ¿mi familia no me quiere? Es una pregunta que no encuentra respuesta y nadie responde”.*

*“Yo veía a mis compañeras del colegio contentas y me preguntaba ¿por qué yo estoy triste?, ¿por qué me pasan estas cosas a mí? Recuerdo que en una ocasión le conversé a mi maestra de tercero básico sobre mi situación y le preguntaba las causas; ella solo me abrazó y me dijo que era una niña muy bonita y creo que me compartió de su manzana”.*

Los sentimientos que le acompañaron a lo largo de los años a partir de esta experiencia de su niñez y adolescencia fueron la incertidumbre, el miedo, la tristeza y una cierta amargura:

*“No es que no tenga momentos de felicidad y paz, sin embargo hay una clase de tristeza que me acompaña; ¿una se siente despreciable? Entonces me esfuerzo por ser mejor, pero al final como que no alcanzo a estar bien”.*

*“Yo creo que siempre me acompaña una tristeza que en momentos no logro entender. Es como si me subiera a una micro y viera que la gente va sonriendo y yo paso a través de ellos con una maletita negra que no me deja ser feliz. Entonces yo me pregunto: ¿por qué no puedo ser feliz?”.*

*“Creo que desde niña entré en un hoyo tan profundo y en una oscuridad que no tenía ningún orificio para que entrara un poquito de luz. En muchos momentos de mi vida me he experimentado despreciada, desdichada y no importante para nadie”.*

Otra consecuencia que fue el que la acompañada asumió, sin mucha claridad, la responsabilidad de la violencia que sufrió, lo que le llevó a sentirse culpable y con vergüenza de su persona. Ante la imposibilidad de responsabilizar a sus padres por la falta de cuidado, de atención y de respeto a su persona, desde los primeros años de vida se planteó que ella fue la causa de lo que le sucedió:

*“terminé considerando que la causa de tanto mal era yo misma y que no era valiosa para nadie”.*

Con respecto a su experiencia de fe se constató que ésta encerró una ambigüedad que le llevó a justificar la experiencia de maltrato y violencia de la que fue objeto. El suponer que el maltrato la hizo una persona de bien, aún cuando esta misma situación le llevó a sentir dolor, tristeza y a considerarse no digna de ser amada.

*“...Por muchos años me dije: si yo soy buena, es porque me trataron de manera dura”.*

Para ello recurrió al pasaje de la Biblia (Proverbios 13,24) que considera que Dios educa a sus hijos con vara para que sigan el camino correcto: *“El que detiene el castigo, a su hijo aborrece; más el que lo ama, desde temprano lo corrige”*. Sin embargo ella reconoció desde hace tiempo que, si bien estas afirmaciones tuvieron su lógica, no le permitieron explicar lo que sucedió en su vida:

*“... Sin embargo una no entiende el porqué los golpes, el motivo de tanta humillación”*.

En cuanto a las relaciones familiares más cercanas, se constató que la acompañada las experimentó con ambigüedad, ya que por un lado ella tenía deseo de la cercanía de su madre y sus hermanos, sin embargo, después de su encuentro con ellos, terminaba debilitada y triste:

*“...querer estar cercana a ellos porque son mi familia, pero es difícil porque luego me quedo mal, con rabia o con tristeza. En ocasiones sólo basta que mi madre me llame por teléfono para que me sienta mal”*.

Ante la violencia que padeció, la acompañada tomó la opción de querer pasar desapercibida para evitar el conflicto:

*“Cuando era menor tenía tanto miedo... decidí nunca más preguntar nada a mi mamá y hacer todo lo que ella me dijera. Trataba de pasar desapercibida para que no me retara. Cuando estuve más grande y después de que nació mi primera hija, decidí irme de la casa para buscar un futuro mejor”*.

Muchas veces intentó sin éxito, dejar atrás lo que había vivido:

*“Es como quererlo ocultar o guardar, pero al final una no lo logra porque hay personas o circunstancias que te lo recuerdan, en mi caso mi familia”*.

Algo que dificultó su caminar es el no haberse detenido a pensar lo que había vivido. Ella cree que eso fue difícil porque siempre se planteó seguir adelante y cumplir con sus responsabilidades, para lo que elaboró

algunas afirmaciones sobre sí misma y sobre su vivencia, y a partir de allí optó por seguir adelante:

*“una crece considerando que los papás son sagrados y que lo que digan es casi palabra de Dios. De allí que una no pueda cuestionar o poner en duda su actuar”.*

Fue así que la experiencia de maltrato que sufrió desde la infancia de personas significativas, le llevaron a una serie de consideraciones mediante las cuales buscó dar un sentido a su experiencia. Ello conllevó la formación de una imagen de sí misma y de su entorno que fuera coherente con vivencia.

#### **4. Proceso de resignificación**

Lo que motivó a Esperanza a vivir el acompañamiento (valga la redundancia) fue su deseo de querer sanar interiormente. Ella consideró que este proceso era la oportunidad de poder confiar a alguien lo que ha vivido.

Para ella no fue fácil relatar un hecho traumático, ya que iba acompañado de sentimientos dolorosos que, de algún modo, quiso evitar, como fue el caso de la pena. Sin embargo, la persona actualizó por medio de la verbalización tanto su experiencia de dolor como sus consecuencias, accediendo a su significado para ampliarlo y transformarlo a partir de nuevos elementos vitales o contextuales. Así lo expresa ella:

*“...recordar ciertas cosas no es agradable y duele. Pero al mismo tiempo una piensa las cosas... y como que una se va sanando espiritualmente. Muchas de las cosas que tengo presentes las viví muy de niña y no pude hacer nada”.*

La resignificación se centró en tres ejes que le hicieron posible un nuevo modo de relación para con ella misma, para con los demás y para con Dios.

El primero partió de la certeza de que ella no fue responsable de lo que vivió. El segundo consistió en su opción por el perdón, como el camino que le permitiría asumir lo vivido desde sus nuevas claridades y construir

algo nuevo a partir de ello para su propio bien y de los que le rodean. El tercero se enraizó en la convicción de que algo bueno podía obtener de su experiencia personal.

Mediante la verbalización y búsqueda de sentido de su experiencia, llegó a la claridad de que no fue responsable del maltrato que padeció. Sin negar el amor y aprecio que ha sentido por su madre, la acompañada llegó a la claridad de que su madre se equivocó y reconoció que ella tenía derecho a recibir cuidado, respeto, atención y protección.

*“¿Cómo puede ser culpable una niña de 5 o 6 años de que la golpeen? Aún no puedo entender qué llevó a mi madre a maltratarme. Comprender que no soy responsable de su enojo y de otras muchas de sus acciones me llena como de luz y como que descanso”.*

*“... no soy culpable de lo que viví. No es que haya hecho algo o que me la merecía (la violencia). He ido descubriendo que los padres se equivocan...”.*

Esto le permitió hacer distancia afectiva, haciéndose responsable de su experiencia interna y poniendo límites con respecto a los demás:

*“También voy entendiendo que cada quien debe hacerse cargo de sus problemas; yo no puedo andar por la vida sintiéndome mal por los demás. (...) Ahora veo que puedo escuchar a las personas, pero no puedo cargar con sus vidas”.*

También se planteó la posibilidad de experimentarse amada y valorada en su persona. Esta fue una necesidad que la acompañó desde hace muchos años. El aceptarse como una persona digna de respeto, de atención y del afecto de las demás personas, y la posibilidad de ensayarlo a través del acompañamiento y de otras relaciones, le llevó a valorarse de una manera positiva y a experimentarse amable.

*“...Es algo que ciertamente buscaba sin claridad; era sólo un deseo, pero que ahora veo posible en mis relaciones con los demás. ¿Por qué siempre me he de sentir mal?”.*

La acompañada se sintió fortalecida y con la capacidad de ir tomando decisiones que afecten de manera positiva su vida.

*“...me veo más contenta. Tome la decisión de ir más allá de puros recuerdos malos. He empezado a vivir con esa felicidad que yo tanto deseaba. Sé que Dios está conmigo y me está sanando internamente. Sé que valgo para Él. Él me ha ayudado, porque una sola no puede liberarse. También siento el amor de las personas”.*

Entre los cambios que llevó a cabo, como fruto del proceso de resignificación, encontramos el arreglo de su casa, en la que colocó progresivamente fotos de momentos especiales y celebrativos (nacimiento de sus hijos, de su nieta, celebración de cumpleaños). También es interesante constatar que colocó una foto de su niñez, donde se encuentra ella sonriente con sus hermanos menores.

Una acción reparadora que le permitió integrar y modificar de manera creativa su experiencia traumática fue un encuentro que tuvo con su madre, en el que le expuso su sentir y lo que le había significado sufrir el maltrato de su parte. Como conclusión del encuentro con su madre, la acompañada le confirmó su amor, le ofreció su perdón y expresó su decisión de no volver aceptar su desprecio o las críticas, ni la de sus hermanos.

*“Fue un momento muy intenso en el que por primera vez sentí que me escuchó. Le dije que no me merecía lo que me había hecho y que la perdonaba, que la seguía queriendo. Que no la juzgaba, porque eso se lo dejaba a Dios. Después de que estuvo llorando, ella me pidió perdón. Desde entonces me siento más aliviada, más fortalecida y con menos rabia”.*

El resultado de este encuentro tan significativo entre la acompañada y su madre tuvo como consecuencias que:

- La acompañada se experimentó más reconciliada consigo misma, al asumir nuevas claridades de su experiencia que antes no consideraba: su inocencia ante el maltrato y la responsabilidad de sus padres. Su sentimiento de culpa desapareció.

- La acompañada estableció límites con su madre y sus hermanos, como una forma de respeto hacia su persona.
- Experimentó la paz, porque consideró que pudo expresar a su madre el dolor que por tanto tiempo le ha acompañado, así como el respeto que siempre sintió por ella.

Posterior a este encuentro, la acompañada expresó sentirse fortalecida y descansada. La relación con su madre continuó de una forma más respetuosa.

Finalmente, a partir de sus nuevas síntesis se planteó cambiar el horizonte de su búsqueda, transitando del preguntarse por las causas, a plantearse el para qué de lo que vivió.

Acoger su historia le planteó el no volverla a repetir; ello le dio un nuevo sentido a lo que vivió y le impulsó a vivirse de un modo diferente con respecto a sus hijos, quienes en ocasiones recibían maltrato de su parte.

*“Mi pasado me impulsa a querer dejar un mejor futuro a mis hijos, para que ellos se sientan orgullosos de mí cuando yo no esté”.*

Su madre y sus hermanos comenzaron a manifestar un comportamiento más respetuoso y cercano hacia la persona de la acompañada.

De igual modo, Esperanza hizo conciencia de la dinámica de exigencia que asumió por mucho tiempo en su intento por demostrarse a sí misma y a los demás que era digna de amor y de respeto. Este planteamiento defensivo, que a su vez le generaba cansancio e incertidumbre, no le había permitido valorarse a sí misma con sus cualidades, posibilidades y límites.

A través del conocimiento de su persona y de su historia, tuvo la posibilidad de verse a sí misma con realismo, acogiendo con gratitud sus cualidades y logros y aprendiendo de sus límites y errores. Este elemento no es menor ya que, la exploración y profundización que Esperanza hizo de esta parte de su historia, le permitieron obtener aprendizajes que le permiten ir más allá de la reacción, para poner en juego sus capacidades y



posibilidades. Se puede afirmar que retomo su proceso de crecimiento, en el que ella se experimenta protagonista de su historia.

## **5. Espiritualidad y crecimiento personal**

La dimensión espiritual y su relación con Dios ha sido algo fundamental en su caminar. Desde su fe buscó el sentido a lo que vive y se experimentó fortalecida desde la certeza de que Dios la acompañó y se ocupó de ella.

*“Yo creo que Dios está presente cada día de mi vida. Yo siento que Él me da la vida y me ayuda a seguir adelante; me fortalece”.*

*“Dios me fortalece y en Él confío. Yo sé que nunca me deja de su mano, porque nunca deja a sus hijos e hijas”.*

Su relación con Dios se caracterizó por ser cercana, sencilla, afectiva y desde lo vital. Su oración a modo de un diálogo íntimo, se tradujo en fortaleza y esperanza para su vida:

*“Yo oro por las mañanas y me encomiendo a Él cuando voy a salir. También acudo a Él cuando tengo alguna dificultad. Yo confío en Él y sé que estoy en sus manos. También le agradezco que me echa una manito, a veces muy seguido”.*

*“Le alabo y agradezco por la vida. También le pido por las necesidades de mi familia y de las personas que conozco. Le pido que nos acompañe a todos”.*

De este modo, la experiencia de fe, además de ser una dimensión que se inserta en un proceso de crecimiento, le ha fortalecido al experimentarse amada y acompañada por Dios.

El acompañamiento partiendo de la experiencia de fe de Esperanza, dio curso a un discernimiento de la experiencia de Dios, la cual no estaba exenta de ciertas ambigüedades, como el considerar a un Dios castigador o la importancia de la culpa como elemento que mueve a la conversión y que están relacionadas y promovidas por la iglesia evangélica.

## 6. El proceso espiritual y la resignificación

La acompañada realizó un proceso de interiorización que le permitió crecer en la dimensión espiritual. Fue una experiencia no fácil que le implicó tomar en sus manos lo que vivió, abordando de manera distinta experiencias que la marcaron y le hicieron sufrir. Sin embargo, es precisamente allí donde encontró una nueva forma de entenderse y de vivirse.

*“...Yo diría que me he ido sanando espiritualmente. No físicamente, sino espiritualmente. Una se ocupa mucho de lo de afuera y ahora he ido descubriendo lo que tenía dentro y Dios me ha ido sanando”.*

*“Ahora me siento menos atada, con menos tristeza y menos rabia. Es verdad que los recuerdos siguen o la dificultad con mi madre está presente, sin embargo creo que estoy menos atorada en ello. Era una situación que me lastimaba demasiado y me confundía al no poderla comprender. Ahora tengo más claridad de lo que me sucedió y va teniendo otro sentido. Ya no me hace daño”.*

Al abordar la experiencia traumática, la acompañada valoró el paso de Dios en su historia y descubrió las ambigüedades o contradicciones que no permitieron la integración de la adversidad que sufrió. Este proceso de acompañamiento le permitió ver su realidad de otra manera y saberse amada por Dios desde ella.

*“...(ahora) creo que las personas que hacen mal a otras personas deben cambiar su actuar y pedir perdón, como ha sido el caso de mi mamá para conmigo, ya que no me merecía ese trato. Dios no quería que sufriera de esa manera pero yo no soy quien para juzgar. Él nos pedirá cuentas a cada quien de su actuar. Ahora sé que Dios me ama”.*

La posibilidad de recuperar y profundizar en su experiencia de maltrato permitió a Esperanza tener una mayor claridad sobre lo sucedido y sobre la interpretación que realizó para dar una cierta coherencia a lo que estaba viviendo.

Parte importante de la interpretación de la experiencia de maltrato que sufrió durante su niñez y que estaba vigente hasta el comienzo del acompañamiento, tenía que ver con salvaguardar la imagen de su madre. Ello trajo como consecuencia que Esperanza, sin mucha claridad, asumiera la responsabilidad de las acciones de su madre.

El que Esperanza pudiera recuperar lo que vivió, ahora en su nueva condición de adulta y desde la experiencia que ha ido ganando en estos años, le llevó a una mayor claridad de la actuación de su madre (responsabilidad) y ha planteado sobre cómo asumir su nueva situación.

Esperanza consideró la opción del perdón, como la experiencia que le permitió reconocer e integrar el error que cometió su madre al darle malos tratos y al no proporcionarle los cuidados que todo menor requiere y merece de quien le cuida, salvaguardando el afecto que siente por ella.

De igual modo, Esperanza pudo discernir la acción de Dios en su vida, dejando de lado las ambigüedades que mantuvo por mucho tiempo. Abordar su experiencia de adversidad desde la fe, le llevó a clarificar y consolidar su relación con Dios y a saberse amada por él.

## **7. Elementos de la resiliencia en el acompañamiento**

El narrar y compartir su experiencia traumática en el contexto de acompañamiento le permitió aceptar lo que vivió y, desde allí, ampliar el horizonte de su existencia; darle un sentido, sacar aprendizajes e incluso proyectarse hacia el futuro, evitando repetir su pasado.

El acompañamiento al ser un espacio de **confidencialidad y confianza** hizo posible que la persona retomara su experiencia y expresara lo que le significó, clarificando y enriqueciendo situaciones que parecieron haberse quedado estancadas. Dichas experiencias, al no haberse abordado con anterioridad, generaron en la acompañada reacciones negativas, orientadas principalmente a contrarrestar o a evitar sentimientos dolorosos. De este modo, la acompañada se había planteado, sin éxito, olvidar o dejar determinados hechos traumáticos.

También ha sido parte esencial del acompañamiento la **aceptación incondicional** de su persona. La certeza de que no iba a ser juzgada y rechazada le impulsó a relatar por primera vez su historia personal. El hecho de que ella haya podido externalizar elementos dolorosos de su vida, venciendo su miedo al rechazo, fue fundamental para su proceso de crecimiento que implica la resignificación. Ello le permitió ordenar elementos de su historia que estaban fragmentados o dispersos, a la vez que le dio nombre a sentimientos que experimentaba confusos y le generaban incertidumbre.

Que el acompañamiento se constituyera en un **espacio formal** dio el encuadre de una responsabilidad compartida que proporcionó continuidad, estabilidad y procesualidad.

La acompañada valoró en reiteradas ocasiones la oportunidad de confiar a alguien su historia. A lo anterior habría que especificar que la acompañada fue derivada en dos ocasiones por parte de la asistente social del hospital a la atención de un psicólogo de una fundación. Las dos ocasiones fueron muy breves, ya que cada seguimiento constó de sólo tres sesiones en donde ella experimentó poca confianza para abrir su interior, ya que percibió en los psicólogos una actitud negativa al reprenderla por haber suspendido en ciertos momentos la terapia propia de su enfermedad.

De este modo, confidencialidad, confianza, aceptación y formalidad, permitieron que el acompañamiento se constituyera en un espacio de encuentro que hace viable la resignificación, proceso que redundará en fortalecimiento de la persona que es acompañada.

## **8. Acompañamiento de procesos de resignificación**

### **a) Familiarizarse con la adversidad**

En los cuatro primeros encuentros la acompañada planteó a grandes rasgos su situación personal y cuál era el motivo del acompañamiento. En un primer momento ella consideró que lo más importante era su falta de paciencia para con sus hijos y los conflictos que tenía con su madre y

hermanos. Progresivamente ella fue centrando el tema del acompañamiento en la tristeza que en momentos experimentaba y de la cual desconocía su origen.

Las preguntas del acompañante permitieron que Esperanza explorara sobre su experiencia y al mismo tiempo enfocara la situación de violencia que vivió durante su niñez, la cual sería el eje conductor de su proceso de crecimiento.

Un elemento que ayudó a ganar claridad en estos primeros encuentros, fue el pedirle a Esperanza que dibujara su tristeza, misma que había sido el tema central de un encuentro.

En el quinto encuentro la acompañada le asignó a su tristeza una imagen. La acompañada refirió que:

*“Es como si una se subiera a un bus abrazando una maletita negra... y al ir caminando por en medio de la gente una viera que todos sonríen menos yo”.*

Conmovida profundamente y llorando, consideró que esa “maletita” negra que no le permitía ser feliz representaba la relación que ha vivido con su madre, de la cual nunca se sintió amada. Ella refirió el anhelo que tuvo de que su madre la visitara en el hospital cuando estuvo enferma y como le dolió que su madre solo fuera a verla por cinco minutos y no volviera los siguientes días.

Cabe decir que en estos primeros encuentros se le prestó atención a los elementos positivos en la acompañada, tales como: el ser una mujer que en su porte se mostró arreglada sencillamente, con una experiencia de fe sencilla y vital, responsable, perseverante y sincera.

## **b) Aceptar la herida o cicatriz**

En el séptimo encuentro se le preguntó a la acompañada si quería poner por escrito su historia personal, a lo que ella accedió. Ello permitió retomar su experiencia en su conjunto y al mismo tiempo generar la oportunidad de que Esperanza ubicara dentro tanto los elementos que le

eran más significativos, como la interpretación que le había asignado. Su autobiografía se centró de manera particular en la figura materna y en su situación de maltrato.

En el octavo y décimo se le permitió a Esperanza el relato de lo que había escrito. Fue un momento el que ella pudo expresar la pena que le había generado el haber sido golpeada o despreciada por esta figura tan significativa para ella. También puso de manifiesto sentimientos de rabia ante una situación que consideró no merecía: *“¿por qué golpear a una niña tan pequeña por pedir un lápiz?”*. Al mismo tiempo expresó su desconcierto y el desconocimiento de los motivos que su madre tuvo para actuar así. La acompañada expresó que desconocía los motivos que tuvo su madre para seguirle dando un mal trato: su ausencia, sus críticas, el que la ponga en mal con sus hermanos...

### **c) Escuchar y prestar atención a sus necesidades.**

El undécimo y décimo segundo encuentro, Esperanza ubicó la necesidad que tenía de sentirse amada y valorada y todos los esfuerzos que hizo ya sea para ganar el cariño y la atención de su madre, como para evitar su maltrato.

A su vez, ella hizo consciencia del miedo que experimenta al plantearse dar y recibir afecto. Es una dimensión de su experiencia que necesita y al mismo tiempo no le es fácil vivirlo.

Esperanza consideró que esto tiene su raíz en el presupuesto de que el amor se gana, para lo cual es necesario realizar un esfuerzo constante en donde la persona sea cada vez mejor. Es el planteamiento de la exigencia que si bien le dio seguridad (intelectualización) y la impulsó hacia adelante, al mismo tiempo le llevó a estar cansada por la sobreexigencia y le ha generado soledad al dejar de lado el afecto gratuito de personas que la estiman y con las que ha entablado una amistad de hace tiempo.

#### **d) Dar oportunidad de narrar la historia**

Del décimo tercer al décimo sexto encuentro se abordaron las consecuencias que la experiencia de violencia había dejado en Esperanza. El acompañante le planteó el considerar si dichas afirmaciones se encuentran vigentes o si era posible, a partir de otros elementos de su experiencia, darle un sentido que le ayudara a seguir adelante.

Ella consideró que una consecuencia fue la de experimentar la tristeza de no saberse amada. Otra consecuencia fue el haber asumido, sin mucha claridad, la responsabilidad de la violencia que sufrió. La acompañada cayó en la cuenta de que su experiencia de Dios encierra una ambigüedad: Siendo Dios quien la acompaña, ¿la educa con vara...?

Por último, a partir de lo vivido, la acompañada consideró que el camino que eligió años atrás para llegar a ser mejor persona y así conseguir el afecto de los demás, fue el de la exigencia y el esfuerzo.

Entre las claridades que la acompañada pudo elaborar y otorgarles un sentido están: La certeza de que ella no fue culpable de haber sufrido el maltrato de su madre. Fue interesante considerar que aún cuando la acompañada en ese momento desconocía los motivos que llevaron a su madre a despreciarla, ella contaba con los elementos para considerar que una niña, y en realidad toda persona, no merecía ser violentada en su existencia. Fue un momento de mucha intensidad en el que Esperanza, desde el amor y respeto que experimenta hacia sus padres, reconoció que su madre se equivocó, ya que ella no mereció ese trato. También cayó en cuenta que ella es digna de atención, de cariño y de cuidados.

#### **e) Acompañar opciones que ayudan a elaborar y salir adelante**

En el décimo séptimo encuentro, la acompañada compartió que tomó ciertas opciones que dan cuenta de su proceso de reparación.

La acompañada viajó hacia el sur a visitar a sus padres. En una reunión con ambos, la acompañada le expresó a su madre cual había sido su experiencia a partir de la violencia y maltrato que había recibido de su parte.

Le hizo saber que más allá de los motivos de su maltrato, ella no se merecía ni los golpes, ni las palabras que le hicieron sufrir. Que la perdonaba y que ya no iba a permitir sus críticas, su desprecio o el que la pusiera en mal con sus hermanos. Que las puertas de su casa estaban abiertas porque la amaba y siempre iba a ser su madre, pero que su actitud debía cambiar, porque ya no iba a aceptar que le hicieran daño. La acompañada consideró que fue un momento muy especial, ya que por primera vez ella se sintió escuchada por sus padres y les pudo expresar algo tan importante para ella.

Ella informó que días después fue visitada por su madre, la cual le pidió perdón del maltrato y la violencia que le había hecho sufrir. El encuentro terminó con un abrazo que la acompañada recuerda con alegría y gratitud.

Otro cambio que la acompañada llevó a cabo, fue el poner límites a sus hermanos. Ella habló con su hermana menor y le expresó el gusto que experimenta cuando se encuentran, sin embargo le ha pedido que no vaya a su casa a criticar a los demás o a comentarle de sus problemas.

*“Ahora me doy cuenta de que no puedo cargar con los problemas de los demás. Yo estoy resolviendo los míos y cada quien deben resolver los suyos”.*

También se ha constatado, en la tercera visita a su domicilio, que la acompañada colocó en el comedor de su casa una foto donde están ella junto a sus hermanos cuando eran niños. También colocó tres cuadros más que contienen imágenes de momentos importantes de su vida: nacimiento de sus hijos, cumpleaños, tarjetas de personas que le son significativas.

#### **f) Tomar todo hilo de esperanza como un gancho o estímulo para mirar hacia delante**

En el décimo octavo encuentro el diálogo giró en torno a los aprendizajes que la acompañada podía obtener de la experiencia que fue centro del acompañamiento. Una de las cosas que ella se propuso como horizonte de vida es no repetir lo vivido con sus hijos. Ella cayó en cuenta de que si, por mucho tiempo pensó que los golpes educan a la persona y la



orientan al bien, ahora estaba convencida de que esa experiencia no se debe repetir. Consideró que puede y debe hacer algo para que así sea.

Ella expresó la necesidad de seguir aprendiendo a acoger y disfrutar del afecto de sus hijos y de las personas que la quieren y, al mismo tiempo, la necesidad de seguir creciendo en la manera de demostrar el afecto a los demás.

Consideró que en este caminar Dios se ocupó de ella y confió en que la va a seguir acompañando, dándole la luz que necesita para seguir adelante. Consideró, además, que Él la ha ido sanando el interior y se lo agradeció, porque se lo pidió desde hace mucho tiempo.

De este modo, el acompañamiento se constituyó, desde la fe, en un proceso de crecimiento que permitió a la acompañada no sólo llegar a nuevas claridades sobre su experiencia de vida y sobre su persona, sino que además ella tuvo la posibilidad llegar a nuevos planteamientos en cuanto a la forma de relacionarse con Dios, con ella misma y con las demás personas, especialmente con su madre.

## **CONCLUSIONES**

El marco referencial y el análisis de los datos que constituyen la presente investigación, ofrecen resultados que permiten elaborar una discusión y proponer conclusiones que dan respuesta a los objetivos y a la pregunta de investigación planteada para este estudio.

De acuerdo a lo observado en el análisis de datos, se presentan a continuación algunas conclusiones finales acerca de los objetivos.

### **1. La violencia**

A partir del caso estudiado se constata que la persona, al vivir la violencia a edad temprana, se dividió internamente para conservar un acontecimiento doloroso de manera fragmentada y oculta, como un mecanismo de protección que le permitió, en cierta medida, evitar los sentimientos dolorosos que están asociados a dicho evento traumático, como son: la culpa, la vergüenza, la rabia. Si bien la persona hizo un esfuerzo de aislar tanto el recuerdo de lo sucedido como el sentido que le atribuyó, sus consecuencias se mantenían vigentes y se actualizaban en sucesos de la vida cotidiana que le eran semejantes. El sentido que había otorgado a su experiencia había afectado principalmente la forma de verse a sí misma.

Cabe destacar que, aún cuando la acompañada había desarrollado recursos y capacidades personales, como el cuidado de su persona, el arreglo de su entorno, el entablar relaciones de cercanía y colaboración, su experiencia de fe, que son elementos que dan razón tanto de la fortaleza interna de la persona como de su esfuerzo por superar la adversidad, sin embargo se encontraba pendiente la integración y resignificación de su experiencia dolorosa.

### **2. La resignificación**

Llama la atención, que mediante la verbalización de la experiencia traumática (la violencia), la acompañada retomó de manera intensa y

profunda un acontecimiento que marcó su existencia. Mediante la actualización que conlleva el relato de un hecho traumático, la persona identificó su significado inicial y las consecuencias que había tenido para su vida.

La persona inició el proceso de aceptación e integración de un hecho traumático que era difícil de ser retomado. Al considerar las consecuencias que ha traído para su vida el experimentar la violencia, la acompañada tuvo la oportunidad de indagar nuevas formas de afrontar el hecho que había marcado su existencia.

### **3. Elementos de resiliencia en quien ha resignificado**

Se constata que la acompañada ganó en autonomía a partir de las claridades que obtuvo en el proceso de resignificación. La oportunidad de dar sentido a su experiencia dolorosa y de hacer conciencia de las consecuencias que ha tenido en su persona, le llevaron a plantearse un nuevo modo de proseguir y a realizar opciones que le han permitido vivir sus relaciones significativas de un modo distinto.

Asimismo, la acompañada ha vivido un proceso de reconciliación que le permitió asumir su experiencia dolorosa, pero sin dejarse controlar por ella o por quienes se la causaron.

De igual modo, la acompañada pudo ampliar su horizonte de vida y más allá de reaccionar ante determinados hechos que actualizan su dolor, se planteó cómo contribuir a que nuevas situaciones dolorosas no se repitan. Es una dimensión solidaria que surgió de su propia vulnerabilidad y que se orienta a contribuir al bien de los demás. Fue un paso de crecimiento que le ha implicado creatividad.

Finalmente, se constató que el hecho de que la acompañada retomara desde el plano de la fe su experiencia dolorosa, no significó que ésta desapareciera, pero sí dio lugar a un proceso de reconciliación que le llevó a fundamentar su existencia en el amor de Dios: sabe que está en sus manos. Aún cuando ella sigue teniendo presente los momentos dolorosos de su

infancia, el camino de crecimiento le permitió llegar a nuevas claridades y resignificar el sentido de lo vivido. Que sea desde el plano de la fe, le permitido fundamentar su existencia en la experiencia del amor gratuito y solidario de Dios que la ha acompañado, la cual, al ser purificada de ciertas ambigüedades se ha enriquecido y ganado en profundidad.

En otras palabras, el hecho de que el acompañamiento permitiera a la persona abordar un acontecimiento doloroso o traumático desde el plano de la fe, lejos de debilitar la relación amorosa con Dios, la autenticó y consolidó, liberándola de confusiones o incoherencias. El que la persona se haya experimentado amada y acompañada por Dios, incluso en aquello que le es difícil de aceptar de su vida, la liberó de prejuicios y de temores.

A esto habría que añadir que estos elementos resilientes no son permanentes, ni lineales, ni automáticos. Es parte de un proceso constante de aprendizajes y cambios que la persona realiza para enfrentar de manera creativa la adversidad.

#### **4. Con respecto al acompañamiento**

Se concluye que hay elementos del acompañamiento que contribuyeron a que la persona realizara el proceso de resignificación de su experiencia.

Un modo de relación que favoreció el proceso fue la empatía, en cuanto la capacidad del acompañante para acoger y resonar con el sentir de la persona acompañada. Esto favoreció el acceso a esa parte dolorosa.

A este respecto, hemos de recordar que una de las razones que llevó a la persona acompañada a guardar y aislar un determinado hecho traumático fue el no encontrar a la persona que acogiera y se solidarizara con su experiencia.

Es verdad que el acompañante no ha estado de acuerdo con determinadas decisiones o actitudes de la persona acompañada como el hecho de que en ciertos momento permitiera acciones abusivas de sus hermanos, el que en ocasiones descuidara su salud por solventar

necesidades de otras personas, etc. Sin embargo el aceptar y acoger la experiencia de la acompañada, abrió la posibilidad de una mayor comprensión y de la integración por parte de quien es acompañado.

Asimismo, la familiarización con la experiencia de la acompañada hizo factible que la persona hiciera conciencia de su experiencia dolorosa. Esto dio lugar a que la acompañada ubicara en su vida cotidiana sentimientos dolorosos, como son la incertidumbre y la tristeza, que están relacionados con personas significativas.

A su vez, el hecho de que el acompañante evitara proponer soluciones prematuras que podían resultar inoportunas, permitió que la persona ponderara el sentido y las consecuencias que se habían derivado de su experiencia dolorosa e hiciera uso de los recursos con los que contaba en ese momento para afrontar su realidad, llegando a realizar opciones.

Finalmente, el hecho de que el acompañamiento se formalizara por medio de un encuadre definido, generó una responsabilidad compartida entre al acompañante y la acompañada que aseguró la continuidad y la procesualidad. Este fue un elemento no menor, ya que la resignificación en el contexto del acompañamiento requirió estabilidad y continuidad.

Por todo lo anterior, se puede concluir que la resignificación en el contexto del acompañamiento psicoespiritual se constituye en un factor resiliente, ya que, al descubrir el sentido y las consecuencias de su experiencia traumática, la persona tiene la posibilidad de integrar y reparar lo que ha vivido a partir de nuevas opciones que le permitan enfrentar de manera creativa la adversidad.

Para que el proceso de resignificación se lleve a cabo en el acompañamiento espiritual, es necesario que la persona se experimente amada y aceptada en su persona. Si bien es cierto que éste es un imperativo de nuestra fe, la disposición del acompañante juega un papel fundamental a este respecto. En la medida que la persona acompañada tiene la certeza de que es aceptada y respetada, de que no va a ser juzgada, gana en confianza

y en fortaleza para actualizar elementos de su experiencia que son dolorosos y que ha mantenido ocultos por miedo, por culpa o por vergüenza.

En congruencia con lo estudiado, la persona que desde la fe asume un hecho crítico inicia un camino espiritual que no sólo se orienta a encontrar sentido a lo que ha vivido, sino a fundamentar de un nuevo modo su existencia y así saberse portadora de un amor mayor.

De este modo, la persona acompañada no sólo se ha visto a sí misma a partir de una determinada circunstancia adversa, de la cual busca comprender su sentido y sus consecuencias, sino que su experiencia de fe le ha permitido comprender que el Dios que la ha acompañado y la ha fortalecido, es el mismo que la ama de manera gratuita.

El hecho de que la acompañada pudiera resignificar su experiencia de violencia, en el contexto de acompañamiento, no le llevó a superar sus sentimientos dolorosos al grado de que estos desaparecieran. Lo que el proceso posibilitó, es que la acompañada retomara su camino de crecimiento, asumiendo su vida de una manera más integral, no a pesar sino a través de lo que ha vivido.

## BIBLIOGRAFÍA

- + ACNUR. (2001-2012). *Agencia de la ONU para los refugiados*. Recuperado el 12 de Enero de 2012, de <http://www.acnur.org/t3/fileadmin/scripts/doc.php?file=biblioteca/pdf/5036>
- + ALFARO, J. (1985). En *Revelación cristiana, fe y teología*. Salamanca: Sígueme.
- + BARUDY, J. (1999). *Maltrato infantil. Ecología social; prevención y reparación*. Santiago: Galdoc.
- + BARUDY, J. Dantagnan, M. (2009). *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa.
- + BOFF, L., & BETTO, F. (1999 ). *Mística y Espiritualidad*. Madrid: Trotta.
- + BRAINSKY, S. (1996) *Manual de psicología y psicoterapia dinámicas Fundamentos de Psicoanálisis*. Bogotá; Carlos Valencia Editores.
- + BRAZIER, D. (1997) *Más allá de Carl Rogers*. Bilbao; Desclee De Brouwer.
- + CYRULNIK, B. (2003). *El Murmullo de los fantasmas. Volver a la vida después de un trauma*. Barcelona: Gedisa.
- + CYRULNIK, B. (2007). *La maravilla del dolor*. Buenos Aires: Granica.
- + DELGADO, A. (2002). *La resiliencia: Desvictimizar la víctima*. Cali: Rafue.
- + FISCHER, G. (1994). *La energía invisible. La vida al extremo*. Paris: Seuil.
- + HERRÁIZ, M. (1992). *San Juan de la Cruz. Obras Completas*. Salamanca: Sígueme
- + GARCÍA, A. (1997). *Crear desde la Noche. Cristianisme i Justícia. No. 81 (versión electrónica www.fespinal.com)*.
- + GARRIDO, J. (2002 ). En *Relectura de San Juan de la Cruz*. Madrid: Verbo Divino.
- + GARRIDO, J. (1996). *Proceso humano y Gracia de Dios. Apuntes de espiritualidad cristiana*. Santander: Sal Terrae.
- + GARRIDO, J. (1997). *Releer la propia historia. Sobre los ciclos vitales y sus crisis*. Vitoria/ Gastéis: Frontera.

- + GIORDANI, B. (1985). Encuentro de Ayuda Espiritual. En *Adaptación del método de R.P. Carkhuff*. Madrid: Sociedad de educación Atenas.
- + GÓMEZ-BARRIS, E. (2005). Maltrato infantil. En S. V. Editor, *En Fundamentos de psiquiatría clínica*. Santiago: Ediciones Universidad Católica de Chile.
- + GONZÁLES, A. (1996). En *Acompañamiento de crecimiento espiritual*. Lima: Centro pastoral Loyola.
- + GROTBORG, E. (2001). Nuevas tendencias en resiliencia. En A. S. En Melillo, *Resiliencia. Descubriendo las propias fuerzas*. Buenos Aires: Paidós.
- + GUTIÉRREZ, G. (1993). Juan de la Cruz desde América Latina. *Revista de Teología Pastoral Sal Terrae*. Vol 32. No 127 julio-Septiembre. Bilbao.
- + MARTINEZ, M. (1989). En *Comportamiento Humano: nuevos métodos de investigación*. México: Trillas.
- + MATTHEW, I. (2001). En *El impacto de Dios. Claves para una lectura actual de San Juan de la Cruz*. España: Monte Carmelo.
- + MELILLO, A., SUAREZ, E., & RODRÍGUEZ, D. (2004). En *Resiliencia y Subjetividad. Los ciclos de la vida*. Buenos Aires: Paidós.
- + MELLONI, J. (No. 30). Itinerario hacia una vida en Dios. *Cristianisme i Justícia, (versión electrónica) www.cristianismeijusticia.net* .
- + MIFSUD, T. (2005.). Evangelizar desde el Dolor. *Cuadernos de Espiritualidad-CEI No. 151 mayo-junio Santiago*.
- + PACHO, E. (1998). En *San Juan de la Cruz. Obras completas*. Burgos: Monte Carmelo.
- + PANGRAZZI, A. (1993). En *La pérdida de un ser querido. Un viaje dentro de la vida*. Madrid: Paulinas.
- + RIVAS, R. (2007). Saber creer. Resiliencia y espiritualidad. México: Urano.
- + RUIZ, F. (1998). En *Caminos del Espíritu. Compendio de teología Espiritual*. Madrid: Editorial de Espiritualidad.
- + SANDOVAL, C. (1997). En *Investigación cualitativa. Módulo 4, Obra completa de la Especialización en teoría, métodos y técnicas de investigación social*. Santafé de Bogotá: ICFES y ACIUP.



- + TAYLOR, S., & BOGDAN, R. (1992). En *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Paidós.
- + TORRES, A. (2003). En *Repensar la resurrección. La diferencia cristiana en la continuidad de las religiones y de la cultura*. Madrid: Trotta.
- + UNICEF-CHILE. (s.f.). Recuperado el 16 de Diciembre de 2011, de [http://www.unicef.cl/archivos\\_documento/175/maltrato%202006%203.pdf](http://www.unicef.cl/archivos_documento/175/maltrato%202006%203.pdf)
- + UNICEF-CHILE. (1999). Recuperado el 12 de Enero de 2010, de [http://www.unicef.cl/unicef/public/archivos\\_documento/297/Boletin-Desafios9-CEPAL-UNICEF.pdf](http://www.unicef.cl/unicef/public/archivos_documento/297/Boletin-Desafios9-CEPAL-UNICEF.pdf)
- + UNICEF-CHILE. (1999). *UNICEF-CHILE*. Recuperado el 20 de Diciembre de 2010, de [http://www.unicef.cl/archivos\\_documento/175/maltrato%202006%203.pdf](http://www.unicef.cl/archivos_documento/175/maltrato%202006%203.pdf)
- + VAILLANT, M. (2004). Testimonios de experiencias profesionales en torno a la resiliencia. En C. B, *El realismo de la esperanza*. Barcelona: Gedisa.
- + VALENZUELA, E. (2006.). En una cultura cambiante. Evangelizar y Acompañar. *Cuadernos de Espiritualidad-CEI No. 159*, 22.
- + VANISTENDAEL, S. (1996). Como crecer superando los percances. Resiliencia; capitalizar las fuerzas del individuo. Ginebra: Cuadernos del Bice.
- + VANISTENDAEL, S. (2002). En *La felicidad es posible; despertar en niños maltratados la confianzas en sí mismo*. Barcelona: Gedisa.
- + VANISTENDAEL, S. (2003). En *Resiliencia y espiritualidad*. Ginebra: BICE.
- + WERNER, E. S. (1992.). *Overcoming the Odds: High-Risk hildren from Birth to Adulthood*. Nueva York: Cornell University Press.