

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

DIVISIÓN SISTEMA DE UNIVERSIDAD ABIERTA

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**IMPACTO DEL DIVORCIO. LA HISTORIA ORAL COMO
TRATAMIENTO TERAPÉUTICO**

PRESENTA:

MARÍA MAGDALENA MERINO CASTREJÓN

DIRECTORA DE TESIS: MTRA. YOLANDA BERNAL ÁLVAREZ

NOVIEMBRE DE 2010.



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos.

Ante todo a la Universidad Nacional Autónoma de México y a la Facultad de Psicología.

A la Mtra. Yolanda Bernal Álvarez

Al Mtro. Jorge Orlando Molina Avilés

A la Mtra. María Teresa Gutiérrez Alanis

A la Mtra. Araceli Lambárrri Rodríguez

Al Mtro. Jorge Álvarez Martínez

Y a todos y cada uno de los profesores que me transmitieron sus conocimientos.

Dedicatorias

A mi madre Magdalena Castrejón Hernández que hasta el último momento de su vida fue un ejemplo y un apoyo incondicional, su amor iluminó mi vida.

A mis hijos Agustín, Angélica, Lety y Eduardo quienes con su cariño me han apoyado en todo momento, son mis amores y mis impulsores.

A Sergio, mi esposo quien con amor me impulsó a concluir este proyecto.

A mis nietos Agustín y Roberto que llegaron para darme muchas alegrías.

A mis hermanos José, María Esther, Eduardo y Fernando, que en todo momento con cariño están conmigo dándome ánimo, los quiero.

A mis sobrinos Paloma, Coral, Alfredo, Carla, Emilio y Eduardo que también con cariño me han apoyado.

A mis amigas Carmen, Lisa y Vicky, quienes fueron mis compañeras y hoy considero parte de mi familia.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	6
--------------	---

CAPÍTULO I METODOLOGÍA

1.1	Título	11
1.2	Planteamiento del problema	11
1.3	Pregunta de investigación	11
1.4	Justificación	11
1.5	Método	12
1.6	Objetivo	13
1.7	Hipótesis conceptual	14
1.8	Tipo de estudio	14
1.9	Instrumento	14

CAPÍTULO II EL DIVORCIO Y LA SEPARACIÓN

2.1	Referencias del caso	15
2.2	Temas que se presentan	16
2.2.1	Duelo de la separación de la pareja	16
2.2.2	La menopausia	19
2.2.3	El síndrome del nido vacío	22
2.2.4	La economía	23
2.2.5	La no aceptación social y cultural del divorcio	27
2.2.6	La edad	30
2.2.7	Aspectos biológicos	30
2.2.8	Aspectos psicológicos	33
2.2.9	Aspectos emocionales	33
2.2.10	Aspectos socio-culturales y antropológicos	37
2.2.11	Aspectos del impacto del divorcio en la familia	39

CAPÍTULO III LA HISTORIA ORAL

3.1	Antecedentes de la Historia Oral	41
3.2	Introducción a la Historia Oral	45
3.3	Metodología de la Historia Oral	47
3.3.1	Trabajo durante la entrevista para la elaboración de la Historia	47
3.3.2	Los diversos tipos de entrevista	48
3.3.3	Al finalizar la entrevista	51
3.3.4	Trascripción de la entrevista	51
3.3.5	Importancia de la Historia Oral	51

3.3.6	Técnicas de Recolección de Información	54
3.3.7	La entrevista y el entrevistador	55
3.3.8	Tipo de entrevista	56
3.3.9	Reglas a seguir	56
3.3.10	Grabar o no grabar	58

CAPÍTULO IV RESULTADOS

4.1	Trabajo de la Historia Oral a realizar	58
4.2	Contenido	59
4.3	Material	60
4.4	Conclusiones	60

ANEXOS

A	Entrevista inicial	61
B	Cuestionario	61
C	Carta compromiso	62
D	Transcripción de la grabación de la entrevista	62

BIBLIOGRAFÍA	78
--------------	----

Introducción

El objetivo en el presente trabajo es utilizar la Historia Oral como herramienta de trabajo en terapia, y en este caso, comprender como enfrenta una mujer alrededor de los 50 años de edad el divorcio, por la narración que ella hace de los acontecimientos y la forma en que vive su situación después de éstos, la información así obtenida apoya el trabajo terapéutico.

Se trabaja con la herramienta de la Historia Oral y por medio de las entrevistas se recaban los recuerdos y vivencias de dicha mujer, con la problemática que enfrentó y la forma en que salió adelante.

Como resultado de las entrevistas, se obtuvo la historia de esta mujer, que habiendo iniciado el proceso de menopausia, con tres hijos en edades entre los 18 y 24 años, con escolaridades entre la preparatoria y la universidad se encontraban aún dependientes del hogar, exceptuando el mayor que tenía poco tiempo de haber comenzado a trabajar.

Además, el haber vivido la infidelidad de la pareja, motivo por el cual la mujer decidiera el divorcio como resolución al conflicto en el que se veía inmersa en ese momento.

A partir de ese momento, la mujer describe las condiciones sociales, familiares y económicas en que vivió y por las que cursó el proceso de divorcio y la adaptación a su nueva soltería.

Después de concluir la revisión bibliográfica correspondiente al tema, se localizó a la persona adecuada, se agendaron las citas para las entrevistas y grabaciones, se firmó la carta compromiso de sesión de derechos del material grabado en las entrevistas.

Hacer Historia Oral implica el preguntar a la o las personas acerca de su pasado, sus experiencias y su participación en la gestación de un hecho.

El o los entrevistados, además de ofrecer información, manifiestan sus vivencias, juicios de valor, puntos de vista, mitos, ideologías, conclusiones.

A partir del rapport establecido entre los dialogantes se relatan historias que ponen a prueba, por una parte, la capacidad evocadora del entrevistado, su destreza tanto para aprender de lo vivido como para darle nuevo significado y de este modo, dar sentido al sin sentido, y por otra, la aptitud del que pregunta para lograr la confianza de su interlocutor y, de esta manera, conducirlo en el necesario regreso simbólico al pasado que implica el recurrir a la memoria para obtener la información.

La historia constituye el conjunto de los hechos sucedidos en tiempo pasado y lo oral lo dicho con palabras habladas, la historia oral es mucho más. No limita un determinado tipo de historia, basada exclusivamente en la tradición oral, sino una técnica específica de investigación contemporánea, el término Historia Oral representa fundamentalmente una labor de recuperación de testimonios de la o las personas que vivieron en una época y que de otro modo se perderían irremediabilmente.

La Historia Oral permite suministrar respuesta a los problemas que derivan de la ausencia de fuentes escritas en un determinado período o tema y emprender nuevas tareas de investigación a partir de un hecho o visión de los acontecimientos.

El proceso de realizarla y rescatarla, puede ubicar a aquella gente que integró parte de la historia y que muchas veces por pertenecer a grupos sociales alejados de las esferas del poder no ha dejado testimonio escrito de su experiencia.

Utilizar las fuentes orales como herramienta complementaria, en aquellas investigaciones en las que la evidencia oral sirve para confirmar, contrastar o bien refutar las hipótesis enunciadas a partir de las fuentes escritas, permiten avanzar en el conocimiento de la realidad desde diversos enfoques, tarea que se ve enriquecida por el carácter multidisciplinario de la historia oral y resulta un instrumento importante y eficaz para el rescate y conservación del legado cultural intangible.

De esta forma se asegura a las generaciones futuras la posibilidad de investigar su pasado en base a la documentación del testimonio de los ciudadanos que los precedieron y se podrá despertar e incentivar una reflexión acerca de los valores heredados como patrimonio cultural.

De igual manera al realizar la historia oral de un paciente se obtiene información valiosa para el trabajo que se realiza dentro de la terapia, así como, apoyo para futuras consultas.

La Historia Oral de este trabajo se basa en una mujer que se divorcia alrededor de los cincuenta años y se encuentra en una situación difícil, ya que debe reacomodar su vida que creía resuelta a una nueva situación y puede o no contar con los recursos psicológicos, emocionales o económicos para lograrlo, por lo que resulta interesante conocer las posibles facetas de esta crisis en esa edad.

Es la problemática a tratar en el presente trabajo, conocer como se enfrenta una mujer al divorcio alrededor de los 50 años y la narración que ella hace de los acontecimientos.

En nuestra sociedad cuando sobreviene el divorcio la mujer que no se ha desarrollado y ha sido dependiente del hombre puede encontrarse en una situación de riesgo al enfrentar el proceso de autonomía.

Es posible que algunas mujeres creyendo tener su vida resuelta dentro del matrimonio, por múltiples motivos se enfrenten a una nueva soltería al divorciarse, muchas de ellas se han dedicado al hogar y al encontrarse sin pareja y posiblemente sin recursos económicos, tengan que afrontar al mundo y no se encuentren preparadas.

El divorcio en nuestra sociedad es considerado un valor negativo que atenta contra la institución familiar, núcleo socializador reproductor de normas y relaciones de la cultura.

Es factible que sea vivenciado por la pareja como el fracaso de sus fantasías y expectativas de vida y por los hijos como la pérdida de las relaciones de los miembros de la familia, generalmente del padre que en la práctica con frecuencia abandona su rol.

Dado este cambio drástico en el curso de la vida de la mujer, las repercusiones son diversas, la depresión puede invadirla y necesitar apoyo de diferentes maneras para comenzar a darse cuenta de su realidad y poder tomar decisiones para reanudar su vida de la mejor manera posible.

Todo esto pareciera fácil de llevar a cabo pero en la realidad puede ser difícil y doloroso, más aún si la mujer se encuentra alrededor de los 50 años.

Es importante que este grupo de mujeres sepa que pueden salir adelante y lograr vivir plenamente, que se den la oportunidad de pensar por un momento en acudir al lugar y con las personas adecuadas que las puedan ayudar a que reorganicen su vida. Todo esto se puede facilitar cuando la persona está llevando a cabo metas fuertes y personales, pero si se ha dedicado a seguir las de la pareja, tendrá más dificultades en encontrar las propias.

Un factor importante puede ser asirse de algo que realmente le guste y proporcione un medio para subsistir económicamente.

Se puede recurrir a un terapeuta, una amigo o un familiar dispuesto a escuchar, al cual contar las veces que sea necesario todo lo que se siente, el dolor, la tristeza, el coraje, la culpa, la frustración, los miedos, etc., el repetir una y otra vez en voz alta lo que siente y piensa le podrá servir como desahogo y será más fácil que pueda asumir su realidad y comenzar a tomar decisiones.

Sin embargo, no todas las mujeres que pasan por esta conjunción de crisis lo superan satisfactoriamente, muchas veces los obstáculos derivados de su divorcio, a los que deben adaptarse en este nuevo estilo de vida, son demasiados o tardan en concretarse. Por lo que resulta interesante conocer aquellos factores o recursos de

todo tipo que puedan facilitar esta renovación, tomando en consideración su nueva condición de soltera a los cincuenta años.

De ahí el propósito del presente trabajo donde se caracterizará la problemática de esta población de dos formas, la primera teóricamente al revisar los aspectos biológicos, sociales, económicos, etc. a partir de este período de vida, y la segunda, de manera gráfica al presentar una historia de vida, un “retrato” de esta etapa mediante la técnica de la Historia Oral de una mujer de 50 años que enfrenta el divorcio.

De lo anterior, se pretende conocer aquello que en la Historia Oral presentada funcionó ya sea como un obstáculo o como un facilitador para superar la crisis y generar un nuevo proyecto de vida.

Este estudio es importante tanto por la recopilación del trabajo de la historia de vida del sujeto elegido como por la realización de una Historia Oral como herramienta de trabajo en psicología, ya que el paciente al rescatar sus recuerdos aporta mucha información que apoya el proceso terapéutico.

CAPÍTULO I

METODOLOGÍA

Procedimiento de la Investigación:

1.1 Título.

Impacto del divorcio. La Historia Oral como tratamiento terapéutico.

1.2 Planteamiento del problema.

El propósito de este estudio es describir la percepción del impacto del divorcio en una mujer de 50 años por medio de la Historia Oral como herramienta de trabajo en psicología.

El divorcio en una mujer de cincuenta o más años es un problema al que ha de hacer frente en una etapa de la vida que presenta los cambios propios de ésta edad y que al ser investigado por el método de Historia Oral nos deja la percepción del sentir y vivir de una paciente en una época determinada.

1.3 Pregunta de Investigación.

¿Cómo impacta el divorcio a una mujer de 50 años?

1.4 Justificación.

La mujer, a los cincuenta años o más, tiene diversas problemáticas a resolver inherentes a su edad y si, a éstas aunamos el divorcio, se requiere la adaptación del sujeto a las nuevas condiciones de vida.

En estos momentos de cambio de vida, si se tiene la incertidumbre de sus consecuencias, la mujer los vive de manera estresante.

Es la esta etapa de vida donde la mujer de esta edad, que creía tener todo planeado para la vejez, tiene que enfrentar la separación y reestructurar su futuro, con las vicisitudes y conflictos adyacentes.

Por otro lado, es la edad aproximada en que se vive la menopausia con todos los cambios que ésta implica, la partida de los hijos que se procrearon y que deciden casarse o marcharse del hogar y en algunos casos, la enfermedad o muerte de los padres y personas mayores que debe enfrentar, además del divorcio.

El divorcio es un evento que implica un cambio en la vida de cualquier individuo y constituye una de las experiencias más dolorosas. Para la psicología es importante describir la percepción de este impacto, de forma que tengamos una visión clara del proceso que se desarrolla, para poder, en consecuencia, atender las necesidades psicológicas durante el proceso terapéutico. En este análisis, se realiza la percepción de esta situación en una mujer de cincuenta años mediante la Historia Oral.

1.5 Método.

El método es la utilización de la Historia Oral como herramienta de trabajo.

A partir del rapport entre entrevistador y entrevistado se relata la historia que prueba por una parte la aptitud del primero para lograr la confianza de su interlocutor como la capacidad del segundo para recordar los hechos y aprender de lo vivido.

La historia constituye el conjunto de los hechos sucedidos en tiempo pasado y lo oral lo dicho con palabras habladas, la historia oral es mucho más, no limita un determinado tipo de historia, basada exclusivamente en la tradición oral, sino una técnica específica de investigación contemporánea, el término Historia Oral representa fundamentalmente una labor de recuperación de testimonios de la o las

personas que vivieron en una época y que de otro modo se perderían irremediablemente.

En este caso, es el medio para conocer y describir la percepción del proceso de divorcio en una mujer alrededor de los cincuenta años. Anteriormente, se hará un análisis de los factores involucrados en este proceso y los antecedentes sociales, biológicos y ambientales circundantes alrededor de los cincuenta años de una mujer.

La Historia Oral suministra respuestas a problemas ausentes en otras fuentes escritas, por lo que se pueden emprender nuevas tareas de investigación a partir de la visión de los acontecimientos y rescata aquellos grupos sociales alejados de las esferas de poder que de otra forma no dejarían testimonio de su experiencia.

Este trabajo se basa en la Historia Oral de una mujer que se divorcia alrededor de los cincuenta años de edad y en una situación difícil, ya que debe reacomodar su vida que creía resuelta y puede o no contar con los recursos psicológicos, emocionales o económicos para lograrlo, por lo que resulta importante conocer las posibles facetas de esta crisis en esa edad.

Por lo que el propósito de este trabajo es caracterizar la problemática de esta población de mujeres en dos formas, una, teóricamente al revisar los aspectos que se dan en este período de vida como los biológicos, sociales, culturales, etc., y otra, de manera gráfica se presenta una historia de vida, un "retrato" mediante la técnica de la Historia Oral de una mujer que alrededor de los 50 años pasa por el divorcio y de lo anterior se pretende conocer por medio de la misma, lo que funcionó o no para superar la crisis y generar un nuevo proyecto de vida.

1.6 Objetivo.

El objetivo es conocer la problemática que enfrenta una mujer que se divorcia alrededor de los 50 años de edad en la narración que ella hace de los acontecimientos por medio de la Historia Oral, para su utilización en psicología.

1.7 Hipótesis conceptual.

Alrededor de los cincuenta años, las personas tienen buena parte de la vida resuelta: sus necesidades económicas, afectivas y sociales se han desarrollado para proveer estabilidad en diferentes áreas. Por estas razones, las mujeres están en condiciones de cursar los fenómenos propios de esta edad en condiciones lo menos adversas posibles, como la menopausia y el fenómeno del nido vacío. Sin embargo, la separación por el divorcio, puede ser uno de los fenómenos para los que no están en condiciones ni afectivas, ni económicas, ni psicológicas para resolver su nueva forma de vida.

El divorcio en estas condiciones, para la mujer, es una experiencia para la cual puede estar o no preparada; sus capacidades para enfrentar los desafíos y los problemas son la base para lograrlo, con el apoyo psicológico utilizando entre otras herramientas su Historia Oral.

1.8 Tipo de Estudio.

El estudio es una técnica de tipo cualitativo, conocida como Historia Oral, ya que, por medio de ella, la persona comunica sus valores, su entorno y su cultura dominante.

Para realizar investigación con esta técnica, se requiere de, al menos, una persona que describa los sucesos, de acuerdo con un método. Así, en este análisis, se utiliza la información obtenida a través de las entrevistas de una mujer que pasó el proceso de divorcio alrededor de los cincuenta años.

1.9 Instrumento.

Se utiliza como instrumento de trabajo la metodología de la Historia Oral para recopilar la experiencia vivida por una mujer que se divorcia a los 50 años de edad.

La historia oral ha sido definida por William Baum, uno de sus estudiosos conocidos, como “una metodología utilizada para preservar el conocimiento de los eventos históricos tal como fueron percibidos por el o los participantes”.

“De una manera más amplia, se la podría definir como “una metodología creadora o productora de fuentes para el estudio de cómo los individuos (autores, sujetos, protagonistas, observadores) perciben y/o son afectados por los diferentes procesos históricos de su tiempo”. (William Baum. (1977))

La Historia Oral construye estos testimonios mediante la técnica de la entrevista.

Su utilización por especialistas interesados en obtener testimonios para la historia contemporánea es una actividad circular, en tanto hay una retroalimentación que va del entrevistador al entrevistado. Es decir, el investigador es quien pregunta, quien pone un determinado orden, quien conduce el discurso hacia sus áreas de interés y hace hincapié en determinados aspectos, pero el entrevistado, al elaborar su discurso oral, aporta nuevos elementos, percepciones, acentúa aspectos distintos que modifican de continuo las preguntas que originalmente se había propuesto hacer el entrevistado.

Por lo anterior es un instrumento que aporta mucha información sobre el paciente, la cual enriquece y apoya el tratamiento terapéutico.

CAPITULO II

EL DIVORCIO Y LA SEPARACIÓN.

2.1 Referencias del caso.

Tipo de estudio:

Se trata de un estudio de caso, donde se presenta la historia oral de vida de una mujer en esta situación.

Se revisarán los aspectos, características o condiciones que inciden en el momento de la vida que se pretende caracterizar, el enfrentar el divorcio una mujer alrededor de los cincuenta años.

2. 2 Temas que se presentan.

Duelo de la separación de la pareja, la menopausia, el síndrome del nido vacío, la economía, la no aceptación social y cultural del divorcio, la edad, aspectos biológicos, psicológicos, emocionales, socioculturales y antropológicos, y el aspecto del impacto del divorcio en la familia.

2.2.1 Duelo de la separación de pareja:

El duelo, dentro de la terminología psicoanalítica, se refiere a toda situación de pérdida ya sea un ser querido, un bien material, etc. Sigmund Freud en 1915 en “Duelo y melancolía” lo definía (el duelo) como la reacción a la pérdida de un ser amado o de una abstracción equivalente como la libertad, el trabajo, el amor, la patria, etc”.

La pérdida de un ser querido puede ser por muerte, alejamiento o separación, nos referiremos aquí a la separación de la pareja, que puede darse por diferentes causas como celos, infidelidad, incompatibilidad de caracteres, problemas económicos, sexuales, etc.

La pareja se enfrenta al duelo de la pérdida de su unión, con lo cual tendrán que superar varios pasos como la negación, desorganización, enojo, culpa, soledad, alivio, y restablecimiento; el libro de Fisher, Bruce (1991) “Como rehacer tu vida cuando una relación termina”, da algunas indicaciones sobre la manera de enfrentar y superar esta etapa, al mismo tiempo, si tienen hijos el problema no acaba ya que estos seguirán siendo un vínculo entre ellos; padres e hijos tendrán que aprender a vivir con esta nueva organización.

En la separación como menciona Caruso I. (1979), “el problema de la separación es el problema de la muerte entre los vivos”.

El olvido es, pues, la primera, la gran defensa contra la propia muerte; sin embargo, es homicidio en nombre de la vida y suicidio de la conciencia. Es la vivencia de la muerte en mi conciencia ocasionada por la separación, y, complementario a éste, el problema que narcisistamente es más mortificante para quien lo sufre: la vivencia de mi muerte en la conciencia del otro. (Igor A. Caruso. (1979)).

El duelo, la supresión del afecto, la represión de las fantasías sexuales y la agresividad creciente, son características de la elaboración de la separación. En tales dificultades se empobrece tanto la energía de que puede disponer el Yo que se ve obligado a restringir sus gastos en muchos lugares.

Se vive un duelo sin muerte, es un duelo de lo que muere en el pensamiento, el sentimiento, las sensaciones; es ir día con día aceptando que la persona no está, que se fue, que puede seguir su vida en otro lugar con otras personas, es dejar morir todo lo que fue y empezar a vivir de otra manera. (Javier Vergara (1987)).

Como resultado de la separación la persona utiliza mecanismos de defensa, en especial:

-La agresividad.- Sirve para quitar los atributos positivos a la persona que se fue y se da la desidentificación con el objeto.

-Indiferencia.- Es la represión o rechazo del otro en la conciencia para disminuir esa imagen y así se instala el narcisismo el cual ayuda a la autovaloración.

-La huida hacia adelante.- Es la actividad compulsiva por obtener un satisfactor que sustituya al que se perdió, aunque no es muy recomendable, pues se puede entrar en una nueva relación que elegida así está condenada a una nueva pérdida, lo cual no soluciona la primera. (Igor A. Caruso. (1979))

Antes de la indiferencia, aparece en primer plano, durante la elaboración de la separación, su contraparte, es decir, la “huida hacia adelante”, ya sea bajo la forma de una actividad afirmada por la sociedad y por el Superyó, o como compromiso

entre las exigencias del Superyó y las del Ello, en forma de una especie de manía de diversiones. Lo corriente es una especie de desvío o tendencia al aturdimiento por medio de una actividad satisfactoria por lo menos secundariamente. (Lagarde, M. (1997), Igor A. Caruso (1979)).

-Ideologización.- Es la forma en que se defiende afrontando el problema como la solución que es mejor para los dos. La inhibición afectiva, la "evasión", el activismo, todas estas maniobras defensivas contienen ya la tendencia a una racionalización del acontecer afectivo, en cuanto se ponen en juego bajo la presión de la realidad social para defensa del Yo debilitado y exigen una forma de posición racional. (Igor A. Caruso. (1979)).

A pesar de lo poco convincente que puedan ser las ideologías que tratan de interpretar la vivencia de la muerte en la separación como una victoria vital, es importante preguntarse si esta vivencia de muerte es reconocida como tal y, por ende, si podría significar reconocimiento y consecuentemente posibilidad de vida. (Igor A. Caruso. (1979)).

-Melancolía.-La separación trae consigo a la melancolía, momento en que se dedica todo el esfuerzo del duelo, es un desgaste de energía donde se queda agotado, es tratar de acabar con la imagen y los recuerdos que hacen daño, al mismo tiempo, es la angustia de no poder ser ya lo que se era pues falta la otra parte, lo perdido, lo cual afecta la identidad y la integridad personal. (Igor A. Caruso. (1979)).

Se da la ambivalencia, en donde a momentos se le ponen los mejores atributos a la persona perdida y en otros los peores, se le extraña y se quiere que le vaya bien o se le odia y se le desea lo peor, inclusive la muerte.

-El olvido.- es como enfrentar la muerte propia ya que existe un pasado compartido y la persona que se fue no ha muerto realmente. (Caruso, I. (1979)).

2.2.2 La menopausia.

Es la etapa de la mujer en donde deja de ser reproductiva, ocurre normalmente entre los 45 y 50 años, pero puede suceder antes o después de estas edades.

Se llama menopausia a partir de la última menstruación y climaterio es la etapa en que se producen cambios en el metabolismo en casi todos los órganos de la mujer, estos cambios están relacionados con la disminución de hormonas ováricas y producen: trastornos menstruales, sofocaciones, bochornos, frío, palpitaciones escozor en los genitales externos, sequedad vaginal, molesta en las relaciones sexuales, sensibilidad mamaria aumentada, síntomas urinarios; pueden presentarse también rápidos cambios de humor, irritabilidad, trastornos del sueño, melancolía, fatiga y propensión a la depresión. (Stoppard, M. (2002)).

Este proceso menopáusico lo enfrenta cada mujer de diferente manera, en nuestra cultura es el momento en que la mujer deja de ser reproductiva y por lo tanto ya no tiene la misma importancia que hasta ese momento se le había otorgado, y enfrenta los cambios familiares correspondientes como el casamiento o salida del hogar de los hijos, la jubilación propia y/o del esposo, la pérdida o enfermedad de los padres, la separación de la pareja, etc. (Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003)).

Menopausia: Es una palabra formada por dos raíces griegas que son: “menses”, que traducida es “período” y “pausis” que es “suspender o detener” y en este caso se refiere a la “cesación de los períodos menstruales en la mujer” o “cesación de la función ovárica”. (Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003)).

La menopausia es síntoma y señal del inicio de la vejez, por el conjunto de pérdidas y finales de hechos que le son asociados, es conciencia de la presencia contundente de la muerte. La menopausia es un hecho político que contribuye a desvalorizar personalmente a las mujeres ya de por sí devaluadas como género. Así, en la tabla de valores que otorga mayor calificación a las jóvenes fértiles, las mujeres menopausias representan lo inferior. (Lagarde, M. (1997)).

Climaterio: Viene del griego “klimaktér”, que quiere decir “escalón, terminación del ascenso o inicio del descenso”, y que en este caso se refiere al período de cambios fisiológicos” o “conjunto de fenómenos que acompañan el decrecimiento de la función genital”. (Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003)).

De manera que el climaterio nos habla de los cambios fisiológicos que se dan en la mujer entre los 35 y 40 años (más o menos) y que finalizan aproximadamente alrededor de los 65 años, en cambio la menopausia es el momento en que se deja de menstruar el cual ocurre durante el climaterio que inicia antes y finaliza después.

Simone de Beauvoir (1949,1:367) fue pionera en concebir la menopausia como la posibilidad de autonomía y goce erótico de las mujeres sin el peligro y la angustia del embarazo lo que ligado a la separación de los hijos y a la adultez de las mujeres las pone en posibilidad de plenitud: “Desde el día en que la mujer acepta envejecer su situación cambia., ahora se convierte en un ser asexuado pero cumplido, una mujer de edad. Se puede considerar que su crisis queda entonces liquidada. Pero no habría de concluir que en lo sucesivo le será fácil vivir. Cuando ha renunciado a la lucha contra la fatalidad del tiempo, se inicia un nuevo combate para ella: es preciso que conserve un lugar sobre la tierra”.

“A pesar de cumplir, aún en el mundo del mal, hay mujeres que son desechadas, puestas fuera de uso (dejan de ser usadas y se ven impedidas para tener las experiencias que se derivan de su uso) y son arrojadas. Es la locura de la dependencia de los demás. La mujer objeto erótico requiere de un sujeto para ser reconocida y para reconocerse, para tener vida. Requiere ser usada, cosificada. Su locura se desprende de la vida especializada en la sexualidad erótica para el placer de otros. Es la locura del hipererotismo, frustrado, a pesar del buen desempeño. Se caracteriza por el auto desprecio de la mujer, por la no aceptación de sí misma, como concreción del mal, confrontada con las otras”.

La menopausia es síntoma y señal del inicio de la vejez y, por el conjunto de pérdidas y finales de hechos que le son asociados, es conciencia de la presencia contundente de la muerte. La menopausia es un hecho político que contribuye a desvalorizar personalmente a las mujeres ya de por sí devaluadas como género.

Así, en la tabla de valores que otorga mayor calificación a las jóvenes fértiles, las mujeres menopáusicas representan lo inferior. (Simone de Beauvoir (1949))

Las mujeres menopáusicas enfrentan la doble devaluación genérica: por ser mujeres, y por ser mujeres que no tienen ya las cualidades consideradas esencia de la feminidad. Para las mujeres más ceñidas al estereotipo dominante de madreposa, para las más dependientes y definidas por el cuidado de los otros, la menopausia es la muerte real y simbólica de núcleos esenciales de su identidad, que en esta opción no son reconstituidos.

La crisis de la menopausia pone a las mujeres en desventaja, y además de los malestares mencionados, en ocasiones les ocurren de manera simultánea otros hechos que les lesionan aún más. Es entonces cuando aparecen las mujeres enloquecidas, sintetizadas en la categoría mujer rota: su ruptura está basada en el vacío que deja en ellas la ausencia cotidiana de los otros, en un paradigma vital que sólo da sentido a la vida por la presencia objetiva e interior, subjetiva y simbólica de los otros. Este conjunto de hechos es para muchas mujeres una locura de muerte. (Simone de Beauvoir (1949))

“La menopausia es en realidad la muerte del amor porque no hay a quién amar, la muerte del erotismo concebido para ser vivido con el dueño de la mujer, la muerte de la casa como territorio, y del hogar como espacio vital; finalmente es la muerte de un modo de vida dependiente de los otros, a quienes la mujer estuvo adscrita y por otro lado la desvalorización de las mujeres menopáusicas responde a que son la negación corpórea de los atributos considerados naturales universales de la categoría mujer. La existencia de las menopáusicas atenta contra la universalidad del mito de la naturaleza femenina basada en la fecundidad permanente: simbólicamente sus cuerpos incómodos ya no son fértiles y ponen en evidencia la falacia del mito”, nos comenta Marcela Lagarde en “Los cautiverios de las mujeres: madreposas, monjas, putas, presas y locas”.

2.2.3 El síndrome del nido vacío.

La mujer al enfrentar el casamiento o salida de los hijos del hogar, normalmente no está preparada por lo que reciente esta situación, ya no es necesaria para cuidarlos, protegerlos, guiarlos; se le llama el "síndrome del nido vacío" y esto causa que entre en depresión, ya que desconocen alternativas para superar esta pérdida. (Tovar, R. (1996), Thiriet, M.; Képès, S. (1981), Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003), Stoppard, M. (2002), Freud, S. (1996)).

Los estudios metódicos aportan sin lugar a dudas una evidencia conflictiva del impacto del efecto nido vacío sobre el bienestar de la madre. Deutscher (1969) y Blood y Wolfe (1960) investigaron los efectos de la transición al nido vacío en la relación marido-mujer y llegaron a conclusiones bastante conflictivas. Deutscher descubrió que la calidad de la relación conyugal permanecía sin cambios o mejoraba después de la paternidad. Blood y Wolfe, sin embargo, descubrieron un aumento del desacuerdo conyugal, provocado quizá, por el abandono de los hijos.

Por otro lado, no hay evidencia para esperar que la experiencia del nido vacío deba ser la misma para todas las mujeres. Puede ocurrir perfectamente que para algunas, si no muchas, la transición al nido vacío sea un período anticipado y, de hecho, benigno.

Dicha fase de transición podría ser más angustiosa para algunas mujeres como aquellas madres con actitudes más tradicionales hacia el rol de la mujer podrían percibir la pérdida de los componentes más activos del rol de madre como la mayor pérdida. También, aquellas que están experimentando simultáneamente otros cambios de vida o que no tiene otra alternativa inmediatamente disponible podrían encontrar la fase de transición "nido vacío" más perjudicial.

Por último, aquellas mujeres cuyos hijos menores no abandonan el hogar cuando se espera, ej. aquellas que se encuentran en desfase relativo a la edad o a las pautas de vida, pueden estar afectadas negativamente por el retraso en la transición "nido vacío". (Neugarten y otros., 1968; Neugarten y Hagestad, 1976).

“Son mujeres rotas interiormente porque, debido a hechos que no dependen directamente de ellas, se ven obligadas compulsivamente a dejar de ser lo único que saben: ser de otros. Cuando los otros se ausentan de sus vidas, sucede el vacío y la desarticulación” dice Simone de Beauvoir (1981) a lo que añade: “Este cambio en su identidad genera una pérdida de gran magnitud porque se complementa con la impotencia de las mujeres para construir alternativas vitales que sustituyan la pérdida”.

2.2.4 La economía.

Estas mujeres que se dedicaron a su hogar, que no cuentan con un curriculum, no tienen experiencia laboral y su edad es ya en sí misma una limitante para obtener un empleo; a menos que cuenten con un desarrollo cultural firme que les permita tener opciones, con un capital para empezar algún negocio o el apoyo familiar para salir adelante, les puede resultar arduo o incluso infructuoso lograr su independencia y pueden pasar a ser dependientes de los hijos que las ven como una carga pero nos las incluyen en sus planes de vida.

La mujer tiene que buscar un empleo que se ajuste a su situación socioeconómica, con el consecuente agotamiento personal. Por lo tanto, existe un gasto social generado por el divorcio que no se puede obviar.

Son mujeres que debido a su situación envejecen más pronto, sufren de depresiones y sólo ven el correr de los días dejando que las cosas pasen sin tener ningún incentivo. (Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003))

En el caso en que la mujer se ha dedicado únicamente a la labor de ama de casa es posible que no cuente con las habilidades ni la experiencia necesaria para poder conseguir un trabajo bien remunerado y si la mujer tiene hijos, se enfrenta a la tarea de buscar a alguien que se los cuide, mientras ella trabaja.

Uno de los supuestos del divorcio es que la mujer recibirá una pensión adecuada para mantenerse y para mantener a sus hijos, cosa que por lo general no sucede y por lo tanto la economía de ellos en estos casos se ve afectada ya sea de manera

permanente o temporal, dependiendo de las herramientas con que cuente la mujer para mejorarla o no. (Gentzler, 2001).

Lagarde tratando este tema dice: "El trabajo y el bien: El trabajo es un valor positivo en mujeres de ciertos grupos de edad y en ciertas circunstancias. La valoración positiva del trabajo de las mujeres es, de hecho, un problema de tiempo. Se valora positivo cuando ya pasó y se retribuyó a los otros: "sacó a sus hijos adelante. Es una mujer trabajadora".

En jóvenes solteras es valorado sobre todo porque no compite ni con la conyugalidad ni con la maternidad, es decir, con el ser social de la madre. Por el contrario, el trabajo se considera un atributo positivo constituyente de una buena futura madre. Significa también la posibilidad de ingresos para la familia aunque sólo sea como manutención de la mujer trabajadora, o en el mejor de los casos cuando su salario o su ganancia ingresan (por la vía del autoritarismo patriarcal) al conjunto de la familia. (Marcela Lagarde (1997))

La dependencia de las mujeres en relación con los hombres, en particular frente al cónyuge en abstracto, como espacio a ser llenado, personaje en busca de un actor, es una dependencia vital.

Si se realiza la dependencia vital, la vida toda de la mujer está estructurada y ella mantiene su coherencia en torno a esa relación, aunque en la práctica no sea la suficientemente satisfactoria; si no se realiza, la vida de la mujer se sigue definiendo en cuanto a esta dependencia vital pero en negativo, como insatisfacción, como carencia, como ausencia. El personaje novio, amante, marido, existe como exigencia económica, social, psicológica, erótica" concreta Marcela Lagarde (1997).

Con la ampliación del estudio para las mujeres, con la dificultad de reproducir a las familias con sólo el ingreso masculino, el trabajo de la mujer joven, incluso casada pero sin hijos, es bien visto. Las jóvenes y sus familias ven en el espacio público del trabajo un ámbito para la consecución de sus fines de madres y esposas. Se trata de sitios y circunstancias ideales para relacionarse con hombres, establecer noviazgos (sin dejar de tener ingreso) y finalmente casarse.

Las mujeres de los estratos más altos trabajan mientras se casan, y las de las clases populares lo hacen con la esperanza de dejar de hacerlo algún día. Sólo en ese lapso de juventud el trabajo es considerado un atributo que no lesiona la identidad femenina. A ello se añade la mirada y el trato de mujer-objeto que reciben las jóvenes por el sólo hecho de serlo, y son bien vistas en los ámbitos públicos aun por los hombres que las requieren como madres públicas, confidentes, acompañantes, amantes, aunque sea como paisajes corporales con los cuales “alimentar la pupila” diariamente. (Marcela Lagarde (1997))

A las muchachas además, les gusta “salir” de la casa, de la familia y encontrar en la “calle” con el pretexto positivo del trabajo, a los hombres, a las amigas, tener dinero propio para valorarse socialmente (comprarse cosas), tener diversiones, fiestas, y un ambiente en el cual no están los dueños de sus vidas.

En el trabajo o en la escuela las mujeres encuentran un espacio de libertad frente a la mayor coerción doméstica y familiar. Aunque sea contradictorio, aun en condiciones de explotación, la circunstancia de salir, de ganar dinero, de ser tratadas como personas (aun con la discriminación genérica), el trabajo y lo público, las relaciones de contrato y la movilidad espacio temporal aunadas a la novedad de experiencias, al ejercicio de la capacidad de aprendizaje y a la puesta en práctica de habilidades y conocimientos en el desarrollo de actividades, constituyen un espacio menos opresivo para las mujeres.

La vivencia e incorporación de todo este mundo en la experiencia de las mujeres es a tal punto emancipador que autores clásicos como Engels (1884) lo consideraron suficiente como para acabar con la opresión de la mujer y lograr su liberación. La realidad es otra porque las mujeres no son descargadas del trabajo reproductivo, ni son tratadas social, económica, afectiva, jurídica y políticamente de manera diferente por el sólo hecho de incorporarse al trabajo valorizado como productivo en la sociedad industrial capitalista o socialista. (Marcela Lagarde (1997)).

Resaltan, por el contrario, la doble jornada y la doble opresión. En lugar de desarrollarse como espacios de vida intocados, los nuevos se constituyen en ámbitos de expansión de relaciones y contenidos patriarcales y clasistas de vida.

El trabajo en la sociedad de explotación es el hito sobre el que se estructuran la explotación, la opresión de clase y la enajenación. No podía ocurrir de manera distinta a las mujeres. Pero, dialécticamente, el trabajo opresivo por su esencia creadora y por las nuevas dimensiones de conocimiento, de derechos civiles, de ampliación del territorio vital, tiene aspectos liberadores para las mujeres.

Entre las experiencias novedosas en el trabajo o en la escuela se encuentran con que a pesar de la división genérica de estos ámbitos las mujeres hacen cosas extraordinarias a las que deben hacer como mujeres. También se encuentra a los hombres haciendo en muchos casos las mismas cosas que ellas, o si el contenido es diferente se los encuentra trabajando igual que ellas.

La posibilidad de ver a los hombres como iguales sólo sobreviene en lo público, porque ahí pueden realizar faenas, esfuerzos, actividades trabajos o formas de organización comunes, pero nunca idénticas. De ahí el sentido esencialmente liberador del trabajo. Pero las formas de opresión genérica enajenantes pueden redoblar por su reproducción incrementada en el trabajo. De hecho, simultáneamente, el trabajo público es para las mujeres liberador como seres oprimidos que tienen acceso a una actividad que trasciende su otro trabajo, cuyo contenido es la entrega a los otros.

Pero es opresivo, porque en él se articulan a la vez la opresión de clase y de género, para dar formas particulares de enajenación laboral y social desconocidas para los hombres. A este fenómeno se le ha llamado la doble opresión de las mujeres trabajadoras". (Marcela Lagarde (1997))

También vemos que cuando los hijos tienen la mayoría de edad estipulada por ley, el padre deja de tener obligaciones con ellos y si es el caso de que estos se encuentren aún estudiando resulta ser que el incremento del gasto aumenta según

el grado, que en tal caso, es la madre que se quedó con ellos quien ahora tiene que procurarles lo necesario para que terminen sus estudios. (Doménech, A. (1994)).

En la mayoría de los casos las consecuencias económicas del divorcio recaen sobre la mujer y los hijos que se ven en la necesidad de reducir sus gastos para ajustarlos al presupuesto de la madre, si es que cuenta con alguno, en el caso de no tener esta trabajo tendrá que buscarlo con lo que su jornada se duplica porque aparte sigue siendo el ama de casa, todo esto le reduce su tiempo para los hijos con lo que viene la culpa por el abandono a estos.

2.2.5 La no aceptación social y cultural del divorcio.

A la mujer divorciada se le rechaza por no cumplir su rol de esposa, se le ve como un peligro ya que se cree que está disponible y en busca de pareja a quien pertenecer, ha sido usada sexualmente, todo esto la convierte en una mala mujer.

Algunas amistades la dejan de frecuentar porque ya no pertenece al círculo donde sólo se aceptan matrimonios, y otras, porque deciden frecuentar al ex esposo y no quieren complicaciones. (Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003))

En el capítulo Madresposas de su libro Marcela Lagarde nos habla de “La mujer divorciada: la mujer fallida” diciendo:

“El divorcio es un atentado al destino de las mujeres, de madresposas en el régimen matrimonial. El divorcio ha sido un parte aguas en la secularización de la sociedad y del Estado. La lucha por conquistarlo como derecho marcó medio siglo de confrontación entre las fuerzas conservadoras del Estado normado por la Iglesia y la religión, y un bloque de fuerzas liberales que parcialmente laicizó al Estado y las normas jurídicas de la sociedad.

El divorcio es un derecho conyugal que permite perpetuar el matrimonio a la vez que disolver los matrimonios. Sin embargo, en la moral dominante el divorcio y los divorciados son rechazados.

Se rechaza particularmente a la mujer divorciada, (y se le designa así), con o sin hijos, porque el matrimonio es para toda la vida; interrumpirlo significa que la mujer fracasó en su conyugalidad como madresposa. Si la iniciativa de anulación parte de la mujer, es peor aún, porque renunció a la relación que debe gratificarla, prefiere la soledad y la soltería habiendo probado el matrimonio. A la divorciada se le teme además porque se considera que está a la caza de cónyuge, porque ya ha sido usada eróticamente y no tiene dueño, y se encuentra de hecho en condiciones de disponibilidad erótica, lo que la convierte de antemano en mala mujer.

La divorciada por iniciativa propia subvierte varios tabúes: el tabú de la conyugalidad dependiente para sobrevivir, el tabú de la servidumbre voluntaria -sumisión, obediencia, y renuncia-, y el tabú de ser propiedad del cónyuge. La transgresión de tabúes implica demasiados pasos en la autonomización social y cultural de las mujeres divorciadas quienes, sin vigilantes, se vuelven peligrosas porque tienen mayores posibilidades de disponer de su sexualidad adulta: culturalmente, en busca de realización.

Madresposas fallidas.

¿Qué pasa con las mujeres divorciadas, dejadas, abandonadas, estériles? ¿Qué pasa con las mujeres que no dedican permanentemente su cuerpo-incubadora para los otros? Por ejemplo, las mujeres que tienen uno o dos hijos y el resto de su vida cambian las funciones del cuerpo aunque realicen otras funciones maternas. ¿Qué pasa con las decenas de miles de mujeres que no integran nuevas familias porque no integran parejas permanentes, es decir, con las mujeres solas, muchas de ellas madres solas? Su relación con los hombres cambia, pero no con el poder. Cambio su dependencia vital porque son capaces de mantenerse y de manera autónoma mantener a sus hijos y reproducirlos sin paternidad y de vivir sin conyugalidad. Independientes económicamente enfrentan sin embargo la soledad y la carencia de hombre; es decir el hombre existe en la ausencia, en la negación, no como superación de la dependencia conyugal sino como carencia.” (Lagarde, M. (1997)).

“Así, las mujeres rotas se caracterizan porque, desde el conservadurismo que las define, se niegan a cambiar y a concebir la posibilidad de redefinir la vida de otra

manera. No sólo no aceptan constituir su vida con otros contenidos, sino que por ejemplo, aun en el mismo esquema de conyugalidad, al perder al cónyuge ni siquiera admiten sustituirlo por otro.

Las normas sociales y culturales refuerzan la imposibilidad de las mujeres rotas para optar; en cambio, las limitan, casi hasta el impedimento, por su edad, por haber estado casadas, por ser divorciadas o abandonadas, por ser madres. Es difícil que otros hombres las acepten como novias, esposas, o amantes (aunque la opción posible es ser amantes).

El estado de desasosiego, la depresión, la tristeza, la angustia ante la soledad, el dolor por el abandono, el desamor y los celos, producen en las mujeres rotas un estado de enloquecimiento definido por la imposibilidad de abandonar la negación de reconstruir la existencia sobre las mismas bases o sobre bases nuevas.

Aparece el delirio, y la Vivencia imaginaria del conflicto se interpone entre ellas y la vida cotidiana. Muchas mujeres viven la crisis de ruptura y luego se reacomodan, pocas lo logran con perspectivas nuevas, las más se reponen con el aprendizaje de cerrarse, de no volver a confiar y sobreviven. Uno de los caminos para constituirse en mujeres solas es, para muchas, haber sido mujeres rotas” Beauvoir, S. (1981).

En el caso que relata Simone de Beauvoir se trata además, “de una madresposa cincuentona y menopáusica, dedicada a su casa, repentinamente abandonada por su marido quien se enamora de otra mujer. Sus hijos se han ido y ya no tiene tampoco a quién materializar. Es el caso extremo de la mujer rota, y un fenómeno que se generaliza en nuestra sociedad: se trata de mujeres víctimas de matrimonios “fracasados”, que se rompen por iniciativa del esposo, quien abandona a la mujer por otra cuando los hijos han crecido. La madresposa en este esquema es por lo general, además, dependiente económica, social y jurídicamente. Debe entonces reestructurarse desde lo profundo hasta lo social, debe aprender a vivir de nueva cuenta, cuando ya no tiene los atributos requeridos para establecer vínculos conyugales”.

2.2.6 La edad.

Es una edad crítica, porque aparte de enfrentar el duelo por la pérdida de la pareja, el síndrome del nido vacío, la no aceptación social de el divorcio, y todo lo que se presenta con la ruptura matrimonial, debe aceptar que su cuerpo físicamente empieza a tener problemas como la pérdida paulatina de la vista, el oído, las arrugas, sus fuerzas disminuyen, sus movimientos se vuelven más lentos.

Enfrenta la enfermedad o muerte de padres, tíos, amigos y con esto se da un enfrentamiento con su propia muerte. (Lagarde, M. (1997), Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003))

“En sentido opuesto, hay otra locura erótica: la del erotismo conyugal inexistente, en el mundo que impone a las mujeres, desde la adolescencia, la obligatoriedad del nexo erótico-conyugal con los hombres. Se caracteriza por la imposibilidad de establecer o de mantener relaciones sólidas, durables, con responsabilidad y compromiso institucional, con los varones, debido a impedimentos culturales como la edad, el deterioro físico, la manera de ser y otras condiciones sociales, que impiden a las mujeres la realización de su deber ser: cuerpo-erótico de los otros, por no acceder a las posibilidades de las otras”. (Lagarde, M. (1997).

Planteamiento: La mujer divorciada alrededor de los cincuenta años puede encontrarse en una situación difícil, ya que debe reacomodar su vida a una nueva situación y puede o no contar con los recursos para lograrlo, por lo que resulta interesante conocer las posibles facetas de esta crisis para distinguir su potencial de salir adelante.

2.2.7 Aspectos biológicos.

Desde antes del nacimiento la mujer posee en sus ovarios un número ilimitado de ovocitos (óvulos) que son células sexuales que van disminuyendo con el tiempo, lo cual inicia en la vida intrauterina y al nacimiento existen aún miles de ellas de las cuales llegan 450, 000 a la pubertad y en la menopausia ya casi no existen, estas células afectan directamente la producción de hormonas, principalmente

estrógenos, los cuales cumplen un papel importante en el organismo y que al verse reducidos producen los síntomas del climaterio. (Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003)).

La hormona gonadotrópica se vuelve insuficiente durante esta etapa, con lo cual cambia la relación recíproca entre la producción ovárica de estrógenos y progesterona, al igual que la secreción de la hormona folículo estimulante (FSH) y de la hormona luteinizante (LH). (Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003)).

La anaovulación ocasional comienza a los 35 años y es común después de los 40 años, etapa en la que no se produce progesterona ovárica. Las cifras plasmáticas descendientes de estrógeno liberan el freno sobre la hipófisis y aumenta la cifra de FSH de su valor habitual de 4-30 mUI a más de 100 mUI después de la menopausia. De forma similar la concentración de LH se eleva a 100 mUI después de la menopausia. (Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003)).

Tratamiento. Existen diferentes pautas dependiendo de los criterios barajados por el médico. Los diferentes tratamientos pueden constar de:

Reemplazo hormonal

Suplemento de calcio

Ejercicio

Dieta equilibrada

Apoyo psicológico

Cuidados: Los cuidados estarán enfocados a apoyar a la persona que se encuentra en los periodos menopáusicos para ello es importante que además del apoyo médico encuentre en la pareja la comprensión y apoyo necesario. (Stoppard, M. (2002), Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003))

Conclusiones: Se puede aceptar que la menopausia, en sentido amplio, conlleva alteraciones psicológicas, que afectan al estado de ánimo y pueden calificarse de una depresión reactiva leve, sin embargo ello no representa, para el conjunto de

población, un deterioro de salud mental que implique mayor exigencia de atenciones médicas.

Existe un descenso general de la actividad y goce sexual en ambos sexos con la edad, aunque existe considerable variabilidad individual, dependiendo de las circunstancias, sin embargo, a la vez que hay un descenso de la actividad sexual, todos los estudios demuestran, simultáneamente que muchas personas incluyendo mujeres, mantienen una actividad sexual satisfactoria y relativamente frecuente por encima de los 60 y 70 años.

Por ello junto al postulado del descenso de la sexualidad, conviene establecer el de la persistencia de la actividad, y orientar los estudios a descubrir los factores que influyen en uno u otro sentido.

Así pues la relación sexual es un aspecto rico y vital del ser humano que permite a la pareja compartir sus intimidades más profundas, que expresan la plenitud emocional y física de ambos, aunque el amor y la sexualidad durante el climaterio, están lejos de ser lo mismo que fueron en los comienzos del matrimonio, durante esta época de la vida, debe ponerse más énfasis sobre el afecto mutuo, la dependencia y la amistad profunda, más que sobre la relación sexual.

Por lo tanto la sexualidad no es exclusiva de la juventud y durante el climaterio se tiene el derecho de adoptar una actitud romántica y sentimental, aunque el estilo ya no sea el mismo y la vida sexual ya no tenga el ardor de la juventud, una vida sexual bien equilibrada en una pareja que envejece armoniosamente es un bien preciado que ningún miembro de la pareja debe desdeñar, ya que, cada etapa de la vida es única y bella y cada una ofrece perspectivas frescas y experiencias nuevas. (Stoppard, M. (2002), Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003)), (www.inper.edu.mx/Tesina99-4.html)

2.2.8 Aspectos psicológicos.

Cuando la menopausia ocurre antes o después de lo esperado, o es vivida tanto consciente como inconscientemente como algo limitante , frustrante, etc; puede traer consigo un aumento en la frecuencia del sufrimiento psicológico por parte de la mujer en este período.

Puede aparecer un sensación insidiosa de frustración interna, carencia; de sentirse insatisfechas, junto con la imposibilidad de sentirse y manifestarse como antes.

Dentro de las posibilidades de concretar una expresión afectiva específica, la depresión - entidad que da cuenta de pérdidas difícilmente elaboradas (y como ya se ha mencionado, el climaterio suele ser vivido como un período de pérdidas) aparece con un promedio muy alto.

Es el principal trastorno que se presenta en la edad madura en las mujeres, estadísticamente comprobable que son mucho más vulnerables que los hombres de las mismas edades.

Teorías psicosociales lo atribuyen a las desventajas sociales de la mujer, y la sensación de impotencia que aparecerían asociadas en todo este período, estarían contribuyendo al surgimiento del cuadro depresivo.

Factores que pueden determinar una depresión:

- sensación de pérdida de feminidad
- dificultades laborales del marido
- los hijos que abandonan el hogar
- la sensación que "la vida casi se ha acabado"

2.2.9 Aspectos emocionales.

En líneas generales se podría dividir en dos: los que aparecen en éste período y que antes no estaban; y el aumento de los ya existentes.

Mujeres con un sistema nervioso muy sensible e inestable son más propensas a presentar trastornos emocionales asociados al climaterio; mientras que aquellas que presentan más estabilidad suelen tolerar mejor ésta etapa.

La ansiedad observada aparecería ligada al concepto que tiene la mujer de sí misma suelen ser el origen más frecuente de la sintomatología, en especial cuando ésta está asociada a la capacidad de reproducción. En estos casos es vivida la menopausia como una "declaración de senilidad".

Aparece un esfuerzo por contrabalancear esta situación, es decir de mostrarle al mundo que todavía no se ve a si misma "como una vieja", que no hace más que agravar el monto de ansiedad.

Siente que se pierde todo lo que se había ganado en la pubertad: feminidad, belleza, y el poder a ellas inherentes así como su atracción sexual.

La mujer puede pasar por un estado psicológico de dudas, vacilaciones, temor del futuro, intensificación y rechazo de su sexualidad, de oscilación entre el deseo de aislarse y una gran actividad sexual (muy similar a las de las jóvenes) lo que implica que psicológicamente es un replanteo de su sexualidad.

Conociendo el conflicto de cada mujer con su menárca se pueden plantear hipótesis sobre su futuro climaterio.

La reacción a la menopausia es un momento que le sirve a la mujer para saber si ha sido feliz o desgraciada, colmada en sus instintos o insatisfecha eróticamente, durante su niñez, adolescencia y madurez.

Aparecen excepciones en la mujer que siempre ha sido muy reprimida en su sexualidad, que vive a su menopausia como una fase más de la obligación de "seguir siendo" mujer.

Existen aquellas muy infantiles que viven a la menopausia "como la liberación", en el sentido que "ya no es más mujer" e inconscientemente vuelve a ocupar el lugar de "la nena chica".

La mujer que encontró todo su interés en el culto de sus atractivos físicos, y en la conquista del hombre, es la que más suele sufrir en esta etapa.

Lo más patológico.

Es lo que algunos autores han llamado " psicosis evolutiva" que se caracteriza por:

- depresión con intensos sentimientos de tristeza
- desesperación
- tendencia al suicidio
- constante menosprecio de si misma
- sentimiento de culpabilidad
- aspectos persecutorios que determinan acusaciones a otras personas
- errores de juicio
- debilidad de la memoria
- cambios totales de la personalidad.

La psicoterapia en estos casos:

Es lo que puede hacer la diferencia entre pasarla bien o pasarla mal en éste período. Es su psicoterapia personal el lugar donde la mujer puede trabajar sobre los temores que se plantean con respecto a su sexualidad, su personalidad, sus conflictos climatéricos, etc.

Posiblemente sea el único espacio donde la mujer pueda llegar a vivir la sexualidad en forma más liberada y gratificante.

El replanteo de sus emociones puede servir a la mujer madura para dar a su vida afectiva un carácter más sereno, libre de ambivalencias y conflictos emotivos. En otras palabras permitirse a si mismas "ser un poco más felices como mujeres".

Aunque ciertas investigaciones apuntan la posibilidad de que la disminución de estrógeno pueda ser una de las causas de la depresión que acompañan frecuentemente la menopausia, el hecho no es aún concluyente.

También es probable que el enfrentamiento a ciertos factores decisivos, como es el final de la fertilidad, y el temor a perder atractivo, placer sexual y salud se encuentren en la base de depresiones, angustias, insomnio, decaimiento general, súbita falta de interés por el entorno y, también, de irritabilidad y de tensión que presentan cierto número de mujeres durante esta etapa.

Estos trastornos se registran con mayor intensidad y frecuencia entre las mujeres con menor preparación académica o con escasos conocimientos sobre el tema, así como también entre las pesimistas y de temperamento intranquilo, que tiene más inclinación natural hacia la depresión y la angustia. Las mujeres que están más preparadas intelectualmente o mejor informadas, así como las que poseen un carácter más tranquilo y optimista, son menos propensas a sufrir trastornos de este tipo.

Entre las que pertenecen a esta última descripción se produce un especie de liberación en cuanto se refiere a las relaciones sexuales, puesto que pierde el temor al embarazo indeseado y, en general, no consideran que la nueva condición signifique un declive. Además, como la menopausia se presenta en edades en que ya los hijos han abandonado el hogar familiar o se han independizado, la mujer tiene más tiempo para dedicarlo a su propio bienestar físico y mental, así como al de su pareja. (Caruso, I. (1979), Cowan, C. y Kinder, M. (1987), Flores i Formenti, Tomás de. tr (2002), Freud, S. (1996), Howard, C. W. (1999), Laplanche, J., J.B. Pontalis (1996), Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003), Ortega, M.; Zapién, G. (2005), Satir, V. (1995), Thiriet, M.; Képès, S. (1981), Stoppard, M. (2002)); (<http://www.explored.com.ec/guia/fas836.htm>)

Una forma de locura femenina ha sido representada por Simone de Beauvoir (1981) en el libro que llamó *La mujer rota*; en donde el concepto elaborado de mujer rota

define “a las mujeres desestructuradas ante la terminación de la conyugalidad o de la maternidad directa”.

2.2.10 Aspectos socio-culturales y antropológicos.

El probar que la mujer en el amor es “más pasiva” (más humilde y sacrificada) que el hombre significaría por consiguiente que ella necesariamente (por su propia biología) tiene que “adaptarse más” a su pareja de lo que éste a su vez está dispuesto o quiere hacer. (Igor A. Caruso. (1979)).

A pesar de las opiniones contrarias, manifestadas de labios afuera, la mujer sigue siendo desfavorecida por el rezago de la legislación y de la opinión pública.

En este período de transición ella está expuesta a una triple desventaja: la sociedad exige de ella todavía lo supuestamente específico femenino, lo “eterno femenino” y la tarea de la mujer es, según eso, ser mujer (hembra).

Por otra parte, los irrefrenables procesos revolucionarios que tienen lugar en ese orden social traen consigo que la mujer entre en lucha competitiva con el hombre y que, lo que hasta ahora se tuvo por específicamente masculino, digamos en la vida profesional, la acapare a ella también, por más que no se le reconozcan los mismos méritos que al hombre en igualdad de rendimientos. (Igor A. Caruso. (1979)).

De ahí que el papel de la mujer sea paradójico. Ser un hombre de segunda categoría.

En tercer lugar la mujer comienza a presumir más o menos consciente que las relaciones hombre-mujer no son relaciones ínter específicas, sino que en ellas debe realizar una función, aún no muy definida, pero humana.

El papel de la mujer es también por este capítulo el más difícil de cumplir: volver a sí misma como ser humano, ser persona humana.

Esta situación, no sólo gravosa psíquicamente, sino enormemente desde el punto de vista de la subsistencia material, ocasionada en todas las catástrofes del Yo (y ya vimos que la separación es una de las peores) una especial dinámica de amor y odio que entre los que se separan hasta un cierto grado viene a ser complementaria. Porque, sea como fuere que se configuren las relaciones personales entre los que se separan, desde el punto de vista social la mujer es y sigue siendo en gran medida la oprimida y el hombre el opresor. (Igor A. Caruso. (1979)).

De ahí que se distribuyan los fenómenos de la agresividad, de la mala conciencia, de la resignación, etc., en cierta interdependencia con los papeles sociales asumidos.

Sería ingenuo pensar que el opresor sea siempre el manifiestamente agresivo y no la oprimida.

Por el psicoanálisis conocemos el papel de la agresión introyectada, esto es, la identificación con el agresor, sabemos también que la agresión introyectada, que se manifiesta más patentemente en la mujer en trance de separación puede volverse igualmente en contra de sí misma.

Recíprocamente la agresión del hombre puede adoptar formas compensatorias de preocupación cuidadosa y de protección.

No se olvide, insistimos, que nuestro orden social, que tiene un influjo troquelador sobre la separación, se basa en la propiedad privada y es por lo mismo un orden posesivo, la separación es vivenciada, consciente o inconscientemente, como un grave daño a la propiedad.

El duelo tras la pérdida no puede dejar de desplegar un dinamismo agresivo, desde el punto de vista sociológico, puesto que la separación ataca los “derechos de propiedad” troquelados por la moral prevaleciente. Un orden social posesivo es

siempre un orden moralista, puesto que trata de garantizar la propiedad al propietario, de ahí que un orden semejante opere preferentemente con el más estricto Superyó y desate con ello la separación y los sentimientos de culpabilidad como elementos masoquistas superyoicos. (Igor A. Caruso. (1979)).

Por lo demás, también operan con sentimientos de culpabilidad y con éxito la parte “perjudicada”, es decir, la “legítima”, de los que se separan, que así tienen que padecer, por el aumento del sentimiento de culpa, un incremento del castigo.

Si la separación es un daño inflingido a las relaciones posesivas, por otra parte fue emprendida para proteger la propiedad legítima del matrimonio posesivo y de la estructura social posesiva.

No sólo el punto de partida influye en la fenomenología de la separación, sino que también la elaboración de la separación, “el trabajo del duelo”, está condicionado por la estructura social. (Igor A. Caruso. (1979)).

Puesto que la sociedad troquela la moral prevaleciente, los que se separan, aún cuando se rebelen contra ello, saben ya de antemano qué y cómo tienen que sentir, la sociedad tiene prescripciones sobre cómo ha de elaborarse una catástrofe del Yo, sobre todo cuando la catástrofe del Yo es, a los ojos de esa sociedad, culpa de los que la padecen: y éste es siempre el caso de la separación de los amantes. (Igor A. Caruso. (1979)).

2.2.11 Aspecto del impacto del divorcio en la familia.

Si vemos el abandono de los hijos es distinto para cada género de progenitores y para las instituciones en que actúan.

En general, los padres son acusados del delito de abandono de persona, como parte de conflictos conyugales, y el contenido del abandono se refiere a abandono físico, económico y social. En esos casos, las mujeres acusan a los maridos por

haberse “ido de la casa”, por no pasar dinero para mantener a los hijos, y por desaparecer de su vida social, por desampararlas. En realidad, la mayoría de los padres abandonan a los hijos al abandonar a la esposa, como resultado de la ruptura de la conyugalidad. En muchos casos, el divorcio de los esposos significa el divorcio del padre de sus hijos. (Lagarde, M. (1997))

La frecuencia de la ruptura de la paternidad hace evidente lo endeble de esta institución, para quien no está dispuesto a asumirla. La paternidad funciona en conjunción con la conyugalidad, y es dependiente de ella. Esta última la mantiene viva y en funciones. Por eso al concluir o al terminarse la conyugalidad en cualquiera de sus variantes, es común que termine la relación entre el padre y los hijos. Los padres, no quedan imposibilitados para vivir a partir de la negación de la paternidad y, es común que “no sientan obligación o ligas con los hijos”. Algunos padres abandonadores conciben y se relacionan con la mujer y con los hijos como si constituyesen un bloque, una unidad indiferenciada. Así, al concluir la relación con la mujer concluyen la relación con los hijos de ella.

La paternidad es un conjunto de obligaciones de provisión económica, social y jurídica que no define el ser social de los hombres, de ahí que los hombres puedan desecharla con menor dificultad que las mujeres la maternidad. Su carácter claro de institución social, de compromiso social adquirido, la distancia real existente entre padres e hijos, la ausencia real del padre en la vida familiar diaria y en el cuidado de los hijos, contribuyen también a la creación de condiciones que permiten a los hombres desentenderse de sus hijos. Muchos de ellos lo hacen con la intención de establecer nueva conyugalidad, o de legitimar alguna ya existente y establecer nuevos nexos paternos. Es común en este sistema de poligamia masculina tan generalizada, y de una endeble paternidad, la presencia permanente del abandono del padre. (Lagarde, M. (1997))

La paternidad no tiene como espacio el cuerpo paterno, ni define de manera esencial al hombre, sólo tiene que ver con su restringida definición como padre. Ser padre es sólo uno de los roles posibles y esperados en la vida de los hombres, tal vez uno de los más importantes. Sin embargo, la paternidad no tiene como espacio

el cuerpo paterno, ni su sexualidad procreadora ocupa el centro de su subjetividad. Así, ni sexualidad ni paternidad definen al hombre.

En cambio, ser madre es la esencia positiva del ser mujer. En parte, esta diferencia cualitativa entre maternidad y paternidad en la vida de las mujeres y de los hombres, y su peso en la vida de los hijos, genera en la sociedad patriarcal de poligamia masculina, la constancia del abandono paterno.

El abandono del padre es económico, social y jurídico, para los individuos puede significar enormes dificultades incluso de tipo emocional. Sin embargo, tras el abandono del padre, la intervención de la madre asegura la sobrevivencia. La madre redobla sus funciones proveedoras, se enfrenta a la sociedad con una familia inferior por incompleta, y asume la representación y las obligaciones jurídicas de los hijos. El abandono del padre no implica la imposibilidad de la sobrevivencia y cuenta con una suerte de solapamiento y tolerancia social. (Lagarde, M. (1997))

La maternidad consiste en cuidar, la paternidad en reconocer. La maternidad es una institución indispensable para la vida, en cambio la paternidad lo es sólo económica, social y jurídicamente en el ámbito del poder. El vínculo materno está tan identificado con la feminidad que difícilmente puede ser sustituido y nunca lo es satisfactoriamente en cambio, el vínculo paternal, las funciones paternas de provisión económica y protección, es establecido y asumido, cada vez más por la misma madre quien realiza funciones y papeles a la vez maternos y paternos. (Lagarde, M. (1997))

CAPÍTULO III

LA HISTORIA ORAL

3.1 Antecedentes de la Historia Oral.

La transmisión oral ha sido, desde el comienzo de la historia de la humanidad, la forma de conservar la memoria colectiva.

Mucho antes de que se escribiera la historia, ya se transmitían las versiones de los hechos relevantes de las comunidades.

Los relatos orales usados metodológicamente para escribir la historia, se han encontrado en personajes como Herodoto o Voltaire quienes, en alguna de sus obras escritas en el siglo XVIII, utilizaron los testimonios orales de sus contemporáneos.

De igual forma Jules Michelet en su obra Historia de la Revolución Francesa (1847-1853) contempló los testimonios orales como un documento valioso que permitía llegar a otro aspecto de la realidad política.

En Estados Unidos se produjo un proceso de institucionalización de la historia oral en los años sesenta, formándose numerosos archivos orales a partir de la iniciativa de sociedades históricas y bibliotecas.

En la Gran Bretaña, los precedentes del desarrollo de la historia oral deben situarse alrededor de 1930 a partir de los “Sound Archives” creados por la BBC de Londres y su posterior utilización por parte de la historia social y la sociología.

En los años sesenta se planteó en las universidades el uso de la Historia Oral en experiencias de carácter interdisciplinario.

En Italia, a mediados de la década del 50, se desarrollaron una serie de proyectos destinados a recuperar testimonios de “gente corriente”. Rocco Scotellaro publicó sus trabajos sobre los campesinos del sur: L’uva Putanella y Contadini del Sud y Edio Vallini escribió una antología de historias de vida de obreros industriales: Operai del sud. Dos décadas después, en 1977, se publicó el primer libro de Nuto Ravelli a partir de entrevistas a campesinos piemonteses: Ninguno de estos autores era académico profesional, por ello, en 1974, a partir de la publicación de las obras de Franco Ferrarotti, la disciplina alcanzó un nivel académico.

De gran importancia son también todas las obras que concretaron importantes conclusiones al estudio de la metodología de la historia oral y analizaron los aportes

de la misma en diferentes temas de investigación: metodología, cultura y trabajo del campesinado, historia feminista e historia de la emigración.

Recientemente, desde la década de los ochenta, la historia oral ha tenido un desarrollo sostenido en Francia y la utilización con fines pedagógicos de los “relatos de vida”.

En España, los primeros estudios realizados con fuentes orales en el siglo XX, fueron desarrollados a partir de testimonios obtenidos de sobrevivientes de la guerra civil, quienes hicieron posible la recuperación de aspectos de la memoria popular de aquellos acontecimientos.

Y en Francia, la década de los ochenta aceleró un importante avance en el desarrollo de la historia oral luego de las Jornadas sobre Historia Oral y Fuentes Orales realizadas por la Universidad Complutense de Madrid y la celebración del Coloquio sobre Les Fonts Orals en Palma de Mallorca.

Esta difusión mundial de la historia oral ha suscitado en los últimos tiempos un interés cada vez mayor entre los diversos campos de la investigación.

La utilización de testimonios directos de quienes participaron en la gestación de un proceso histórico ha sido objeto de numerosos análisis y utilización por parte de diversas disciplinas: museología, sociología, antropología, psicología, lingüística, entre otras. Todas ellas coinciden en afirmar que la historia oral es la herramienta por excelencia que permite dar respuesta a los problemas que se derivan de la ausencia de fuentes escritas referidas a un determinado período o a una determinada temática. (Thompson, P. (1935)).

Lo que define el carácter perdurable al tiempo que renovador de la misma, no es la oralidad, ya que la historia de los pueblos se ha transmitido a lo largo de los siglos a través de la tradición oral, sino la labor sistemática de recuperación, de utilización de la fuente oral.

Esta recuperación sistemática exige por parte de los investigadores la realización de un complejo diseño de proyecto de historia oral que incluirá la elaboración de una muestra, una selección y búsqueda de informantes, la realización de entrevistas a los mismos el tratamiento y la transcripción de las fuentes orales. (Thompson, P. (1935)).

La posibilidad de entrevistar a protagonistas de una época determinada nos permite analizar los aspectos más intangibles, como son las pautas de comportamiento imperantes en tal período histórico, la interacción entre el poder político y el poder civil, las redes informales del poder o la historia de los grupos marginales.

Si “historia” significa el “conjunto de los hechos ocurridos en tiempos pasados” y “oral” lo “expresado con palabras habladas”, la “historia oral” es esto y mucho más. No define un determinado tipo de historia, basada exclusivamente en la tradición oral, sino una técnica específica de investigación contemporánea, el término “historia oral” fue acuñado por primera vez en 1948 por el investigador Allan Nevis, que supone fundamentalmente una labor de recuperación de testimonios de personas que vivieron otra época y que de otro modo se perderían irremediabilmente.

La historia oral no solo permite dar respuesta a los problemas que derivan de la ausencia de fuentes escritas referidas a un determinado período o a una determinada temática sino iniciar nuevas tareas de investigación a partir de una nueva visión de los acontecimientos. (Thompson, P. (1935)).

En el proceso de escribirla y rescatarla, puede colocar a aquella “gente corriente”, que hizo historia y que muchas veces por pertenecer a grupos sociales alejados de las esferas del poder no ha dejado testimonio escrito de su experiencia y participación en un lugar central.

La utilización de fuentes orales como complementarias, en aquellas investigaciones en las que la evidencia oral sirve para confirmar, contrastar o refutar las hipótesis enunciadas a partir de las fuentes escritas, permiten avanzar en el conocimiento de la realidad histórica desde diversos enfoques, tarea que se ve enriquecida por el carácter interdisciplinario de la historia oral. (Thompson, P. (1935))

La historia oral no es necesariamente un instrumento para el cambio; depende fundamentalmente del sentido con que se utiliza, no obstante, la historia oral ciertamente puede ser un instrumento para transformar el contenido y el objeto de la historia.

Es posible utilizarla para transformar el enfoque de la historia en sí misma y abrir nuevas áreas de investigación, puede romper barreras entre generaciones, entre las instituciones educativas y el resto de la sociedad; puede colocar a aquellas gentes que hizo historia, a través de sus propias palabras, en un lugar central". (Thompson, P. (1935))

En el presente trabajo se realiza la investigación sobre la historia oral y su metodología así como los aspectos, características o condiciones que inciden en el momento de la vida que se presenta en dicha historia oral, que son el enfrentar el divorcio una mujer alrededor de los cincuenta años, para lo cual se buscará la participación de la misma; también se verán algunos de los problemas que se les presentan a estas mujeres tanto por el divorcio como por la edad. Se trata de un estudio "de caso", donde se presenta la Historia Oral de una mujer en esta situación.

3.2 Introducción a la Historia Oral

La historia es la memoria del individuo y esta a su vez forma la historia de los pueblos que está integrada por los depósitos de la memoria colectiva. Esa historia se basó siempre en lo que dejaron escrito los que nos precedieron, pero la mayoría de la población del mundo es (lo era hasta hace muy poco) analfabeta y, por tanto, está excluida del relato. con mucha frecuencia, gran parte de las cosas importantes nunca "pasan a la historia" recoger la información oral de miles de ciudadanos comunes, protagonistas de la historia del siglo XX que viven a nuestro alrededor, es tener el privilegio de acceder a una información de primera mano, muchas veces olvidada o silenciada. quienes están en el poder tuvieron y tienen siempre un cuidado exquisito con la historia que se publica y se difunde, pero hoy asistimos a una verdadera ofensiva de la tergiversación de nuestra historia reciente: se tergiversan los

acontecimientos de la segunda república, se dulcifica el golpe de estado franquista, se presenta la guerra civil, como una lamentable "contienda entre hermanos", fruto de "errores cometidos por ambas partes", se la desvincula de la lucha contra el nazismo y el fascismo en toda Europa, se olvida a los exiliados y a los guerrilleros y nadie busca ya a los miles de "desaparecidos". Toda esta lamentable "confusión" sirve a su vez para presentar la situación actual como feliz resultado de una transición democrática en que "se olvidaron los rencores" bajo la sombra de la restauración monárquica. (Fraser, R. (2001), Folguera, P. (1994))

El pasado sirve así, una vez más, para explicar el presente. Pero a nuestro alrededor viven todavía miles de testigos que, sea cual fuere su ideología, pueden contarnos lo que realmente ha sucedido y podemos, con no mucho esfuerzo, recoger su testimonio.

Es importante hacer testimonios de lo que le sucede a la gente común y recoger su sentir del momento histórico que le tocó vivir poder con el tiempo ver los cambios que se dan, tanto a en el país, en las ciudades y en los pueblos, para que pasen a formar parte de la memoria colectiva. Recopilar y guardar adecuadamente estos testimonios es importante y una labor urgente porque la estas personas son ya mayores y representan uno de los cambios más fuertes que se han dado en lo que se refiere a las mujeres de entonces, la mayoría reducidas al ámbito doméstico y dueñas de él, tienen informaciones fundamentales y mucho menos frecuentes: sobre la vida cotidiana, las tradiciones, las relaciones familiares, sociales. (Fraser, R. (2001), Folguera, P. (1994)).

-Respeto al testimonio. El entrevistado debe dar voluntariamente su testimonio. No debe utilizarse el engaño para sacar información ni para grabar la entrevista, si decide informarnos, debe saber el uso que se hará de su testimonio.

Todo el mundo tiene derecho al silencio o a elegir sus interlocutores o los destinatarios de su mensaje. hay que indicar que la legislación actual protege el acceso a la grabación y que el entrevistado debe decir si permite que todo el que lo desee tenga acceso a ella o si limita este acceso a según que personas, fechas, etc. puede decir por ejemplo que no se puede consultar sin su permiso expreso, o que por

el contrario desea que la escuchen cuantos puedan interesarse en la historia, o que solo permite el acceso a ella tras su fallecimiento o a partir de tal o cual año, o a partir del fallecimiento de otras personas que aparecen implicadas en la grabación.

En todo caso si está de acuerdo en que sea de libre consulta no es preciso hacer nada especial, pero si desea limitar la consulta debe prepararse un documento en que indique esa circunstancia para que lo firme. Incluso puede suceder que el entrevistado no quiera dar su verdadero nombre y prefiera valerse de un seudónimo, pero esto no debe ser un problema para nosotros, que buscamos sobre todo la veracidad del testimonio. (Fraser, R. (2001), Folguera, P. (1994)).

Las experiencias de la vida han marcado a algunas con el sufrimiento y el miedo, otras callan por motivos de conciencia, así que nosotros no tenemos derecho a transgredir los límites que nos pongan.

Sin embargo, la mayoría suele dar su testimonio gustosamente, sorprendidas de que a alguien le pueda interesar lo que tanto han silenciado, sorprendidas de que su relato no se reciba como "las batallas del abuelo" o "la monserga de la abuela". (Fraser, R. (2001), Folguera, P. (1994), Mangini, S. (1997)).

3.3 Metodología de la Historia Oral.

Trabajo durante la entrevista para la elaboración de la Historia, los diversos tipos de entrevista, al finalizar la entrevista, transcripción de la entrevista, Importancia de la Historia Oral, técnicas de recolección de información, la entrevista y el entrevistador, reglas a seguir y grabar o no grabar.

3.3.1 Trabajo durante la entrevista para la elaboración de la Historia Oral:

Elección del tipo de entrevista a realizar. (Fraser, R. (2001), Folguera, P. (1994))

La entrevista es el acto más relevante del proceso y determinante para la investigación.

Es sobre todo una técnica, un adiestramiento y un aprendizaje que sirve de ayuda al investigador.

Existen tres momentos básicos para llegar a buen término el trabajo que consisten en:

- 1.- Quien hará las entrevistas y como se hacen las citas para las mismas.
- 2.- La o las entrevistas mismas y la relación que se establece entre los participantes.
- 3.- Los resultados: cuando se entera el entrevistado de los frutos que produjo la entrevista. (Fraser, R. (2001), Folguera, P. (1994))

3.3.2 Los diversos tipos de entrevista:

a) La entrevista con cuestionario estándar en donde las preguntas son siempre las mismas en el mismo orden.

b) La entrevista con respuestas alternativas fijas donde estas se hallan limitadas a alternativas preestablecidas.

c) La entrevista con preguntas de final abierto que debe ser realizada de manera que se pueda obtener una respuesta libre.

d) La entrevista no estructurada o parcialmente estructurada en donde ni las preguntas ni las respuestas están prefijadas de antemano; se realiza un guión previo que actúa solo como guía de la entrevista.

e) La entrevista no dirigida, consiste en que la persona entrevistada tiene plena libertad para expresar sus opiniones, en esta técnica no-directiva el discurso debe surgir de forma libre y espontánea, lo que no supone una actitud pasiva por parte del entrevistador que debe participar en forma activa durante la entrevista y dirigiéndola hacia aspectos relevantes; se trata de una “observación participante”.

f) La entrevista no-formal o convencional que consta de una guía de referencia pues se intenta obtener testimonios de “gente común” es decir, personas a las que se pide información sobre su vida y la del grupo social al cual pertenece y no “personajes singulares” como en el caso de una personalidad política.

-Se trabaja con un bosquejo de los temas principales con preguntas preparadas.

-Se inicia con preguntas generales que se respondan fácilmente y que no sean controversiales.

-Hacer preguntas cortas de un solo tema.

-No interrumpir a la persona a menos que sea necesario.

-Siempre preguntar cómo y por qué, pedir opiniones y lo que sienten con respecto a los hechos.

-Usar un micrófono externo para mayor claridad y de preferencia que el equipo se conecte a la corriente eléctrica para no depender de baterías que se puedan agotar

- Objetivo de la entrevista: El objetivo principal es la elaboración de la Historia Oral de una mujer alrededor de los 50 años que se divorcia, para saber como afronta este hecho y enfrenta la vida.

- Sujeto que se va a entrevistar: Es la Sra. X, una mujer que ha los 47 años pasó por la experiencia del divorcio, que es tema principal de la entrevista.

- Quién realiza la entrevista:

- Cuestionario con preguntas referentes al tópico.

●Fecha de la o las entrevistas:

●Lugar de la entrevista:

- Nombre:

- Lugar y fecha de nacimiento:

- Dirección:

- Edad:

- Escolaridad:

- Religión:

- Núcleo familiar: esposo, hijos, padres, hermanos, otros:

- Experiencia laboral:

- Vida sexual:

- Vida conyugal:

- Vida social:

- Situación actual:

Sobre la marcha de las grabaciones es posible que surjan nuevas preguntas o cambien las establecidas por la forma de la narración.

- Tener un equipo de grabación adecuado y suficientes cinta para grabar, a cada cinta se le pondrá fecha y nombre del entrevistado según se vayan utilizando. (Samuel, R. Breuilly, J. Clark, J.C.D. Hopkins, K. Carradine, D. (1991), Portelli, A. (1981). Sitton, Thad. (1989), Tourtier-Bonazzi Chantal. (1991), Garay, A. G. (1997), Aceves, L. J. (1991)).

3.3.3 Al finalizar la entrevista:

Tener ya redactado un documento en el que se establezca quien es el dueño de los derechos de autor y que la entrevista puede ser usada con fines de investigación para que sea firmado, debe llevar fecha, nombre de la persona entrevistada y del entrevistador.

3.3.4 Transcripción de la entrevista.

Se prepara la transcripción, el index (el texto de lo dicho en la entrevista) escuchando cada casete y transcribiéndolo a un documento de fácil acceso a su contenido y respetando el diálogo del entrevistado.

3.3.5 Importancia de la Historia Oral.

Dado el desarrollo tecnológico producido desde los inicios de este siglo, que ha afectado especialmente a las telecomunicaciones y al transporte acortando las distancias, los actores sociales han tendido a dejar cada vez menos vestigios escritos como cartas, memorias, diarios personales, que son fundamentales para la construcción histórica.

Por añadidura, en el caso concreto de Latinoamérica existe una muy pobre tradición biográfica o autobiográfica en comparación con el mundo anglosajón, por lo que se pierden las experiencias y percepciones de protagonistas del contexto histórico. (Franco Ferrarotti, 1991. "Biografía y ciencias sociales", Historia oral e historias de vida. Barcelona. Op. Cit. P. 83).

En estas circunstancias, la utilización de la entrevista de historia oral contribuye a la construcción de la memoria personal de ciertos hechos y enriquece nuestro conocimiento sobre la vida cotidiana en el hogar y en el trabajo, las circunstancias que rodearon los fenómenos estudiados, pero, sobre todo, las percepciones individuales, particulares sobre ellos.

Adicionalmente, puede proporcionar datos sobre catástrofes naturales como inundaciones, sequías, huracanes, o la presencia de personajes locales o hábitos que, debido a su carácter geográfico restringido, no quedaron plasmados en documentos.

Incluso la entrevista puede contribuir al rescate de residuos de la cultura material, tales como instrumentos de trabajo obsoletos, cartas personales, fotografías, etc., que sin ella se hubieran perdido.” Por ello puede proporcionarnos un paisaje más completo y complejo de los procesos históricos.

La historia oral, por la especificidad de sus rasgos, suministra información diferente a la contenida en archivos, periódicos, libros, informes, etcétera.

La fuente oral, en su vertiente popular, es particularmente útil para la historia social pues, como anverso de la historia política tradicional que explica el devenir en función de las decisiones de los grandes personajes, proporciona la visión particular de los sectores que son afectados por esas decisiones políticas: los obreros, los campesinos, las mujeres, el habitante medio. Es decir, rescata la voz de los marginados o los “sin historia”, personas que difícilmente dejarán testimonios escritos de su vida por no tener acceso a los medios de comunicación, por ser en muchos casos analfabetas, o porque dado el desdén con que han sido tratadas por la historia tradicional no tienen conciencia del peso de sus acciones en la historia.

Aquí cabe enfatizar la importancia de esta fuente para la historia de las mujeres, sector generalmente relegado de las formas de expresión tradicionales o de los núcleos de poder. (Ana Laura Jaiven. Teléfono, 54837523, E-mail, aljaiven@correo.xoc.uam.mx. Grado Académico. Doctorado. Área de Investigación: Mujer, Identidad y Poder).

Por otro lado, existen ciertas áreas de la experiencia humana sólo accesibles por medio de la fuente oral, simplemente porque debido a su naturaleza no quedan registradas en las fuentes escritas. Tal podría ser el caso de los estudios sobre la familia, la psicología, la medicina tradicional, la educación no institucionalizada, etc. (Samuel Ráphael (1976))

En cuanto a su utilización en la historia familiar, la historia oral permite obtener informaciones detalladas sobre las características de la vivienda y el uso de los espacios, la estructura familiar, la manera como se forman los matrimonios, la transmisión de los valores grupales a la progenie, las creencias y la mentalidad de determinados actores; en cierta dimensión temporal.

Estas áreas particulares de conocimiento han sido abordadas por los antropólogos desde hace décadas, pero recientemente han capturado la atención de la historia, en la que la fuente oral es insustituible cuando se trata de estudios contemporáneos,

La historia oral puede llenar los silencios y las ausencias que el material documental contiene.

En general, la historia oral proporciona menos información importante sobre la historia política tradicional o la economía cuantitativa, pero aporta más datos sobre los efectos de los cambios político-económicos, la distribución del gasto familiar, los hábitos, las costumbres, la vida diaria, y la forma como son percibidas por el hombre común o el marginado las decisiones políticas o la historia; por lo cual es de gran utilidad dentro de la psicología.

Philippe Joutard señala acertadamente que “la memoria oral tiene un carácter no institucional, que se aleja de la memoria institucionalizada, incluso de aquella producida por sectores no hegemónicos o subalternos. Lo oral nos remite a la cotidianidad y por ello se acerca a la etnología. Revela la complejidad de lo real, introduce lo irracional donde el documento escrito racionaliza o establece lógicas derivadas de una cultura dominante, ideologías que tal vez no han permeado en su totalidad la experiencia cotidiana”.

La oralidad nos revela la alteridad, “el discurso del otro” que se aparta de los cánones tradicionales del conocimiento o que ha sido borrado.

Michel de Certeau señala que, “en general, los vestigios no escritos como lo oral, la pintura o la fotografía revelan continentes perdidos, ignorados, ausentes del conocimiento histórico. Por lo tanto, es radicalmente diferente de la documentación

escrita. El gran mérito de la historia oral es que saca a la luz realidades que tal vez encontraríamos esparcidas en la inmensidad de lo escrito, pero que seríamos incapaces de distinguir apreciar sin la aparición de la fuente oral que nos sensibiliza hacia ellas". (De Certeau Michel. (1985)).

3.3.6 Técnicas de recolección de información.

Para obtener la información se recurrirá a una técnica cualitativa que es la Historia Oral, ya que por medio de ella, la persona comunica sus valores, su entorno y su cultura dominante.

La historia oral nos informa de la forma en que el sujeto percibió los acontecimientos vividos y como lo afectaron, esto nos ayuda a entender las reacciones y decisiones que lo motivaron a actuar de tal o cual forma. (Fraser, R, (2001), Mangini, S. (1997)).

Es un relato que se encuentra lejos de una verdad apegada a la realidad general, es únicamente la realidad del narrador y como se vio afectado por ella.

El objetivo dentro de la historia oral es una narración cargada de descripciones, información valiosa para entender el tipo de sociedad en que vivió y la experiencia del sujeto en el pasado, nos dice menos de los sucesos que de su significado.

La aparición de la historia oral es algo relativamente nuevo (últimas décadas) y ocurrió asociado a la Historia Social contemporánea. Ésta "nueva" historia acerca perspectivas de sectores mucho más diversificados que la historia tradicional, actores que no son tenidos en cuenta, grupos marginales, opositores a los sectores que tradicionalmente detentan el poder.

Cuando hablamos de "historia oral", nos referimos a la producción y uso de fuentes orales en la reconstrucción histórica. (Fraser, R, (2001), Mangini, S. (1997)).

Hace ya tiempo que la tradición positivista del siglo XIX que establecía la supremacía absoluta del documento escrito, se vio cuestionada. Por otro lado el desarrollo de las ciencias sociales como la sociología, la antropología, la lingüística, la psicología han

aportado a la historia métodos, conceptos y marcos teóricos, que permiten una comprensión más profunda de la vida social y sus actores.

Se ha incrementado así, en este contexto el uso de documentos orales, a ésta recuperación no es ajena la invención del grabador, que permite una reproducción exacta de la palabra del actor. (Samuel, R. Breuilly, J. Clark, J.C.D. Hopkins, K. Carradine, D. (1991), Portelli, A. (1981). Sitton, Thad. (1989), Tourtier-Bonazzi Chantal. (1991), Garay, A. G. (1997), Aceves, L. J. (1991)).

3.3.7 La entrevista y el entrevistador.

La entrevista de historia oral es una conversación que sin embargo no puede ser comparada con otras técnicas de indagación. Se trata de un producto intelectual compartido mediante el cuál se produce conocimiento.

Indudablemente es el recuerdo del entrevistado el objetivo de la propuesta, pero es la intervención del historiador o el psicólogo en este caso y lo que éste pone en términos de preguntas (en función de sus propios objetivos y conocimiento del tema sobre el que está indagando) lo que sirve como impulsor para la producción de la información histórica. (Fraser, R, (2001), Mangini, S. (1997)).

Sin duda la presencia del historiador impregna la fuente, ya que si bien es cierto que la historia oral cumple con el objetivo de rescatar la voz de los sectores populares, "dar voz a los sin voz", no es el lugar donde éstos hablan por si mismos porque el control del discurso histórico permanece firme en manos del historiador.

Ahora bien la fuente resultado de los testimonios orales tiene sus especificidades: la principal se refiere a la presencia de la memoria y de la subjetividad en la construcción de la fuente.

La fuente oral incluye no una narración literal o fotográfica de los hechos históricos sino memoria, ideas de la persona y deseos inconscientes. Sin duda la memoria tiene un carácter subjetivo y tendencia a interpretar la historia más que a reflejarla.

En consecuencia los trabajos de historia oral pueden, por un lado reconstruir e interpretar hechos del pasado a través de la recuperación de distintas perspectivas hasta ese momento desconocidas, y a la vez interpretar cambios en la conciencia y encontrar sentido no sólo a lo que la gente dice sino también a lo que no dice. (Fraser, R, (2001), Mangini, S. (1997)).

Los objetos de conocimiento de las fuentes orales son: las mayorías marginadas del poder tradicionalmente, sectores populares, las mujeres, el mundo del trabajo, los movimientos migratorios. Aspectos de la historia reciente que en algunos casos "la historia oficial" trata de suprimir y olvidar encuentran su luz a través de la entrevista oral.

Pero también la fuente oral puede ser utilizada para el estudio de las elites y sectores vinculados al poder en tanto renuevan enfoques y amplían la documentación existente.

(Sitton, T. Mehaffy, G. Davis, O. (1989). Tourtier-Bonazzi Chantal. (1991), Trilla, J. (1992), Schwarzstein, D. (1991))

3.3.8 Tipo de entrevista.

La entrevista realizada en este trabajo es la no estructurada o parcialmente estructurada en donde ni las preguntas ni las respuestas están prefijadas de antemano; se realizó un guión previo que actúa solo como guía de la entrevista. El estudio es una técnica cualitativa.

3.3.9 Reglas a seguir.

- Es óptimo que la entrevista se realice privadamente y reúna solo al entrevistador y al entrevistado. La presencia de otras personas puede distorsionar el relato.
- Una entrevista no es un diálogo y las intervenciones propias deben limitarse a conducir la narración. No se trata de mostrar los conocimientos del investigador, sino de conseguir información.

- Es mejor empezar con preguntas fáciles, que no planteen controversia y den confianza al informante. Las cuestiones percibidas como comprometidas deben formularse cuando se considere oportuno según evolucione la entrevista.

- Es aconsejable iniciarla con preguntas breves, una sola cada vez y evitar las que pueden responderse con un sí o no.

- No se debe interrumpir una buena historia para hacer otra pregunta cuando la información sea valiosa y pertinente.

- Si la persona entrevistada se desvía del tema y su relato pierde interés, debemos intervenir para que vuelva al tema principal (“antes de continuar, desearía saber...”).

- Debemos establecer en qué aspectos la persona entrevistada fue testimonio presencial (y, por tanto, su información es de primera mano) y en qué otros habla de oídas.

- No deben cuestionarse los detalles que nos proporcione aunque estos no concuerden con nuestros datos. Si la versión obtenida es muy diferente de la conocida, podemos intentar plantear este problema de manera indirecta (“yo tenía entendido que...”), con el fin de aclarar las contradicciones pero sin presionar.

- La entrevista no debe prolongarse más allá de un tiempo razonable en función de la empatía que tengamos con el interlocutor.

- La información obtenida debe verificarse con otras fuentes.

Hay que decidir qué información adicional deseamos y concertar eventualmente nuevas entrevistas. Generalmente, hay aspectos que requieren ser abordados de nuevo, pues han quedado solo apuntados. (Samuel, R. Breuilly, J. Clark, J.C.D. Hopkins, K. Carradine, D. (1991), Portelli, A. (1981). Sitton, Thad. (1989), Tourtier-Bonazzi Chantal. (1991), Garay, A. G. (1997), Aceves, L. J. (1991)).

3.3.10 Grabar o no grabar.

A veces no es aconsejable registrar la entrevista, pues la cámara o la grabadora coartan a la persona entrevistada, que se muestra desconfiada y parca en las respuestas. En caso de grabarla, es importante observar el contador del vídeo o grabadora cuando el entrevistado explica temas de interés. Ello permite saber en qué posición aproximada se halla la información que nos interesa de las cintas de vídeo o audio. Asimismo, debe identificarse la cinta lo antes posible (nombre, fecha, lugar, duración y tema). (Fraser, R, (2001), Mangini, S. (1997)).

Se entrevista o dialoga ampliamente con la persona en tantas sesiones como sean necesarias. Estas sesiones son grabadas en cassettes, con el consentimiento de la persona, y son transcritas en el presente trabajo.

Se presenta la historia de vida derivada del análisis de la información obtenida en las entrevistas para ilustrar el momento histórico de una mujer que enfrenta el divorcio a la edad de cincuenta años con todo lo que ello implica.

CAPÍTULO IV RESULTADOS

4.1 Trabajo de la Historia Oral a realizar.

Después de concluir la revisión bibliográfica correspondiente al tema, se localizó a la persona adecuada, se agendaron las citas para las entrevistas y grabaciones, se firmó la carta compromiso de sesión de derechos del material grabado en las entrevistas.

Se seleccionaron: la grabadora, micrófono y las cintas magnéticas para el registro y reproducción de sonido necesarias (cassette), se agregaron los bosquejos con preguntas adecuadas al tópico para las grabaciones como nombre (opcional), edad, sexo, escolaridad, etc.

Una vez obtenido el acuerdo de sesión de derechos y teniendo el material necesario se llevaron a cabo las entrevistas y las grabaciones.

A continuación se capturo en la computadora la información obtenida en las cintas grabadas, se anexo la información obtenida del material bibliográfico y la carta compromiso.

4.2 Contenido.

Como resultado de las entrevistas, se obtuvo la historia de una mujer que a los 50 años, habiéndose iniciado el proceso de menopausia, con tres hijos en edades entre los 18 y 24 años, con escolaridades entre la preparatoria y la universidad y que se encontraban aún dependientes del hogar, exceptuando el mayor que tenía poco tiempo de haber empezado a trabajar.

Además, se el haber vivido la infidelidad de la pareja, motivo por el cual la mujer decidiera el divorcio como resolución al conflicto en el que se veía inmersa en ese momento.

A partir de este momento, la mujer describe las condiciones sociales, familiares y económicas en las que cursó el proceso de divorcio y la adaptación a su nueva soltería.

Después de concluir la revisión bibliográfica correspondiente al tema, se localizó a la persona adecuada, se agendaron las citas para las entrevistas y grabaciones, se firmó la carta compromiso de sesión de derechos del material grabado en las entrevistas.

4.3 Material.

El siguiente material es indispensable para llevar a cabo el proyecto.

- Una grabadora con conexión directa a la corriente de luz del lugar y con opción a pilas en caso necesario o una grabadora digital que cumpla los requisitos para el tipo de grabación.
- Con micrófono independiente (que no venga integrado a la grabadora).
- Pilas de repuesto.
- Material de escritorio.
- Carta de autorización del informante.
- Una computadora con impresora.
- Papelería la necesaria.

4.4 Conclusiones.

Cuando se inicia una historia oral con el tema tratado, o sea, la mujer que se divorcia a los cincuenta años, la remembranza de los acontecimientos por parte del sujeto hace que la entrevista esté llena de emociones y surjan nuevas preguntas que no se habían contemplado, con lo que se enriquece el trabajo.

El divorcio representa una crisis que requiere de elementos y recursos tanto personales como sociales y está determinada por algunos factores, como la duración del vínculo, las esperanzas puestas en el mismo, el mantenimiento de los lazos afectivos y, por supuesto, las capacidades individuales que cada uno tiene.

El sobrellevar un divorcio dependerá de cada caso, ya que, ante un mismo acontecimiento cada persona reacciona diferente.

En la Historia Oral recabada, la mujer en cuestión, contaba con elementos y recursos personales suficientes para lograr rehacer su vida.

La historia Oral ayuda al paciente al recordar lo vivido, al terapeuta al obtener una serie de datos que al unirse apoyan la terapia y aporta a quien la consulta conocimientos sobre lo que ha pasado en otras etapas de la historia y lo que sucede en el momento actual.

Finalmente, la conclusión a la que se llegó fue que la Historia Oral da mucha información que, de otra manera, se hubiera perdido y que se puede utilizar como una herramienta en psicología.

ANEXOS

A Entrevista inicial.

Se realizó una conversación donde se le informó a la persona el tema a tratar, el cual se basa en la forma en que había llegado a vivir su nueva soltería y conocer como lo había logrado y como esta nueva situación le había afectado. Pidiéndole su colaboración y autorización para grabar y utilizar la información en la realización de una tesis profesional sobre este tema, en la entrevista se le escucharía respetando toda aportación que así decidiera hacer.

B Cuestionario.

- 1.- ¿Cuándo te divorciaste? y ¿por qué?, me gustaría que me platicaras tomando tu tiempo y de la manera que vengan los recuerdos.
- 2.- Y sobre tu experiencia laboral antes, durante y después del matrimonio ¿qué me dices?.
- 3.- ¿Cómo te sentiste al estar nuevamente soltera?.
- 4.- ¿Cómo viviste la menopausia?.
- 5.- ¿Cómo era tu núcleo familiar de soltera?.
- 6.- Sobre el amor ¿te has vuelto a enamorar?, ¿tienes pareja?.
- 7.- ¿Qué consideras que te ayudó y qué te perjudicó al verte nuevamente soltera?.
- 8.- ¿Te sientes satisfecha de las decisiones que tomaste después haberte divorciado o no, y por qué?.
- 9.- ¿Cómo describirías tu vida actualmente?-
- 10.- ¿Qué planes tienes a corto y a largo plazo?.
- 11.- ¿Hay algo que te hubiera gustado cambiar?.
- 12.- Me gustaría hablaras de lo que quieras para terminar la entrevista, así que te escucho.

C Carta compromiso.

México D. F. Enero de 2010

Carta compromiso de participación en la entrevista de la Sra. M.

Estoy de acuerdo en participar en la o las entrevistas que sean necesarias para que María Magdalena Merino Castrejón grabe las entrevistas necesarias de la Historia Oral de los acontecimientos de mi vida que culminaron con mi divorcio y mi actual situación , se que cada entrevista será grabada y después transcrita para el trabajo de titulación en la licenciatura de psicología, el cual podré leer y autorizar antes de imprimirse.

Todo el material de grabación y edición será revisado por mi y estará únicamente a la disposición de María Magdalena Merino Castrejón a la cual cedo los derechos de las grabaciones y el material impreso para la realización de su tesis y el uso que ella quiera darle, dándome por enterada que solo ella escuchará las grabaciones y que en el material impreso podré hacer las correcciones que sean necesarias y que no perjudiquen el relato, respetando no dar a conocer mi nombre.

Firma de la Sra. M

D Transcripción de la grabación de la entrevista.

Para facilitar la lectura cuando hable el entrevistador el diálogo llevará una E al inicio de la frase y cuando sea el entrevistado quien hable llevará una S.

Fecha.- Enero 2009

11.30 hrs.

-E.- Me encuentro en la casa de la Sra. M quien me dará la entrevista o entrevistas necesarias para realizar con ellas un trabajo que llevará como fin la presentación de una tesis de licenciatura basada en su Historia Oral.

-E.- ¿Cuándo te divorciaste?, me gustaría que me platicaras tomando tu tiempo y de la manera que vengan los recuerdos, así que te escucho.

-S.- Me divorcié hace 15 años, en aquel momento pensaba que la causa había sido la infidelidad, y claro, ese fue el factor determinante para la separación pero realmente ahora se que de alguna manera ya hacía mucho que la relación estaba muy mal, más bien parecíamos amigos viviendo juntos, se había llegado a un punto en que los dos llevábamos una relación tranquila, nunca fuimos de pleitos pero tampoco creo que el diálogo haya sido muy frecuente y abierto, más bien cada uno se dedicaba a hacer el trabajo o tareas correspondientes, creo que en eso si los dos cumplimos bien aún con todo y nuestras fallas y errores, creo que los dos estábamos contentos viendo a los hijos crecer y salir adelante, el y yo nos llevábamos con cordialidad por lo que llegamos a creer que nuestra relación estaba bien así , fue una forma cómoda entre comillas de no afrontar o no querer afrontar las cosas, ya que cada vez que tratábamos algún tema en común no llegábamos a nada o simplemente al empezar a molestarnos lo dejábamos por la paz.

Un problema que se dio es que hacía muchos años, casi desde el inicio de nuestro matrimonio el por su trabajo tenía que viajara mucho, muchos de estos viajes le mantenían lejos de casa hasta por dos o tres semanas, con los años se redujeron a salidas semanales pero los fines de semana tampoco estaba ya que le gustaba irse al deportivo y con sus amigos, el caso es que por una u otra cosa estaba poco con la familia; también sucedió que a mi me diagnosticaron una enfermedad degenerativa que me provocaba mucho dolor y por lo tanto mi movilidad se vio afectada hasta hace muy pocos años en que me han controlado con un nuevo medicamento, así que todo esto deterioró la relación, se nos volvió costumbre la forma de vida que llevábamos y la infidelidad fue la gota que derramó el baso terminando con nuestro matrimonio.

Cuando se fue pensaba que en cualquier momento regresaría arrepentido a pedirme perdón y ya sabes, armaba yo todo un castillo de aire donde todo se arreglaba y el cuento terminaba correctamente... “ y fueron felices”.

El caso es que al quedar sola fue cuando me di cuenta que no me sentía preparada, no tenía currículum, ni experiencia laboral como ahora piden, creo que la experiencia laboral de ama de casa nadie la pide ni la valora, ni nosotras mismas, me deprimí mucho al darme cuenta que me sentía incapacitada y vieja, como si mi vida ya no tuviera sentido, fueron tiempos difíciles, empecé a trabajar con un hermano y vendiendo cosas, después trabajé con un ingeniero como todóloga ya que hacía las veces de secretaria, trabajo social, ventas, etc., puse un negocio de abarrotes que no funcionó y cerré con pérdidas; pero debo aclarar que en todo esto recibí el apoyo y ayuda de mis hijos, también de mis hermanos y sobre todo de mi madre que siempre estaba pendiente de todo lo que necesitara.

Cuando me di cuenta que me separaría me fui a terapia, tome terapia individual y grupal, eso me ayudó mucho a entenderme y superar los escollos, fue la forma en que logré salir adelante ya que de no haberlo hecho posiblemente me hubiera costado más trabajo y tiempo salir o tal vez no lo hubiera logrado.

E.- Y sobre tu experiencia laboral antes, durante y después del matrimonio ¿qué me dices?.

S.- Bueno, de soltera trabajé en una tienda departamental muy conocida desde los 15 años hasta que me casé, eso duraba solo las vacaciones largas que entonces eran en diciembre y enero, un año me tocó en envoltura de regalos, otro en cristalería y el tercero en juguetes, ahí me gustó mucho como comprenderás, me encantaba ver los nuevos juguetes que llegaban, después me casé y durante el matrimonio me dediqué siempre a vender cosas como ropa, oro, plata, zapatos, en fin todo tipo de artículos pues por un lado me iba bien y por otro me gustaba y me mantenía entretenida, y andaba de arriba para abajo vendiendo y luego que me dio por estudiar todo lo que se me atravesó y que se acomodaba a los horarios con mis niños.

Cuando nació el tercero, más o menos al año, mi mamá me dijo que quería dejar la plaza que tenía de gestora en unas oficinas gubernamentales y que si quería me enseñaba el trabajo para que cuando renunciara me propusiera para quedarme en su lugar, así lo hicimos y entre de gestora, ahí estuve tres años.

En el segundo año de estar trabajando, cuando estábamos en diciembre se nos ofreció la oportunidad de comprar la casa, en esos momentos no teníamos nada, pero yo vendí casi todo lo vendible, carro, televisiones, etc., quedamos en que de lo que nos pedían de enganche yo pondría el 40% y mi ex el 60%, así que saqué mi último préstamo a pensiones y como yo era la gestora y me conocían en pensiones me lo autorizaron, pedí un préstamo aparte a un tía el cual pagué en 2 años, el consiguió con una hermana, y total que nos cambiamos con deuda, 3 niños, y casi sin muebles, alrededor de casi 3 años ni cortinas, tenía sábanas puestas pero eso no importaba pues de verdad con todo y todo yo disfrutaba mucho cada cosa, sobre todo ver que mis hijos estaban en un lugar propio y seguro.

A los dos años de esto renuncié al trabajo, pues también seguía vendiendo cosas y me di cuenta de que necesitaba más tiempo para los niños, así que seguí con mis ventas pero para esto podía llevar a mis hijos conmigo.

He trabajado en algunos lugares pero no por contrato, lo cuál me ha dejado una gran experiencia tanto laboral como personal.

Hoy por hoy me encuentro bien, gracias a esa experiencia laboral y que de alguna manera he sabido explotar para mi.

Las mujeres no deberíamos descuidar el área laboral, por interés y beneficio propio y de nuestras familias.

-E.- ¿Cómo te sentiste al estar nuevamente soltera?

-S.- Al principio no tenía tiempo de pensar en nada de eso, pero poco a poco la realidad me golpeó pues me di cuenta que algunas “amistades” dejaron de hablarme, ya no me invitaban a sus reuniones, parecía que tenía un letrero que

decía que estaba divorciada, o sea que entre al club de las divorciadas como dice título de una película; cuesta trabajo y duele primero aceptarse uno mismo como tal y dejar de lado la opinión de los demás y segundo aprender a conocer quien realmente te quiere y quien nunca te quiso.

El entrar nuevamente a estar soltera no fue sencillo, ya que como mi ex fue mi novio desde los casi 16 y a los 18 nos casamos realmente no había vivido esa etapa de soltería y no sabía en muchas ocasiones que hacer, fijate que en muchas cosas los que me ayudaron fueron mis hijos, ellos me daban consejos, incluso muchas veces me llevaban o me acompañaban a distintos lugares y eso nos unió más, parecía yo la hija y ellos los papás pero cuando me di cuenta que esto no era bueno ni para ellos ni para mi, marqué los límites, pues no se trataba de darles una responsabilidad que no les correspondía ni tampoco de que por eso se tomaran atribuciones que tampoco les correspondían, pero afortunadamente poco a poco fui y fueron entendiendo esto, así que todos salimos aprendiendo y creciendo, eso fue muy bueno.

Así, poco a poco fui dando pasos aunque lo de estar soltera no lo entendí de inmediato, eso fue algo que como te dije, me costó trabajo entender.

Te cuento, entre otras cosas, no se cómo los hombres se percatan que estamos solas, seguramente algo hacemos que nos delata, claro que muchos se enteran por algún comentario o por algún conocido, el caso es que a mi al principio se me acercaron ofreciéndome su apoyo, etc., pero algo por dentro me decía de intenciones no eran muy buenas que digamos y como yo soy bastante clara en las cosas, al ponerles los puntos sobre las íes marcaban su retirada, aunque hubo dos que tres necios que pensaron que cedería o su orgullo no les permitía recibir un no por respuesta, así que pasé dos que tres malos ratos, pero finalmente todo eso me ayudó a aprender que en este mundo debía saber defenderme, se que fue parte de lo que no había vivido y que ahora ya mayor estaba aprendiendo.

En algún momento cuando había pasado como 1 año empecé a darme cuenta de mi soltería, pues la forma en que decidía y me movía era diferente a cuando estaba casada, pero ahora estaba muy ocupada, demasiado diría yo como para disfrutarla,

de eso no me di cuenta o no pensé si estaba soltera o en mi situación social hasta como a los 4 años de la separación cuando entré a estudiar.

En ese tiempo mis hijos ya habían crecido y empezado a decidir sus vidas, uno de ellos se casó y otra estaba ya pensando en eso, el chico había empezado a hacerse su camino en el arte y todos estábamos más tranquilos o por lo menos habíamos aceptado ya nuestra realidad, fue en esos momentos que yo empecé a sentirme un poco deprimida y cansada de tanto correr y hacer, queriendo resolver cosas o echando a perder otras, me di cuenta que necesitaba hacer algo que yo quisiera para mi, un incentivo personal que me motivara y decidí entrar a estudiar a la UNAM, primero me preparé para pasar una materia de prepa que debía y que me llevó un año para presentarla y aprobarla, luego metí mi pase automático, bueno, el caso es que al entrar a la UNAM fue cuando realmente tomé plena conciencia de mi soltería y empecé a disfrutarla, ya que de soltera no había disfrutado muchas cosas como tener un grupo de amigos e irnos a comer o a tomar un refresco o una copa, fue ahí donde empecé a vivir como soltera, disfrutando con mis compañeros, amigos y maestros, incluso mis hijos que eran de la edad de muchos de mis compañeros se anexaron conmigo y aprendimos a divertirnos juntos, se que suena extraño pero esto que te cuento en tan pocas palabras fue difícil, al principio tenía miedo de todo, pero me puse la meta de aprender y sacar pronto mis materias al mismo tiempo que disfrutar está oportunidad que tenía de hacer amigos y conocer lugares, me di cuenta que, de plano, había vivido en la ignorancia de muchas cosas, aparte que conviviendo con tanto joven pude entender mejor a mis hijos, la forma en que hablan y como se desenvuelven en este mundo nuevo que yo acababa de descubrir.

Otra cosa importante es que cuando entré a estudiar dudaba de si a mi edad o 50 años, iba yo a poder retener y aprender, si sería capaz de terminar la carrera, recuerdo que en una platica que nos dieron antes de iniciar clases, una maestra muy linda que después me dio clases en algunas materia, dijo que teníamos que estudiar por lo menos 4 horas diarias, que cada uno debía hacerse su plan de estudio y cumplirlo pues si no lo hacíamos difícilmente concluiríamos estudios, eso me que quedó muy marcado por lo que al iniciar clases puse mi mejor empeño y me marqué un mínimo de 4 horas diarias para estudiar sin importar si terminaba a las

tres o cuatro de la mañana, también en cuanto sabía el material o libros que necesitaba inmediatamente lo conseguía, aquí hago una pauta para aclarar que al entrar a estudiar mi presupuesto era de cero pesos para eso, sabía que durante el tiempo que estudiara no podría comprarme absolutamente nada ni hacer ningún gasto aparte de lo indispensable para la casa, medí todo esto y me dije a mi misma que si estaba dispuesta a pagar ese precio por estudiar lo que tanto había querido y me gustaba, ahora y entonces valió eso y mucho más lo aprendido y lo logrado.

Hoy en día tengo la fortuna de tener tres amigas que conocí como estudiante, una es de mi edad y las otras dos de la edad de mis hijos, pero me llevo muy bien con las tres, las quiero mucho y son uno de los grandes tesoros que obtuve al entrar a estudiar, o sea que esa decisión no solo me dejó los conocimientos de la licenciatura sino el tener a mis amigas y compañeros, el conocer el mundo de los solteros y muchas cosas que me sirven hoy día.

-E.- ¿Cómo viviste la menopausia?.

-S.- Realmente me fue muy bien, no se si por encontrarme tan apurada tratando de resolver las cosas o porque así es mi genética, el caso es que solo llegué a tener los calores dichosos, pero fui al ginecólogo que me dio mi apoyo hormonal con lo cual se acabaron esos malestares, eso de que uno se pone de mal carácter no me pasó, al contrario en esos años creo me volví más tolerante, tranquila y me impuse reírme más de la vida, también siempre he sido sociable y eso me ayudó.

Tengo familiares y conocidas que la han pasado muy mal, pero afortunadamente yo me sentí bien y hoy día me sigo sintiendo muy bien.

En este asunto de la menopausia, creo que hay muchas cosas que se han pasado de generación a generación y no son ciertas como por ejemplo que al entrar a la menopausia todas las mujeres no volvemos enojonas, creo que si les pasa a algunas mujeres pero no a todas, así como muchas otras cosas que informándome me he dado cuenta que varía de país a país, o sea que muchas de nuestras creencias son culturales, incluso aquí en México existen diferentes ideologías de un estado a otro, uno puede ver como se comporta una mujer de 60 años en el campo

y como lo hace una mujer de la ciudad, se que no todas tenemos la misma información y que incluso a muchas no les llega ninguna, por lo que es comprensible confíen en lo que dicen las mujeres mayores sobre la menopausia, pero las que tenemos acceso a la información debemos utilizarla para mejorar nuestras vidas.

Otro problema es tener acceso al sistema médico para recibir la atención de un ginecólogo y poder llevar un control sobre el estado de salud en que nos encontramos, así se podría prevenir a tiempo cualquier complicación pero desgraciadamente también no todas las mujeres tenemos ese servicio.

Muchas mujeres con las que he platicado sobre el tema o no lo tratan con profundidad por desconocimiento o simplemente no les gusta hablar del tema, sobre todo si tiene que ver con su vida sexual ya que la mayoría han dejado de tenerla, parece que en nuestra sociedad el pertenecer a las mujeres que ya viven la menopausia es como si ya no sintiéramos o hubiéramos dejado de existir.

Tampoco estamos muy informadas sobre los cambios fisiológicos que tiene nuestro cuerpo y que podemos hacer para llevar una mejor vida y mucho menos sabemos sobre los cambios por los que pasan los hombres y como les afecta, pero ellos tampoco creas que están informados, total que esta es la manera en que muchos y muchas llegan a la tercera edad, con miedos y frustraciones que con un poco de información y apoyo médico se subsanarían.

Espero que nuestros hijos y nietos lleguen a esta edad con mejores armas que nosotras.

E.- ¿Cómo era tu núcleo familiar de soltera?.

S.- Mis papás se divorciaron cuando yo tenía como 5 años, somos 5 hermanos, vivíamos con mi mamá y eso para nosotros fue de lo más normal, dicen que no se puede extrañar lo que se desconoce y realmente nunca extrañé a mi papá, el venía a vernos, la pasábamos bien y nos demostraba su cariño pero yo ya estaba acostumbrada a vivir con mi mamá y que el nos visitara, mi familia materna es muy

numerosa y fue con la que más convivimos aunque también la familia paterna influyó fuertemente en nosotros.

Mi mamá fue profesora de primaria y también tenía estudios de filosofía y letras, mi papá estudio economía y llegó a ser un periodista conocido, mis abuelos maternos fueron campesinos pero mi abuelo leía mucho por lo que fue autodidacta, llegó a tener dos ranchos y a mi abuela no la conocí; por otro lado mi abuelo paterno se educó en España al igual que mi abuela dentro de un ambiente un poco en la monarquía muy intelectual por lo que los dos tenían una preparación muy buena al igual que mi padre, mi abuelo paterno llegó a ser reconocido aquí en México por sus aportaciones a Ferrocarriles Nacionales, incluso hay 2 libros escritos por el respecto al tema, mi abuela paterna también tenía muy buena preparación pero no recuerdo sus estudios, pero la igual que mi padre y mis 2 tías tocaban muy bien el piano y todos ellos hablaban español, catalán y francés.

Por todo esto te darás cuenta que mi educación fue muy rica de parte de ambas familias, esto pudo ser ya que mis padres siempre llevaron una cordial relación que facilitó todo.

A mis padres les gustaba leer mucho y eso nos lo inculcaron muy bien, al igual que todo lo referente al arte, la música, etc.

Recuerdo mi niñez muy feliz, rodeada de muchos maestros tanto amigos y compañeros de mi mamá como de la familia, pues en mi familia hay muchos maestros, al igual que las salidas con mi papá que nos llevaba mucho a comer a los mejores lugares, al teatro, también nos llevaban a librerías, galerías, por supuesto al cine, Chapultepec, ferias; de vacaciones mi mami nos llevaba a Acapulco o nos la pasábamos en el rancho de mi abuelo materno donde no había luz electricidad, el agua se sacaba de pozos, dormíamos en petates, montando burros, ordeñando vacas, y viviendo lo que vive cualquier niño en el campo.

Así llegué a los casi 16 años que conocí a mi ex, de verdad que fui niña hasta ya grande y de ahí pase a novia y enseguida esposa y madre.

Ahora que lo estoy recordando me doy cuenta de que todo eso pasó muy rápido, que no me di cuenta de muchas cosas pero realmente creo que disfruté cada momento con todo y todo.

-E.- Sobre el amor ¿te has vuelto a enamorar?, ¿tienes pareja?.

Ese tema al principio me dio miedo, me cerré totalmente, pensaba que ya no tenía edad para esas cosas y que mi tren había partido, así que llené mi vida con mis hijos, familia, trabajo y estudio, había tenido dos que tres galanes pero o me daba cuenta que no buscaban una relación seria o simplemente no progresó la relación y quedamos como amigos.

Al terminar mis estudios fue que empecé a darme cuenta que me sobraba tiempo ya que mis hijos para ese entonces estaban más que encaminados y ocupados resolviendo sus vidas, se habían vuelto independientes y de un día para otro me percaté que ahora si estaba sola, no es que me angustiara la idea, nada de eso, pero por primera vez en mucho tiempo podía pensar que hacer con mi vida, aquí hago una pauta ya que entre otra cosa que aprendí, una gracias a mis hijos que me han hecho ver y entender más este nuevo mundo, hablo de la computadora, uno de mis hijos fue quien me tuvo la paciencia y me metió a este mundo cibernético ya que al para estudiar, hoy por hoy es una herramienta de trabajo indispensable, aunque creo que lo es para todo, el caso es que aprendí primero por necesidad y después por querer saber más y no quedarme rezagada, fue entonces que en algún momento me enseñaron a manejar el Internet que aunque utilizaba para mis estudios no conocía totalmente y llegue a tener conocidos por todo el mundo, al principio eso me maravilló, ahí también aprendí más, me di cuenta que podía platicar y saber más de cómo pensaban en otros países, cuales eran sus costumbres, sus alimentos, etc., y una cosa llevó a otra, empecé a tener galanes cibernéticos, aprendí a darme cuenta cuales eran sus intenciones, algunos solo trataban de divertirse y otros buscaban relaciones serias también, así fue que conocí dos o tres amigos que hasta la fecha me escriben algún correo, la relación no prospero porque por un lado vivíamos en diferentes lugares de la ciudad, de la república o incluso otro país y aparte nos dimos cuenta que pensábamos diferente y que teníamos también diferentes metas, también fue que me abrí a la posibilidad de

encontrar una pareja, alguien con quien compartir la vida, en fin, como te darás cuenta el utilizar la computadora me llevó a conocer gente, hoy día me siento bien, he encontrado una persona que por cierto no conocí en Internet, primero llevamos una linda relación como amigos y posteriormente llegamos a enamorarnos y nos casamos, para sorpresa mía mis hijos y sus hijos lo han aceptado satisfactoriamente.

Como te darás cuenta mi vida está completa, me siento plena y tranquila, eso si, sigo siendo una cibernética ya que sigo aprendiendo muchas cosas en la computadora y en Internet.

E.- ¿Qué consideras que te ayudó y qué te perjudicó al verte nuevamente soltera?.

S.- Por un lado me ayudó mucho mi carácter, el amor a mi misma, el apoyo familiar, mis bases culturales así como mis principios y valores, el haber acudido a terapia con mi psicóloga a quien le doy un reconocimiento especial, en fin creo que tenía muchas armas para salir adelante.

Lo que me perjudicó, fue haber estado desconectada del mundo laboral de manera formal o sea que no tenía experiencia, cartas de recomendación, currículum, ni nada que me abriera las puertas a algún trabajo, también surgieron muchos baches que desconocía como la sociedad que ataca a las mujeres solas y muy al principio, como dice mi psicóloga, la desolación en la que me encontraba que es muy diferente a la soledad, ya que esta última se disfruta y la primera se sufre.

Insisto, las mujeres no deberíamos dejar nuestro crecimiento personal, debemos saber apoyar las metas de nuestro compañero pero sin dejar de luchar por las nuestras a las que damos menos importancia o ninguna.

Creo que la vida en pareja se puede conjugar muy bien si se respetan los sueños de los dos, si existe comunicación, si no hay temas prohibidos, si se aceptan y respetan hasta las diferencias, y todo esto es posible si uno lo practica consigo mismo.

Yo no se que venga adelante, pero me gusta pensar positivamente pues es la única manera para mi de ver la vida con alegría y de disfrutar las pequeñas o grandes cosas que esta nos ofrece.

Ya la vida nos manda problemas gratuitamente, ¿para qué hacerlos o buscarlos?, hoy por hoy yo doy mi voto de buena fe, puede que sea recibido puede que no, pero para mi es importante abrir puertas y no cerrarlas.

Todo esto que he recordado de alguna manera me ha movido cosas que hace mucho no pensaba, pero me ha hecho bien darme cuenta de donde estoy hoy, que el camino recorrido ha estado bien y que el que falta por recorrer depende de mi como lo quiero hacer.

E.- ¿Te sientes satisfecha de las decisiones que tomaste después haberte divorciado o no, y por qué?

S.- Hoy por hoy, si me siento satisfecha ya que me doy cuenta que no había otra cosa que hacer en ese momento que fue muy doloroso, pero ahora me siento tranquila, creo que se puede ser feliz con o sin pareja, considero que las experiencias vividas me han hecho conocerme mejor y que tengo mucho para dar, pero también aprendí que si no puedo vivir feliz conmigo misma no podré hacerlo en compañía y lo que tengo para dar lo puedo compartir mejor con todos mis seres queridos.

E.- ¿Cómo describirías tu vida actualmente?

S.- Me siento bien, he logrado cosas y también me he equivocado, creo que como persona he aprendido mucho, me siento satisfecha con lo logrado aunque claro, aún tengo metas a realizar y estoy en un momento en que me he puesto a reflexionar sobre las cosas que aún me faltan, incluso me estoy dando tiempo para mi, estoy aprendiendo a disfrutarme, a hacer cosa que no había tenido tiempo de hacer antes y también se que si sigo mis metas y hago nuevas me siento mejor, no necesariamente tienen que ser metas increíbles, por ejemplo una meta es mejorar mi ingles, salir ya sea sola o con otras personas ya que casi siempre lo hago con

familia, que mi relación de pareja crezca y se fortifique, así que es hora de iniciar nuevos caminos, ya he empezado a hacerlo y me siento bien.

Hoy mis hijos ya han crecido, ya tienen sus propias metas y las están siguiendo, son independientes, deciden sus cosas, ya solo me preguntan que opino de esto o de aquello, pero ellos deciden sus vidas.

Hace un tiempo, de repente el más chico empezó a preocuparse de más por mí, hablé con él y le dije que yo no era su responsabilidad, que también tenía los mismos derechos que ellos y que decidiría mi vida de la mejor manera, pero que definitivamente no tenía por qué angustiarse cada que salía, que igual me puedo equivocar o pasarme algo como a todo mundo, pero que eso él no lo podía evitar pues son mis decisiones, al igual que él toma las suyas y yo lo dejo volar y él debe dejarme volar a mí.

Esta es otra parte que debemos saber las madres y los padres también, los hijos deben dejarse ir, ellos deben aprender a tomar sus propios riesgos y seguir su vida, no debemos atarlos a nosotros, no los hagamos responsables de nosotros, de alguna manera siempre estaremos pendientes de ellos y ellos de nosotros, pero cada quien libre de seguir su camino; esta parte puede ser dolorosa porque hay que aprender que ya no somos necesarios, pero podemos ser queridos y respetados de igual manera.

Es la etapa de la cosecha de la vida, no hay que verla como abandono, ¿qué no era nuestra meta que crecieran y se valieran a sí mismos?, pues ya se logró esa meta, pero si era la única meta entonces nos podemos encontrar con el problema de sentir que estamos acabados, o incluso llegarnos a sentirnos deprimidos por la lejanía de los hijos, por eso creo es importante tener metas personales, y si no las teníamos es buen momento para hacerlas.

Hoy por hoy, te repito, me siento bien e incluso creo que muy bien, estoy iniciando un momento tan importante como los anteriores en mi vida, solo que ahora mis metas son seguir superándome, aprendiendo, y no me refiero solo a lo que se

aprende en libros o en la escuela, me refiero a lo que se aprende diariamente de la vida, de la gente, de todo.

El futuro lo tenemos que planear aunque no siempre nos salga como queremos, es importante visualizarlo, por lo menos para mi lo ha sido, creo que si pensamos positivamente las cosas son más simples y también hay que no perder la capacidad de sorprendernos, pues si observamos un momento a nuestro alrededor nos damos cuenta de que hay muchas cosas que no sabemos e incluso que ni nos habíamos imaginado.

E.- ¿Qué planes tienes a corto y a largo plazo?

S.- Lo que te dije de aprender a salir sola a pasear ya lo logré, ya he empezado a hacerlo y me siento bien, pensaba que otra cosa podría estudiar, me gustaría aprender mejor el inglés o incluso había pensado en irme fuera del DF, mi mamá nos dejó una casita en un pueblito de Guerrero, ahí tengo mucha familia y aparte puede que consiguiera trabajo, aunque se que no pagan bien pero mi vida hubiera sido más tranquila y viviría en un lugar más o menos seguro, aunque te diré que es un pueblito muy chiquito, pero eso fue antes de enamorarme, ahora estoy evaluando nuevas metas en pareja y aún tengo muchas cosas que quiero hacer antes de decidir algo nuevo, quiero también por supuesto abrir nuevos círculos de amistades ya que sólo me he movido con familia y mi grupo de escuela, he aprendido muchas cosas de computación y sigo aprendiendo y eso me a dado la idea de formar algún grupo con señoras de mi edad o mayores que le tienen miedo a la tecnología y creo que si aprendieran lo básico podrían integrarse más a la actualidad lo cuál las ayudaría mucho, aparte de que aprenderían tantas cosas que les pueden ayudar en un momento dado, eso creo yo, pensando precisamente en todo lo que hemos hablado sobre las mujeres que se quedan sin metas y sin sueños, puede ser un buen principio para iniciar cosas.

Quiero disfrutar a mi familia, a mi esposo, las actividades que actualmente tengo y darme tiempo para disfrutar la vida en si, eso ya le estoy haciendo, lo que la vida me mande como sorpresa vivirlo intensamente, me siento fuerte y bien dentro de todo así que hay que vivir.

E.- ¿Hay algo que te hubiera gustado cambiar?.

S.- Pues la verdad que la época de los arrepentimientos ya me pasó, de nada sirve eso, hoy creo que las cosas que he hecho y vivido me han servido, aún aquellas que en su momento no vi así, las decisiones tomadas me han llevado a donde estoy, así que creo también fueron buenas por lo que para mi todo está bien.

No me gustaría cambiar nada de lo vivido pues como ya te dije los resultados que tengo me gustan, aparte de que muchas cosas vividas no han dependido de mi para nada, hablo de accidentes, fallecimientos, etc., o incluso mi divorcio pues cuando la otra persona decide voltear para otro lado, no hay nada que hacer.

Yo se que el destino se lo hace uno y el que me he hecho me gusta, pero aún puedo hacer y cambiar cosas, eso si, hay que pensar lo que se puede hacer no lo que se hubiera podido, yo quiero seguir creciendo y también superar muchas cosas que aún vengo arrastrando.

Creo que en un principio si me había cerrado al amor, pero también fue porque estaba tan contenta saliendo adelante, aprendiendo tantas cosas que no me di tiempo, y creo que también para eso se requiere tiempo y claro ganas de hacerlo.

Así que en ese punto que sea lo que tenga que ser, yo pondré lo mejor de mi, así como en todo.

E.- Me gustaría hablaras de lo que quieras para terminar la entrevista, así que te escucho.

S.- Lo primero es que el recordar tantas cosas me ha ayudado mucho, pues me ha hecho estar conciente de los logros y errores, sacar como conclusión que la vida es maravillosa y que algo he de haber hecho bien para sentirla así.

Se que he cometido muchos errores y que muchas veces me he equivocado, pero nunca he hecho daño a sabiendas, puede ser que algo que hice o dije no le gustó o

perjudicó a alguien pero nunca ha sido premeditado, ha sido parte de este aprendizaje de la vida para hacer cambios y que bueno que nunca termina pues de los errores se aprende y por supuesto he aprendido mucho porque he tenido muchos y me sigo equivocando, pero este recuento de mi vida me ayuda para recapitular y tratar de mejorar en todo aquello que me sea posible.

El contar mi historia me ha servido mucho, me ha hecho darme cuenta de muchas cosas que en su momento no analicé y que hoy me pueden servir para tomar mejores decisiones.

Quiero agradecerte la paciencia que me has tenido y el que te interese presentar este tema, espero que mi historia ayude en algo aunque sea a una sola mujer.

Se que en mi caso, recibí mucho apoyo de mi familia y que de alguna manera mis estudios y educación me permitieron salir adelante, pero también se que hay muchas mujeres que no tienen estos recursos por lo que sea, que es muy doloroso un divorcio y que si a eso le anexamos la edad y todo lo que conlleva, pues se les puede hacer más difícil el camino por delante, pero que no decaigan, que todo lo que hagan sea lo que sea las va a llevar a crecer, que paso a paso se hace el camino, así que no hay que quedarse paradas, hay que hacer.

Solo quiero agregar que le doy gracias a la vida por todo lo vivido, que si algo puedo hacer para mejorar mi vida y la de los que me rodean, me dará mucho gusto, que gracias a esta platica me he dado cuenta de dos que tres de mis miedos e incapacidades que no sabía que tenía, se que algunas de estás cosas las puedo superar y otras aún no se, necesito vivirlas y en su momento sabré.

BIBLIOGRAFÍA

- Aceves, L. J. (1991). **Historia oral e historia de vida: teoría método y técnica: una bibliografía** comentada. México. CIESAS.
- Aceves, L. J. (1996). **Historia oral: ensayos y aportes de investigación**. México, CIESAS,
- Ander Egg, E. (1996). **Cómo elaborar un proyecto**. Guía para diseñar proyectos sociales y culturales. Editorial Lumen Humanitas. Buenos Aires.
- Autores varios. (1982). **Culturas Populares y Política Cultural**. Publicación del Museo de Culturas Populares. México. 1982.
- Baena, G., Montero, S. (1986). **Tesis en 30 días**. México: Editores Mexicanos Unidos.
- Bandieri, S. (1995). **Entre lo micro y lo macro: la historia regional**. Síntesis de una experiencia. Entrepasados. Revista de Historia. Año VI, nº 11.
- Basaglia, F. (1972). **Die abweichende mehrheit**. Frankfurt am main: Suhrkamp.
- Caruso, I. (1979). **La separación de los amantes, una fenomenología de la muerte**. Siglo veintiuno editores, sa.
- Cowan, C. y Kinder, M. (1987). **Las mujeres que los hombres aman. Las mujeres que los hombres abandonan**. Javier Vergara Editor, B. A. Argentina.
- De Beauvoir, S. (1981). **La mujer rota**; la edad de la discreción: monólogo. Tr. De Dolores Sierra y Nestor Sánchez. México D. F. Hermes.
- De Certeau, M. (1985). **La escritura de la historia**. Universidad Iberoamericana. México.
- Deutscher, I. (1969). **From parental to post-parental life**. Sociological Symposium 3 (Fall)
- Doménech, A. (1994). **Mujer y divorcio: de la crisis a la independencia**. Editorial Promolibro, Valencia
- Dujovne, M. (1995). **Entre musas y musarañas**. Una visita al museo. Fondo de Cultura Económica de Argentina. Buenos Aires.

- Editorial Época, S.A. de C.V. (1996). **Diccionario de Sinónimos**. Impreso en México. Editorial Época, S.A. de C.V.
- Fisher, Bruce. (1991). **Como rehacer tu vida cuando una relación termina**. Editorial Pax México.
- Flores i Formenti, Tomás de. tr (2002). **DSM-IV Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales**. Editorial Masson. Barcelona
- Folguera, P. (1994). **Como se hace una historia oral**. Editorial - Eudema. Madrid.
- Franco Ferrarotti, (1991). **“Biografía y ciencias sociales”, Historia oral e historias de vida**. Barcelona.
- Fraser, R. (2001). **Recuérdalo tú y recuérdalo a otros**. Historia oral de la guerra civil española. Ed. Crítica.
- Freud, S. (1996). **Obras completas**. Biblioteca Nueva. De esta versión, 1ª. edición. Vol. II, 1996. “Duelo y melancolía”. Editorial Biblioteca Nueva.
- Fromm, E. (1995). **El arte de amar**. Editorial Paidós Mexicana, S. A. México D. F.
- Galindo Cáceres, J. Ochoa, J. (1997). **Leer lo social**. Dos historias de vida. Cuadernos de Mass Culturas. Universidad Iberoamericana de León. México.
- Garay, A. G. (1997). **Cuentame tu vida: historia oral, historias de vida**. Instituto Mora: Consejo Nacional de Tecnología. México.
- García C. N. (1990). **Culturas Híbridas**. Estrategias para entrar y salir de la modernidad. Editorial Grijalbo. México.
- Gentzler, E. (2001). **Contemporary translation theories**. Segunda. Edición, rev. Clevedon, United Kingdom: Multilingual Matters.
- Guevara, E.S y Montero, M. (1994). **“Diferencias de género en la vivencia de soledad ante el proceso de ruptura marital”**. Revista Psicología Contemporánea, "México, Vol. 1, Nro.2
- Hernández, S. y Otros. (1992). **Metodología de la investigación**. Cap. 2. Planteamiento del Problema: Objetivos, preguntas de Investigación y Justificación del Estudio. Mc. Graw Hill.
- Howard, C. W. (1999). **Diccionario de Psicología**. Fondo de Cultura

- Económica S.A. de C.V.
- Ibáñez Brambila, Berenice. (1992). Tesis profesional. **Manual para la elaboración de tesis**. Editorial Trillas.
- James, M. (1982). **¡Libre!**. Editorial Fondo Educativo Interamericano
- Lagarde, M. (1997). **Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas**. Dirección general de estudios de posgrado y la Facultad de Filosofía y Letras, de la Universidad Nacional Autónoma de México. Imprenta Juan Pablo, S. A.
- Laplanche, J., J.B. Pontalis (1996). **Diccionario de Psicoanálisis**. Editoria Labor, S.A. Barcelona.
- Lara Castilla, Alfonso. (1984). **¡Mujer!... lucha por tu ser**. Editorial Diana.
- Lau, J. A., Sepúlveda, X., Ramos, C. (1993). **Mujeres y revolución**. Estudio prel. Y comp. México: Instituto Nacional de Estudios Históricos de la Revolución Mexicana.
- Laumonier, I. (1993). **Museo y Sociedad**. Centro Editor de América Latina. Buenos Aires.
- Le Goff, J. (1992). **El orden de la memoria**. Paidós Básica. Barcelona.
- León, A. (1990). **El Museo. Teoría, praxis y utopía**. Cuadernos de Arte Cátedra. Ediciones Cátedra, S.A. Madrid.
- Llamas, Y.; Ordoñez, A.; Villegas, R. (2003). **La autoestima de la Mujer en la etapa del climaterio y el enfoque narrativo con equipo reflexivo**. Tesis de licenciatura, no publicada, UNAM. México, D.F.
- Maldonado Martínez, N. (1993). **La Pareja, Estudios de Género y Feminismo II**. México: Fontamara.
- Mangini, S. (1997). **Recuerdos de la resistencia**. La voz de las mujeres en la guerra civil española. Ed. Península.
- Michel de Certeau. (1985). **La escritura de la historia**. Universidad Iberoamericana. México.
- Moran K. B. (Eds.), **Women in Sexist Society**. New York: Basic Books. Blood, R. O. and D. M. Wolfe 1960 **Husbands and Wives: The Dynamics of Married Living**. New York: Free Press.

- Niethammer, L. (1989). **¿Para qué sirve la Historia Oral?**. Memoria y biografía. Publicado en Historia y Fuente Oral. N° 2.
- Neugarten, B. L. Walter. (1970). **Adaptation and the life cycle**. Journal of Geriatric +Psychiatry 4 (Fall).
- Neugarten, B. L., and G. O. Hagestad. (1976). **Age and the life course**. Pp. 35-55 in Robert H. Binstock and Ethel Shanas (Eds.) Handbook of Aging and the Social Sciences. New York: Van Nostrand Reinhold Co.
- Neugarten, B. L., J. W. Moore, and J. C. Lowe. (1968). **Age norms, age constraints, and adult socialization**. Pp. 22-28 in Bernice L. Neugarten (Ed.), Middle Age and Aging. Chicago: University of Chicago Press.
- Ortega, M.; Zapién, G. (2005). **Efectos psicológicos en hombres y mujeres que se separan cuando aman**. Tesis de licenciatura, no publicada, UNAM. México, D.F.
- Portelli, A. (1981). **“El tiempo de mi vida”**. Las funciones del tiempo en la historia oral. Artículo publicado en International Journal of Oral History. Vol 2, n° 3. 1981. Traducción de Victoria Schussheim.
- Real Academia Española (2001). **Diccionario de la Lengua Española**. Tomos I y II. España. Vigésima segunda edición.
- Samuel R. (1996). **“Local history and oral history”**, History Workshop a Journal of Socialist Historians. Ruekin Collage. Núm 1, primavera de 1976. Oxford.
- Samuel, R. Breuilly, J. Clark, J.C.D. Hopkins, K. Carradine, D. (1991). **“¿Qué es la historia social?”**. Historia Social. N° 10.
- Satir, V. (1995). **En contacto íntimo. Como relacionarse con uno mismo y con los demás**. Árbol Editorial, S.A. de C.v.
- Satir, V. (1995). **Autoestima**. Editorial Pax México.
- Schwarzstein, D. (1991). **La Historia Oral**, introducción, en Dora Schwarzstein (comp)Buenos Aires, CEAL.
- Sitton, Thad. (1989). **Historia oral: una guía para profesores y otras personas**. México. FCE. 1989, clasificación (UAM Iztapalapa).
- Stoppard, M. (2002). **Menopausia**. Editorial Planeta, S.A. de C.V.

- Terradas Saborit, I. (1995). **La historia de la vida**. Reflexiones sobre las formas de relacionar la historia local y la historia general. Apunte.
- Thiriet, M.; Képès, S. (1981). **Mujeres de 50 años**. Javier vergara editor.
- Thompson, P. (1935). **La voz del pasado: La historia oral**. Paul Thompson; tr. Por Joseph Domingo, prol. Mercedes Vilanova. Valencia: Edicions alfons el magnanim: Institutovalencia d'estudis i investigació.
- Tourtier-Bonazzi Chantal. (1991). **Propuestas Metodológicas, Historia y Fuente Oral, 6**. Barcelona.
- Tovar, R. (1996). **La autoestima en la mujer económicamente activa y la mujer no económicamente activa**. Tesis de licenciatura, no publicada, UNAM. México, D.F.
- Trilla, J. (1992). **El profesor y los valores controvertidos**. Neutralidad y beligerancia en la educación, Paidós, Barcelona.
- Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología (2002). **Procedimiento para la Titulación en la Licenciatura 2002**. Impreso y hecho en México.
- William Baum. (1977). **Transcribing and editing oral history**. American State and Local History.
- Zabludovsky, A.(1995). **Historia oral de la ciudad de México: testimonios de sus arquitectos. 1940-1990**. Investigación y entrevista, Graciela Garay. México, D. F., Lotería Nacional: Instituto de investigaciones. Dr. José María Luis Mora.

CIBER REFERENCIAS

- www.auxilio.com.mx/site/links/duelo.htm
- www.tusalud.com.mx/13118.htm
- www.unizar.es/gine/nw.htm#DOS
- www.inper.edu.mx/Tesina99-4.html
- dmkarp.americas.tripod.com/DavidMKarp/id15.html
- www.imbiomed.com.mx/Neurosiqui/Npv35n3/Np0023-04.pdf
- www.nodo50.org/age/aunciosprimera/historiaoral.htm
- www.explored.com.ec/guia/fas836.htm

