

TRABAJO DE TERCER CURSO DE TERAPIA FAMILIA Y DE PAREJA

ALUMNA: M^a Teresa Andrés Cuadrado. Zaragoza

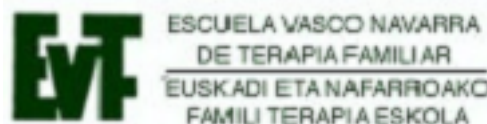
TITULO: La resiliencia en mi familia de origen.

CONTENIDO DEL TRABAJO:

Siempre me he preguntado cómo fue posible que, tanto mi padre como sus hermanos, lograran superar la pérdida de una madre a la temprana edad de 36 años, víctima de un cáncer y de los malos tratos físicos y psicológicos de un marido violento, y las consecuencias de quedarse solos con un padre del que solo recibieron palizas, hambre, abandono emocional e indiferencia, y al que no obstante amaron, sin repetir la historia en las familias que crearon cuando crecieron.

DESARROLLO DEL TRABAJO:

- Lectura y documentación teórica sobre la resiliencia a través de alguno de los autores más relevantes en esta materia.
- Investigación sobre mi familia paterna mediante entrevistas personales.
- Creación de hipótesis de partida .
- Desarrollo teórico y momentos de la historia familiar que lo ejemplifique.
- Constatación o no de las hipótesis.
- Conclusiones



Indice

1. Introducción

- Interés personal sobre el concepto de resiliencia.

2. Conceptos teóricos.

- 2.1. De qué hablamos
- 2.2. Pilares de la resiliencia
- 2.3. Factores de resiliencia. Fuentes
- 2.4. Desarrollo de la resiliencia.

3. La resiliencia en mi familia.

- 3.1. Hipótesis de partida.
- 3.2. Genograma de mi familia paterna
- 3.3. Características psicosociales del grupo familiar y sus componentes
- 3.4. Factores de riesgo
- 3.5. Factores protectores
- 3.6. Conclusiones

1

INTRODUCCION

➤ **Interés personal sobre el concepto de resiliencia.**

Hace unos años la vida me obligó a enfrentarme a momentos personales difíciles y dolorosos. Me encontré en un laberinto del que no sabía cómo salir. Todo se enredaba a mi alrededor. Las vueltas y revueltas del camino equivocaban pasos y decisiones. Mi existencia, tan sólida hasta ayer, estaba envuelta en cascotes, incógnitas y temores. Mi padre, figura central y determinante para mí, había desaparecido junto con toda la seguridad que había sentido hasta entonces al saberle cerca. No había nadie a quien recurrir...

Así que comencé a preguntarme cómo lo habría hecho él, de qué forma habría comenzado a reconstruir todo lo que se había derrumbado tanto dentro como fuera de mi ser.

Reviví nuevamente las historias que me contaba sobre su familia, su madre, su padre, sus hermanos... Casi podía llegar a escuchar su risa mientras narraba sin rencor, y con un deje entre amoroso y admirado, episodios en los que el hambre, la penuria, el maltrato o los juegos infantiles con pistolas reales, eran los protagonistas de tristes relatos...

... Y comencé a bucear entre sus recuerdos. Busqué respuestas en sus conductas y palabras. Después, en artículos, libros y personas... Y me pregunté muchas veces **QUÉ SERÍA ESO** que impidió que él y sus hermanos fueran una copia del hombre que fue su padre y que, además, fuera capaz transmitírmelo (para mi salvación), incluso después de muerto.

2

CONCEPTOS TEORICOS

➔ 2.1. De qué hablamos.

El término resiliencia proviene de la lengua latina y más concretamente de la palabra “resilio”, que quiere decir resaltar, volver de un salto.

La enciclopedia Hispánica la define como la resistencia de un cuerpo a la rotura por golpe, y añade que la fragilidad de un cuerpo decrece al aumentar la resiliencia.

Posteriormente, las ciencias sociales adaptaron el término para hacer referencia a aquellas personas que se desarrollaban psicológicamente sanos, superando, e incluso saliendo fortalecidos, de situaciones de alto riesgo. E.E. Werner (1992) realizó un estudio con 500 niños que vivían entre factores de riesgo y que, según palabras de Breilh (2003) deberíamos considerarlos como “procesos destructivos” que caracterizan a determinados grupos por sus formas de funcionamiento. Estos niños fueron seguidos durante 30 años. Todos ellos padecieron graves penurias y situaciones de estrés. Muchos enfermaron física, social y psicológicamente como se esperaba. Pero en cambio otros se desarrollaron de forma positiva y sana. A estos se les denominó resilientes, y además de pensarse en características genéticas, también se llegó a la conclusión de que todos ellos tenían a un adulto que los aceptaba de forma incondicional. Es decir, que la aparición de la resiliencia viene determinada por la existencia de un adulto de referencia al que estén ligados por una relación estrecha y de cariño.

Durante los años 70 se utilizaba el término de “niño invulnerable” para referirse a niños constitucionalmente tan fuertes que no sucumbían ante el estrés ni las dificultades. Rutter (1985) devalúa el concepto argumentando diversas razones: la resistencia al estrés no es estable a lo largo del tiempo, depende de las etapas del desarrollo infantil así como del estímulo. Por otro lado, la resistencia va a venir determinada constitucional y ambientalmente y el grado de resistencia va a variar según las circunstancias.

Luthar (1993) afirma que el concepto de resiliencia de los estudios que se realizan se centran en la competencia social de la persona como confirmación de la existencia de buenas habilidades para el enfrentamiento. No obstante, esto no siempre es así, tal y como reflejan los estudios de Werner y Smith, 1982,1992 a los que hace referencia Luthar (1993), dado que existen estudios que demuestran que niños vulnerables al estrés pueden tener una buena capacidad para el enfrentamiento.

Garnezy (1990) ha realizado estudios sobre la resistencia al estrés, la invulnerabilidad o la resiliencia mediante la confirmación de factores específicos que puedan determinar porqué personas sobre las que se preveían resultados negativos, por las graves situaciones a las que han estado sometidas, se han desarrollado de forma sana y con éxito.

Otro concepto que según autores como Levav (1995) está ligado al de resiliencia es el de robustez, definiéndola como los rasgos de carácter adaptativo que incluye el sentido de compromiso, del desafío y la oportunidad, manifestándose dichas cualidades en los momentos difíciles.

En este sentido, Roth y sus cols.(1989) hacen referencia a Cobasa et al.(1982) para afirmar que la robustez tiene una importante influencia en la interpretación subjetiva que este tipo de personas da a las situaciones que le plantea la vida.

Podemos concluir afirmando, según Cyrulnik , que para el desarrollo de la resiliencia es clave los afectos, la solidaridad y los anteriores en el contacto humano.

✦ **2.2. Pilares de la resiliencia**

Cuando Rutter (1985) alude a los factores de protección se refiere a las influencias que modifican mejoran o alteran la respuesta de una persona a algún peligro que predisponen a un resultado negativo o no adaptativo. Pero esto no quiere decir que los sucesos deban ser agradables para convertirse en protectores, ya que en ocasiones una vivencia negativa puede llegar a fortalecer la resistencia y la respuesta de la persona cuando se hace presente posteriormente el factor estresor.

Según Werner (1993) la forma de operar de los factores protectores se darían a través de diferentes mecanismos: por una parte, mediante el modelo compensatorio en el que el estrés puede ser contrarrestado por las cualidades personales o por los apoyos de que se disponga. Otra forma sería mediante el modelo de desafío, en el que el estrés se utiliza como fuente de estimulación, siempre que éste no sea excesivo; y mediante el modelo de inmunidad en el que existiría una relación condicional entre el estresor y los factores de protección.

Todo lo anterior sirvió como base para analizar los diversos factores que, más allá de sus efectos negativos, sirven como protectores.

1. Una adecuada autoestima. Es el resultado de los cuidados afectivos que recibe el niño o el adolescente por parte de un adulto significativo.
2. Introspección. Capacidad para obtener respuestas honestas de uno mismo. Está muy relacionado con la autoestima. Es decir, cuanto más sólida sea su autoestima, mayor será su capacidad de resistencia ante los grupos de presión que operan ofreciendo este reconocimiento a cambio de su fidelidad.
3. Independencia.
4. Capacidad de establecer relaciones significativas para compensar la necesidad de dar-otorgar. La autoestima baja orienta hacia el aislamiento por exclusión vengonzante. Si es demasiado alta puede generar rechazo por la sensación de soberbia que se supone.
5. Iniciativa. Se refiere al autorreto personal. La persona se pone a prueba exigiéndose tareas cada vez más difíciles.

6. Humor. Es capaz de sonreír ante su propia tragedia facilitando la superación de situaciones adversas.
7. Creatividad. Le es relativamente fácil, a partir del caos que le circunda, de crear orden y belleza.
8. Moralidad. Compromiso con los propios valores y la capacidad de ofrecer a los demás un trato adecuado.
9. Pensamiento crítico. Nace de la combinación de los anteriores y permite a la persona ser capaz de analizar las causas y responsabilidad de la situación que vive proponiéndose el cambiar las circunstancias haciéndolas frente.

✦ **2. 3. Factores de resiliencia. Fuentes**

Para poder hacer frente a las adversidades, superarlas y salir de ellas fortalecido, el niño o adolescente bebe, según Edith Grotberg (1997), de cuatro fuentes que al interactuar generan conductas resilientes. Dichos factores son el soporte y los recursos externos que hacen referencia a YO TENGO; la fortaleza intrapsíquica representada por el YO SOY/ESTOY; y por las habilidades sociales y de relación, YO PUEDO.

De esta manera, los rasgos de la resiliencia se agrupan de la siguiente forma:

Yo Tengo

- Relaciones confiables.
- Personas que me ponen límites
- Personas que me muestran la manera correcta de proceder.
- Personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo.
- Personas que me ayudan cuando estoy enfermo, en peligro o cuando necesito aprender.

Yo Soy/Yo estoy

- Soy una persona por la que otros sienten aprecio y cariño
- Soy feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto
- Soy respetuoso de mí mismo y del prójimo
- Estoy dispuesto a responsabilizarme de mis actos
- Estoy seguro de que todo saldrá bien.

Yo puedo

- Hablar sobre las cosas que me asustan o inquietan
- Buscar la manera de resolver mis problemas
- Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso que no está bien.
- Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o actuar
- Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.

Evidentemente, no es preciso tener todos los aspectos para ser una persona resiliente, aunque tampoco uno solo de ellos es suficiente.

✦ 2. 4. Desarrollo de la resiliencia

Después de lo visto anteriormente, se puede afirmar que **la resiliencia**, en primer lugar, **es un aprendizaje** que implica una interacción entre múltiples factores de riesgo y de resiliencia, y cuyo resultado es la consecución de una adaptación positiva en contextos de gran adversidad (Luthar y ots., 2000).

Hay que tener en cuenta que la adaptación positiva tiene tres aspectos fundamentales:

- Depende del contexto
- No se puede esperar una adaptación positiva en todas las áreas
- Se promueve la estabilidad a lo largo de la vida.
-

Así mismo, al hablar de adversidad, existen dos aspectos a considerar: Por una parte, de forma objetiva, a través de variables que miden los factores protectores, de riesgo y resultados; y por otro lado la percepción subjetiva de la persona que la sufre.

Así, cuando la adaptación positiva ocurre a pesar de la adversidad se trata de una adaptación resiliente. La persona no experimenta una ruptura significativa en su vida y es capaz de mantenerse en una zona de bienestar o avanzar a un nivel mayor de resiliencia debido a la fortaleza emocional y a los mecanismos de defensa que ha ido desarrollando en el proceso de superación de la adversidad.

En segundo lugar, **supone una transformación**. El dolor obliga a la persona a cambiar. Aquellos que han superado graves dificultades, elaboraron una teoría vital que les permitió convencerse de que los problemas no podían durar siempre. Se hicieron preguntas que les permitieran hallar las fórmulas para alcanzar las soluciones.

Bernard (1991) afirma que las personas nacen con capacidad para desarrollar cualidades que nos permiten ser resilientes, entre las que destacan:

- Éxito social (flexibilidad, empatía, afecto, sentido del humor, capacidad de respuesta y de comunicación)
- Habilidad para resolver problemas (elaborar estrategias, solicitar ayuda, creatividad y capacidad de crítica).
- Autonomía (sentido de identidad, autosuficiencia, conocimiento propio, competencia y capacidad para distanciarse de mensajes y condiciones negativas).
- Propósitos y expectativas de un futuro mejor (metas, aspiraciones, optimismo, fe y espiritualidad).

Según Cyrulnik (2001), la resiliencia no sucede sólo en el interior de la persona ni tampoco en su entorno, sino que sucede en la interacción entre ambos. Él piensa que no es que haya personas más fuertes que otras, sino personas que han podido entretener este diálogo con el otro. Nuestra mirada sobre la desgracia cambia, si a pesar del sufrimiento buscamos la maravilla.

También se puede adquirir resiliencia **enseñando a serlo**. Una buena fórmula de aprender algo consiste en enseñarlo, ya que nos obliga a adoptar perspectivas nueva, creativa y profunda sobre el objeto de conocimiento reforzando, al mismo tiempo la responsabilidad de ayudar a que otras personas resuelvan sus conflictos (Cárdenas, 1999).

Por último, **se trata de una actitud**. La esperanza, la fortaleza y el optimismo son elementos importantes para su desarrollo.

La esperanza, según Erich Fromm en *La revolución de la esperanza*, dice que ésta está estrechamente ligada a la fe y juntas implican la convicción de lo aún no probado, el conocimiento de una posibilidad real. Es la visión del presente en un estado de gestación.

Cuando nos referimos a la fortaleza hacemos referencia a la capacidad de resistir la tentación de comprometer la esperanza y la fe transformándolas en optimismo vacío o fe irracional.

Y al hablar de optimismo, según Seligman (Seligman y o., 2000) lo hacemos sobre la propensión a ver y juzgar las cosas bajo el aspecto más favorable.

En definitiva, podemos afirmar que la resiliencia es el resultado de muchas acciones entrelazadas que nos da la capacidad de resistir frente a la destrucción, dándonos la posibilidad de construir una vida favorable a pesar de las circunstancias desfavorables que puedan rodearnos en un momento determinado.

3 LA RESILIENCIA EN MI FAMILIA

➤ 3.1. Hipótesis de partida.

La figura femenina de referencia durante la infancia de mi padre y sus hermanos fue su madre. La ausencia prolongada de su marido le permitió, a pesar de su corta vida (36 años) y de su carácter aparentemente sumiso y débil, transmitir sus profundos valores y creencias espirituales a sus hijos.

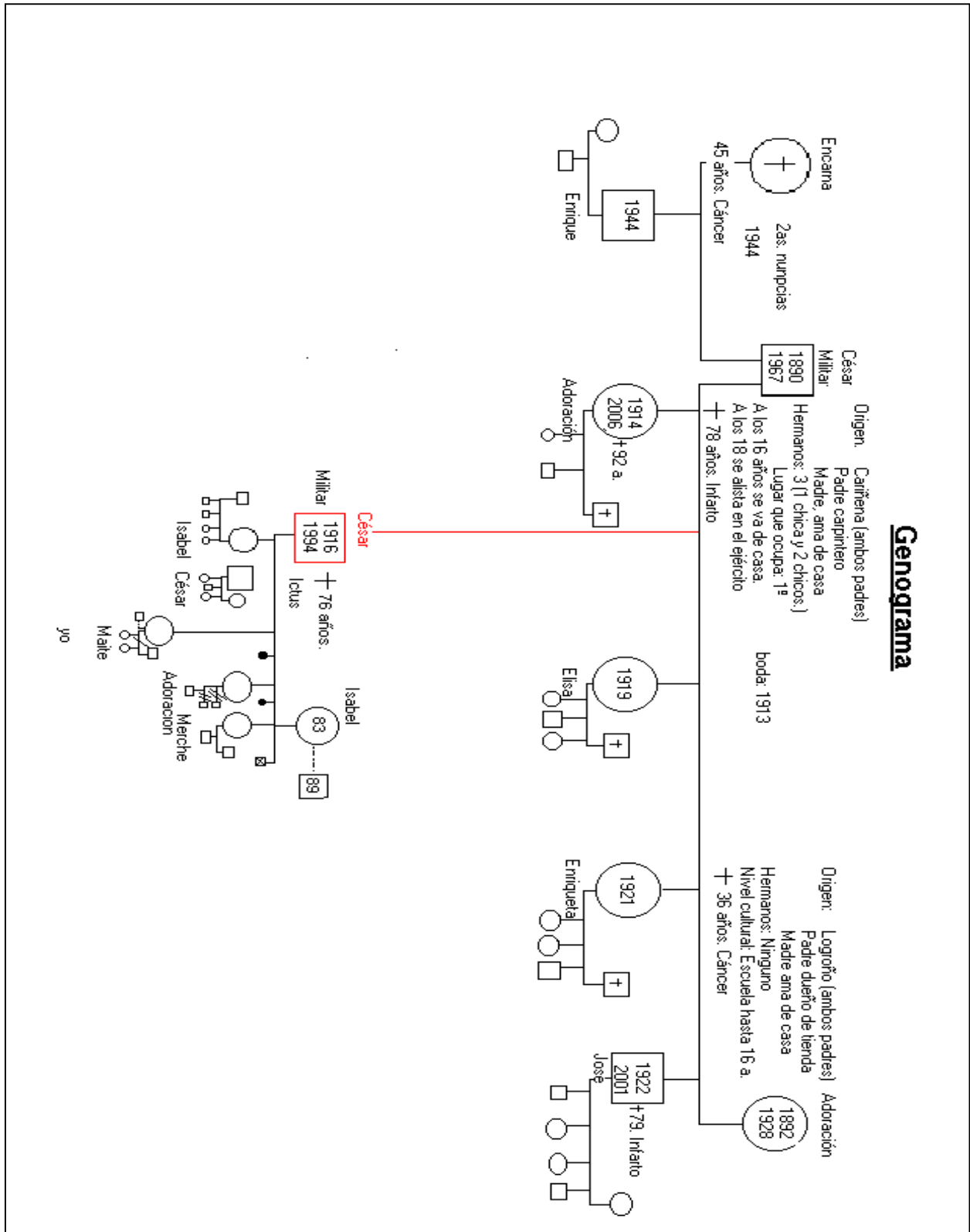
Su muerte supuso la aparición de una situación de grave riesgo en el núcleo familiar. Un padre viudo a cargo de 5 hijos, la mayor de 14 años y el menor de ellos de tan sólo 6, unido a las características personales de ese padre del que no se esperaba gran apoyo y la situación socioeconómica que atravesaban, no hacían prever una culminación exitosa en el desarrollo de esos niños.

Comencé mi investigación con la tesis de que el carácter de la mayor de las hermanas, combinación de fortaleza, determinación y voluntad heredada de su padre y de las convicciones y valores de su madre habían sido determinantes para que ésta asumiera la responsabilidad materna. Su tutela, firme y amorosa, había guiado a sus hermanos, a través de la niñez, adolescencia y juventud ayudándoles a crecer con resiliencia.

No obstante, también he barajado la hipótesis de que una adolescente de tan corta edad no podría, por ella misma y sola, asumir tanta responsabilidad sin contar a su vez con un apoyo tan importante como tenían sus hermanos en ella. Así que partí de la base de que detrás de ella se encontraba, no solo lo aprendido de una madre, sino apoyos humanos importantes. Y eso es lo que también quería tener presente en mis conversaciones con quienes estaban implicados y conocían la historia de primera mano.

A día de hoy, este personaje clave en la historia familiar de mi padre, y por extensión en la mía propia, ha desaparecido este mes de noviembre, en plena elaboración de la información recogida. Perdí la oportunidad de visitarla por impedimentos de mi trabajo y la distancia física que nos separaba. No obstante, debo decir que según me han transmitido quienes han estado cerca de ella, hasta el último día de sus 92 años, y obnubilada ya por el deterioro mental que fue sufriendo durante los dos últimos años de su vida, siguió haciendo gala de un carácter irreductible al desaliento, de una presencia que imponía respeto y emanaba aceptación y optimismo y que el amor hacia sus hermanos estuvo presente con la misma intensidad que la que profesaba hacia sus propios hijos a pesar de la edad, distancia y tiempo.

➔ **3.2. Genograma de mi familia paterna**



✦ **3.3. Características psicosociales del grupo familiar y sus componentes**

COMPOSICIÓN DEL NÚCLEO FAMILIAR:

PADRES

César.

- Nacido en 1890 el seno de una familia de artesanos. Su padre era dueño de una carpintería y ejercía de carpintero y ebanista en Cariñena.
- Era el mayor de 4 hermanos. Una chica (Elisa) y 2 chicos (José María y Dionisio).
- De carácter fuerte, independiente, voluntarioso, luchador y trabajador, destacaba también por su debilidad por las mujeres y el vino. Se mostraba intransigente ante quien se opusiera a sus ideas o ideales y no mostraba ningún tipo de temor ante las dificultades. Estas le servían de acicate.
- A los 16 años debe comenzar a coger el relevo a su padre en la carpintería. Se niega y se marcha de Cariñena.
- Tras pasar por diversas ciudades, llega a Logroño y allí comienza a trabajar como dependiente en la tienda del padre de la que sería su mujer.
- Permanece en Logroño durante 2 años. Se enamora de Adoración y decide alistarse en el ejército. Su carácter independiente le impide seguir trabajando bajo las órdenes de quien será en un futuro su suegro.
- Durante los años comprendidos entre 1906 y 1912, fue destinado al norte de Africa, dada la inestabilidad existente en la zona. Durante dichos años recibió varias condecoraciones y ascensos por méritos al valor.
- Tras restablecerse la paz en la zona regresó a Logroño y contrajo matrimonio.
- El matrimonio permaneció durante unos años más en Africa.

Adoración

- Nace en Logroño en 1892. Hija única de comerciantes, acude al colegio hasta los 16 años y posteriormente pasa a ayudar en la tienda de sus padres, colaborando también en las tareas domésticas que le asignaba su madre.
- Poseedora de un carácter suave y dócil. Incapaz de oponerse al fuerte carácter de su padre ni a las exigencias de su madre. Criada en la religión católica, era profundamente creyente y afirmaba que todo cuanto acontece en la vida de una persona es voluntad de Dios. Con elevados valores sobre la generosidad, el espíritu de sacrificio, la obediencia y la familia, era incapaz de luchar ante las injusticias recibidas, si bien poseía un profundo sentido de la justicia que administraba con equidad entre sus hijos. Mujer de gran sensibilidad, no lograba exteriorizar emociones negativas, quedando todas ellas en su interior.
- Su belleza física atrajo la admiración del sexo masculino, si bien no aceptó la compañía de ninguno hasta que apareció su futuro marido, por quien sintió durante toda su vida una gran admiración y amor.
- Como mujer y esposa fue infeliz, abnegada, sufrida y maltratada física y psicológicamente. Subyugada siempre a la voluntad de su marido, sólo intentaba oponerse a él cuando la salud o el bienestar de sus hijos estaba en peligro.
- Como madre fue una mujer amorosa, amada y defendida por sus hijos. Volcada en su crianza y educación, centró su vida en la transmisión de lo que ella creía fundamental para la supervivencia en esta y en la otra vida: la fe y el trabajo.
- Al sentirse morir, prepara a sus hijos para la aceptación de su marcha y prepara a su hija mayor para que la sustituya.

HIJOS:

Adoración de los Reyes:

- Nace en Melilla en 1914. Es la primera de los 5 hermanos que componen la fratría. Desde muy corta edad se perfila como uno de los pilares fundamentales de la familia.
- Posee una mente brillante y curiosa por naturaleza. Lectora ávida de todo cuanto cae en sus manos, es la única capaz de mantener discusiones intelectuales con su padre, del que obtiene un respeto que irá incrementándose a lo largo de los años. Inquieta, heredera de la fortaleza y voluntad del carácter paterno, asimila y vive profundamente los valores transmitidos por su madre. Trabajadora y eficaz, posee una vitalidad exuberante que le permite gestionar sus quehaceres con una eficiencia poco común.
- Tras la muerte de su madre, con 14 años, es perfectamente capaz de tomar las riendas de la casa e ir desarrollando hasta niveles muy altos todas sus capacidades como ama de casa, administradora de los bienes económicos familiares, educadora de sus hermanos, llegando a tener una ascendencia muy importante en las conductas de su padre.
- De igual modo que su madre, de la que ha heredado su belleza física, tiene múltiples admiradores. Sus elecciones han contado siempre con su firme convicción de mantenerlas, si así lo creía conveniente, frente a la oposición de su padre, sin que éste lograra hacerla desistir de su elección a pesar de utilizar, en alguna ocasión, la fuerza física o la amenaza.
- Se casa a los 24 años, en plena guerra civil con quien fue su único marido, Lisardo. Este servía como teniente veterinario en el ejército. Tuvo dos hijos y fallece a los 92 años. Mantiene su lucidez hasta los 90 años, momento en el que comienza su deterioro mental.

César.

- Nace en Melilla en 1916. Segundo de los 5 hermanos, mantiene una relación muy estrecha con sus hermanas menores, con quienes comparte el tiempo libre, dificultades y privaciones que viven con absoluta naturalidad y sin perder la alegría.
- Creador e instigador de los juegos más peligrosos, posee la habilidad suficiente para pasar inadvertido y sufrir en menor medida las consecuencias derivadas de ellos, siempre que al hacerlo sus hermanas no sufrieran daño grave. Tierno, dócil, paciente y amante de la justicia como su madre, posee un sutil sentido del humor, una sólida base moral y un indestructible sentido del deber, de la disciplina y reconocimiento de la autoridad transmitida por su padre. Capaz de aceptar sus errores, posee una visión realista de sí mismo mostrándose ante los demás sin pretensiones ni disfraces. Es implacable, en cambio ante la inmoralidad, la deshonestidad o el abuso.
- Su madre ocupa un lugar relevante en su mundo emocional. Su figura estará presente a lo largo de su vida como ejemplo de lo que ninguna mujer debe soportar. Se erige en su defensor frente al trato que recibe de su marido y con 10 años protagoniza un grave enfrentamiento con su padre por evitar su maltrato.
- Sufre de eneuresis hasta entrada ya la adolescencia.
- A los 16 años y por sugerencia de su padre se alista en el ejército. Los acontecimientos de la vida política le llevan a vivir la guerra civil en primera línea de fuego. Su padre se convierte en su superior en alguno de los destinos y batallas. Evita que puedan acusarle de favorecer a su hijo y por ello le niega 2 condecoraciones y sus correspondientes ascensos. Esta injusticia le marca.
- A los 24 años y gracias a la intervención de su futuro suegro, en aquel momento su superior, conoce a la que se convertiría en la mujer de su vida y por la que sentiría veneración hasta el final de sus días. Y con la que se casa dos años más tarde.

Elisa

- Nace en 1919. Ocupa el lugar medio de los hermanos y se siente especialmente unida a su hermano mayor, por quien siente admiración y de quien recibe el cariño y la protección que busca.
- La característica más relevante de su carácter es su generosidad sin límites y su capacidad empática. Puede llegar a dar su único trozo de pan diario a cualquier niño que pase por su lado y se lo quede mirando. Sumamente sensible, tierna y paciente es la que menos destaca intelectualmente. Ingenua e incapaz de gestar malicia alguna es vulnerable al olvido y al abandono emocional y posee cierto deje de envidia que trata de controlar.
- Su vida dentro del sistema familiar se desliza sin que ella destaque ningún acontecimiento. Es la hermana más anónima y también más reservada. Quizá sea la más parecida a su madre y la que menos influencia haya recibido de su padre.
- La precariedad, los conflictos familiares o la falta de atención paterna son vividos como parte natural de la vida sin que hagan excesiva mella en su carácter ni creencias. Al igual que su madre, piensa que todo está en manos de Dios y sólo cabe aceptar su voluntad.
- Se casa a los 26 años con un hombre trabajador y bueno a quien le une un profundo cariño y con el que dice sentirse feliz durante el tiempo que comparten hasta que él fallece. Tiene 3 hijos.

Enriqueta (Kety)

- Nace en 1921 en Teruel. Siendo la más pequeña de las hermanas se muestra como la más independiente de todos, aunque se trata más de una actitud defensiva que real. Capaz de jugar como un chico más, comparte juegos con sus dos hermanos mayores.
- Inteligente, incisiva, curiosa, obstinada y creativa puede leer más allá de las palabras. Es la más crítica de los hermanos, suele llegar a conclusiones certeras pero la excesiva carga afectiva que despliega, le impide sacar provecho de sus argumentos, despertando en cambio la oposición visceral de su oponente. Emocionalmente vulnerable, se parapeta tras una capa de frialdad y distanciamiento como forma de defensa.
- Posee algún recuerdo de su madre a quien define de forma objetiva y con cierta distancia emocional, afirmando de ella que era “débil, incapaz de hacer frente a mi padre...”. Siente como madre a su hermana mayor, por la que expresa una gran admiración y cariño. Cree que ella fue capaz de poner a su padre los límites que debió poner su madre.
- Vive con su padre hasta que éste vuelve a tener pareja. Le amenaza con casarse con el primero que llegue si lo hace y cuando sucede así, acepta la proposición que le hace el cuñado de su hermana, con quien se casa a los 25 años. No es feliz con él pero compensa su vacío emocional con el desarrollo de sus habilidades artísticas y la atención de sus 3 hijas, dos de ellas sordomudas y una de ellas encamada durante 9 años. Luchó por lograr que fuesen personas capaces de desenvolverse con normalidad, comunicarse verbalmente, tener trabajos estables y desarrollar en ellas sus potencialidades y su autoestima.

José

- El último de los hermanos nace en Cariñena en 1922. Siente un especial apego hacia su hermano mayor, siendo la relación con Elisa muy estrecha. No tiene recuerdos de su madre. Para él, quien le ayudó a crecer fue su hermana mayor, a quien considera su verdadera madre.
- Tímido, cariñoso, familiar, responsable, honesto y disciplinado trató de seguir en todo momento los pasos de su hermano mayor. Temeroso del carácter violento en ocasiones de su padre, con quien trataba de guardar distancia, se refugió en la ternura que recibía de su hermana-madre y en las enseñanzas que recibía de su hermano. Ser el menor de los hermanos le permite obtener beneficios que le son negados al resto: más comida, atención por parte de su hermana-madre, permisividad, menos obligaciones... No obstante, busca la cercanía y aceptación de sus hermanos con quienes desea compartir juegos, travesuras y tareas.
- El comienzo de su adolescencia coincide con el estallido de la Guerra Civil. Su hermana-madre se casa dos años después aunque se mantiene a cargo de la casa paterna mientras su marido sirve como veterinario en el ejército. Sus frecuentes visitas a la casa de su suegro permite que se establezca entre ellos una relación muy estrecha. Su presencia va a influir de forma positiva en el adolescente. Según los hermanos, la guerra le marcó más profundamente y le aleja en cierta medida de la estricta moral que posee el resto.
- Finalizada la guerra sigue los pasos de su hermano y se alista en el ejército en el que permanece hasta que finaliza su tiempo laboral.
- Se casa en Barcelona donde permanece hasta el final de su vida y donde nacen y crecen sus cuatro hijos.

➤ **3.4. Situaciones de crisis o riesgo**

CONYUGES:

Cuando la pareja decide unir sus vidas, cada uno de los miembros aporta al matrimonio sus vivencias personales y sus expectativas. Si bien su adaptación a la nueva situación conlleva una cierta cantidad de estrés y esfuerzo, éste se eleva hasta niveles muy altos al verse obligados a cortar los lazos emocionales existentes hasta entonces con sus familias de origen y comenzar en un lugar lejano y de cultura diferente. Las expectativas frustradas que cada uno tenía sobre el otro provocan el fracaso del matrimonio desde sus comienzos.

César:

- ✓ Ruptura de lazos familiares a una corta edad. Se marcha de casa a los 16 años, en plena adolescencia y sin haber adquirido conocimientos o habilidades suficientes para hacer frente a su vida laboral con una mínima seguridad.
- ✓ Ausencia de red social. De forma constante se ve obligado a romper las relaciones que comienza en cada cambio de ciudad. Lo que le obliga a valerse por sí mismo y a convertirse en autosuficiente en todos los niveles. No dispone de personas con las que compartir sus preocupaciones, dudas o que puedan ponerle en aviso de las conductas peligrosas que iba adquiriendo.
- ✓ Situaciones vitales comprometidas. Participa en conflictos bélicos y enfrenta momentos de gran estrés, con peligro de su propia vida.
- ✓ Dificultades económicas. Sentimientos de culpa derivados de la disminución en el nivel de vida de su mujer, no acostumbrada a la precariedad. Cree leer en su rostro y en su ausencia de alegría un silencioso reproche que le aleja de ella.
 - Como consecuencia de ello, encuentra en la bebida un modo de acallar los temores, las dudas y la soledad. Se convierte en un bebedor social al que nadie vio jamás con signos externos de haber bebido de forma excesiva.

- Su afición por las mujeres le permite llenar de forma transitoria sus necesidades físicas y emocionales sin el dolor de la ausencia o la pérdida.
- Las expectativas que tenía respecto a su matrimonio no se ven satisfechas. La dulzura, abnegación y belleza de su mujer no llenan su búsqueda de apoyo y determinación.

Adoración

- ✓ Ruptura de red social. Se ve obligada a romper con toda su vida y comenzar su vida matrimonial en un lugar extraño y en una cultura que no es la suya.
- ✓ Dificultades económicas. Su situación varía de forma negativa cuando contrae matrimonio, ya que el sueldo de su marido es muy escaso y no tiene habilidad para manejar la escasa cantidad que le facilita.
- ✓ Ausencia de habilidades personales para imponer su voluntad y defender la satisfacción de sus necesidades y derechos.
- ✓ Sus creencias religiosas reprimen sus capacidades y necesidades sexuales, impidiéndola gozar y compartir su atractivo físico con su marido.

Las consecuencias de ello podrían resumirse de la siguiente forma:

- Sus expectativas como mujer no se ven culminadas con el amor y la vida romántica que esperaba de su vida matrimonial.
- Las constantes infidelidades de su marido la hieren profundamente sin que se sienta capaz de hablar de ello con él o le ponga límites.
- El carácter rompedor y enérgico que le enamoró de su marido, choca con la violencia verbal con que expresa su malestar en la convivencia y ante la que se siente atemorizada y angustiada.
- El silencio y aceptación a los que se ve obligada, unido a su incapacidad para expresar su dolor, el aislamiento

social en el que vive y el estrés que todo ello conlleva, van minando su salud de forma progresiva.

FAMILIARES:

1913-1928 :

Este periodo comprende momentos de suma importancia en el ciclo vital de la familia que van desde la formación de la pareja, pasando por el nacimiento de los hijos hasta llegar al momento clave en la vida familiar como es el afrontamiento de la pérdida de la compañera y madre. En esta década y media se observan los siguientes factores estresores:

- ✓ Sistema conyugal deteriorado
- ✓ Violencia familiar:
 - Explosiones y amenazas verbales habituales hacia la madre en presencia de los menores.
 - Situación de amenaza con arma de fuego hacia la madre e intervención del hijo mayor.
 - Respuestas paternas con desequilibrio negativo entre las conductas infantiles y sus consecuencias
- ✓ Dificultades económicas
- ✓ Escasa red social
- ✓ Ausencias prolongadas de la figura paterna
- ✓ Incapacidad materna para poner límites

1928-1939:

- ✓ Desaparición de la figura materna. Muerte a los 36 años.
- ✓ Ruptura en la evolución natural del ciclo vital.
- ✓ Reasignación de roles familiares.
- ✓ Violencia familiar.
- ✓ Consumo de alcohol.
- ✓ Escasez económica.
- ✓ Inestabilidad social.

✦ 3.5. Factores protectores

Según Rutter (1985) son factores protectores aquellas influencias que modifican o mejoran la respuesta de una persona a un peligro que predispone a un resultado no adaptativo. Esto no significa que dichas influencias deban ser positivas, ya que según el mismo autor, un factor protector puede no suponer un hecho o vivencia agradable pero puede servir para fortalecer a quien vive la experiencia. Incluyen también un componente de interacción que mejoran la posterior respuesta adaptativa ante un estresor. Por último, un factor protector puede ser una cualidad o característica individual.

Lo importante es comprender que dichos factores protectores operarían a través de tres mecanismos (Werner, 1993)

- Modelo compensatorio: Los factores de riesgo y las cualidades individuales interactúan y los primeros pueden ser contrarrestados por las características personales o fuentes de apoyo.
- Modelo de desafío: el estrés puede ser tratado como un estimulador, siempre que no sea excesivo.
- Modelo de inmunidad. Los factores de protección modulan el impacto del estrés.

En definitiva, y como afirma Cyrulnik, la resiliencia sucede como consecuencia de la interacción entre el interior de la persona y su entorno.

Así, pues, y como hemos descrito en el punto 3.3., existe en cada uno de los miembros de la unidad familiar competencias e interacciones que sirven de defensa ante las situaciones adversas a las que se vieron sometidos los mejores y que podemos resumir de la siguiente forma:

- ✓ Características individuales de los miembros.
- ✓ Entorno social. Las relaciones que se establecían entre la clase social del entorno militar eran muy estrechas. El aislamiento, la lejanía de los orígenes y la cultura compartida, permitieron establecer relaciones de vecindad y solidaridad muy fuertes. Esto permitió a los adolescentes prepararse para la pérdida, compartir

el dolor con otras personas y que éstas se convirtieran en una fuente fundamental de apoyo.

- ✓ Aportaciones maternas:
 - Incorporación de valores sociales y espirituales tales como fe, esperanza, solidaridad, paciencia, generosidad, capacidad de reflexión, capacidad de sufrimiento, adaptabilidad y sentido de la justicia, entre los más relevantes.
- ✓ Aportaciones paternas:
 - Responsabilidad, autodisciplina, sentido del deber, rectitud, sentimiento de unidad, iniciativa, creatividad, independencia y autosuficiencia o autonomía.
 - Permanece al cargo de sus hijos sin volverse a casar hasta los 53 años, lo que evita que los menores deban enfrentarse a una nueva y difícil adaptación.
 - Si bien cede la responsabilidad materna a su hija mayor, a partir de ese momento, él se convierte lentamente, gracias a la fuerza de su hija, en la figura paterna que no había sido antes.

✦ **3.6. Conclusiones**

En este estudio partía de la hipótesis de que la personalidad de Adoración, (hermana mayor de los 5 hermanos), cuyo carácter resultaba de la combinación de características heredadas o transmitidas por ambos progenitores, fue el responsable de que, a través de su apoyo, orientación, cuidados y amor incondicional, ella misma y el resto de sus hermanos superaran con éxito las duras etapas y circunstancias que se vieron obligados a vivir.

Posteriormente añadí, con el fin de verificarlo, que ella, como adolescente tendría que haber contado a su vez de un fuerte apoyo que le permitieran compensar las deficiencias que por edad y vivencias le habrían impedido ejercer por sí sola como figura de mediación resiliente.

Los resultados obtenidos a lo largo de la elaboración de los datos obtenidos indican la existencia de resiliencia entre los diferentes miembros del sistema familiar, si bien en distintos niveles de desarrollo.

Con el fin de centrarme en las dos tesis de las que partía, obviaré aquellos datos o integrantes de la familia que no sean relevantes para las conclusiones.

Se puede afirmar que Adoración fue y supo desarrollar y transmitir resiliencia porque se daban las siguientes características en ella y su entorno:

- Factores de soporte externo suficientes:
 - Contó con la relación de amor incondicional de su madre mientras ésta vivió. Posteriormente se ganó el respeto, admiración y colaboración de su padre, logrando de él que terminara cumpliendo sus responsabilidades paternas y disminuyera de forma muy importante las situaciones de maltrato físico y psíquico a sus hermanos, contribuyendo económicamente al sustento familiar de forma suficiente.

- Acceso a una red de apoyo social que le sirvió de mediadora entre sus circunstancias objetivas y el de las dificultades sentidas.
 - Personas que de forma individualizada van a suponer un apoyo emocional importante, como varias amistades femeninas coetáneas de su madre e incluso tuvo a su lado a la hermana soltera de su padre, en la cual tuvo una importante ayuda, tanto a la hora de repartir responsabilidades familiares, como de hallar soporte emocional.
- Fuerzas internas personales:
- a. Reconocida y apreciada por todos cuantos la rodearon: hermanos, padre, entorno...
 - b. Supo comprender a su padre, y desde la empatía, aplicar su influencia para conseguir cambios importantes en él y en la dinámica familiar.
 - c. Autónoma, accionó sus capacidades para hacer frente a la responsabilidad de ser la columna vertebral del núcleo familiar y tomar decisiones de consecuencias complejas.
 - d. Halló un gran soporte en los valores espirituales transmitidos por su madre y que le sirvieron de guía en sus actuaciones.
 - e. Logró mantener y desarrollar el sentido del humor sonriendo ante la dureza de las circunstancias que le tocó vivir.
- Habilidades sociales:
- Todo lo anterior le sirvió para rodearse de personas que le ayudaron a superar dificultades, hombros en los que llorar cuando lo precisó, con quien compartir sus momentos alegres y mantener el humor.
- Disponibilidad para hacer:
- Se responsabilizó de sus actos y cambió circunstancias de maltrato y escasez económica manteniendo siempre la seguridad de que podía sacar adelante a su familia acercando a ella a su padre. Este último se mantuvo implicado en el desarrollo de sus hijos hasta bien entrada su madurez (segundo matrimonio a los 53 años)

BIBLIOGRAFÍA

- **Bertrán, G; Noemí, P; y Romero, S. “Resiliencia: ¿enemigo o aliado para el desarrollo humano?. Santiago de Chile, CIDE Documentos, n° 9, 1998.**
- **Brooks, R. Y Goldsteins, Sam. El poder de la resiliencia. Editorial Piados. 2004.**
- **Cyrułnik, B. La maravilla del dolor: el sentido de la resiliencia. Editorial Granica, 2001.**
- **Grotberg. La resiliencia en acción”. Trabajo presentado en el Seminario Internacional sobre Aplicación del Concepto de resiliencia en proyectos sociales. Universidad Nacional de Lanús. Fundación Van Leer, 1997.**
- **Melillo, Aldo y Suárez Ojeda, Elbio (comps.) Resiliencia, Descubriendo las propias fortalezas. Buenos Aires, Piados 2001.**
- **Rutter, M. “Resilience, some conceptual considerations”. Trabajo presentado en Initiatives conference of fostering Resilience, Washintong D.C. Diciembre de 1991**
- **Stefan Vanistendael y Jacques Lecomte. La felicidad es posible. Barcelona, Gedisa, 2002.**
- **Werner, en Walsh, F. “El concepto de resiliencia familiar: crisis y desafío” en sistemas familiares. Año 14, n° 1, marzo de 1998, pág. 11.**