

**EXPERIENCIAS SUSCITADAS POR RUPTURAS AMOROSAS Y  
TRANSICION DEL DUELO EN ADOLESCENTES ENTRE 13 A 20 AÑOS  
EN LA LOCALIDAD 19, CIUDAD BOLÍVAR, BOGOTA**



**BOHÓRQUEZ AMADO SANDRA MILENA  
GÓMEZ RODRÍGUEZ BOLIVIA  
QUINTERO GIRALDO SARA LUCIA**

**CORPORACIÓN UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
ESPECIALIZACIÓN EN DESARROLLO INTEGRAL DE LA INFANCIA Y  
ADOLESCENCIA  
ABRIL 4 2021**

**EXPERIENCIAS SUSCITADAS POR RUPTURAS AMOROSAS Y  
TRANSICION DEL DUELO EN ADOLESCENTES ENTRE 13 A 20 AÑOS  
EN LA LOCALIDAD 19, CIUDAD BOLÍVAR, BOGOTA**

BOHÓRQUEZ AMADO SANDRA MILENA  
GÓMEZ RODRÍGUEZ BOLIVIA  
QUINTERO GIRALDO SARA LUCIA

DOCENTE

JOSE ANTONIO CAMARGO BARRERA

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
ESPECIALIZACIÓN EN DESARROLLO INTEGRAL DE LA INFANCIA Y  
ADOLESCENCIA  
ABRIL 4 2021

## Índice

1. Introducción.....	10
Capítulo 1. Descripción general del proyecto .....	11
1.1.3 Sistematización del Problema.....	13
1.1.3.1 Pregunta de investigación.....	13
1.1.3.2 Preguntas Sistemáticas u Orientadoras .....	13
1.2 Objetivos.....	14
1.2.2 Objetivos Específicos.....	14
1.3 Justificación.....	15
Capítulo 2. Marco de referencia.....	17
2.1 Antecedentes de investigación .....	18
2.1.1 Nacionales.....	18
2.1.2 Internacionales.....	19
2.2 Marco Teórico .....	23
2.1.2 Duelo por rupturas amorosas .....	24
2.1.3 Fases o etapas del duelo .....	26
2.2.1 Ciclo vital del desarrollo del ser humano.....	28
2.2.2 Etapas del desarrollo psicosocial de Erickson .....	30
2.2.3 Relaciones adolescentes/juveniles.....	32
2.2.4 Localidad ciudad Bolívar .....	33
2.3 Marco Conceptual.....	34
2.3.1 Modelos Biológicos.....	34
2.3.2 Modelos psicosociales .....	35
2.3.3. Modelo mixto o biopsicosocial del duelo .....	37
2.3.4 Modelo Cognitivo .....	38
2.3.5 Modelo constructivista .....	40
2.3.6 Modelo cognitivo conductual.....	40
2.4 Marco Legal.....	43
Capítulo 3. Marco Metodológico.....	46
3.1 Tipo de estudio .....	46

3.2	Población, muestra, y muestreo .....	48
3.3	Procedimiento .....	49
	Tabla 1. Procedimiento.....	49
3.4	Técnicas para la recolección de la información .....	50
3.5	Técnicas para el análisis de la información .....	52
3.6	Consideraciones Éticas .....	53
	Capítulo 4. Análisis de resultados .....	55
4.	Resultados.....	55
4.1	Microanálisis y Codificación abierta .....	55
	Tabla 2. Distribución de códigos.....	55
4.1.1	Vínculo Afectivo .....	56
	Ilustración 1. Familia de códigos “vínculo afectivo” .....	56
4.1.2	Estado de Asimilación Emocional .....	58
	Ilustración 2. Familia de códigos “Estado de Asimilación Emocional” .....	58
4.1.3	Desarrollo y Afrontamiento Personal .....	61
	Ilustración 3. Familia de código “Desarrollo y afrontamiento personal” .....	61
4.2	Codificación Axial.....	63
	Ilustracion.4 Esquema teórico de relación teórica- códigos .....	64
4.2.1	Experiencia ruptural en vínculos afectivos con apegos inseguros.....	66
	Ilustración 7. Relación de códigos, Experiencia ruptural en vínculos afectivos con apego inseguro .....	66
4.2.2	Experiencia ruptural en vínculos afectivos con apego seguros.....	69
	Ilustración 8. Relación de códigos con experticia ruptural en vínculos afectivos con apego seguro .....	70
4.3.	Discusión y Conclusiones .....	71
4.3.1	Discusión.....	71
4.3.2	Conclusiones.....	46
5.	Referencia Bibliográfica .....	48
6.	Anexos .....	51
6.1	Anexo 1: Maqueta de investigación .....	51
6.2	Anexo 2: Rejilla de investigación.....	54
6.3.	Anexo 3: Consentimiento informado .....	63
6.3.1	Consentimiento informado para menores de edad.....	63
6.3.2	Consentimiento informado para mayores de edad .....	65
6.4	Anexo 4: Prototipo del guion.....	68

6.5. Anexo 5: Instrumento de investigación .....	71
6.6 Anexo 6: Transcripciones de las entrevistas / tabulación y codificación de las encuestas. ....	72
6.6.1 Entrevistado 1 .....	72
6.6.2 Entrevistado 2 .....	74
6.6.3 Entrevistado 3 .....	75
6.6.4 Entrevistado 4 .....	77
6.6.5 Entrevistado 5 .....	79
6.6.6 Entrevistado 6 .....	81
6.6.7 Entrevistado 7 .....	84
6.6.8 Entrevistado 8 .....	85
6.6.9 Entrevistado 9 .....	86
6.6.10. Entrevistado 10 .....	88
6.6.11. Entrevistado 11 .....	89
6.7. Anexo 7: link del video de sustentación del trabajo de grado.....	90

## **1. Introducción**

La ruptura amorosa en adolescente es un tema de gran actualidad, más en un país como Colombia, en la que cada quebranto conlleva a un desafío, el cual se hace más intenso, no por el objeto perdido sino por la importancia afectiva que se le dé a la pérdida emocional.

Es por eso que hemos considerado este tema, como punto central de nuestra investigación, en Cómo afrontar el duelo por ruptura en las relaciones amorosas adolescentes entre 13 a 20 años y aprender de ella hasta salir fortalecidos.

Es importante anotar que como característica fundamental relacionada al tema de interés la localidad 19 ciudad Bolívar, se caracteriza por tener necesidades económicas bajas- medias, lo que impide a los jóvenes contar con la compañía, la atención y afecto de parte de sus familiares, dado que deben salir día a día a laborar, convirtiéndose en una limitante en el tiempo para compartir con sus hijos, lo que impide a su vez que muchos jóvenes crezcan bajo un ambiente protector y con vínculos fuertes y seguros; bajo esta premisa se ha observado que ante el vacío de este ambiente en la familia, las personas buscan satisfacer esa necesidad, encontrando posibles apegos en sus parejas amorosas, de allí cuando se da una ruptura en la relación, se hace difícil y complejo su afrontamiento, añadido a ello si son adolescentes con ausencia de herramientas de estilos de afrontamiento se hace aún más difícil su afrontamiento.

A raíz de lo anterior surge el interrogante ¿Cómo son las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar? Y por ende la necesidad de realizar un análisis descriptivo de las experiencias que tienen estos adolescentes frente a las rupturas amorosas.

## Capítulo 1. Descripción general del proyecto

### 1. Problema de investigación

#### 1.1.1 Planteamiento del problema

El problema de investigación es la ausencia de herramientas para afrontar el duelo por ruptura en las relaciones amorosas en adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar

#### 1.1.2 Formulación del problema

El proceso de duelo por ruptura en las relaciones amorosas en adolescentes, así como la ausencia de estrategias para afrontar el mismo, ha sido un tema poco estudiado pese a la cantidad de casos y experiencias que se presentan, por lo cual la importancia de nuestra investigación radica en la ausencia misma de investigaciones para plantear estilos de afrontamiento en estas de rupturas.

Según el estudio del caso en el duelo por separación y/o ruptura amorosa del autor Mantilla Rodriguez Olga Lucia, publicado en el año (2019), tiene como objetivo ayudar a sobrellevar el dolor de disolución por rompimiento a través del uso de herramientas como, el acompañamiento de psicoterapéutico en busca de lograr la aceptación de la pérdida de su pareja; restaurando el equilibrio emocional y conductual de las personas implicadas.

Según el artículo **“El significado psicológico de una ruptura significativa en una pareja de jóvenes universitarios”** en los periodos de la adolescencia es donde se inician las relaciones interpersonales, las cuales dejan marcas trascendentalmente en cada ser humano, debido a que con ellas cubren necesidades esenciales para el desarrollo personal y social, encontrando la

comunicación, el cariño, la comprensión y demás.

Debido a la importancia de la ruptura que tiene el noviazgo en los jóvenes, se investigan las consecuencias de la salud física y mental de los implicados para implementar herramientas de ayuda que puedan controlar la sintomatología más relevante como lo son: el llanto, la depresión, la soledad, la ansiedad, el estrés físico y emocional. Llegando incluso al consumo excesivo de alcohol y otras sustancias alucinógenas.

Según Caruso (2003) **Tashiro y Frazier**, consideran que una ruptura amorosa es una situación muy dolorosa a la cual, si no se le brinda un manejo adecuado pueden tener consecuencias muy graves desde la tristeza y el enojo, hasta desórdenes psicológicos conocidos como la ansiedad, la depresión e incluso suicidios.

Observando todas estas manifestaciones producidas por el dolor que causa una pérdida amorosa se analiza que **Keller y Nesse (2005)** utilizan herramientas para solicitar ayuda y con ellas fortalecer las alianzas entre el afectado y aquellas personas que les pueden brindar cariño y compañía.

En cambio, **Perilloux y Buss (2008)**, coincidieron en sentimientos de enojo, confusión y celos denotando el papel fundamental que juega un ser humano en una situación semejante, realizando con este un análisis más profundo a nivel psicológico ya que la ruptura amorosa es bastante traumática para ambas personas, teniendo en cuenta que a su vez es posible se recupere más pronto el individuo que dio el primer paso para esta ruptura amorosa; un aspecto considerable a resaltar por **Buss (2005)**, es tener en cuenta los motivos que se llevaron a cabo para la finalización de la relación, en la cual se tienen en cuenta aspectos como la infidelidad, desconfianza, monotonía, celos, maltratos, falta de comunicación e incluso la falta de sexo.

Otro de los puntos de vista, es tener en cuenta lo mencionado por Diaz-Loving, Valdez y Perez (2005), los cuales nos reflejan las diferencias en medio de hombres y mujeres en cuanto a un rompimiento, ya que los varones manifiestan emociones de malestar y de decepción entre otros y las damas reportan sentimientos de tristeza, enojo y desconcierto. De allí, la importancia de explorar e investigar a fondo las causas de la ruptura y así lograr llegar al impacto sobre la salud física y mental de ambas partes. Todo esto relacionado a las investigaciones a nivel mexicano.

Si bien el proceso de duelo se vive de manera diferente en cada ser humano, aceptar el dolor que conlleva la ruptura y la pérdida requieren de la capacidad, de emplear y planificar el afrontamiento dirigido a la superación y resolución de problemas orientadas a la expresión seria de la sensibilidad. No obstante, en la etapa de adolescencia son más notorios los cambios psicológicos, físicos y emocionales, donde la fractura de la inteligencia emocional afecta relevantemente los sentimientos y emociones propias de los duelos o por el contrario de acuerdo con las orientaciones y estrategias aportadas por los adultos puedan gestionar sus rupturas amorosas.

### **1.1.3 Sistematización del Problema**

#### **1.1.3.1 Pregunta de investigación**

A partir del problema, nuestra pregunta de investigación es ¿Cómo son las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar?

#### **1.1.3.2 Preguntas Sistemáticas u Orientadoras**

¿Cuáles son los referentes teóricos del duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes?

¿De qué manera se presenta el duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes?

¿cuáles son las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes?

## **1.2 Objetivos**

### **1.2.1 Objetivo General**

Comprender las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar.

### **1.2.2 Objetivos Específicos**

Indagar teóricamente sobre el duelo en rupturas amorosas en adolescentes de 13 a 20 años en los últimos 6 años en Latinoamérica.

Aplicar instrumentos a nuestra población objeto de estudio con el propósito de recolectar la información pertinente a la investigación.

Identificar las experiencias de los adolescentes entre los 13 a 20 años frente al duelo por rupturas amorosas.

### **1.3 Justificación**

Con este trabajo de investigación, surge el interés de las investigadoras, por indagar textualmente diversas estrategias de afrontamiento que puedan ayudar a los jóvenes a enfrentar el dolor por una pérdida amorosa, ya que a partir de las investigaciones se observan que son muy pocas las opciones u oportunidades con las que cuentan los jóvenes para poder asumir esta pérdida de la mejor manera, dado que a diario se marcan situaciones conflictivas y hasta dependencia emocional que viven algunos jóvenes cuando rompen una relación sentimental con su pareja.

Si bien es cierto la localidad 19 ciudad Bolívar, se caracteriza y profundiza en necesidades económicas, lo que impide a los jóvenes contar con la compañía, la atención y afecto de parte de sus familiares, dado que deben salir día a día a laborar vejeando una limitante en el tiempo para compartir con sus hijos, lo que impide a su vez que muchos jóvenes crezcan bajo un ambiente protector y con vínculos fuertes y seguros; bajo esta premisa se ha observado que ante el vacío de este ambiente en la familia, las personas buscan satisfacer esa necesidad, encontrando posibles apegos en sus parejas amorosas, de allí cuando se da una ruptura en la relación, se hace difícil y complejo su afrontamiento, añadido a ello si son adolescentes con ausencia de herramientas y de estilos de afrontamiento se hace aún más difícil su afrontamiento; lo más común es que esto suceda en los jóvenes de 14 a 17 años, los cuales no cuentan con la madures cerebral y emocional necesaria, más aun con ausencia de padres o familiares que le apoye en esta experiencia, llevando a los adolescentes a tomar lamentables decisiones.

Considerando que la ruptura amorosa en adolescentes se está convirtiendo en un fenómeno con resultados desalentadores y lamentables, dado que se deteriora significativamente la adaptación emocional, afectivo y cognitiva del sujeto se hace necesario investigar con que herramientas están afrontando los adolescentes el duelo por ruptura amorosa y así darle significado a esta experiencia que si bien se convierte en una situación compleja pero entendida en esta etapa podremos dotar a los adolescentes de herramientas para su fácil adaptación a la misma.

A lo anterior, cabe mencionar que el duelo es un suceso traumático y deja secuela si no se tienen las herramientas psicológicas adecuadas para su superación, más aún si hablamos de adolescentes que carecen de atención y cuidado de sus padres frente a una experiencia similar.

Por consiguiente, se hace importante continuar indagando y observando esta problemática que enfrentan a diario los adolescentes de esta localidad, quienes, muy seguramente no estarían pasando por situaciones similares o estaría afrontando de manera efectiva sus duelos amorosos si tuvieran un bagaje de herramientas para el mismo.

Esta propuesta de investigación tiene como propósito darles significado a las experiencias de duelo por ruptura amorosa en los adolescentes, y así poder minimizar las barreras que se encuentren en la comunicación afectiva y efectiva de los adolescentes con sus padres, pares y amigos, lo cual promueve a su vez una cultura en salud mental aportando herramientas de afrontamiento para superar efectivamente un duelo en la etapa adolescente.

## **Capítulo 2. Marco de referencia**

Para el cumplimiento de los objetivos se analizarán los antecedentes que le aporten información relevante a la investigación, así como le den validez a la misma.

En primer lugar, miraremos la evolución de la concepción del amor la cual empieza en la ciudad del antiguo Egipto, Grecia y Roma, la edad media y posterior los siglos XVI, XVIII, XIX y XX, finalizando con los años 60y 80 de manera que lleguemos a la época actual.

Por consiguiente hablaremos que el amor surge desde la necesidad y muestra afecto en los dos sexos (Hombre y Mujer), que conformen una relación por instinto, afinidad y empatía, la cual se espera construyan una relación más estrecha a futuro, es así como crece la trascendía del apego, estos actos de amor no solo se demostraban con ritos, sino en la forma de sus trajes y como los vestían, por ello estas actitudes o rituales eran la demostración del surgimiento del amor y la comunicación.

Es así como a lo largo de las culturas en cada periodo histórico se ha venido desarrollando una concepción y ritos diferentes de la demostración de amor. Vale la pena recalcar que para estas épocas era amor romántico, el cual se definía como una demostración de atracción física de dos personas que no se pueden evitar entre sí, lo cual define que no todas las relaciones amorosas de los adolescentes tienen el mismo significado, por ello en donde se marca la mayor problemática de esta investigación es la época de adolescencia.

## **2.1 Antecedentes de investigación**

Para efectos de nuestra investigación tomamos en consideración un antecedente teórico nacional y cuatro antecedentes internacionales, tres de ellos investigativos experimentales y uno teórico- literario.

Es de anotar que los aportes realizados por los autores y especialistas en el tema a objeto de estudio sirvió de manera significativa para ampliar la visión del tema, ver las posibles falencias del mismo para un abordaje más integral y funcional en el contexto.

Por otra parte, es pertinente resaltar que, dentro de las indagaciones realizadas por el grupo investigador dentro contexto local, no se encontró investigaciones o adelantos tanto científicos o investigativos del tema en estudio; igualmente dentro del contexto nacional la búsqueda realizada se redujo a solo un antecedente de revisión bibliográfica.

A continuación, describimos los siguientes antecedentes:

### **2.1.1 Nacionales**

#### **Síntomas y signos de personas que afrontan el duelo por ruptura amorosa**

Anji Esfania Ardila González, Katherine Ojeda Garrido

2019

La ruptura de pareja es una de las experiencias más dolorosas que tiene que afrontar el ser humano; a lo largo de la vida se dan varias pérdidas emocionales para lo cual hay que atravesar por un duelo siendo este un proceso de adaptación que necesariamente pasar todas las personas en algún momento de su ciclo vital.

A pesar de ello y de la gran connotación que tiene el asumir adecuadamente un duelo, en Colombia poco se tiene conocimiento de investigaciones en este ámbito, sin embargo, en el año 2019 se llevó a cabo un proyecto de revisión de literatura con el objetivo identificar los signos y

síntomas de personas que afrontan el duelo por ruptura amorosa.

De ahí se pudo evidenciar los principales signos y síntomas a nivel físico, emocional, cognitivo y conductual asociados a las diferentes etapas del duelo para lo cual es necesario contar con marcados estilos de afrontamiento o si bien contar con herramientas para resolver el duelo exitosamente, igualmente esta investigación destaca la importancia de las redes de apoyo como la familiar y redes profesionales como los psicólogos para tal fin.

### **2.1.2 Internacionales**

#### **Causas y caracterización de las etapas del duelo romántico**

Rozzana Sánchez Aragón y Rebeca Martínez Cruz

2014

La investigación abarca y describe los sentimientos que se dan a partir de las experiencias románticas, las cuales encamina al ser humano en una idealización de su pareja elevando las expectativas del otro, sin embargo, los autores también tratan de explicar la reactivación de emociones doloras que se produce cuando hay una ruptura amorosa para lo cual el ser humano pasa por cuatro etapas dura el curso de su duelo mientras retorna de nuevo a su estabilidad emocional.

Muestra a demás las diferencias existentes del proceso del duelo en cuanto al rompimiento a causa de una infidelidad o por desacuerdos en alguna de las dos partes, pues quienes terminaron su vínculo amoroso a causa de infidelidad presenta mayor hostilidad, desesperanza y emociones negativas frente a su expareja en comparación con otras razones como por falta de tiempo, desacuerdos o simplemente deterioro del afecto.

A lo anterior la investigación aplico a 833 participantes la Evaluación Tridimensional de Duelo Amoroso, en donde identificaron cuatro etapas: Negociación, Hostilidad, Desesperanza y Pseudo-Aceptación, las cuales se ven apoyadas por planteamientos de diferentes autores en especial del coinvestigador del tratamiento del duelo *J.W. Worden*.

Esta investigación fortalece la idea de unas etapas o fases del duelo que parte de la evolución y de las experiencias propias de las personas que pasan por rupturas amorosas, pues si bien hay muchos autores que exponen cantidad de etapas y fases del duelo, pero es de anotar que solo son funcionales desde la propia vivencia, ya que en algunos de los casos no todas las personas pasan por todas las fases del duelo.

### **Proceso de duelo por ruptura de pareja**

Judith Morales Gómez

2019

Esta investigación enfatizo las vivencias individuales y subjetivas de quien percibe una ruptura de pareja/matrimonial expresadas a través del proceso de duelo.

Por otra parte, trata de abordar los estilos de afrontamiento que se establecen en cada uno, pues si bien los dos miembros tienen que pasar por un duelo tras la ruptura, y la acomodación e integración de la vivencia dolorosa a la individualidad solo depende del proceso personal.

Esta investigación aplico un instrumento de recolección de información con la técnica de entrevista semiestructurada e historias de vida a 4 sujetos de estudio quienes pasaran por una ruptura amorosa.

A lo anterior los investigadores identificaron 6 etapas del duelo, negación, ira, culpa, depresión, aceptación y reconstrucción; así mismo esta investigación nos reafirma la idea de que con antelación a una ruptura amorosa hay una experiencia de infidelidad la cual influye directamente el estilo de afrontamiento que se emplee para aceptar o no la ruptura amorosa.

## **El significado psicológico de una ruptura de pareja significativa en jóvenes**

Barajas Márquez, Miriam Wendolyn; González Forteza, Catalina Francisca; Cruz del Castillo, Cinthia; Robles García, Rebeca

2012

Identificar los efectos o el significado de una ruptura de pareja en adolescentes y jóvenes, no es una tarea fácil, dada las características, cambios hormonales, psicológicos, cognitivos y emocionales, así como mecanismos de defensa propios de la etapa, los cuales bloquean en muchas ocasiones el acceso a la información.

Por consiguiente, esta investigación busco empíricamente obtener el significado psicológico de una ruptura de pareja en 90 jóvenes, 65 mujeres y 26 hombres en edades comprendidas entre los 18 a 29 años aprox.

Para tal fin los investigadores utilizaron la técnica de Redes Semánticas Naturales Modificadas, obteniendo palabras con una connotación primordialmente negativa (p.e. tristeza, dolor, enojo), así como palabras asociadas a respuestas emocionales y conductuales desagradables.

De esta manera el estudio concluyo la necesidad de explorar más a fondo el significado de una ruptura importante dado el impacto que ésta puede tener sobre la salud física y mental del individuo, así como en la posibilidad de prevenir sus consecuencias negativas e incidir de manera efectiva a nivel clínico mediante intervenciones basadas en investigación realizada con población.

Lo anterior dota de gran relevancia nuestra investigación dada la influencia negativa que ejercen las rupturas emocionales en los adolescentes a falta de herramientas y estilos de afrontamiento para los mismos, igualmente los investigadores concluyen la importancia de investigar cómo se mencionó con antelación el significado y los efectos psicológicos en los jóvenes a raíz de las rupturas afectivas amorosas.

## **Las pérdidas y sus duelos**

I. Cabodevilla

2007

Si bien, dentro de nuestra indagación, revisión de referentes y antecedentes no encontramos investigaciones actuales que aporten conocimiento a la nuestra con respecto al tema y a la población objeto de estudio, es importante resaltar este artículo de revisión básica el cual nos expone que son muchos los factores que intervienen en el proceso y en el tipo de duelo, es decir que existen 5 tipos de duelos, entre ellos pérdida de la vida, pérdida de aspectos de sí mismo, pérdida de objetos externos, pérdidas ligadas con el desarrollo y en nuestro caso la pérdidas emocionales; el autor enfatiza que cada tipo de duelo tiene su proceso y sus características, igualmente dependiendo la etapa o el ciclo vital de cada persona se lograra una estructura psicológica y mental estable que logre la reestructuración emocional después de la pérdida.

A lo anterior este artículo del 2007 no expone que, para el completo restablecimiento de una pérdida, la persona atravesará una serie de etapas o fases, en donde se verá obligado o más bien deberá realizar cuatro tareas fundamentales: 1. Aceptar la realidad de la pérdida. 2. Expresar las emociones y el dolor. 3. Adaptarse a un medio en el que el ser querido está ausente. 4. Recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo.

Pasar por estas 4 etapas es realmente importante para restablecer el equilibrio emocional y poder continuar con la dinámica personal, social, laboral, familiar etc. diaria, pues si bien existe lo que los psicólogos llamamos duelo crónico o psicopatológico lo cual requiere de una intervención clínica a ausencia de herramientas para el afrontamiento exitoso de la pérdida emocional.

## **2.2 Marco Teórico**

### **2.1.1 ¿Qué es el duelo?**

El duelo se refiere al conjunto de procesos psicológicos y psicosociales que siguen a la ruptura amorosa, a la pérdida de una persona con la que el sujeto en duelo, el deudo estaba psicosocialmente vinculado. El duelo, del latín dolus (dolor) es la respuesta emotiva a la pérdida de alguien o de algo.

Duelo para la Real Academia de Lengua, el duelo es: Dolor, lástima, aflicción o sentimiento.

El ser humano desde el nacimiento atraviesa situaciones de pérdidas y separaciones, como parte de la condición humana. Cada quebranto conlleva a un desafío, el cual se hace más intenso, no por el objeto perdido sino por la importancia afectiva que se le dé a la pérdida emocional. Podemos decir que el duelo es un proceso normal, una experiencia por la que pasa todo individuo, al vivir la pérdida de un ser querido. Inclusive hay quienes sostienen que el dolor por la pérdida del ser amado es un indicador de afecto, no hay amor sin aflicción y dolor.

Por duro que sea el dolor de los duelos, no está bien visto manifestarlo de una manera pública y en la práctica no se hace. El sufrimiento causado por la pérdida constituye, en muchos casos, una experiencia penetrante hasta el núcleo de nuestro ser, como muy pocas cosas lo hacen.

Sino aprendemos a asimilar los sufrimientos de las pérdidas pueden degenerar en enfermedades mentales e incluso físicas que irán desmoronando el control del equilibrio vital Freud (1917) en su obra Duelo y melancolía define en sus objetivos la elaboración y sentimiento de la pena en:

1. La retirada de la libido invertida en el objeto. 2. Su sana reinversión en otro individuo. Freud creó un modelo de duelo inspirado por la depresión, la melancolía, y en el cual las relaciones con los demás son el elemento fundamental de la pérdida que se experimenta con el dolor, es decir, cuando se abandona algo o a alguien significativo, se pierde una parte del yo, del mundo interno, de la estructura personal.

La teoría del vínculo de Bowlby (2020) describe el desarrollo psicoemocional sano en el ser humano. el sujeto desarrolla de forma instintiva una unión (apegos). El mantenimiento de una alianza se experimenta como fuente de seguridad y dicha. La meta de la conducta de apego es mantener una relación afectiva, cuando tales vínculos se ven amenazados o rotos, se suscitan intensas reacciones emocionales.

Parkes con su teoría de constructos personales, sugiere que la experiencia del duelo da lugar a grandes cambios tanto en la superficie habitable del individuo, conforme cuando establece vínculos afectivos con los elementos de su espacio vital y los vivencia como propios. En el trance del dolor, la persona ha de desarrollar un nuevo esquema de constructor acerca del mundo acorde a sus nuevas circunstancias vitales.

### **2.1.2 Duelo por rupturas amorosas**

Algunos autores han planteado su concepto o definición respecto al duelo o rupturas amorosas. Las cuales tienen diversos tipos de manifestaciones, es así, como (Díaz 2012) refiere que la palabra “duelo” deriva del latín dolus que significa dolor siendo el resultado ante cualquier tipo de pérdida de alguien o de algo.

En este sentido Díaz (2012), explicó que el duelo ante una pérdida es un proceso largo, lento y doloroso cuya magnitud depende del vínculo de lo perdido, de las características particulares como peculiares del sujeto, el cómo asume la adaptación y armonización de la situación interna y externa frente a una nueva realidad. Es decir, para habituarse al dolor se va a depender en gran parte de los recursos personales y sociales que cada individuo posee.

Por ello manejar el duelo tiene como significado, vivir en contacto con el vacío que ha dejado la pérdida del sujeto amado, experimentando el sufrimiento y la frustración que comporta su ausencia; la cual finaliza si el individuo es capaz de recordar lo perdido con la resiliencia de no sentir poco a poco ningún dolor, es allí, dónde se ve que ha aprendido a sobrevivir sin lo que ya no está, cuando le es indiferente vivir en el pasado y puede invertir de nuevo la energía en el presente que hay alrededor (Díaz,2012).

Asi mismo Beatriz Raya describe que la palabra duelo tiene dos significados. Dolor y combate.

Por lo tanto, a nivel intrapsíquico, el dolor se produce debido a la pérdida del objeto y de las partes del yo proyectadas en él. es debido a ello que la capacidad de sentir dolor es fundamental para que el duelo se realice, sin dolor no hay desconsuelo. El combate, también se desarrolla en la parte interior, la cual es comprendida como manifestaciones emocionales y comportamentales dentro de la vivencia que enfrenta un individuo a una pérdida significativa, es una lucha entre las fantasías y la realidad, entre el amor y el odio, entre la vida y la muerte (Alvarado, 2015).

Por otra parte, Beatriz Raya Psicóloga, nos expone algunos síntomas comunes de las personas cuando pasan por duelos relacionados a rupturas amorosa; es de anotar que lo más frecuente en el individuo, es la fase de **aturdimiento y perplejidad**, la cual genera un sentimiento inicial a la ruptura o perdida. Con la aparente dificultad de discernir el alcance de lo ocurrido con expresiones de dolor y malestar como, el llanto y los suspiros repetitivamente, el **autorreproche**, y los actos que se centran en el autocastigo, verbal, emocional y físico, por lo que pudo haber sido y lo que no, conllevando al sujeto a la negatividad y baja autoestima, mediante la rabia como un sentimiento natural impotencia ante la privación

De otro modo la culpa y la negación también juega un papel importante, los cuales buscan perpetuar la pérdida, con recuerdos, ya sea de objetos, sitios o gustos de la pareja. Uno de los síntomas que experimenta el duelo, es el estar en contacto con el vacío que ha dejado el ser amado que figurativa y afectivamente ya no está. Partiendo del valor e importancia, soportando el sufrimiento y frustración que comporta su ausencia (Bucay, 2004).

### **2.1.3 Fases o etapas del duelo**

A continuación, se describen algunas etapas por las que pasa la persona al momento de tener una pérdida afectiva.

1. Fase de aturdimiento o etapa de shock: La persona puede funcionar como si nada hubiera sucedido. Otros se paralizan y permanecen inmóviles e inaccesibles. En esta fase se experimenta muy notablemente la pena y el dolor. Mediante las manifestaciones de shock, este es un mecanismo de protección, que manifiestan las personas con el tiempo como símbolo de oportunidad al abordar la información recibida, siendo un espacio de manifestación que adoptan los sujetos para derivar la realidad.

2. Fase de anhelo y búsqueda. Marcada por la urgencia de encontrar, recobrar y reunirse con la persona, en la medida en que se va tomando conciencia de la pérdida, se va produciendo el asimilamiento de la nueva situación. El individuo puede aparecer inquieto e irritable. Esa agresividad es posible que se pueda volver hacia uno mismo en forma de autorreproches, ausencia de la seguridad y autoestima.

3. Fase de desorganización y desesperación. En este periodo que atraviesa el duelo son marcados los sentimientos depresivos, así como, la falta de ilusión por la vida mediante en la aflicción que va tomando conciencia de que el ser querido no volverá. Se va experimentando una tristeza profunda, que puede ir acompañada de

accesos de llanto incontrolados. El sujeto se siente vacío y con una gran soledad. Se experimenta apatía, pena y desinterés.

4. Fase de reorganización. Se van adaptando a nuevos patrones de vida, que van poniendo en funcionamiento todas las emociones del sujeto. El duelo comienza a establecer nuevos vínculos.

El conocer las manifestaciones y las fases del duelo tienen una utilidad práctica, si entendemos que cada ciclo tiene un esquema orientativo y no rígido, el cual nos puede guiar a la hora de saber en qué situación se encuentra el individuo en su proceso de dolor.

Cuando una ruptura amorosa aparece, el joven pasa por una etapa de cambios emocionales, llamada duelo, lo que afecta su dimensión física al perder el interés por su presentación y modismos, es así como la autoestima y sus emociones se ven inmensamente afectadas, su parte cognitiva, conductual, social y espiritual, requieren en muchos casos del acompañamiento de un profesional, debido a que el adolescente no puede controlar y superar esta situación por sí mismo. Algunos factores que intervienen en el dolor y desconsuelo son: personalidad, los antecedentes y el contexto sociofamiliar.

El adolescente que no puede superar esta situación por sí mismo. Se enfrenta a diversos factores que intervienen en el dolor y desconsuelo, tales como la personalidad, los antecedentes y el contexto sociofamiliar con el que vivencia esta experiencia, lo cual no solo le afecta al sujeto sino a su núcleo familiar.

Con el fin de superar la pérdida, se recomienda al sujeto aceptar que la relación terminó, como también asumir e identificar las emociones y expresarlas al igual que el dolor, adaptándose a la ausencia del ser querido, y continuar con la vida diaria realizando ejercicios cotidianos con la mayor normalidad posible, vinculando aquellas actividades que sean del agrado del adolescente y de ser posible contar con el acompañamiento familiar que puede ayudar al joven a sentirse mejor.

### **2.2.1 Ciclo vital del desarrollo del ser humano**

El ciclo vital es un enfoque que permite entender los cambios, las etapas, la evolución del ser y las posibles vulnerabilidades a las que se ve enfrentado el ser humano y a medida del crecimiento biológico, donde se va creando una madurez mental, física y psicosocial; por lo anterior podemos observar cómo el ministerio de salud y protección social ha establecido seis (6) periodos o estudios del desarrollo del individuo, los cuales son comprendidos desde el momento de la concepción hasta la ancianidad, para lo cual encontramos que desde el nacimiento, se inicia la etapa o ciclo de la primera infancia a partir de los 0 a los 5 años de edad, continuando con la infancia de los 6 a los 11 años, la adolescencia de los 12 a los 18 años, la juventud desde los 14 a los 26 años, la adultez desde los 27 a los 59 años y finalmente la vejez a los 60 años y más.

Cada etapa o fase del desarrollo trae consigo una serie de cambios indispensables de la evolución y maduración del ser humano en sus pensamientos y cognición, en palabras de Erickson, citado por Bordignon (2008) “el sujeto experimenta transformaciones psicológicas significativas durante toda su vida, desde su concepción hasta la muerte”, de allí la importancia en conocer las características de cada etapa.

Es así, que como premisa este psicólogo le da una gran relevancia al papel que cumple el entorno social, por tanto, aporta herramientas para el crecimiento personal y superación de las crisis en cada periodo. “el sujeto experimenta transformaciones

psicológicas significativas durante toda su vida: a partir de la concepción hasta la muerte”, de allí la importancia en conocer las características de cada etapa.

En caso concreto Erickson se plantea el modelo psicosocial del desarrollo humano, el cual expone 8 grandes etapas de desarrollo, y en cada una el sujeto se enfrenta a lo que Erickson llama crisis o conflicto, debido a que ponen a prueba el grado de madurez para superar los problemas propios de cada etapa, en donde a su vez las experiencias relacionales significativas permiten afrontar con total estabilidad las dificultades de esta.

En las etapas del desarrollo psicosocial encontramos cada que cada un cumple con él desarrollo específico en el sujeto, así como la etapa 1. Infancia: confianza/desconfianza, esta se ubica dentro los primeros 18 meses; etapa 2. Niñez temprana: autonomía/ vergüenza y duda que va desde los 18 meses a los 3 años aproximadamente; la etapa 3: Edad de juego: iniciativa/culpa, va de 3 a 5 años; etapa 4. Adolescencia: laboriosidad e inferioridad va de 5 a 13 años; etapa 5. Juventud: identidad/confusión de roles va de los 13 a los 21 años; etapa 6. Madurez: intimidad/aislamiento, acá se ubican las personas en edades comprendidas entre los 21 a los 40 años; etapa 7. Adulthood: generatividad y estancamiento que va de los 40 a los 60 años y por último encontramos la etapa 8. Vejez: Integridad frente a desesperación y va de los 60 años aprox. hasta la muerte.

Es fundamental que el sujeto desarrolle a cabalidad cada una de sus etapas, ya que este desarrollo ayuda a la creación y fortalecimiento de cada una de sus dimensiones, logrando que el individuo evolucione y crezca en todos los aspectos de autocuidado.

## **2.2.2 Etapas del desarrollo psicosocial de Erickson**

Etapa 1. Infancia: confianza frente a desconfianza. El niño en sus primeros años de vida establece una relación significativa con la madre, la cual brinda certeza al satisfacer sus necesidades, así mismo al establecer vínculos afectivos por medio de la lactancia materna que le

permiten fortalecer la seguridad, la confianza o si bien el rechazo, que muy posiblemente le ocasionará en un futuro desconfianza e inseguridad en sus relaciones con el mundo que lo rodea.

Etapa 2. Niñez temprana: autonomía frente a vergüenza y duda. Gracias a la maduración cerebral el niño en esta etapa adquiere varias destrezas mentales logrando así el desarrollo entre otras cosas el del lenguaje, con el cual se permite ampliar su vocabulario ejercitando la capacidad comunicativa, como también, empezará a dar sus primeros pasos hasta llegar a tener mayor control motor y muscular; lo que permite en el infante un proceso de autonomía y seguridad.

Etapa 3: Edad de juego: Iniciativa frente a la culpa. Entre los aspectos fundamentales de esta etapa, existe el juego, como medio de comunicación por medio de símbolos es una participación genuina en él, que fortalecen y agudizan su imaginación, sus movimientos son más bruscos y en medio de las acciones su lenguaje se va perfeccionando, como también le permite exteriorizar y expresar la apariencia de su emotividad, en medio de una resolución de conflictos, buscando su equilibrio frente a lo que quiere realizar o hará, pero es allí donde el sentimiento crea incertidumbre por la culpa o el castigo de poderlo solucionar.

Etapa 4. Adolescencia: laboriosidad frente a inferioridad. Según Erickson el niño ya se enfrenta mejor al ambiente que le rodea y se hace más responsable; sin embargo, también surge esas inseguridades manifestadas desde la etapa de

lactancia, puesto que aquellos niños que no recibieron o reciben aprobación por sus padres, familiares o amigos, tienden a expresar su inferioridad o su inadaptación al medio generando conflictos significativos en la forma en como establecen sus relaciones interpersonales.

Etapa 5. Juventud: identidad frente a confusión de roles. Esta es la etapa más conocida como la crisis adolescente, pues si bien es un aspecto crucial del ser humano en donde se toman y se forjan nuevos roles y amoríos, es decir el apego que el niño presentaba por su familia o por sus padres empieza a desvanecer. En este sentido el adolescente se embarca en la búsqueda de la aceptación del otro forjando relaciones interpersonales más estrechas.

Etapa 6. Madurez: intimidad frente a aislamiento. En esta etapa hay mayor estructura del sentimiento de independencia frente a los padres y la escuela. El individuo se direcciona en la búsqueda de nuevas amistades que generen una estabilidad en la creación del vínculo afectivo; esto gracias a que alcanza un equilibrio en su identidad personal y madurativa.

Etapa 7. Adulthood: generatividad frente a estancamiento. En beneficio a la alcanzada la productividad de esta etapa se valorará en el ámbito laboral e intelectual, es decir, la satisfacción del ser será producto de los logros alcanzados, los cuales serán motivados a su vez por la estabilidad familiar que haya conseguido.

Etapa 8. Vejez: Integridad frente a desesperación. Esta etapa final corresponde a los últimos años de vida del sujeto, con el deleite de las etapas anteriores entra o no en una crisis o desesperación; es aquí, en donde se evaluarán los logros o metas alcanzadas, así mismo las incertidumbres de llegar a la edad mayor, como el miedo a la muerte por insatisfacciones del pasado y del presente el cual valorara el no a ver cumplido los logros o metas trazadas en las etapas anteriores.

### **2.2.3 Relaciones adolescentes/juveniles**

Los adolescentes al igual que las demás personas, en general, conciben el amor como un romántico y eterno, el amor que se cree va a durar toda la vida, lo que conlleva a idealizar a la pareja, y a conductas de celos, el control, la posesión, la manipulación y el aislamiento.

Por consiguiente, durante la adolescencia, es frecuente experimentar las primeras relaciones y una ruptura sentimentales en esta etapa puede llegar a ser una experiencia sumamente dolorosa, con una preminente fuerza emocional. Es decir, que es un momento vital del ser humano, en el que las emociones se viven con una elevada intensidad, tanto la del amor como la del desamor. Además, de que se cuenta con un concepto de la realidad de la pareja, muy diferente al del adulto, siendo difícil para los adolescentes poder relativizar el sufrimiento y las consecuencias de la separación.

Es de acotar, que los adolescentes quieren tener comportamientos propios de adultos, pero sin los recursos y la madurez suficientes para afrontar las situaciones. Los cambios hormonales son constantes y viven de forma muy intensa, tanto lo bueno como lo malo permitiendo una cierta inestabilidad, la cual impide a su vez poder adquirir las herramientas y estilos de afrontamiento necesarios; es decir, los jóvenes viven y se enfrentan a las experiencias con total pasión, e inmadurez emocional, incluidas las relaciones de pareja.

Es por esto por lo que en el momento en que se da una ruptura amorosa, el duelo es igual de intenso, Según Rodas (2018) a nivel psicológico, el impacto del duelo por rupturas amorosas en adolescentes se encuentra fundado en un sobrecalentamiento de pensamientos y el interés de darle sentido a esta nueva situación.

Sin embargo, el ejemplo que reciben de sus padres desempeña un rol muy relevante ya que ellos siguen los aspectos positivos y negativos, y la manera como resuelven los conflictos de pareja, en el tipo de discusiones, en las muestras de cariño, expresiones de sentimientos, en los roles que ejerce cada uno entre otros.

Es sustancial mencionar que la etapa de la adolescencia es una fase en la cual se descubren y se desea vivir muchas experiencias, siendo estas más breves, dichas relaciones se basan generalmente en la atracción física y en disfrutar. Hacia los 20 años se empiezan a valorar otras cualidades internas del individuo y a pensar en alguien con quien comprometerse.

#### **2.2.4 Localidad ciudad Bolívar**

Ciudad Bolívar es una de las localidades del distrito capital de Bogotá; su posición entre las localidades es la 19 de las 20 que hay en total, y se encuentra ubicada al sur de la ciudad siendo la tercera más extensa después de la localidad de Sumapaz y Usme.

Dentro de la geografía física encontramos que Ciudad Bolívar, limita al norte con la localidad de Bosa, al sur con la localidad de Usme, al oriente con la localidad de Tunjuelito y Usme y al occidente con el municipio de Soacha. En su topografía encontramos en un 90 % terreno montañoso y el 72% de la localidad es considerada zona rural.

Los indicadores democráticos para la población de Ciudad Bolívar al 2017 es de 227.667 hogares urbanos y al 2019, la localidad cuenta con 762.184 habitantes de los cuales el 244.058 de la población se encuentran en edades aproximadas de 0 a 18 años, en edad productiva encontramos a 456.180 personas del total de la población y por último 61.946 de las personas que componen el territorio son mayores de 60 años

Entre sus residentes predominan aquellos con bajo estrato socioeconómico 1 y 2 del 50, 2 % y el 34, 6 % de la población respectivamente, el otro 15, 1 % restante lo ocupan personas con estrato socioeconómico nivel 3 y 4 siendo los de nivel 4 la minoría de la ciudad.

Para finalizar es importante mencionar que, según estadísticas de la secretaria social de Bogotá en el 2017, Ciudad Bolívar ocupó el tercer puesto en población menor de 14 años, representando el 11,4% de los niños, niñas y adolescentes de Bogotá, es decir a ese mismo año la tasa de crecimiento población en infancia fue de un 0,24 con respecto al 0,61 del total de la ciudad de Bogotá, es así como podemos valorar positivamente el crecimiento poblacional, siendo este por encima del promedio de la ciudad.

## **2.3 Marco Conceptual**

### **2.3.1 Modelos Biológicos**

En este modelo encontramos la postura de George Engel, la cual nos señala que el duelo es la distorsión del bienestar completo del sujeto, de allí parte la necesidad de tiempo para que la persona en duelo vuelva a un estado adecuado. Como también se percibe la sistematización del duelo semejanza al tratamiento físico. este puede aportar a la recuperación del funcionamiento integral o casi total del individuo (Molina, 2012).

George Engel citado por Molina (2012) considera que el duelo se presenta o divide en seis (6) fases.

Fase Shock e incredulidad. En la primera fase la persona estará aturdido y necesitará un Lapso, para procesar la pérdida sufrida. La cual produce intensos sentimientos de separación y diversos comportamientos de añoranza.

Desarrollo de la conciencia de la pérdida. Se activa el patrón de lucha y huida en el aspecto emocional, que deriva el choque entre un sentimiento y otro, sin lograr una conciencia de decisión que pueda asumir la ruptura, garantizando una estabilidad emocional.

Restitución. Es allí donde el servicio fúnebre, cumple una función muy importante, al conservar el luto, dentro de una afinidad con la familia y la comunidad cercana, brindando apoyo constantemente en busca de mitigar el dolor que invade en estos momentos a los sujetos.

Resolución de la pérdida. El aislamiento de otros permite que el individuo tenga una elaboración adecuada del duelo, esto con el fin de que reconozca y acepte la pérdida o separación de su ser amado, buscando ayuda psicológica, donde le brinden herramientas para afrontar el mismo.

Idealización. Permite el desarraigo de sentimientos negativos hacia el sujeto que provoca la ruptura, embelleciendo los actos que causan ruptura que conlleva al dolor.

Resultado. El proceso al sentimiento de duelo se extiende de 6 meses a un año o más, este periodo variará en función de la edad de la persona, a la cantidad de pérdidas previas, la dependencia, la culpa, la autoestima que en el momento pueda manejar y la ambivalencia.

### **2.3.2 Modelos psicosociales**

Kübler-Ross citado por Arriaga y Ruiz,( 2010) y citado por Merino (2014), plantea que, ante una pérdida, el proceso de duelo por la propia muerte atraviesa por cinco etapas, pero indica que no necesariamente los individuos las vivenciarán en orden.

Negación y aislamiento: la persona usa un mecanismo de negación para minimizar el dolor ante una noticia inesperada e impresionante; la cual le permite recobrase más fácilmente. Siendo una defensa provisoria.

La Ira: en este periodo prima la furia y el resentimiento; de allí se desencadenan un sin número de sentimientos de impotencia y dolor, como también surgen todos los por qué. Es una fase difícil de afrontar; esto se debe a que la ira se desplaza en las diferentes direcciones, aun injustísimamente, las personas tienen una percepción de que todo está o saldrá mal, y tienden a quejarse por todo. Posterior pueden responder con dolor, lágrimas, culpa o vergüenza

El Pacto: Fase en la que la persona, realiza su mayor esfuerzo en busca de herramientas, que quizás le puedan ayudar e intentar llegar a un acuerdo, que le permita superar el traumático suceso que vivió.

La Depresión: Aquí encontramos que los síntomas están caracterizados por una profunda y desolada tristeza, debido a esto, cuando la persona no puede seguir negando la realidad se debilita, ya que se vuelve inapetente. Siendo este transitorio, pero le prepara en la aceptación de la realidad. Si una persona en esta etapa se le permite expresar su dolor, podrá lograr más fluidamente la aceptación final. En el pasar de este ciclo la persona tener una interacción verbal, que le brinde ese apoyo moral que requiere en estos momentos.

La aceptación: el sujeto ya muestra una apariencia de tranquilidad ya que es preciso definir que pudo expresar sus sentimientos en las etapas anteriores. Sin embargo, no se debe confiar en que la aceptación es una etapa feliz, viendo que al inicio de esta se desprovista de sentimientos, en los cuales iniciara a sentir relativa paz, es una etapa en la que puede estar bien sola o acompañado.

### **2.3.3. Modelo mixto o biopsicosocial del duelo**

Bowlby asegura que los aspectos psicosociales, cooperan en el proceso adaptativo al duelo, donde el ser humano cuenta con la capacidad de establecer lazos de afinidad emocionales con otras personas, y así mismo cuentan con la capacidad de entender cuando las crisis emocionales de dichos vínculos se ven amenazados o se rompen (Molina, 2012).

Bowlby también menciona que el establecer fuertes lazos emocionales, es considerada una conducta normal, pero si el objetivo de este comportamiento de apego es mantener un nexo afectivo; entonces estos enlaces se ponen en peligro, causando ciertos desajustes emocionales. Y cuando se establece una serie de apegos inadecuados, como resultado se obtiene el desembocar complicaciones ante las vivencias de esta pérdida (Molina, 2012).

Bowlby citado por Apraiz, (2006) y Arriaga y Ruíz (2010) relata en el estudio realizado con viudos y viudas, al que propuso un modelo donde expone una secuencia de cuatro fases.

La primera fase se le denomina entumecimiento o el aturdimiento

Esta sobreviene en el momento que se produce la pérdida, la cual puede durar horas o días ya que la persona puede estar aturdida y embotada, sin capacidad de discernir la información, la cual indica que es posible se esté transitando por una anestesia sensorial; haciendo parecer a la persona que no siente nada o que no puede expresar el dolor. Es decir, se genera en el individuo una incapacidad consciente de procesar la información, este mecanismo genera acciones automáticas, que muy comúnmente no prestan recuerdos.

La segunda fase entra a tallar la de añoranza y búsqueda.

En esta el sujeto puede llevarse varios meses tratando de sobre llevar el dolor acompañado de la ansiedad por la pérdida o separación, incitando al individuo a la búsqueda y recuperación de su pareja, es común que exista llanto, alteraciones del sueño y cólera ante la frustración e impotencia.

La tercera fase, es la desorganización y desesperanza.

Sucede cuando la persona aun cuenta con los síntomas de la segunda fase y se ve obligada a enfrentarse con la realidad, puede que esta transición durar un año o un poco más, reconociendo la necesidad de adaptarse a la pérdida.

El sujeto puede mantiene algunas alteraciones, tales como la pérdida de peso, alteraciones del sueño, fatiga, agitación, deseos de morir, sentimientos de culpa y sensación de minusvalía.

La última fase, la persona puede alcanzar

El objetivo de esta permite avanzar en el dolor, solo si se ha trabajado conscientemente en la construcción del duelo, la cual implica la reorganización de pensamientos, emociones y cuidado físico en un lapso de tiempo, después de uno o tres años de ocurrido el hecho doloroso, el individuo debe asumir y se adaptarse de forma consciente a la nueva realidad que le toca vivir.

#### **2.3.4 Modelo Cognitivo**

Parafraseando a Erika G Meza Dávalos (2008) el duelo supone una reacción adaptativa emocional y comportamental en forma de sufrimiento frente a la ruptura de un vínculo afectivo, es así, qué ante una pérdida existen ciertas fases, etapas o según expone Worden citado por I. Cabodevilla (2007) tareas para restablecer el

equilibrio, buscando completar el proceso de duelo, para lo cual todas las personas deberían de pasar o cumplir con estas tareas para tener un duelo exitoso, es de resaltar que no necesariamente se debe seguir una secuencia específica.

A continuación, se describen las fases o tareas que expone Worden para reestablecer el equilibrio emocional después de un duelo por pérdida emocional.

Aceptar la realidad de la pérdida. Allí el individuo termina por aceptar la realidad, y asumir que los sujetos que ha muerto se han ido y ya no volverán. La mayoría de las veces implica, tener que negar la realidad, el significado de la pérdida, negar que la muerte sea irreversible.

Trabajar las emociones y el dolor de la pérdida. En esta se incluye el dolor físico literal, emocional y conductual. Para ello se debe experimentar solo el dolor de la pérdida en su totalidad, es así como se puede elaborar adecuadamente el duelo.

Adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente. Es contar con la capacidad de adaptarse a un nuevo ambiente, para ello juega un papel importante del cual depende cómo era la relación con el fallecido y el tipo de rol que desempeñaba. Se trata de reajustar todo el núcleo familiar y social.; Cuando no se adapta a la nueva realidad, el sujeto lucha contra sí mismo, fomenta su impotencia y no desarrolla las habilidades necesarias para el afrontamiento, de tal forma que termina aislándose del mundo.

Recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo. Pretende que se ponga en un lugar adecuado al fallecido, en diversos, aspecto que le permitan seguir viviendo de manera eficaz en el mundo. El duelo acabaría cuando se hayan completado satisfactoriamente el proceso de las cuatro tareas, es decir, cuando el sujeto asume el recuerdo y pensamiento sin dolor.

### **2.3.5 Modelo constructivista**

Para Niemeyer, el duelo es individual, dado a que cada uno de los procesos es diferente, según el sin número de variables de las personas, serie de variables personales (Molina, 2012), Son diferentes momentos que marcan continuamente dentro del proceso de evitación, asimilación y acomodación.

La evitación. esta Corresponde al embotamiento, de incredulidad o shock, por el que atraviesa el sujeto.

La asimilación. Destaca los aspectos intelectuales y emocionales de la pérdida, que provoca toda una revolución interior de aquellos sentimientos y emociones que paso a paso ha ido sanando.

La acomodación. es la capacidad de aceptación con la que cuenta el individuo, para sumir que el fallecido o pareja no van a volver, coincidiendo con el momento de reorganización de la vida.

### **2.3.6 Modelo cognitivo conductual**

Larraburu (2010), nos describe siete (7), etapas del duelo ante la pérdida afectiva en la ruptura de una relación.

El Impacto. Es la primera reacción frente a una perdida ruptura, percibiendo sensación de inmovilización, perturbación e incredulidad. Las emociones se bloquean y se aminora la concentración en las tareas diarias. En esta puede permanecer desde un día hasta un mes, depende de cada individuo y el estado emocional frente a la ruptura.

Negación. Este período conlleva a la imposibilidad de aceptar el término de la relación. Por ello usualmente muchas personas se estancan durante muchos años, con la esperanza de que vuelva el ser que se fue.

Pena y depresión. Muchas veces, por no decirlo siempre, se puede ver afectar tanto al que es abandonado, como el que abandona, lo que permite experimentar un sentimiento de vacío, como si faltara una parte de uno mismo. Este sentimiento puede impulsar al sujeto a buscar otra relación de forma apresurada.

El sentimiento de pena. No siempre es causa o prominente de la pérdida de la persona, sino también del tiempo que se compartió y del fracaso del proyecto de la pareja. Esta pena puede llevar a la depresión y que en este proceso el individuo puede quedar estancado, y muchas veces durante años.

Culpa. Habitualmente esta emoción lo experimentan aquellos individuos que terminan la relación, sin embargo, las personas que experimentaron la ruptura pueden sentirse culpables por haber provocado el quiebre de un modo indirecto, al analizar en qué fue lo que falló, que hizo o que dejó de hacer para que se terminara la relación, es aquí donde el sentimiento de culpa y de autocastigo, juegan un papel importante en la decepción amorosa del sujeto.

Rabia. Es un sentimiento prácticamente normal durante el proceso de duelo, siendo una emoción bastante fuerte que nace tras sentirse herido(a), aunque no se tenga un culpable. por ello sentir rabia en este periodo es indicador de que se está superando la pena.

La rabia es un sentimiento, en el que muchas veces se puede materializar en una siguiente relación, llevando a que la persona se desquite inconscientemente con la nueva pareja, mediante actos como insultos, desconsideración o indiferencia y

agresión; de esta forma es proyectando en otro lo que siente, que le han hecho. También hay personas que persisten rabiosas durante años, lo cual es evidente que siguen unidos emocionalmente a sus ex parejas de un modo destructivo.

**Resignación.** Esta etapa es aún más compleja, ya que no solo se debe aceptar que la relación llegó a su fin, también hay que liberarse de ella por completo, recuperando la energía que se invirtió en la relación. Aunque cuando parezca que lo peor ha pasado, también es posible quedarse inmerso en este ciclo, esto sucede cuando el estrés y debilitamiento nervioso deja a la persona sin motivación para seguir adelante.

**Reconstrucción.** Es quizás la etapa más anhelada para que las personas inicien a días alegres, comenzando a superar la tristeza, a reconstruir de forma más asertiva, activa y positiva la vida.

La persona vuelve a centrar la atención en sí mismo y en sus propias necesidades, y puede que empiece a desear una posible nueva relación.

Esta etapa reconstruye la vida con la adquisición nuevos aprendizajes significativos adquiridos durante cada etapa del proceso, se cuenta con la experiencia vivencial a, la cual es vista como una herramienta de afrontamiento a una nueva experiencia sentimental. La persona empieza a notar el cambio y esto la hace sentirse amada y con nuevos objetivos y metas por alcanzar, con la construcción social y emocional con todas las fortalezas de su ser, desarrollando el amor propio y la seguridad en sí mismo.

Tras la revisión de los distintos aportes teóricos, y respecto a las distintas etapas del duelo, se consideraron para la construcción de la escala, las siete etapas del duelo descritas por Larraburu (2010), ya que están aplicadas directamente a la pérdida afectiva en la ruptura.

Es así como Larraburu (2010), considera que el duelo es un proceso de ajuste emocional, muy consecuente en una pérdida o ruptura. Cabe mencionar que el duelo no sólo se aplica a contextos donde la muerte es el motivo más relevante, sino también suele representarse ante una muerte simbólica, como lo es el caso de duelo por ruptura amorosa, mismo que le exige al ser humano cambios impredecibles en su forma de pensar y actuar con sus emociones y conductas (Sánchez y Retana, 2013).

#### **2.4 Marco Legal**

Al hablar de rupturas amorosas, es dispensable pensar que el ser humano debe de transitar por unas etapas de duelo, sin embargo, no todas las personas logran superar con asertividad estas etapas más aun cuando se carece de herramientas y estilos de afrontamiento. Cuando esto sucede, hablamos en muchas ocasiones de la incapacidad del ser humano para afrontar el día a día, pues su salud mental se ve afectada, pues si bien la salud mental está relacionada directa e indirectamente con actividades que componen el bienestar tanto físico como psicológico; en otras palabras, la Organización Mundial De La Salud (OMS) define la salud mental como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”.

Por consiguiente podemos decir que el bienestar radica en la estabilidad que tiene la persona en todas sus esferas; en efecto en la etapa adolescente es en donde más se enmarca la carencia de estilos de afrontamiento y/o vulnerabilidad en salud mental a raíz de los cambios físicos, biológicos, sociales y sobre todo psicológicos por lo que pasan los adolescentes, así mismo podríamos decir que las fracturas amorosas en esta etapa se viven más intensas dada la inmadurez afectiva propia de la edad, lo cual en muchas ocasiones ha llevado a la dependencia emocional.

A lo anterior cabe resalta que gracias al enfoque en salud mental retomado desde el año 2013 se expide la ley 1616 de la Constitución política de Colombia; esta ley específicamente nos habla de la garantía que tiene la población colombiana al ejercicio pleno del derecho a la salud mental.

Se Cita el artículo 1 para mayor entendimiento

“El objeto de la presente leyes garantizar el ejercicio pleno del Derecho a la Salud Mental a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la Atención Integral e Integrada en Salud Mental en el ámbito del Sistema General de Seguridad Social en Salud, de conformidad con lo preceptuado en el artículo 49 de la Constitución y con fundamento en el enfoque promocional de Calidad de vida y la estrategia y principios de la Atención Primaria en Salud.” (Pág. 1)

En esta medida, la salud mental también es comprendida como una producción social, por medio de la cual se construyen y se establecen las relaciones interpersonales, pues gracias a la interacción las personas adquieren recursos emocionales, cognitivos, afectivos y psicológicos que les permite transitar en la vida formando relaciones significativas.

Para efectos de implementación y reglamentación de la ley 1616 de 2013, el ministerio de salud y protección social expiden en ese mismo año el decreto 658 en donde se definen las modalidades y los servicios para la atención integral en salud mental a través del cronograma de reglamentación e implementación. Gracias a ello se ha podido determinar que la salud mental, es una base importante de bienestar tanto de la persona, como de la sociedad y las naciones.

Es de anotar que dentro de la revisión realizada no evidenciamos normativa específica en el tema a investigar, sin embargo, puntualizamos el concepto de salud mental, el cual se interrelaciona con las posibles fracturas en la adquisición de herramientas para afrontar asertivamente un duelo por ruptura amorosa; en este sentido la Resolución N° 8430 de 1993 del Ministerio de Salud, y de la Ley 1090 de 2006 emitida por el Congreso de Colombia, las cuales establecen las normas para la investigación en salud pública, específicamente en el ejercicio de la psicología clínica, es decir que desde este campo específico se puede, y se llevan a cabo investigaciones como la nuestra en cuanto al indagar las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico de la población objeto de estudio, en nuestro caso los adolescentes.

Para finalizar cabe resaltar que dentro de las acciones encaminadas a la intervención promoción y prevención con la población adolescente en la localidad Ciudad Bolívar, encontramos la mesa municipal de salud mental, la cual cuenta con la participación de todos los entes públicos de la localidad.

Esta mesa adelanta acciones en el marco del bienestar tanto físico como psicológico de los niños, niñas y adolescentes contando con total participación de los colegios públicos, para tal resultado, igualmente cabe mencionar que no pudimos evidenciar acciones pertinentes, necesarias y orientadas al trabajo con adolescentes específicamente en el fortalecimiento de las relaciones afectivas y/o herramientas para afrontar posibles rupturas.

### **Capítulo 3. Marco Metodológico**

A partir de lo anterior y en función del desarrollo del proyecto, se optará por la siguiente metodología así:

#### **3.1 Tipo de estudio**

La investigación representa un factor de gran importancia en la búsqueda del saber, de nuevos conocimientos y prácticas de gestión en los diferentes campos y áreas de acción para el discernimiento más profundo del contexto; es decir, es el instrumento por excelencia, a través del cual se puede reflejar la realidad de un país y una misma comunidad.

Es por lo anterior que nuestra investigación se orientara en la utilización del método cualitativo, el cual según Sampieri (2010) “utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de interpretación.” (p.30), es decir, que obtendremos datos textuales de las experiencias significativas propias de la población objeto de estudio, analizando particularmente la información del contexto, de la conducta y de los diversos sistemas ecológicos que influyen en el comportamiento de los adolescentes frente al duelo por las rupturas a morosas.

En consecuencia, nuestra técnica de análisis de datos será fenomenológica, la cual según Fuster (2019), se “fundamenta en el estudio de las experiencias de vida, respecto de un suceso, desde la perspectiva del sujeto. Este enfoque asume el análisis de los aspectos más complejos de la vida humana, de aquello que se encuentra más allá de lo cuantificable”, en otras palabras, se comprenderá y se darán significado a las experiencias propias de la población objeto. Basados en el duelo y todo aquello que refiera o despliegue del sentimiento de dolor y de la culpa, siendo esta la primera reacción que constituye la pérdida o el desamor en la relación de los adolescentes dolor y de la culpa, siendo esta la primera reacción que

constituye la pérdida o el desamor en la relación de los adolescentes es así como se observa investigativamente que sus consecuencias emocionales llevan al trasfondo de la autoestima, la cual genera diversos comportamientos en el sujeto.

Para (Grinell, 2007, tal y como cita Hernández, Fernández y Baptista, 2010). La estructura y los estudios cualitativos pretenden establecer un marco conceptual, en busca de resultados confiables que permitan acercarse a unos instrumentos determinados en busca de recolección e información que controlan el sesgo del investigador y un proceso de análisis sucesivo y organizado que se hagan de la recolecta de los mismos. Finalmente, se presentan los resultados de manera descriptiva y se analizan a la luz del marco conceptual preestablecido (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

Cabe aclarar que la fenomenología se enfoca en las experiencias individuales subjetivas de los participantes y de acuerdo a Ana Cecilia Salgado quien cita a Creswell, 1998; Alvarez-Gayou, 2003; y Mertens, 2005, la fenomenología se fundamenta en las siguientes premisas: “Se pretende describir y entender los fenómenos desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente y se basa en el análisis de discursos y temas específicos, así como en la búsqueda de sus posibles significados”. (pag 1)

Pretendemos entonces comprender las experiencias amorosas, y como consecuencia de una ruptura amorosas como han podido afrontar el duelo los adolescentes entre 13 a 20 años de acuerdo a la presencia o ausencia de herramientas y estilos de afrontamiento aportados por los contextos más próximos de los adolescentes en cuestión.

### **3.2 Población, muestra, y muestreo**

La población objeto de estudio se centrará en adolescentes jóvenes de 13 a 20 años de la localidad ciudad Bolívar, además se tomará como criterio de inclusión para la investigación, adolescentes de ambos sexos que han tenido experiencias amorosas afectivas, y por consiguiente haber experimentado directamente una fractura amorosa, igualmente serán adolescentes que vivan en el barrio cierra morena.

Dentro de los criterios de exclusión se encuentran adolescentes con algún tipo de discapacidad cognitiva, así como adolescentes con algún tipo de trastorno socio-afectivo, bipolar o depresión.

La población total existente en ciudad Bolívar según la última caracterización del DANE es de 733.859 de diversas edades a 2017, siendo este el reporte más actual que se observa donde define que existe una población entre los 5 a 14 años, con un 16 % y de 17 a 29 años con un 27%, lo que nos conlleva a hacer una estadística entre las dos poblaciones y así poder relacionar nuestra población objeto de investigación, la cual estimamos en un 21.5% de población de adolescentes en ciudad Bolívar.

Por consiguiente, la población aproximada es de 50 adolescentes, sin embargo, la muestra será de 11 adolescentes que corresponde al 10% en los rangos de edades de 13 a 20 años, la cual cumplen con los criterios de inclusión anteriormente mencionados. Del total de los 11 adolescentes, 5 son mujeres y 6 son hombres, los cuales tendrán 17 años, 18 y 19 años.

El muestreo corresponde a una selección intencional ya que es un método de muestreo no probabilístico de tipo voluntario, este ocurre cuando “los elementos seleccionados para la muestra son elegidos por el criterio del investigador” como lo indica Sampieri (2006) un “subgrupo de la población en la que la elección de los elementos no depende de la probabilidad sino de las características de la investigación.” (p.241).

Por último, cabe mencionar que se comparte una característica clara, siendo esta la experiencia por duelo en rupturas amorosas en jóvenes, la cual como investigadoras debemos de tener presente, dado que el adolescente que no cumpla con este criterio no podrá hacer parte de nuestra investigación, por lo cual no se le podrá aplicar el instrumento de recolección de información.

### 3.3 Procedimiento

**Tabla 1. Procedimiento**

OBJETIVOS	ACTIVIDADES	INSTRUMENTOS	RESPONSABLE	FECHA
Indagar teóricamente	1. Búsqueda de Referentes 2. Construcción de marco referencial	1. Rejilla Bibliográfica	Bohórquez Amado Sandra Milena Gómez Rodríguez Bolivia Quintero Giraldo Sara Lucia	29/06/2020 A 01/11/2020
Aplicar instrumentos de recolección de datos	Acercamiento a la población recolección de información	Consentimiento informado  Instrumento de recolección de información.	Bohórquez Amado Sandra Milena Gómez Rodríguez Bolivia Quintero Giraldo Sara Lucia	18/01/2021 A 15/02/2021
Analizar los significados	1. Transcripción 2. Codificación	1. tabla de codificación	Bohórquez Amado Sandra Milena Gómez Rodríguez Bolivia Quintero Giraldo Sara Lucia	16/02/2021 A 19/03/2021

### **3.4 Técnicas para la recolección de la información**

Para el desarrollo de la investigación y dadas las necesidades específicas, se opta por la entrevista a profundidad como técnica de recolección de información, la cual consiste en elaborar un guion con una estructura flexible e interactivo en donde el encuestado se ve en la libertad de responder y así poder acceder de manera más espontánea a la información que sea requerida, es decir, es dejar que fluya la conversación, siendo esta dinámica, en donde el entrevistado se sienta en total confianza para acceder a la mayor información posible, a su vez, se realiza un registro de las diferentes observaciones en sus conductas, el lenguaje verbal y no verbal en medio de las indagaciones realizadas por la entrevista, realizando un consolidado que nos permita tener los datos correctos para la implementación de nuestro instrumento.

Este instrumento es el más idóneo para nuestra investigación, pues pretendemos con este, llegar a que la población objeto, se desinhiba y no cuente con límites, bloqueos, o utilicen mecanismos de defensa para compartir sus vivencias de duelo; al mismo tiempo podremos observar el estilo de afrontamiento de cada uno, así como la ausencia o presencia de herramientas que les ayudaron a resolver y superar el duelo por ruptura afectiva amorosa. Los adolescentes que tomamos como muestra, reconstruirán sus experiencias y las compartirán como una ventaja que se puede evidenciar en la aplicación del proceso.

En lo que respecta propiamente a la técnica podemos decir que la entrevista a profundidad tiene clasificaciones según su estructura, para la investigación actual ya que, nos permite realizar un guion a seguir sin sufrir modificaciones en base a la información suministrada por la población adolescente, en base a la información que se va obteniendo o el destino que se le quiere dar a la investigación.

Frente a esta técnica se resalta la importancia que tienen los tres primeros pasos antes de iniciar la entrevista, los cuales corresponden, en primer lugar, a la breve presentación por parte del entrevistador, la explicación sobre el propósito de la misma, la explicación de confidencialidad y la solicitud de autorización para grabar.

Posteriormente, durante la entrevista, se dan 4 pasos posteriores igualmente de importantes como los tres primeros, estos corresponden a generar un clima adecuado de comodidad, esforzarse en profundizar para obtener información vital, asegurarse de estar tocando los temas que se habían planteado y la habilidad para seguir la conversación con aquellos entrevistados que son de pocas palabras y para cerrar la entrevista, los 3 pasos finales corresponden a dar por concluida la entrevista al abordar todos los temas, dar la posibilidad al entrevistado de ampliar algún tema si lo desea y agradecer el tiempo brindado, destacando la importancia de lo aportado.

Cabe mencionar que la entrevista a profundidad es una técnica de investigación cualitativa la cual utilizamos siempre y cuando se mantenga el grado de exactitud en las descripciones en cada una de las entrevistas, contando con la implementación de valores como de la honestidad, la adecuación de las herramientas y los procedimientos que usamos y/o utilizamos en las fases de estudio.

Según Hernández, (2013) la entrevista es “Una reunión para conversar e intercambiar información entre una persona (el entrevistador) otra (el entrevistado)” (pag430), es decir, en la entrevista a profundidad se lleva el ritmo de la conversación normal, sin perder el objetivo investigativo.

Por último, se hace relevante anotar que la entrevista a profundidad se torna alrededor de las experiencias vividas y las perspectivas de cada sujeto entrevistado en

la que se le proporciona confianza, la cual nos acercara al sujeto, para que este se pueda expresar con libertad y cara a cara con el investigador y esclarecer así, experiencias humanas y subjetivas, por ende el entrevistador deberá establecer un buen rapport y empatizar con el entrevistado para no generar ningún bloqueo u ocultamiento de información relevante para la investigación.

Por ende, como lo nombra Grinnell, 1997 citado por Hernández 2003, la presencia, la postura, la manera de expresarse, de retozar y de gesticular, así como las frases, las repeticiones, omisiones o titubeos, son datos que deben ser registrados; enganchar escuetamente aspectos, acciones y actitudes relevantes, facilitará, una vez terminada la entrevista, aclarar particularidades del entrevistado.

### **3.5 Técnicas para el análisis de la información**

Para la presente investigación se utilizó como técnica de análisis para la información un análisis cualitativo mediante la codificación abierta y Axial; es decir, a partir de la captura de la información por medio de las entrevistas a profundidad, se realizó un proceso minucioso de transcripción de las mismas, con el fin de ordenar la información; seguidamente se realizó la codificación de los datos a partir de la generalización de códigos, los cuales se plasmaron y representaron en una tabla visibilizando la cantidad de códigos encontrados en el discurso de cada uno de los entrevistados.

Posteriormente se realizó un microanálisis, con la intención de visibilizar cada uno de los códigos encontrados y agrupados en familia de códigos; finalmente se lleva a cabo un análisis descriptivo de los resultados, analizando y describiendo las situaciones que condujeron a determinar los códigos a la luz de la teoría encontrada.

### **3.6 Consideraciones Éticas**

La presente investigación, respecto a los aspectos ético, en primer lugar, salvaguarda la propiedad intelectual de los sujetos de estudio, así como otros derechos inherentes de los adolescentes, establecidos en resolución 8430 de 1993, en la cual el ministerio de salud establece los requisitos y disposiciones para el desarrollo de la actividad investigativa en salud.

Considerando lo anterior hacemos alusión a los siguientes artículos 5 y 6 numeral, 4d, 5e, para los cuales nuestra investigación sigue los lineamientos descritos a continuación:

Artículo 5: En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y su bienestar.

Artículo 6: 4.d) Deberá prevalecer la seguridad de los beneficiarios y expresar claramente los riesgos (mínimos), numerados en el artículo 11 de esta resolución

5.e) Contará con el Consentimiento Informado y por escrito del sujeto de investigación o su representante legal con las excepciones dispuestas en la presente resolución.

Todos estos lineamientos se tomaron en cuenta a fin respetar la participación voluntaria y de no permitir manipulación de información para otro fin que no compete a la investigación.

Es de anotar igualmente que a causa de la implicación que las respuestas de los adolescentes pudieran tener entorno a posibles rasgos clínicos relacionados con dificultades emocionales, se ha decidió guardar completa confidencialidad con respeto a los resultados arrojados, así mismo la identidad de los participantes quedaran bajo resguardo del anonimato, de acuerdo al código deontológico y bioético, ley 1090 de 2006 por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de psicología artículo 2 numeral 5, en donde se establece el secreto profesional por parte del profesional en psicología, el cual solo podrá ser revelado bajo consentimiento del sujeto excepto si los resultados de la investigación arrojan rasgos

psicológicos inestables o psicopatológicos que afecten la salud y seguridad del adolescente o segunda persona.

Del mismo modo en el Artículo 8, de la resolución 8340, se rectifica la importancia que tiene para nuestra investigación preservar los datos suministrados y la identidad de los participantes de la investigación; se precisa también de acuerdo al artículo 9 que esta investigación no representa un riesgo para la vida o seguridad de los participantes.

Conforme al acuerdo 10 el líder del barrio, los padres de familia y/o colaborador del proyecto se comprometen a identificar los tipos de riesgo a los que pueden estar expuesto los jóvenes de esta investigación. Literal a esta investigación el Acuerdo 11 no expone riesgos ya que son tratados que emplean técnicas y métodos de investigación con un reportaje evocador y aquellos en el que no se realiza ninguna injerencia o transformación intencionada de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los jóvenes que participan en dicho estudio. En los que se tienen en cuenta aspectos importantes como lo son: revisión de historias clínicas, entrevistas, cuestionarios y otros en los que no se le identifique ni se traten aspectos sensible de su comportamiento.

Para finalizar se protegerá el bienestar los jóvenes participantes cumpliendo con los artículos 12,13,14 y 15 de la Resolución. 008430 de 1993 del Ministerio de Salud. A todo esto, cabe mencionar que la presente investigación cumple con lo establecido en la ley 1090 de 2006 por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y en la normatividad interna de los Tribunales. con el objetivo de dotar a la profesión de un marco de referencia para su práctica idónea y responsable, garantizando así el mejor servicio posible a la comunidad y consolidando el prestigio de la Psicología colombiana como profesión de crucial relevancia social, en la que se maneja un nivel procedimental a favor de los involucrados y no con mala intención.

## Capítulo 4. Análisis de resultados

### 4. Resultados

#### 4.1 Microanálisis y Codificación abierta

Como resultado de la presente investigación y dando respuesta a la pregunta de investigación ¿Cómo son las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar? Se realizaron 11 entrevistas a profundidades, dentro de transcripción se identificaron 14 códigos relevantes para la interpretación de los resultados, los cuales se han agrupado en 3 familias de códigos, para ser analizados de manera óptima y concreta a partir de la transcripción de las entrevistas. A continuación, relacionamos los códigos con su respectiva familia.

**Tabla 2. Distribución de códigos**

<b>Códigos</b>	<b>total, De Código</b>	<b>Familia De Códigos</b>
Relación Afectiva	6	Vínculo Afectivo
Criterio Afectivo	7	
Percepción De Relaciones	12	
Acuerdos Relacionales	15	
Huella Emocional Ruptural	11	Estado De Asimilación Emocional
Memoria Emocional	11	
Aprendizaje Significativo Relacional	10	
Trasformación Subjetiva	11	
Redes De Apoyo	8	Desarrollo Y Afrontamiento Personal
Canalización Y Proyección	8	
Valor Resiliente	10	
Restablecimiento Emocional	7	
Transformación Subjetiva	3	
Proceso De Afrontamiento	13	

La intencionalidad del anterior cuadro es visibilizar los códigos, la familia en la que se agruparon, así como el número de repitencia de cada uno, permitiendo recoger la percepción y las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones de los adolescentes de la localidad 19, ciudad Bolívar.

A lo anterior es preciso describir cada familia de códigos

#### 4.1.1 Vínculo Afectivo



**Ilustración 1. Familia de códigos “vínculo afectivo”**  
Fuente: elaborado por los autores 2021

La familia de códigos “**Vínculo Afectivo**” da sentido a la agrupación de aquellos códigos que permitieron ver en los entrevistados la vinculación amorosa en cuanto a sus relaciones afectivas actuales, es de resaltar que 6 de los entrevistados se encuentran en una **Relación Afectiva** u amoroso, hasta la fecha estable y se siente a gusto, como lo señalan en la entrevista al preguntarles si ¿están en una relación o tienen pareja?

“Claro, Si tengo pareja. Y me siento muy bien con él” (entrevistado 2)

“Si tengo mi novia, y la quiero bastante” (entrevistado 3)

Cabe mencionar que para poder establecer una relación afectiva tiene que haber con

antelación un **Criterio Afectivo** en cuanto los entrevistados definieron que para ellos vinculasen afectivamente necesariamente debe existir atracción hacia la otra persona, la cual tiene que ser mutua; esto logra evidenciar una inclinación de los entrevistados a realizar selecciones significativas para establecer estos vínculos amorosos, dado que mencionan

“Para mí una relación afectiva tiene que ver con ese vínculo significativo en donde existe una tracción mutua ya sea física, sexual o sentimental.” (entrevistado 4)

igualmente, el entrevistado 6 menciona:

“(…) bueno si hablamos de pareja (…) sería como pues tener una pareja para que se apoye, también para estar en los momentos malos y para tener ciertas conexiones”

A lo anterior podemos mencionar que los entrevistados confirman que debe de existir una conexión ya sea física, emocional o sexual para establecer un vínculo, sin embargo, se puede inferir entonces que la **Percepción De Relaciones** y la duración de las relaciones está determinada por la edad, puesto que las entrevistas demostraron que entre menos edad los adolescentes se adentraban en relación más fugases, intensas y con la expectativa de experimentar cosas nuevas más enfocadas en la atracción física; así lo expresa el entrevistado 5 cuando se le pregunta ¿Cómo defines, percibes o sientes estas las relaciones adolescentes?

“(…) creo que en la etapa de la adolescencia las relaciones son más fugases y llenas de adrenalina, es decir más para pasar el rato, experimentar, no se piensa en un futuro, pero a medida que se va creciendo creo que cambia esa percepción.”

Por su parte el entrevistado 9 expresa:

“Pues es una relación pasajera (…) unas son muy toxicas y otras son solo por pasar el rato o por gusto de la otra persona físicamente (...)”

Por último, frente al código **Acuerdos Relacionales**, es importante destacar, que a pesar de

que los adolescentes experimentan con mayor frecuencia relaciones inmaduras tienen claro el establecer una buena relación en sus interacciones amorosas, es decir, relaciones basada en el respeto y en la confianza, esto lo afirma el entrevistado 6 cuando expone que:

“Una buena relación ... (silencio) bueno lo primero es como respetarse, cero toxicidades, cero agresividades, eh una relación donde los dos se sumen, no se limiten a hacer cosas ni tampoco a prohibírselas.” (entrevistado 6); esto a su vez es confirmado por el entrevistador 8 quien señala:

“El respeto, la convivencia y nada la tolerancia entre los dos.” (entrevistado 8)

Así como por el entrevistador 10, cuando se le pregunta ¿para ti qué es lo que define una Buena relación?

“Que se base en el respeto, la lealtad, la confianza y el cariño” (entrevistado 10) .

#### 4.1.2 Estado de Asimilación Emocional



**Ilustración 2. Familia de códigos “Estado de Asimilación Emocional”**

La familia de código “**Estado De Asimilación Emocional**” hace referencia a los factores que los entrevistados consideran que llevan a una ruptura amorosa asociado a las experiencias que marcan la relación afectiva trascendiendo a futuras relaciones de manera positiva o negativa.

Dentro de esta familia de código encontramos la **Experiencia Ruptural** relacionada como su nombre lo indica con las experiencias de ruptura amorosa que experimentan los entrevistados, las cuales se evidencian dolorosas y en algunas ocasiones tóxicas, por el hecho de no aceptar el estado de desvinculación emocional con el otro, sin embargo los estilos de afrontamiento frente a situaciones dolorosas varían; en este caso, los entrevistados puntualizaron que las relaciones afectivas más duraderas en tiempo y espacio tienden a ser más dolorosas, así como la experiencia de ruptura varían durante las etapas de la vida, las cuales van propiciando espacios de aprendizaje para una mejor asimilación de la ruptura, tal es el caso del entrevistado 5, el cual expone que :

“En la primera ruptura no se me dio mucho, dado que dure muy poco con él, pero en la segunda si fue muy dolorosa pues fue una relación de 4 años, entonces se me hizo difícil aceptar la ruptura” (entrevistado 5)

Así mismo el entrevistado 6, menciona que su ruptura amorosa:

“fue muy difícil porque, pues estaba en una etapa en la que estaba muy vulnerable y sentía que, al estar en una relación, sentía ese apego emocional, entonces una vez esa persona me dejó sentí muchos vacíos, me hacía falta la rutina de ver a esa persona, de compartir, de hablar, el apoyo, el amor, entonces sentí que todas esas cosas me faltaron”

Y finalmente el entrevistado 10, señala frente a su experiencia con respecto a la ruptura amorosa:

“Muy mala, (...)” (entrevistado 10).

Anclada a esta experiencia de ruptura se logra evidenciar en el relato de los entrevistados una huella emocional o “**Huella Emocional Ruptural**” la cual determina indirecta o directamente la percepción de las relaciones futuras, como lo señala el entrevistado al exponer:

“una vez estaba en una fiesta con mi novio del cole, y una de mis mejores amigas se fue a bailar con mi novio, y luego me dijeron que los vieron besándose, y eso a mí me marco mucho. Y nunca más volví a confiar en amigas (entrevistado 1)

A su vez el entrevistado 11, da respuesta a la pregunta ¿Has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Como fue?, confirmando una vez más que dependiendo de la forma como se dé la ruptura amorosa determinara la forma en la que se desenvuelvan con sus relaciones posteriores.

“pues solo fue una vez que duramos arto tiempo, como cinco meses y no se dé un momento a otro rompimos y ya, desde ahí se me ha dificultado el confiar y en dar de mí en mis relaciones, pues siento que en algún momento me va a dejar sin darme respuesta del por qué romper.” (entrevistado 11)

Igualmente, en muchos casos los entrevistadores no solo se percataron de esa huella emocional frente a las rupturas, sino que también evidenciaron una “**Memoria Emocional**”, al evocar situaciones y momentos con un alto contenido emocional, es decir, que los entrevistadores al momento de preguntarles ¿cómo recuerdan su última relación? Dispusieron imágenes y recuerdos que se fijaron especialmente con contenido aflitivo, como se señala en la entrevista 4:

“A pesar de que tengo bonitos recuerdos, fue sin duda alguna tortuosa y toxica, por lo mismo que comentaba, fue muy intensa entonces solo nos percibíamos ella y yo, dejando a un lado los deseos del otro.” (entrevistado 4)

Por último, frente al código Estado de Asimilación Emocional los entrevistados lograron demostrar que se da un **“Aprendizaje Significativo Relacional”** a causa de las experiencias amorosas y rupturas de las mismas que van reflejando progresivamente madurez al enfrentarse a situaciones similares u a próximas relaciones, tal como lo señala el entrevistado 2:

“Yo pienso que para uno enamorarse debe tener una madurez tanto mental como física. Ya que no todo es juego. Hay muchas cosas que se deben tomar en serio, pero a medida que uno va creciendo va experimentado y aprendiendo diferentes facetas en la vida”. (entrevistado 2)

#### 4.1.3 Desarrollo y Afrontamiento Personal



**Ilustración 3. Familia de código “Desarrollo y afrontamiento personal”**  
Fuente: Elaborada por los autores 2021

Por último, la familia de código **“Desarrollo y Afrontamiento Personal”**, permite evidenciar lo que los entrevistados señalan como acciones que conllevan un aprendizaje para un adecuado afrontamiento de las rupturas amorosas. Frente a lo anterior se percibe en el discurso de los

entrevistados la necesidad de las **Redes de Apoyo**, aun así, aun que en muchas ocasiones los mismos no contaron con estas, así lo expresa el entrevistado 6 al momento de preguntarle si ¿contó con redes de apoyo para superar su ruptura amorosa?

“No, realmente yo creo que pude superar sola, o mejor decir, me toco superarlo sola, recuerdo que cuando tuve esa ruptura me puse muy mal y lo primero que hice fue empezar a llorar por que me venían recuerdos, y todo ese tipo de cosas, y mis padres me decían , ese era un amor de niños , no se preocupe por eso, deje esa bobada, en vez de ellos darme una voz de aliento me decían que eso era una bobada(...)” ( entrevistado 6)

De igual forma, como se mencionó anteriormente, aunque muchos de los entrevistados no contaron con redes de apoyo, pudieron encontrar un “**Valor Resiliente**”, frente a la ruptura realizando diferentes acciones que indirectamente les permitieron una “**Canalización y Proyección**” para transformar su energía negativa en un aspecto positivo, el entrevistado 6 resalta la necesidad que tiene el:

“Buscar amigos, familiares, espacios y actividades de ocio que me ayudaran a distraerme, a no pensar en ello, pues yo estaba mentalizado en que tenía que salir de este estado”

Para finalizar, cabe mencionar que este proceso de canalización y proyección da paso al **restablecimiento emocional** que en muy pocas ocasiones trasciende a la “**Transformación Subjetiva**” debido al “**Proceso de Afrontamiento**” inadecuado por parte de los entrevistados, es decir, el proceso de asimilación de la ruptura está condicionada por factores externos y no por procesos más personales, lo podemos evidenciar en el entrevistado 4:

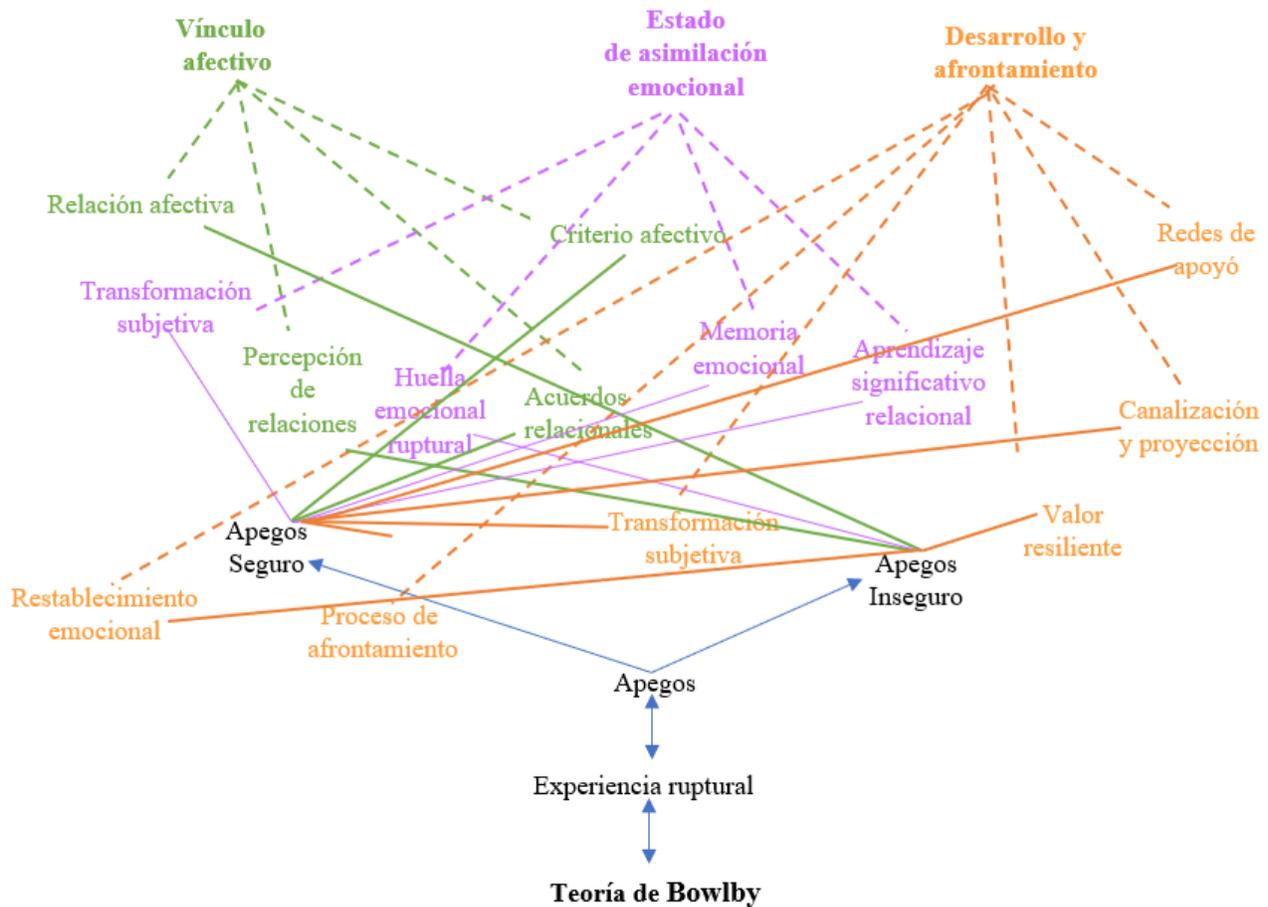
“Al momento que comprendí que la otra persona ya tenía pareja y era ya feliz, fue ahí donde entendí que tenía que superar mi relación y tenía que volver a mi vida normal, y a encontrar otra persona”.

## **4.2 Codificación Axial**

A partir del microanálisis y la codificación abierta, se logró establecer correlación entre los códigos que se visualizan en las diferentes familias de códigos con relación a las rupturas amorosas y las diferentes formas del apego para establecer un vínculo afectivo, permitiéndonos la construcción de un análisis descriptivo que responde a la pregunta de investigación, tomando como base la teoría de Bowlby.

Como se ha afirmado, la codificación axial que a continuación se describe correlaciona aspectos relevantes tomados de la teoría del vínculo de Bowlby (2020), el cual describe la importancia del desarrollo psicoemocional sano en el ser humano para establecer vínculos, así mismo expone que el sujeto desarrolla de forma instintiva una unión (apegos). Por ende, la razón de la conducta de apego es mantener una relación afectiva, cuando tales vínculos se ven amenazados o rotos, se suscitan intensas reacciones emocionales.

Sobre la base de la teoría, podemos evidenciar las siguientes ilustraciones que nos socializan la correlación en los diferentes escenarios por medio de 3 ilustraciones en los diferentes grupos de familias codificados en relación con las experiencias de las rupturas amorosas y el apego seguro e inseguro en nuestro planteamiento y análisis de resultado.



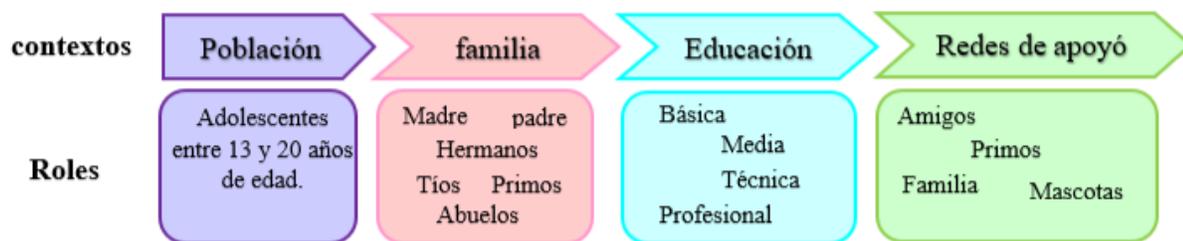
**Ilustración 4. Esquema teórico de relación Teórica- códigos**  
**Fuente: Elaboración de autoras (2021)**

**Ilustración.4 Esquema teórico de relación teórica- códigos**

La estructura del esquema nos muestra cómo cada código perteneciente a cada una de la familia de códigos cobrando un significado individual de acuerdo a las estructura del vínculo que se haya fortalecido, lo cual a su vez, lleva a una experiencia desvincular fortalecida o por el contrario traumática, es decir que de acuerdo al apego introyectado en la persona transcurrirán en su vida ciertos sucesos amorosos, por ende rupturas amorosas y como experiencia de esos vínculos quedara una marca emotiva dependiente de la experiencia sana o insana durante la relación; en su mayoría se observa una memoria negativa frente a las relaciones amorosas, pues sus anteriores relaciones marcaron la perceptiva vincular con sus futuras relaciones.

Es de anotar que mediante la gráfica avanza se van estableciendo relaciones importantes entre los códigos para dar claridad de la proximidad de las experiencias en relación con las rupturas amorosas y la teoría que tomamos como referencia de investigación.

Estos resultados se basan en las diversas intervenciones hechas por los entrevistados a través de las entrevistas aplicadas a los (11) once sujetos que voluntariamente participaron, sin embargo, como criterio de selección estos sujetos debían de haber experimentado al menos una ruptura amorosa. Ahora bien, producto de estas experiencias rupturales en sus vínculos amorosos, se puede observar el rol tan básico y elemental que cumple la relación que cada persona establece con el otro, la cual permite generar una huella que es aplicada posteriormente en su cotidianidad, en sus percepciones individuales y en sus relaciones tanto inmediatas como futuras con sus pares, las cuales se van interiorizando, afectando las dinámicas relacionales impidiendo una adecuada canalización y proyección como medio de resistencia a la desvinculación emocional, proceso que toma tiempo en los adolescentes debido a la poca madurez, falta de redes de apoyo, validación emocional por un adulto frente a la situación y falta de herramientas para afrontar adecuadamente este proceso de duelo; esto no quiere decir que no se culmine en ellos este proceso, por el contrario estos adolescentes en sus discursos evidencian que logran llegar a entender y asumir un aprendizaje significativo relacional como una postura resiliente emocional frente a las relaciones.



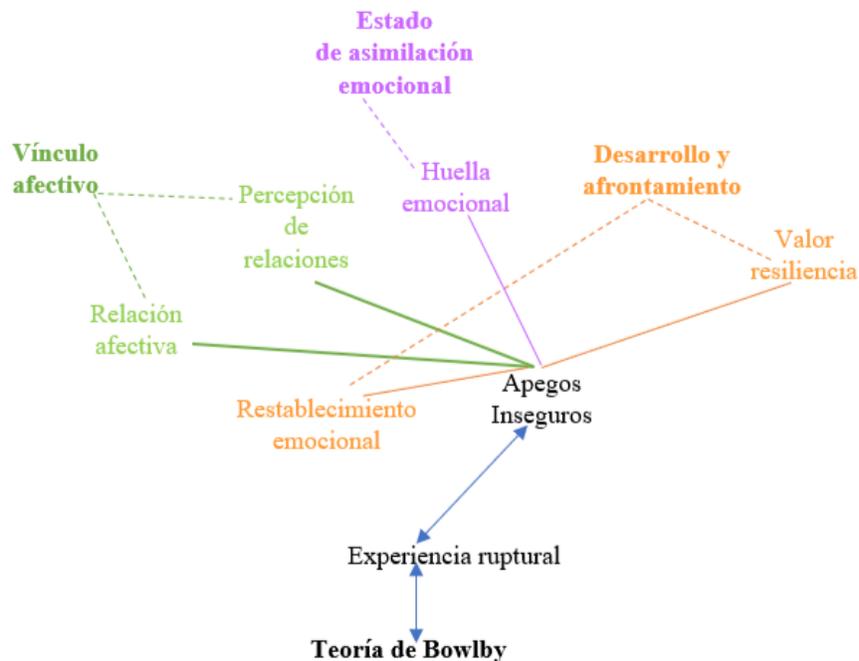
**Ilustración 5. Contexto y roles de la población objeto**  
**Fuente: elaboración del autor (2021)**

En aspecto generales la ilustración no deja observar como a partir de la investigación podemos establecer una relación con la teoría de Bowlby (2020), la cual nos afirma que el desarrollo integral del ser humano parte de las emociones y el afecto que establece con su entorno en relación a sus expresiones y el sentir individual, que al transcurrir del tiempo se van

haciendo mucho más fuertes y con mayor complejidad a la pérdida.

La realidad de las experiencias o vivencias en tiempos reales hacen que el individuo involucre dentro de su yo, expresiones de enojo, tristeza y desilusión que manifiestan en diversos contextos, los cuales podemos observar en cada una de las ilustraciones consignadas como acercamientos y correlación de los sucesos.

#### 4.2.1 Experiencia ruptural en vínculos afectivos con apegos inseguros



**Ilustración 7. Relación de los códigos experiencia ruptural en vínculos afectivos con apego inseguro**

Fuente: Elaboración de autoras (2021)

#### Ilustración 7. Relación de códigos, Experiencia ruptural en vínculos afectivos con apego inseguro

En relación a la ilustración se logra evidenciar la correlación del vínculo inseguro con los códigos y sus diversas formas de expresión, en el sentido que muestra el escenario en donde los adolescentes se encuentran inmersos en las rupturas amorosas, siendo estas comúnmente intensas y dependientes, generando en muchas ocasiones vínculos afectivos inseguros, es decir temen a ser abandonados por sus parejas y a romper este vínculo amoroso, para lo cual

empiezan a generar una serie de conductas evitando la ruptura, lo cual lleva a una experiencia traumática en la ruptura; este análisis se demuestra mediante la dinámica relacionada a partir de los resultados, podemos ver en el entrevistado 5

“Me acuerdo que en varias ocasiones llegue a ir a la casa de el para pedirle que volviéramos, me tarde más de 6 meses en aceptar que ya no estábamos juntos”

Se logra analizar la fuerte dependencia en las relaciones adolescentes, lo cual evidencia la falta de herramientas para aceptar una ruptura amorosa, en consecuencia se establece relación, en cuanto a las experiencias amorosas con vínculos inseguros los cuales se recuerdan como algo que en su momento deja una huella o un sin sabor emocional frustrante, que somete al individuo en a la amargura, desinterés vinculándolo a la pérdida de su razonamiento y su juicio en diversas ocasiones, hasta llegar muchas veces a la pérdida de identidad, limitando las acciones para una adecuada canalización y proyección de la situación proporcionando inestabilidad en el proceso de afrontamiento en la ruptura amorosa.

En concordancia con el anterior análisis, podemos plantear entonces ¿cómo el apego y el enamoramiento se manifiestan en las dinámicas relacionales de pareja en los adolescentes?

Es evidente que estos sentimientos de acuerdo a su postura se centran en afectar y/o cautivar la atención del individuo, en su mayoría de forma negativa. Como podemos ver en el entrevistado 6

“La recuerdo como una experiencia pero que fue toxica a la vez por la inmadurez de los dos”  
(entrevistado 6)

Se logra evidenciar entonces que la percepción de las relaciones amorosas parte de varios aspectos como los vínculos instaurados, la persona con la que se vincula emocional, física y afectivamente, así como las experiencias vivenciadas durante las relación, las cuales en su mayoría, se evidencian inmaduras; es de resaltar que los entrevistados exponen la importancia de la madurez dentro de sus relaciones afectivas amorosas, sin embargo los hechos o las

experiencias de las mismas dicen lo contrario, en el sentido, que hay una intención o una perceptiva de las relaciones maduras en los adolescentes, pero sus vínculos y sus vivencias se manifiestan inmaduras, dependientes, violentas, autoagresivas y tóxicas, las cuales llegan a violentar el espacio de la pareja, siendo este concepto, una de las razones, por la cual se presenta la ruptura amorosa, provocando en la pareja, sentimientos de negación frente al proceso de desvincular emocional, provocando acciones dependientes, manipuladoras y tóxicas, que a su vez generan ira, desconsuelo, frustración y actuaciones indebidas, que en su momento para el sujeto pueden ser subjetivas con un valoración aceptable de su conducta, pero acciones equivocadas de violencia, engaño y desesperación, no logrando en el sujeto superar o llevar en buenos términos el proceso de afrontamiento de la ruptura en su relación amorosa.

No obstante, podemos evidenciar, como no todas las relaciones son percibidas de la misma forma, ya que bajo el criterio de apego inseguro también podemos observar las relaciones que logran tener una estabilidad fortaleciendo el vínculo afectivo de manera más segura y saludable; independientemente de las razones que los llevan a la ruptura amorosa, desde esta perspectiva, logran tener una ruptura en buenos términos, logrando transformación subjetiva significativas, que les permite asumir con madurez las rupturas de pareja; es de resaltar que esta representación de las experiencias de las rupturas más sanas en los entrevistados, tiene estrecha relación, en primer lugar con la edad y en segundo lugar con el número de rupturas amorosas afrontadas, en decir que directamente proporcional, a mayor edad se va adquiriendo mayor madurez y mayor herramientas para afrontar adecuadamente un proceso de desvinculación emocional logrando llegar en menos tiempo a la aceptación y al aprendizaje de la relación que se deja atrás para establecer nuevos vínculos afectivos desde la perspectiva de una adecuada canalización y proyección de la experiencia.

“Cabe destacar que en mi primera relación demore más tiempo que con la segunda relación, aunque con ambas relaciones experimente emociones diferentes en cuanto a los momentos compartidos” (Entrevistado 3)

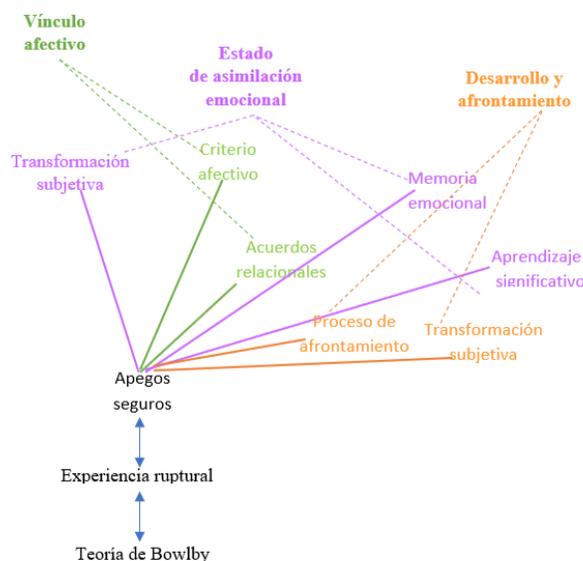
Igualmente, el entrevistado 4 expone

“Han sido dolorosas, sin embargo, puedo decir que gracias a la madurez que uno va adquiriendo mis últimas relaciones aun que han sido dolorosas las rupturas he podido tener aprendizajes de las mismas” (entrevistado 4)

Posterior a esta respuesta podemos percibir que no todos los individuos experimentan relaciones muy dolorosas, en donde los recuerdos demarcan más lo negativo que lo positivo, que es lo que en fin se busca mediante un ideal amoroso.

Ahora bien, encontramos algunos factores determinantes en la forma en como los seres humanos afrontan las relaciones interpersonales, en este sentido los entrevistados le dieron una mayor relevancia al apoyo que encontraron o pudieron encontrar tanto de diferentes personas como dentro de los contextos familiares, educativos, interaccionales como amigos o pares, así como varias redes de apoyo que aportaron directa o indirectamente bienestar físico y emocional, estrategias y herramientas de afrontamiento, los cuales hicieron de las vivencias dolorosas un estado de asimilación emocional adecuado llegando al afrontamiento de la ruptura a término final y conforme a lo esperado dentro de los términos del proceso de duelo.

#### 4.2.2 Experiencia ruptural en vínculos afectivos con apego seguros



**Ilustración 8. Relación de los códigos con la experiencia ruptural en vínculos afectivos con apego seguros**

Fuente: Elaboración de autoras (2021)

### **Ilustración 8. Relación de códigos con experticia ruptural en vínculos afectivos con apego seguro**

Mediante la gráfica anterior podemos evidenciar la relación de los códigos con sus familias, la cual nos permite analizar de manera más óptima el discurso de los entrevistados, en donde se patentizo la relación entre un vínculo afectivo estable y redes de apoyo significativos con una mayor experiencia positiva frente a las rupturas; es decir, los adolescentes determinaron una variable dependiente frente al proceso de afrontamiento, es decir, la reacción positiva de ellos, frente a las rupturas amorosas depende en gran medida del vínculo que hayan establecido, así mismo de la forma en la que se haya dado por terminada la relación, la reacción de la pareja frente al mismo, y las redes de apoyo que hayan tenido, lo cual fortaleció y resignificó las experiencias en contenidos y aprendizajes positivo restableciendo emocionalmente al adolescente para desenvolverse de manera adecuada y sin huellas emocionales negativas en los distintos contextos sociales. el entrevistado 10 expone frente al aprendizaje que le dejó la desvinculación emocional

“a volverme una persona más fuerte así tanto en lo sentimental como en lo personal” (Entrevistado 10)

“Pues linda, fue linda y como en toda relación siempre hubo cosas malas, pero también hay cosas bonitas, como dure mucho tiempo con esa persona, pero si fue bonita la relación.” (Entrevistado 7)

En términos generales podríamos definir que a pesar de las dificultades y complejidades que deja una ruptura amorosa, sus experiencias terminan siendo dolorosas, frustrantes, con y un sentimiento de culpa, pero su transformación subjetiva y el afrontamiento mediante un propósito propio, fortalecen en lo personal al individuo y lo fortalecen emocionalmente, no obstante todas las rupturas y experiencias amorosas conllevan al sujeto a la pérdida de identidad o transformación de actitudes, en la diversidad de sentimientos encontramos que el contexto juega un papel importante para este afrontamiento, así como las redes de apoyo seguras se brindan.

Cuando el sujeto encuentra este apoyo en su contexto, empiezan a evocar actitudes

cambiantes relacionales, que le ayuda a que admita positivamente su experiencia de desvinculación afectiva emocional, asumiendo su rol dentro del contexto con madures personal y emocional.

### **4.3. Discusión y Conclusiones**

#### **4.3.1 Discusión**

Esta investigación tuvo como propósito identificar aquellas experiencias que inciden en la vida de los jóvenes –adolescentes de 13 a 20 años de la Localidad 19, Ciudad bolívar de Bogotá. Sobre todo, se pretendió comprender, cuáles son aquellos eventos que más se presentaron en el grupo estudiado, cómo se manifestaron en intensidad, por género. Además, se identificaron aquellos factores asociados y otros síntomas que experimentan los jóvenes que fueron objeto de estudio. De los resultados obtenidos en esta investigación, se puede deducir que comprender las experiencias generadas por rupturas amorosas en adolescentes de 13 a 20 años, de la Localidad 19 de Ciudad Bolívar de Bogotá, en algún momento de la vida parece ser bastante común en la muestra estudiada.

Como ya sabemos es normal de la conducta del ser humano establecer vínculos afectivos y amorosos, los cuales suscitan en algún momento una experiencia de desvinculación emocional con la persona con la que se fortaleció el vínculo amoroso, sin embargo es importante cuestionar ¿en qué medida hemos naturalizado las rupturas amorosas que conllevan un proceso de duelo doloroso y duradero en el tiempo? ¿ es válido pensar que por experimentar rupturas amorosas son justificables las reacciones intensas frente a la misma?. Es importante antes de tocar estos dos interrogantes que surgen de esta investigación puntualizar que desde la teoría de apego Bowlby describe la importancia del desarrollo psicoemocional sano en el ser humano para establecer vínculos, así mismo expone que el sujeto desarrolla de forma instintiva una unión; por ende, la razón de la conducta de apego es mantener una relación afectiva, cuando tales vínculos se ven amenazados o rotos, se suscitan intensas reacciones emocionales.

A lo anterior surge de esta investigación si es realmente justificable que los adolescentes pases en algunas ocasiones por experiencias dolorosas y traumáticas a raíz de las rupturas amorosas, siendo estas de alguna manera modificadas o evitadas, o en la mayoría de los casos llegar a aportar herramientas y estrategias de afrontamiento, así como educar en la inteligencia emocional desde la inteligencia interpersonal e intrapersonal.

Lo anterior evitaría reacciones intensas y dolorosas, por el contrario aportaría aprendizajes significativos para las futuras relaciones, sin embargo algo que es cuestionable desde este planteamiento es la falta de redes de apoyo efectivas para que los adolescentes afronten adecuadamente estas rupturas, pues se evidencia en los resultados arrojados a partir del discurso de cada uno de los entrevistados, desvalidación emocional por parte de padres, familiares o adultos al momento de buscar apoyo en estas figuras mayores, pues se minoriza el significado y las emociones intensas que el adolescente deposita en la experiencia de desvinculación emocional con su pareja, lo cual haciendo análisis del mismo se infiere que estas experiencias con estas figuras de autoridad interfiere en el proceso de aprendizaje propio de la etapa adolescente frente a las rupturas amorosas experimentadas en la etapa, y a su vez limita la expansión de las redes de apoyo, por temor a ser juzgados por lo que siente al momento de terminar con sus parejas, siendo categorizado por ellos mismo como relaciones pasajeras, evitando como ya se mencionó un aprendizaje positivo de las mismas.

Es aquí donde se debe de proveer a los adolescentes de espacios de interacción que aporten comunicación asertiva y afectiva, desde los contextos más próximos como lo son la familia y posteriormente el colegio, puesto que las herramientas que adquieran en estos espacios son fundamentales, para establecer relaciones de manera positiva, puesto que ya tendrán un bagaje de estrategias para fortalecer sus estilos de afrontamiento frente a situaciones nuevas, en las cuales van a tener poco o nulo acompañamiento de un adulto que les oriente en esta etapa en donde se embarcan en experiencias novedosas, en este caso aportar como ya se ha venido mencionando herramientas para afrontar adecuadamente una ruptura amorosa en la etapa adolescente.

A raíz de lo anterior sobresalta una incógnita que es cuestionada frecuentemente por adultos y padres de familia ¿Cómo lograr que los adolescentes tengan más confianza en su padres de familia y expresen sus emociones?, esto desata una discusión expresada por los mismo entrevistados lo cuales expresan de alguna manera que no se puede esperar que los adolescentes expresen sus sentimientos, pensamientos y confíen en su padres de familia o en algún adulto mayor, cuando al momento de expresar esas emociones o exponer una situación que genera frustración o dolor en ellos mismos, son los mismos padres que juzgan la situación, categorizando como inmaduros los procesos que estos adolescentes están viviendo, pero ¿Cómo se aportan herramientas si desde el ambiente familiar no se provee a los adolescentes de espacio para la reflexión y el aprendizaje?, es ahí la importancia de habilitar en la familia estos espacios de comunicación en donde los adolescentes expongan sus emociones, sus inquietudes e intereses, generando un dialogo activo en donde sobresalgan los consejos enlazándolos con los aprendizajes que cada experiencia y cada etapa del desarrollo trae a la vida, esto fortalecerá la confianza, evitando que los adolescentes tomen malas decisiones apoyados en sus pares , quienes brindan una ambiente de confianza, pero en muchas ocasiones ese ambiente de confianza no brinda la suficiente madurez para tomar determinaciones asertivas frente a determinadas situaciones, como lo es el aceptar y afrontar de manera tranquila el proceso de duelo por perdida amorosa.

Por otro lado se hace necesario mencionar que la exposición a eventos asociados con la tristeza, el dolor por duelo amoroso o el ser testigo de algún evento en el que alguien haya experimentado este sentimiento y le haya producido desestabilidad emocional en un adolescente, así como la alta exposición a estos eventos, eran de esperarse, dadas las condiciones propias de la etapa adolescente, así como por aspectos psicológicas, emocionales, generacionales y sociales que prevalecen en el contexto más próximo de los entrevistado que limitan las experiencias exitosas de una ruptura emocional.

Para finalizar, se destaca que las experiencias traumáticas relacionadas con las rupturas amorosas en jóvenes- adolescentes, en la muestra no siempre son aquellas experiencias reportadas como más impactantes o percibidas como de mayor intensidad. Por ejemplo, el conocer otros jóvenes que sufrieron experiencias por duelo relacionadas con la ruptura

amorosa. Además, la acumulación de experiencias estresantes como el impacto emocional, se incluyen la ansiedad, el estrés y la depresión como las principales consecuencias, aunque no las únicas, ya que la literatura reporta además altos niveles de enojo, culpa y trastornos psicosomáticos, entre otras experiencias.

Por eso, es necesario que se continúe investigando sobre el duelo por rupturas amorosas en adolescentes, ya que la presencia de depresión en la población para la validación de estos hallazgos. Sería recomendable, para futuras investigaciones, que se tomen en cuenta las conductas de distanciamiento social y estilos de vida en las que participan los jóvenes y la presencia de experiencias traumáticas. Se puede inferir que esta condición podría estar presente en un mayor número de personas conforme siga aumentando la presencia de estos estresores en la vida diaria de nuestros jóvenes.

#### **4.3.2 Conclusiones**

La ruptura afectiva y emocional involucra al sujeto de forma más subjetiva, donde busca sus redes de apoyo y estas los orientan, permitiendo realizar una canalización y restablecimiento emocional adecuado, accediendo a ver las situaciones menos dramáticas y frustrantes, logrando que el individuo fortalezca su autoestima frente a este suceso, debido a ello su memoria emocional toma otro rumbo. De ahí la importancia de fortalecer las redes de apoyo en la etapa adolescente.

En cuanto al impacto emocional, se incluyen la ansiedad, el estrés y la depresión como las principales consecuencias de un inadecuado proceso de afrontamiento de duelo por ruptura amorosa en los adolescentes, esto a su vez relacionado con la huella emocional que marca las percepciones de sus relaciones futuras limitando sus relaciones interpersonales, por los efectos negativos que esto trajo en sus sistema psicológico y emocional, así como perspectiva e introyectivo.

Es fundamental desde la mirada como padres, adultos, maestros...entre otros comprender las experiencias de duelo por rupturas amorosas en jóvenes y adolescente, en aras de ser ese puente de confianza que impacte de manera positiva la vida de los mismos, en cuanto a aportarles herramientas y estrategias asertivas para afrontar exitosamente esas rupturas que para ellos han sido significativas. Es responsabilidad como adultos manejar una comunicación contante con los adolescentes con el propósito de orientarlos en sus procesos de crecimiento personal anclado a la etapa de desarrollo y madurez que pueden llegar a alcanzar para sortear y afrontar asertivamente situaciones con contenido emocional.

## 5. Referencia Bibliográfica

Roberto Hernández Sampieri, C. F. (2010). Metodología de la Investigación. México: Mc Graw Hill Educación.

Fuster Guillen, D.E (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Propós. Represent. Vol.7 no.1

Cabodevilla, I. (2020). Las pérdidas y sus duelos. 30 August 2020. Descargado de: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1137-66272007000600012](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600012)

Bordignon, N (2008). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. Descargado de: <https://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>

Amor romántico en la adolescencia: cómo se vive y qué modelos tiene - Blog del Estudios de Psicología y Ciencias de la Educación. (2020). Retrieved 29 August 2020, recuperado de : <http://epce.blogs.uoc.edu/es/2017/10/09/amor-romantico-adolescenciacomosevivemodelos-tiene/>

Ardila González, A. E. y Ojeda Garrido, K. (2019). Síntomas y signos de personas que afrontan el duelo por ruptura amorosa. Arauca (Tesis de pregrado). Recuperado de: <http://repository.ucc.edu.co/handle/ucc/10833>

Secretaria social. (2017) . Diagnostico poblacional. Recuperado de: [http://old.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/2018documentos/12092018\\_Ciudad%20Bolivar%20diagn%C3%B3stico%202017%20-%20SDIS.pdf](http://old.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/2018documentos/12092018_Ciudad%20Bolivar%20diagn%C3%B3stico%202017%20-%20SDIS.pdf)

Martínez, B. (2008). La infancia y la niñez en el sentido de identidad. Comentarios en torno a las etapas de la vida de Erik Erikson. Revista mexicana pediátrica. Vol. 75, Núm. 1. México. DC. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/pediat/sp-2008/sp081g.pdf>

Vedia, V. (2016). Duelo patológico Factores de riesgo y protección. Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia. Volumen VI Número 2. Recuperado de: [https://www.psicociencias.org/pdf\\_noticias/Duelo\\_patologico.pdf](https://www.psicociencias.org/pdf_noticias/Duelo_patologico.pdf)

Roussillon, R. (2007). La perlaboración y sus modelos. Revista Uruguaya de Psicoanálisis. Recuperada de: <https://www.apuruguay.org/apurevista/2000/16887247200710501.pdf>

Porta, V. Manifestaciones del duelo. Unidad de Psicooncología. Recuperado de: <https://seom.org/seomcms/images/stories/recursos/sociosyprofs/documentacion/manuales/duelo/duelo08.pdf>

Ruíz, G (2016). Construcción de una escala de duelo por rupturas amorosas de Vargas y Ruíz para estudiantes del nivel técnico superior de Moyobamba. Universidad peruana unión facultad ciencias de la salud EAP. Psicología. Recuperado de: [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/533/Geni\\_Tesis\\_bachiller\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/533/Geni_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ministerio de salud (1993). Resolución número 8430 de 1993. Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>

Congreso de la republica (2013). Ley 1616. Recuperado de: [http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley\\_1616\\_2013.html#:~:text=La%20Salud%20Mental%20es%20de,ART%C3%8DCULO%204o.](http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1616_2013.html#:~:text=La%20Salud%20Mental%20es%20de,ART%C3%8DCULO%204o.)

Congreso de Colombia (2009). Código deontológico y bioético del profesional en psicología. Recuperado de: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>

Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. liber. v.13 n.13 Lima . recuperado de: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172948272007000100009&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172948272007000100009&script=sci_arttext&tlng=en)

Fuster, D. ( 2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. Propós. represent. vol.7 no.1 Lima. Recuperado de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n1/a10v7n1.pdf>

Devís, J. Investigación narrativa y sus formas de análisis. Recuperado de: [http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias\\_expo/cuerpo\\_ciudad/investigacion\\_narrativa.pdf](http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_expo/cuerpo_ciudad/investigacion_narrativa.pdf)

Domínguez, E (2013) . La investigación narrativa en psicología: definición y funciones. Vol. 30, n.º 3. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v30n3/v30n3a09.pdf>

Colegio colombiano de psicólogos. (2006). Código deontológico y biomedico del ejercicio de psicología en Colombia . recuperado de: [https://www.infopsicologica.com/documentos/2009/Deontologia\\_libro.pdf](https://www.infopsicologica.com/documentos/2009/Deontologia_libro.pdf)

Ministerio de salud (1993). Resolución 8430. Recuperado de : [https://www.redjurista.com/Documents/resolucion\\_8430\\_de\\_1993.aspx#/](https://www.redjurista.com/Documents/resolucion_8430_de_1993.aspx#/)

## 6. Anexos

### 6.1 Anexo 1: Maqueta de investigación

1. Tema:

- ✓ Duelo por ruptura en las relaciones amorosas en adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar, Bogotá.

2. Problema de Investigación:

- ✓ El problema de investigación es la ausencia de herramientas para afrontar el duelo por ruptura en las relaciones amorosas en adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar.

3. Objetivo General:

- ✓ Comprender las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar.

4. Pregunta:

- ✓ ¿Cómo son las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar?

5. Objetivos Específicos:

- ✓ Indagar teóricamente sobre el duelo en rupturas amorosas en adolescentes de 13 a 20 años en los últimos 6 años en Latinoamérica.
- ✓ Aplicar instrumentos a nuestra población objeto de estudio con el propósito de recolectar la información pertinente a la investigación.

- ✓ Identificar las experiencias de los adolescentes entre los 13 a 20 años frente al duelo por rupturas amorosas.

#### 6. Preguntas Sistémicas:

- ✓ ¿Cuáles son los referentes teóricos del duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes?
- ✓ ¿De qué manera se presenta el duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes?
- ✓ ¿cuáles son las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes?

#### 7. Temas:

- ✓ Duelo, aspectos históricos.
- ✓ Duelo tras ruptura amorosa.
- ✓ Fases o etapas del duelo.
- ✓ Ciclo vital del desarrollo del ser humano.
- ✓ Relaciones adolescentes/juveniles
- ✓ Modelos Biológicos
- ✓ Modelos psicosociales
- ✓ Modelo mixto o biopsicosocial del duelo
- ✓ Modelo Cognitivo
- ✓ Modelo constructivista
- ✓ Modelo cognitivo conductual
- ✓

#### 8. Teoría:

- ✓ Teoría y Etapas del desarrollo psicosocial de Erickson.
- ✓

#### 9. Metodología:

- ✓ Cualitativa.

#### 10. Técnicas de análisis de datos:

✓ Fenomenológica.

11. Instrumento de recolección:

✓ Entrevista a Profundidad.

## 6.2 Anexo 2: Rejilla de investigación

REJILLA DE INVESTIGACION

Objetivo: Consolidar estudios actuales referentes al tema a investigar

No	AÑO	REFERENCIA	TITULO	AUTOR	LINK	BASE	TIPO	OBJETIVOS	METODO	RESULTADOS
1	2014	1	Causas y Caracterización de las Etapas del Duelo Romántico	Rozzana Sánchez Aragón-Rebeca Martínez Cruz	<a href="https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007471914703783">https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007471914703783</a>	Sciendo	Articulo	Evaluar el curso que sigue el proceso de duelo en quienes han terminado una relación romántica	Cualitativo	La investigación partió de la evaluación de tres aspectos como lo son: las Emociones, los Pensamientos y las Conductas ante la experiencia de duelo Por rompimiento amoroso, para luego clasificar e identificar las experiencias según los tres aspectos finalmente se da significado a las

										experiencias de duelo por rompimiento amoroso.
2	2007	2	Las pérdidas y sus duelos	I. Cabodevilla	<a href="http://scielo.isciii.es/scielo.php?Script=sci_arttext&amp;pid=S1137-66272007000600012">Http://scielo.isciii.es/scielo.php?Script=sci_arttext&amp;pid=S1137-66272007000600012</a>	Hospital San Juan de Dios de Pamplona	Articulo	Dar a conocer el concepto de duelo, sus características, fases y etapas para superarlo	Cualitativo	El ser humano desde el nacimiento atraviesa situaciones de pérdidas y separaciones, como parte de la condición humana. Cada pérdida conlleva a un duelo, el cual se hace más intenso, no por el objeto perdido sino por la importancia afectiva que se le dé a la pérdida emocional. Podemos decir que el duelo es un proceso normal, una

										<p>experiencia humana por la que pasa toda persona que sufre la pérdida de un ser querido. Incluso hay quien sostiene que el duelo por la pérdida de un ser querido es un indicador de amor, no hay amor sin duelo por la pérdida.</p>
3		3	<p>Amor romántico en la adolescencia: cómo se vive y qué modelos tiene</p>	<p>Summel Silvia</p>	<p><a href="http://epce.blogs.uoc.edu/es/2017/10/09/amorromantico-adolescencia-como-se-vive-modelostiene/">Http://epce.blogs.uoc.edu/es/2017/10/09/amorromantico-adolescencia-como-se-vive-modelostiene/</a></p>	<p>Universidad Oberta de Catalunya</p>	<p>Articulo</p>	<p>Dar a conocer la importancia de que el adolescente establezca un vínculo afectivo en la adolescencia</p>	<p>Cualitativo</p>	<p>Los adolescentes al igual que las demás personas, en general, conciben el amor como un amor romántico y eterno, el amor que se cree va a durar toda la</p>

										vida, lo que conlleva a idealizar a la pareja, y a conductas como los celos, el control, la posesión, la manipulación y el aislamiento.
4	2005		El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto	<u>Bordignon</u> , <u>Nelso Antonio</u>	<a href="http://repository.lasallista.edu.co/dspace/handle/10567/384">Http://repository.lasallista.edu.co/dspace/handle/10567/384</a>	<u>Biblioteca digital lasallista</u>	<u>Revista lasallista de investigación</u> Vol.2 No. 2 pag 56	Replantear las fases psicosociales y el estudio completo del individuo en cada una de las etapas del desarrollo, haciendo su aporte a la teoría de Freud. Engler 3 y Cloninger 6		Erikson replantea las fases psicosociales de Freud y enfatiza Engler en los aspectos sociales de cada una de ellas, aportando así cuatro aspectos principales a). incrementó el entendimiento del 'yo' como una fuerza intensa, vital y positiva, b) explicitó profundamente las etapas de

										<p>desarrollo psicosexual de Freud, integrando la dimensión social y el desarrollo psicosocial, c) extendió el concepto de desarrollo de la personalidad para el ciclo completo de la vida, de la infancia a la vejez, d) exploró el impacto de la cultura, de la sociedad y de la historia en el desarrollo de la personalidad.</p>
5	Dic. 2015		Desarrollo psicosocial del adolescente	Verónica Verónica Gaete <sup>a,b</sup>	<a href="https://scielo.oconicyt.cl/scielo.php?PID=S037041062015000600010&amp;script=sci_arttext&amp;tlng=en">https://scielo.oconicyt.cl/scielo.php?PID=S037041062015000600010&amp;script=sci_arttext&amp;tlng=en</a>	Scielo	Revista chilena de pediatría versión impresa ISSN 03704106 Vol.	Revisar el desarrollo psicosocial adolescente, siendo esta una de las etapas que se prolongan	Investigativo o descriptivo	El desarrollo psicosocial se constituye mediante un proceso diverso de sus etapas, y las

							86.N°6	progresivamente, con grandes cambios y de mayor magnitud.		características comunes en un patrón progresivo en tres fases como lo son: la adolescencia temprana, media y tardía, describiendo el desarrollo psicológico, cognitivo, social, sexual y moral de los jóvenes en cada de las anteriores.
6	Dic. 2004		Adolescencia y juventud: de las nociones a los abordajes	Oscar Davila León	<a href="https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?PID=S071822362004000200004&amp;script=sci_arttext&amp;lng=en">https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?PID=S071822362004000200004&amp;script=sci_arttext&amp;lng=en</a>	Scielo	Ultima década n°21, CIDPA Valparaíso, diciembre 2004, pp. 83-104	Aportar diferentes concepciones que pueden relevasen entre la adolescencia clásica y contemporánea desde el punto de vista biológico,	Investigativo o descriptivo	El artículo habla de las nociones de la adolescencia y la juventud, de las heterogeneidades que se puede presentar hasta la edad adulta, que ayudan a delimitar las dimensiones y

								fisiológico, cognitivo e intelectual		variables aportando con mayor claridad en el análisis y sus eventuales impactos, en el diseño de las políticas de estos sujetos.
7	2000		Etapas del desarrollo humano	María Eugenia Mansilla A	<a href="https://d1wqtxtslxzl7.cLOUDFRONT.NET/57852547/4999-16995-1PB.pdf?1543190112=&amp;response-content-disposition=inline%3B+filename%3DETAPAS_DEL_DESARROLLO_HUMANO.pdf">           https://d1wqtxtslxzl7.cLOUDFRONT.NET/57852547/4999-16995-1PB.pdf?1543190112=&amp;response-content-disposition=inline%3B+filename%3DETAPAS_DEL_DESARROLLO_HUMANO.pdf         </a>	Academia.edu	Revista de investigación en psicología	al investigar sobre el desarrollo humano se comprueba la diferencia entre la percepción de la vejez y la autopercepción de los ancianos de 15 o 20 años atrás y los de hoy. Esto nos lleva a la recomendación de investigaciones más finas	Investigativo o descriptivo	Este artículo nos habla de la discusión del concepto del desarrollo humano y sus etapas Bio-psicosocial en sus (4) cuatro etapas.

							para delimitar las etapas de desarrollo en relación al actual desarrollo social que influye en el desarrollo integral de los seres humanos tanto positiva como negativamente . A continuación, presentamos una propuesta de las etapas <u>biopsico-sociales</u> del desarrollo humano.			
8	2019		Proceso de duelo por ruptura de pareja	Judith Morales Gómez	<a href="http://revistas.unachi.ac.pa/index.php/ingeniosocial/article/view/362/341">http://revistas.unachi.ac.pa/index.php/ingeniosocial/article/view/362/341</a>	<u>Universidad autónoma de chiriqui</u>	Revista UNAC HI	Enfatizar en la vivencia del duelo después de una ruptura afectiva-matrimonial	Mixta - IAP	La investigación parte de dar significado y valor a las experiencias y vivencias que tienen las



IBEROAMERICANA  
CORPORACIÓN UNIVERSITARIA

					<a href="http://pluseconomia.unachi.ac.pa/index.php/ingeniosocial/articled/view/362/3">Http://pluseconomia.unachi.ac.pa/index.php/ingeniosocial/articled/view/362/3</a>					
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

### 6.3. Anexo 3: Consentimiento informado

#### 6.3.1 Consentimiento informado para menores de edad

Yo, \_\_\_\_\_ como acudiente y responsable legal del menor de edad identificado con CC \_\_\_\_\_, confirmo de manera voluntaria que me encuentro en total uso de mis facultades para tomar decisiones y entender la información que aquí se me presenta.

Para lo anterior lo invitamos a leer este documento de forma voluntaria, igualmente es libre de hacer las preguntas necesarias antes de la participación activamente en el proceso investigativo.

Por consiguiente y mediante la presente nosotras Bohórquez Amado Sandra Milena, Gomez Rodríguez Bolivia y Quintero Giraldo Sara Lucia , en calidad de investigadoras, nos permitimos informar que el adolescente \_\_\_\_\_, identificado con TI \_\_\_\_\_ ha sido seleccionado en participar voluntariamente en el proyecto de investigación **¿Cómo son las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar?** ya que nosotras consideramos su experiencia es relevante para los fines de este estudio. La presente participación hace parte de un proyecto de investigación vinculado a la Corporación Universitaria Iberoamericana, con sede en Bogotá, D.C. como ejercicio de investigación para optar al **Título de Especialista en Desarrollo Integral De Infancia y Adolescencia**; para su desarrollo, se emplearán una entrevista a profundidad como técnica de recolección de información, la cual será grabada sin exponer la identidad del menor.

Lo anterior nos permitirá tener los datos correctos para la implementación de nuestro instrumento de datos sociodemográficos dimensionando el sentido de vida en el duelo amoroso y la ausencia de herramientas para afrontar el mismo.

Recuerde que su participación es voluntaria **y tiene derecho en retractarse en su decisión o dar por finalizada la entrevista dado el caso; es de anotar que los resultados de la investigación no afectaran su desempeño en otros campos o ámbitos sociales, para lo cual si decide participar, es libre de no responder cualquiera de las preguntas que cause incomodidad o sean extensamente personales y de reserva personal o por lo contrario puede suspender la entrevista en cualquier momento sin futuras afectaciones.**

Los documentos contestados serán confidenciales y privados de acuerdo a las disposiciones de confidencialidad y secreto profesional descritos en el código deontológico y biomédico ley 1090 de 2006. Para efectos de publicación de resultados de la presente investigación, no se incluirá ninguna información que pueda identificar al menor de edad, o algún miembro de la familia.

Es importante que tenga conocimiento que tiene derecho de negarse a la posibilidad que su hijo/a participe de esta investigación o a que pueda retirarse del estudio en cualquier momento. de igual forma agradecemos de antemano el tiempo que tomo para conocer y ser parte de este estudio.

Para autorizar la participación de su hijo/a o adolescente a cargo, firme a continuación en dos pasos.

**Acuerdo del participante:**

He leído la información proporcionada previa y voluntariamente acepto participar y dejar participar en esta investigación a mi hijo, hija o adolescente. En constancia, firmo este documento de Consentimiento informado, a los \_\_\_\_ días, del mes \_\_\_\_\_ del año 2021, como tutor del menor \_\_\_\_\_ con T.I

\_\_\_\_\_

**Firma del padre, madre o adulto responsable**

Nombre \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

Documento de identidad \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Así mismo yo \_\_\_\_\_ identificado con T.I  
\_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ acepto con libre voluntad y  
consentimiento, ser parte de esta investigación, para la cual he leído y aceptado los  
términos y condiciones que aquí se encuentran plasmados.

**Firma del niño, niña y/o adolescente**

Nombre \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

Documento de identidad \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Para constancia se firma \_\_\_\_\_ días del mes de \_\_\_\_\_ del año \_\_\_\_\_.

**6.3.2 Consentimiento informado para mayores de edad**

Yo, \_\_\_\_\_ identificado con CC \_\_\_\_\_, confirmo  
de manera voluntaria que me encuentro en total uso de mis facultades para tomar  
decisiones y entender la información que aquí se me presenta.

Para lo anterior lo invitamos a leer este documento de forma voluntaria, igualmente  
es libre de hacer las preguntas necesarias antes de la participación activamente en el  
proceso investigativo.

Por consiguiente y mediante la presente nosotras Bohórquez Amado Sandra Milena, Gomez Rodríguez Bolivia y Quintero Giraldo Sara Lucia , en calidad de investigadoras, nos permitimos informar que usted ha sido seleccionado en participar voluntariamente en el proyecto de investigación **¿Cómo son las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar?** ya que nosotras consideramos su experiencia relevante para los fines de este estudio. La presente participación hace parte de un proyecto de investigación vinculado a la Corporación Universitaria Iberoamericana, con sede en Bogotá, D.C. como ejercicio de investigación para optar al **Título de Especialista en Desarrollo Integral De Infancia y Adolescencia**; para su desarrollo, se emplearán una entrevista a profundidad como técnica de recolección de información, la cual será grabada sin exponer la identidad del usted como participante.

Lo anterior nos permitirá tener los datos correctos para la implementación de nuestro instrumento de datos sociodemográficos dimensionando el sentido de vida en el duelo amoroso y la ausencia de herramientas para afrontar el mismo.

Recuerde que su participación es voluntaria y tiene derecho en retractarse en su decisión o dar por finalizada la entrevista dado el caso; es de anotar que los resultados de la investigación no afectaran su desempeño en otros campos o ámbitos sociales, para lo cual si decide participar, es libre de no responder cualquiera de las preguntas que cause incomodidad o sean extensamente personales y de reserva personal o por lo contrario puede suspender la entrevista en cualquier momento sin futuras afectaciones.

Los documentos contestados serán confidenciales y privados de acuerdo a las disposiciones de confidencialidad y secreto profesional descritos en el código deontológico y biomédico ley 1090 de 2006. Para efectos de publicación de resultados de la presente investigación, no se incluirá ninguna información que pueda identificar al menor de edad, o algún miembro de la familia.



Es importante que tenga conocimiento que tiene derecho de negarse a la posibilidad de participar en esta investigación o de retirarse de la misma en cualquier momento. de igual forma agradecemos de antemano el tiempo que tomo para conocer y ser parte de este estudio.

Para autorizar su participación firme a continuación

**Acuerdo del participante:**

He leído la información proporcionada previa y voluntariamente yo \_\_\_\_\_ identificado (a) con CC \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ acepto participar de este estudio.

En constancia, firmo este documento de Consentimiento informado, a los \_\_\_\_ días, del mes \_\_\_\_\_ del año 2021.

#### 6.4 Anexo 4: Prototipo del guion

<b>ENTREVISTAS A PROFUNDIAD</b>		
<b>OBJETIVO GENERAL</b>		
Comprender las experiencias de duelo por ruptura amorosa en las relaciones adolescentes entre 13 a 20 años en la localidad 19, ciudad Bolívar.		
<b>POBLACIÓN (MUESTRA)</b>		
11 adolescentes en los rangos de edades de 13 a 20 años, la cual cumplen con las características del estudio planteado. Del total de los 11 adolescentes, 5 son mujeres y 6 son hombres, los cuales tendrán 17 años, 18 y 19 años.		
<b>TEMAS (CATEGORIAS)</b>	<b>SUBTEMAS (SUBCATEGORIAS)</b>	<b>PREGUNTAS ORIENTADORAS (ENTREVISTA A PROFUNDIDAD)</b>
DUELO TRAS RUPTURAS AMOROSAS	<b>CONCEPTO</b>	<p>¿cómo defines una relación afectiva o amorosa?</p> <p>¿cuántas rupturas amorosas has tenido?</p> <p>¿Para ti, que han significado estas rupturas?</p>
	<b>SENTIMIENTOS</b>	<p>¿De qué manera recuerda esas rupturas amorosas?</p> <p>¿Qué situaciones compartidos con su pareja recuerda con efecto?</p> <p>¿Cómo ha sido su experiencia en esta ruptura?</p> <p>¿has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Como fue?</p> <p>¿Cómo ha afectado la ruptura en tus pensamientos y sentimientos con respecto a las relaciones de pareja?</p> <p>¿de qué manera crees que una ruptura amorosa puede afectar o influir futuras relaciones afectivas?</p>

<p>ADOLESCENTES DE 13 A 20 AÑOS</p>	<p><b>ADAPTACION ETAPAS</b></p>	<p>¿Qué cosas hiciste, o tuviste en cuenta para manejar esta ruptura?</p> <p>¿de que manera afrontaste tu ruptura amorosa y cuales crees que son las etapas?</p> <p>¿cómo te diste cuenta que estabas listo para una nueva relación?</p> <p>¿existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?</p> <p>¿Cuánto tiempo te llevo aceptar la ruptura?</p> <p>¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?</p>
	<p><b>ADOLESCENCIA</b></p>	<p>¿Crees que los adolescentes son más propensos a presentar rupturas amorosas? como</p>
	<p><b>GENERO</b></p>	<p>¿Qué actitudes puedes observar en un adolescente que haya atravesado por una ruptura amorosa?</p>
<p>CICLO VITAL DEL DESARROLLO HUMANO DEL SER</p>	<p><b>FACTORES</b></p>	<p>¿Qué puede ocasionar una ruptura amorosa?</p> <p>¿Qué recuerdas de la separación en sí, del momento exacto en que terminaron?</p>
	<p><b>TEORIA</b></p>	<p>¿Qué es para usted una teoría?</p> <p>¿Cuál cree usted que es el ciclo vital del desarrollo humano?</p>
	<p><b>ETAPA</b></p>	<p>¿para ti que es ciclo vital?</p>

HUMANO	<b>ETAPA -INFANCIA</b>	¿Cuál fue su primer vínculo afectivo en la infancia?
	<b>ETAPA NIÑEZ-TEMPRANA</b>	¿Cuál fue su primer vínculo afectivo en la niñez?
	<b>ETAPA EDAD DEL JUEGO</b>	¿Cuáles aspectos crees fundamentales en esta etapa?
	<b>ETAPA- ADOLESCENCIA</b>	¿Cuáles han sido los momentos significativos en esta etapa?
	<b>ETAPA-JUVENTUD</b>	¿Qué piensas sobre la crisis de la adolescencia?
	<b>ETAPA-MADUREZ</b>	¿Qué opinas sobre esta etapa?
	<b>ETAPA- ADULTEZ</b>	¿Qué opinas sobre esta etapa?
	<b>ETAPA-VEJEZ</b>	¿Qué opinas sobre esta etapa?
RELACIONES ADOLESCENTES/ JUVENILES	<b>AMOR- ROMANTICISMO</b>	¿Qué es lo que define una Buena relación?  ¿cómo defines las relaciones adolescentes?  ¿para ti cuales son esas experiencias que marcan una relación afectiva amorosa?  ¿Por qué nos Enamoramos?
	<b>ATRACCION FISICA</b>	¿Qué es para usted la química del amor?
LOCALIDAD CIUDAD BOLIVAR (BOGOTA)	<b>PROBLEMAS SOCIALES</b>	¿Ha enfrentado alguna ruptura amorosa en la localidad ciudad Bolívar?
		¿En la Localidad Ciudad Bolívar se presentan muchas rupturas amorosas entre adolescentes?

## 6.5. Anexo 5: Instrumento de investigación

### Entrevista a profundidad

#### Datos Generales

Genero:

Edad:

Donde y con quien vive:

A que se dedica, si es estudiante en que grado esta:

1. ¿Tiene pareja o está en una relación amorosa?
2. ¿Cómo defines una relación afectiva o amorosa?
3. ¿Cómo defines las relaciones adolescentes, cómo son, como las percibes?
4. ¿Para ti qué es lo que define una Buena relación?
5. ¿Cuáles experiencias crees que marcan una relación?
6. ¿Cuántas rupturas amorosas has tenido?
7. ¿Cómo ha sido tu experiencia en esa (s) ruptura?
8. ¿Has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Como fue?
9. ¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?
10. ¿Cómo manejaste o afrontaste la experiencia de la ruptura amorosa y cuánto tiempo te llevo aceptar la ruptura?
11. ¿Tuviste redes de apoyo (amigos, familia etc.) en los que te apoyaste para superar la ruptura?
12. ¿Existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?
13. Si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?
14. ¿Cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?
15. ¿Conoces las etapas del duelo? ¿Así como técnicas o herramientas para afrontarlo?

## 6.6 Anexo 6: Transcripciones de las entrevistas / tabulación y codificación de las encuestas.

### 6.6.1 Entrevistado 1

#### Género femenino

ENTREVISTADOR	ENTREVISTADO
<p>Buen día, mi nombre es Bolivia Gómez gracias por permitirnos desarrollar esta entrevista. Toda la información recolectada será para fines exclusivamente académicos. Orientado a la especialización de desarrollo integral de infancia y adolescencia.</p> <p>Frente a esto, nos autoriza trabajar sobre la información que nos brinda.</p> <p>Cuál es tu edad Donde y con quien vive A que se dedica, si es estudiante en qué grado esta:</p>	<p>Claro que sí, yo tengo 17 años, actualmente vivo con mis padres y estoy estudiando en el gado 11.</p>
¿tiene pareja o está en una relación amorosa?	Mmmm, bueno actualmente no. Pero si me enamoré muchísimo.
¿cómo defines una relación afectiva o amorosa?	Ehhhh, es aquella en la que ambas personas se aman y tratan con respeto. (criterio afectivo)
¿cómo defines las relaciones adolescentes, cómo son, como las percibes?	Para mi creo que son de mucha fantasía ya que se expresan mucho cariño y afecto. <b>(percepción de relaciones)</b>
¿para ti qué es lo que define una buena relación?	El respeto y el amor <b>(acuerdos relacionales)</b>
¿cuántas rupturas amorosas has tenido?	Jajajaja me da risa - dos rupturas
¿cómo ha sido tu experiencia en esa (s) ruptura?	Por cierto, muy desagradables. <b>(transiciones amorosas)</b>
¿has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿cómo fue?	Si, una vez estaba en una fiesta con mi novio del

	<p>cole, y una de mis mejores amigas se fue a bailar con mi novio, y luego me dijeron que los vieron besándose, y eso a mí me marco mucho. Y nunca más volví a confiar en amigas. <b>(huella emocional ruptural)</b></p>
<p>¿qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?</p>	<p>Mmmm, para manejar estos momentos de tristeza trataba de no cruzarme con él en mi camino, ni mucho menos con la amiga que me traiciono, porque me sentía muy engañada, y los dedique a pertenecer a un grupo de danza. Ya que me gusta mucho bailar, bailar. <b>(canalización y proyección)</b></p>
<p>¿cómo manejaste o afrontaste la ruptura amorosa y cuánto tiempo te llevo aceptarla?</p>	<p>Ahora lo veo chistoso-jajaja -...al inicio lloraba mucho me llevo como 6 meses aceptar la ruptura, pero finalmente lo supere gracias a dios. <b>(valor resiliente)</b></p>
<p>¿tuviste redes de apoyo (amigos, familia etc) en los que te apoyaste para superar la ruptura?</p>	<p>Nunca le he comentado a mi familia de las rupturas amorosas que he tenido, prefiero afrontar por mis propios medios la situación que estoy pasando, para evitar los regaños, los gritos, que me llevan es al desespero.</p>
<p>¿existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?</p>	<p>Lo cierto es que en la vida he experimentado rupturas, y nuevos amores. Pero al pasar el tiempo lo he podido superar de manera positiva. <b>(aprendizaje significativo relacional)</b></p>
<p>¿cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?</p>	<p>Hasta el momento no he tenido una nueva relación, siento que aún no estoy preparada.</p>
<p>¿cuáles experiencias crees que marcan una relación?</p>	<p>El engaño, la mentira. <b>(transformación subjetiva)</b></p>
<p>Si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?</p>	<p>Puedo decir que mi relación, la definiría como de fantasía, ya que me dejaba llenar de muchas falacias que mi pareja me decía, aunque sentí que lo ame, no le guardo rencor, pero prefiero a veces de no tocar un tema que me hiere tanto, para no herir a los demás. <b>(memoria emocional)</b></p>
<p>¿conoces las etapas del duelo en una ruptura amorosa? ¿así como técnicas o herramientas para afrontarlo?</p>	<p>Bueno, cabe mencionar que como indica la palabra, es un proceso muy doloroso. Yo diría que las etapas son sentimientos de miedo, rabia, tristeza, enojo, culpabilidad y otras más. <b>(proceso de afrontamiento)</b></p>

## 6.6.2 Entrevistado 2

### Género femenino

ENTREVISTADOR	ENTREVISTADO
<p>Buenos Tarde.</p> <p>Muchas gracias por aceptar esta entrevista. Recuerda que esta entrevista tiene fines académicos y es desarrollada para un trabajo de investigación de la Corporación Universitaria Iberoamericana de la Especialización de Desarrollo Integral de Infancia y Adolescencia.</p> <p>Cuál es tu edad Donde y con quien vive A que se dedica, si es estudiante en qué grado esta:</p>	<p>Mmm, el mes pasado cumplí 18 años Vivo con mis padres. Termine el bachillerato y trabajo en una Librería</p>
<p>¿Tiene pareja o está en una relación amorosa?</p>	<p>Claro, Si tengo pareja. Y me siento muy bien con él. <b>(Relación afectiva)</b></p>
<p>¿Cómo defines una relación afectiva o amorosa?</p>	<p>Para mí es amarse fielmente. <b>(criterio afectivo)</b></p>
<p>¿Cómo defines las relaciones adolescentes, cómo son, como las percibes?</p>	<p>La defino como una etapa de mucha fantasía, dicha, erotismo jajaja, aunque con mucho respeto claro está. <b>(percepción de relaciones)</b></p>
<p>¿para ti qué es lo que define una Buena relación?</p>	<p>Ehhhh, Amarse el uno al otro <b>(acuerdos relacionales)</b></p>
<p>¿Cuántas rupturas amorosas has tenido?</p>	<p>La verdad, he tenido una ruptura.</p>
<p>¿Cómo ha sido tu experiencia en esa (s) ruptura?</p> <p>¿Has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Cómo fue?</p>	<p>No le di mucha importancia ya que era muy chica y muy inmadura.</p> <p>Hasta el momento no he tenido ruptura amorosa que me haya marcado.</p>
<p>¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?</p>	<p>Como le mencione, no he tenido una ruptura que me haya marcado, y por ende no maneje momentos de tristeza.</p>
<p>¿Cómo manejaste o afrontaste la ruptura amorosa y cuánto tiempo te llevo aceptarla?</p>	<p>Yo lo afronte de la mejor manera. Como le comete era muy inmadura. <b>(valor resiliente)</b></p>

¿Tuviste redes de apoyo (amigos, familia etc.) en los que te apoyaste para superar la ruptura?	Le comenté a una amiga sobre la ruptura que había tenido, pero continué realizando las mismas actividades que venía desempeñando, ya que esta ruptura no me afectó. <b>(redes de apoyo)</b>
¿Existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?	Yo pienso que para uno enamorarse debe tener una madurez tanto mental como física. Ya que no todo es juego. Hay muchas cosas que se deben tomar en serio, pero a medida que uno va creciendo va experimentado y aprendiendo diferentes facetas en la vida. <b>(aprendizaje significativo relacional)</b>
¿Cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?	Lo cierto es que mi primera ruptura la tuve a los 16 años, hoy día tengo 18 años y ya tengo, 2 años con mi pareja actual. <b>(restablecimiento emocional)</b>
¿Cuáles experiencias crees que marcan una relación?	La falsedad, la humillación, la decepción. <b>(transformación subjetiva)</b>
Si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?	Para decir verdad, mi primera relación fue como de experimentar que sentía uno cuando se tiene novio, y la defino como una etapa de defino como un estado de emociones, de alegrías, en el cual una persona se siente atraída por otra. <b>(memoria emocional)</b>
¿Conoces las etapas del duelo en una ruptura amorosa? ¿Así como técnicas o herramientas para afrontarlo?	Yo diría que las etapas del duelo son: Insensibilidad, culpa, tristeza, miedo, angustia etc. <b>(proceso de afrontamiento)</b>

### 6.6.3 Entrevistado 3

#### Género masculino

ENTREVISTADOR	ENTREVISTADO
<p>Buen día, Mi nombre es Bolivia Gómez gracias por permitirme desarrollar esta entrevista. Toda la información recolectada será para fines exclusivamente académicos. Orientado a la Especialización de Desarrollo integral de Infancia y adolescencia.</p> <p>Frente a esto, nos autoriza trabajar sobre la información que nos brinda.</p> <p>Cuál es tu edad Donde y con quien vive A que se dedica, si es estudiante en qué grado esta:</p>	<p>Soy un chico súper elegante Tengo 18 años Vivo con mis padres Termine el bachillerato, y voy a estudiar medicina.</p>
¿Tiene pareja o está en una relación	Si tengo mi novia, y la quiero bastante. <b>(Relación)</b>

amorosa?	<b>afectiva)</b>
¿Cómo defines una relación afectiva o amorosa?	Lo defino como un enamorarse sinceramente. <b>(criterio afectivo)</b>
¿Cómo defines las relaciones adolescentes, cómo son, como las percibes?	La definiría como una relación llena de sentimientos y mucha magia. <b>(percepción de relaciones)</b>
¿para ti qué es lo que define una Buena relación?	Es mantener vivo el amor <b>(acuerdos relacionales)</b>
¿Cuántas rupturas amorosas has tenido?	Dos rupturas amorosas.
¿Cómo ha sido tu experiencia en esa (s) ruptura?	En ambas tuve mucho remordimiento de conciencia, ya que en ambas rupturas yo fui el culpable. <b>(huella emocional ruptural)</b>
¿has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Cómo fue?	Como le mencioné en la pregunta anterior tuve dos rupturas amorosas, pero solo tenía remordimiento de conciencia, pero hasta ahí...no sentí que me marcó ninguna de las dos relaciones.
¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?	Para decir verdad, no he tenido una ruptura que me haya marcado.
¿Cómo manejaste o afrontaste la ruptura amorosa y cuánto tiempo te llevo aceptarla?	Por su puesto, como fueron dos relaciones que tuve, la primera fue a los 15 y dure 7 meses con ella, y la segundo a mis 16 la cual demore 4 meses, pero lo afronte con mucha madurez. <b>(valor resiliente)</b>
¿Tuviste redes de apoyo (amigos, familia etc) en los que te apoyaste para superar la ruptura?	Ehh, Le comenté a un compañero del colegio, que la novia que tenía, en ese entonces era una gran amiga y por ende mis sentimientos no eran claros, y era necesaria la ruptura que había tenido... <b>(redes de apoyo)</b>
¿Existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?	Lo cierto es que en la vida he experimentado rupturas, y nuevos amores. Pero al pasar el tiempo lo he podido superar de manera positiva. <b>(aprendizaje significativo relacional)</b>
¿Cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?	Siempre considero yo, que he estado preparado y listo para tener una nueva relación, ya que las rupturas que he tenido no me han afligido, no porque sea hombre sino porque me considero un chico supremamente maduro en mis actos.
¿Cuáles experiencias crees que marcan una relación?	La falsedad, la humillación, la decepción. <b>(transformación subjetiva)</b>
Si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?	Cabe destacar que en mi primera relación demore más tiempo que con la segunda relación, aunque con ambas relaciones experimente emociones diferentes en cuanto a los momentos compartidos. <b>(memoria emocional)</b>
¿Conoces las etapas del duelo en una ruptura amorosa? ¿Así como técnicas o herramientas para afrontarlo?	Claro que conozco algunas entre ellas. La culpa, tristeza, miedo, angustia etc. <b>(proceso de afrontamiento)</b>

### 6.6.4 Entrevistado 4

#### Género masculino

ENTREVISTADOR	ENTREVISTADO
<p>¿Buenas tardes, como estas? Como ya me conoces, mi nombre es Sara Quintero, antes de nada, quiero darte las gracias por aceptar hacer parte de este proceso investigativo que hoy nos convoca.</p> <p>Es de anotar que esta conversación es gravada y toda la información recolectada será utilizada solo para fines exclusivamente académicos, es decir que con el consentimiento que acabas de firmar das validez a esta entrevista y salvaguardas tu identidad, a no ser expuesta o exponer esta información a terceros.</p> <p>¿Sin más preámbulo cuéntame cuantos años tienes?</p> <p>¿Con quién vives? ¿Y a que te dedicas?</p>	<p>Estoy muy bien, muchas gracias Bueno he que te cuento, Tengo 19 años Vivo con mis padres, estoy estudiando una tecnología en contaduría pública.</p>
<p>¿Tiene pareja o está en una relación amorosa u afectiva?</p>	<p>No, en estos momentos no tengo pareja</p>
<p>¿cómo defines una relación afectiva o amorosa?</p>	<p>La defino como una relación en la cual las hay atracción hacia la otra persona de manera mutua, ya sea sexual, sentimental y emocional <b>(criterio afectivo)</b></p>
<p>Bueno ahora cuéntame ¿tu cómo defines o percibes especialmente esas relaciones en los adolescentes? Teniendo en cuenta que las relaciones en la etapa adolescente son diferentes que en la etapa adulta.</p>	<p>Realmente si se diferencian mucho dado que cuando uno ya está un poco más maduro las relaciones cuentan con un proceso de trascendencia, en cambio en la adolescencia son más pasajeras, en compartir, en aprender del otro y de disfrutar de los momentos y de las experiencias. <b>(percepción de relaciones)</b></p>
<p>¿para ti, o tu como defines una buena relación?</p>	<p>La definiría como una relación en la que la pareja encuentra un cierto tipo de estabilidad y madurez en la relación <b>(acuerdos relacionales)</b></p>
<p>¿cuántas rupturas amorosas has tenido?</p>	<p>Realmente he tenido 5 rupturas, dado que empecé desde muy corta edad a tener pareja.</p>
<p>¿Cómo ha sido tu experiencia en esa (s) ruptura?</p>	<p>Han sido dolorosas, sin embargo, puedo decir que gracias a la madurez que uno va adquiriendo mis ultimas relaciones aun que han sido dolorosas las rupturas he podido tener aprendizajes de las mismas. <b>(transición amorosa)</b></p>
<p>¿has tenido una ruptura amorosa que te haya</p>	<p>Si, la relación más larga que he tenido fue un llamado de atención a mejorar aspectos negativos en el</p>

marcado? ¿Cómo fue?	comportamiento. <b>(huella emocional ruptural)</b>
¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?	Buscar amigos, familiares, espacios y actividades de ocio que me ayudaran a distraerme, a no pensar en ello, pues yo estaba mentalizado en que tenía que salir de este estado. <b>(canalización y proyección)</b>
¿Cómo manejaste o afrontaste la ruptura amorosa y cuánto tiempo te llevo aceptarla?	No fueron los mejores manejos, algunos autodestructivos, el tiempo de duelo fueron aproximadamente un año en mi última relación. <b>(valor resiliente)</b>
¿Tuviste redes de apoyo (amigos, familia etc.) en los que te apoyaste para superar la ruptura?	Ehh la verdad no, aun que intente buscar amigos y familiares, puedo decir que no estuvieron realmente en los momentos de mayor aflicción para mí.
¿Existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?	Si claro, los aprendizajes han variado como ya lo comenté por la edad y la madurez en que asumí mis últimas relaciones, de estas he tenido mayores aprendizajes, como en la percepción del de las mismas. <b>(aprendizaje significativo relacional)</b>
¿Cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?	Al momento que comprendí que la otra persona ya tenía pareja y era ya feliz, fue ahí donde entendí que tenía que superar mi relación y tenía que volver a mi vida normal, y a encontrar otra persona. <b>(restablecimiento emocional)</b>
¿Cuáles experiencias crees que marcan una relación?	La verdad, acá puedo decir que es ambivalente dado a mí me marcaron experiencias tanto felices como tristes, me explico, los momentos compartidos y de experiencias nuevas, el tiempo y te soy sincero las relaciones sexuales, por otro lado, también me marcaron las dolorosas, dado que mi última relación fue muy intensa. <b>(transformación subjetiva)</b>
¿Me hablas de que te marcaron las experiencias en la parte sexual, te gustaría contarme porque lo percibes así?	Claro que, mira te cuento, mi última relación inicio cuando yo tenía 17 años y fue con una persona 4 años mayor que yo, por lo cual experimenté muchas cosas en la parte sexual, ella me llevaba a experiencias sexuales únicas desde un juego previo, caricias etc. hasta llegar a utilizar juguetes sexuales, eso era algo nuevo para mí y como te dije una experiencia que marco y que hoy recuerdo de cierta manera con agrado fue en la parte sexual. <b>(huella emocional ruptural)</b>
Si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?	A pesar de que tengo bonitos recuerdos, fue sin duda alguna tortuosa y toxica, por lo mismo que comentaba, fue muy intensa entonces solo nos percibíamos ella y yo, dejando a un lado los deseos del otro. <b>(memoria emocional)</b>
¿Conoces las etapas del duelo en una ruptura amorosa? ¿Así como técnicas o herramientas para afrontarlo?	Creo que sí, Negación, Ira, Depresión, Negociación, Aceptación, y en cuanto a técnicas no sé, pero por lo que he escuchado hay estrategias como el salir, hacer deporte, o distraerte ayuda un poco a superar o desenfocar tu mente del dolor. <b>(proceso de afrontamiento)</b>

### 6.6.5 Entrevistado 5

#### Género femenino

ENTREVISTADOR	ENTREVISTADO
<p>¿Buenas tardes, como estas? Como ya me conoces, mi nombre es Sara Quintero, antes de nada, quiero darte las gracias por aceptar hacer parte de este proceso investigativo que hoy nos convoca.</p> <p>Es de anotar que esta conversación es gravada y toda la información recolectada será utilizada solo para fines exclusivamente académicos, es decir que con el consentimiento que acabas de firmar das validez a esta entrevista y salvaguardas tu identidad, a no ser expuesta o exponer esta información a terceros.</p> <p>Sin más preámbulo cuéntame cuantos años tienes?</p> <p>¿Con quién vives? ¿Y a que te dedicas?</p>	<p>bien, gracias</p> <p>19 años, vivo con mis padres y dos hermanos.</p> <p>Trabajo y estoy estudiando</p>
<p>Bueno ¿Tiene pareja o está en una relación amorosa u afectiva actualmente?</p>	<p><b>No</b>, en estos momentos no tengo pareja oficial, pero si me encuentro saliendo con alguien</p>
<p>¿cómo defines una relación afectiva o amorosa?</p>	<p>Para mí una relación afectiva tiene que ver con ese vínculo significativo en donde existe una atracción mutua ya sea física, sexual o sentimental.</p> <p><b>(criterio afectivo)</b></p>
<p>Cuéntame ¿tu cómo defines o percibes especialmente estas relaciones en los adolescentes? Por ejemplo, las relaciones en la etapa adolescente son diferentes que en la etapa adulta.</p> <p>¿Cuéntame la diferencia y como percibes estas relaciones?</p>	<p>Pues de acuerdo a lo que expresa pues...si tienen mucha diferencia, creo que en la etapa de la adolescencia las relaciones son más fugaces y llenas de adrenalina, es decir más para pasar el rato, experimentar, no se piensa en un futuro, pero a medida que se va creciendo creo que cambia esa percepción.</p> <p><b>(percepción de relaciones)</b></p>
<p>¿para ti, o tu como defines una buena relación?</p>	<p>Bueno, creo que una buena relación es en la que hay un vínculo sano, donde existe estabilidad e implicación emocional, así como madurez para aceptarlas diferencias del otro. <b>(acuerdos relacionales)</b></p>
<p>¿cuántas rupturas amorosas has tenido?</p>	<p>Pues en cuanto a rupturas con parejas oficiales he tenido 2.</p>
<p>Ok, me gustaría saber ¿Cómo ha sido tu experiencia en esa (s) dos rupturas que has tenido?</p>	<p>En la primera ruptura no se me dio mucho, dado que dure muy poco con él, pero en la segunda si fue muy dolora pues fue una relación de 4 años, entonces se me hizo difícil aceptar la ruptura.</p> <p><b>(transición amorosa)</b></p>
<p>¿has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Cómo fue?</p>	<p>Si, como lo dije anteriormente la última ruptura me marco, dado que después de año empezamos con muchas dificultades de pareja y empezamos a tener varias rupturas, y volvimos, más por mi parte pues yo quise luchar hasta lo último por mi relación. <b>(huella)</b></p>

	<b>emocional ruptural)</b>
¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?	Pues en muchas ocasiones llore, pero era de manera más personal, pues no me sería en confianza de contarle a alguna amiga o familiares como mi mamá lo dolía que había sido para mí haber terminado con mi novio, pues no quería que ellos me vieran llorar, pero en muchas ocasiones buscaba a mis amigas y me distraía con ellas, esto me ayudó mucho en dejar de pensar y poder ir superando a mi novio. <b>(canalización y proyección)</b>
¿Cómo manejaste o afrontaste la ruptura amorosa y cuánto tiempo te llevo aceptarla?	Como lo dije anteriormente, no fue un manejo adecuado, creería yo dado que me la pase llorando, en muchas ocasiones también no me paraba de la cama y no salía, me acuerdo de que en varias ocasiones llegue a ir a la casa de él para pedirle que volviéramos, me tarde más de 6 meses en aceptar que ya no estábamos juntos. <b>(valor resiliente)</b>
¿Tuviste redes de apoyo (amigos, familia etc) en los que te apoyaste para superar la ruptura?	Pues indirectamente diría que sí, y más que todo fueron mis amigas, pues cuando las necesitaba ellas estaban allí, me animaban a salir, u hacer otras cosas, de mi familia no tuve apoyo pues ellos me decían que era una ruptura normal, y que estaba muy joven que más adelante encontraría a alguien más. Entonces más que apoyo emocional encontré reproche de mi familia, e invalidez emocional por parte de ellos. <b>(redes de apoyo)</b>
¿Existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?	Claro que sí, y puedo decir que el aprendizaje mayor ha sido entender que no puedes obligar a una persona a estar contigo, igualmente aprendí que una mujer no se debe de humillar por amor. <b>(aprendizaje significativo relacional)</b>
¿Cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?	Supe que estaba lista, cuando me di cuenta de que ya no recordaba con dolor y culpa hacia mi pareja por la ruptura. <b>(restablecimiento emocional)</b>
¿Cuáles experiencias crees que marcan una relación?	Creo que las experiencias que marcan más una relación son las dolorosas, sin dejar del lado que los momentos bonitos se recuerdan también, pero los momentos más dolorosos son los que marcan, por ejemplo, el experimentar una infidelidad, y continuar con la relación, o el experimentar de alguna manera un maltrato por parte del hombre. <b>(transformación subjetiva)</b>
Si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?	mmmm..... (silencio por unos minutos) la verdad... (de nuevo silencio por unos minutos) Bueno digamos que me siento como en una balanza, pues tengo un recuerdo bonito de mi relación, pero como lo dije anteriormente un año antes de terminar empezó mi relación a decaer, y es acá donde la recuerdo tortuosa, dolorosa, maltratadora y tóxica. <b>(memoria emocional)</b>
¿Conoces las etapas del duelo en una ruptura amorosa? ¿Así como técnicas o herramientas para afrontarlo?	No conozco las etapas del duelo, pero como estrategia creo que esta retomar tu vida con amigos, familia, pasar más tiempo con ellos, dado que cuando estas en una relación inviertes muy poco tiempo en ellos. Y el retomar tu vida ayuda a afrontar tu ruptura. <b>(proceso de afrontamiento)</b>

## 6.6.6 Entrevistado 6

### Género femenino

ENTREVISTADOR	ENTREVISTADO
<p>¿Buenas tardes, como estas? Como ya me conoces, mi nombre es Sara Quintero, antes de nada, quiero darte las gracias por aceptar hacer parte de este proceso investigativo que hoy nos convoca.</p> <p>Es de anotar que esta conversación es gravada y toda la información recolectada será utilizada solo para fines exclusivamente académicos, es decir que con el consentimiento que acabas de firmar das validez a esta entrevista y salvaguardas tu identidad, a no ser expuesta o exponer esta información a terceros.</p> <p>¿Sin más preámbulo cuéntame cuantos años tienes?</p> <p>¿Con quién vives? ¿Y a que te dedicas?</p>	<p>Muy bien, muchas gracias Tengo 17 años, vivo con mis padres y mi hermana. En este momento acabo de terminar de estudiar y estoy pensando a que dedicarme o qué carrera elegir.</p>
<p>Bueno, entonces ¿Tiene pareja o está en una relación amorosa u afectiva actualmente?</p>	<p>Si señora <b>(relación afectiva )</b></p>
<p>Listo, cuéntame tu ¿cómo defines las relaciones amorosas o afectivas, para ti que son o como son esas relaciones afectivas?</p>	<p>..... (silencio) bueno si hablamos de pareja ...(silencio) sería como pues tener una pareja para que se apoye, también para estar en los momentos malos y para tener ciertas conexiones. <b>(criterio afectivo)</b></p>
<p>Listo. Eh ¿tu cómo defines o percibes especialmente estas relaciones en los adolescentes? Teniendo en cuenta que las relaciones en la etapa adolescente son muy diferentes que en la etapa adulta. ¿Tú en esta etapa que estas como adolescente como percibes esas relaciones?</p> <p>¿Cuéntame la diferencia y como percibes estas relaciones?</p>	<p>Pues yo creo que la diferencia es que las relaciones entre adultos son mucho más distintas porque uno a esta edad no puede pensar a futuro, son algo como más pasajero, como de tiempo, como de compartir, de aprender del otro y ya cuando uno se está en una relación más madura sería algo más serio pensando en formalizar, algo una familia. Y si en compartir en todo momento. <b>(percepción de relaciones)</b></p>
<p>¿para ti, o tu como defines una buena relación?</p>	<p>Una buena relación ... (silencio) bueno lo primero sería como respetarse, cero toxicidades, cero agresividades, eh una relación donde los dos se sumen, no se limiten a hacer cosas ni tampoco a prohibírselas. <b>(acuerdos relacionales)</b></p>
<p>Listo, perfecto, te pregunto, tu habla de cero toxicidades, ¿cuéntame que es eso para ti?</p>	<p>Toxicidad, bueno, muchas veces .. por ejemplo, los celos, los celos van mucho más haya y eso ahí cuando</p>

	empiezan las peleas, muchas veces los hombres por ser machistas le dicen a la mujer como, te ves con alguien y terminamos ahí la relación empieza a restar la relación. <b>(percepción de relaciones)</b>
¿Tú en algún momento has experimentado “esta toxicidad que mencionas en tus relaciones”?	En la anterior sí, pero en la relación actual siento que no, porque hay mucha confianza entre los dos y siempre tratamos de comunicarnos todo, si algo no nos gusta cambiarlo para mejorar la convivencia y la relación. <b>(acuerdos vinculares)</b>
¿cuántas relaciones o rupturas amorosas has tenido?	Serias, serias, donde yo haya tenido más consentimiento y más madurez 2
Bueno, anclado a lo que estamos hablando con respecto a las rupturas que has tenido me gustaría saber ¿Cómo han sido tu experiencia en esa (s) rupturas que has tenido?	Pues yo siempre he pensado que todo depende de la persona, para mí fue muy difícil porque , pues estaba en una etapa en la que estaba muy vulnerable y sentía que al estar en una relación, sentía ese apego emocional, entonces una vez esa persona me dejo sentí muchos vacíos, me hacía falta la rutina de ver a esa persona , de compartir, de hablar, el apoyo , el amor, entonces sentí que todas esas cosas me faltaron <b>(memoria emocional)</b> pero pues uno ya se va acostumbrando, dado que como te decía al principio en esta etapa las relaciones son más pasajeras, por ende lo pude superar fácil pues no fue una relación de mucho tiempo. <b>(transición amorosa)</b>
¿has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Cómo fue?	Realmente que me haya marcado, pienso que no, dado que como lo he venido diciendo todo depende de la persona y la madurez, creo que en la actual si se llega a dar la ruptura creo que si me marcaría. <b>(huella emocional ruptural)</b>
¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?	Salir a divertirme con mis amigos, recuerdo que para distraerme y no pensar tanto en eso lo hacía, porque cuando me quedaba sola, solo pensaba en eso pues estaba demasiado reciente, por ende, quería salir y olvidarme de la situación y pues obvio no me podía quedar en esa tristeza y en esa frustración. <b>(canalización y proyección)</b>
¿Cómo manejaste o afrontaste la ruptura amorosa y cuánto tiempo te llevo aceptarla?	En un principio como lo comenté llore muchísimo, pero pues creo que luego empecé a aceptarlo, pues la verdad empecé a pensar que también tengo mi vida, mis amigos, tengo que salir a delante, y no quedarme en que solo era esa persona, sino que también luego vendrán mejores cosas <b>(valor resiliente)</b>
¿Tuviste redes de apoyo (amigos, familia, o una amiga etc) o alguien que te ayudara y te apoyara en ese proceso?	No, realmente yo creo que pude superar sola, o mejor decir, me toco superarlo sola, recuerdo que cuando tuve esa ruptura me puse muy mal y lo primero que hice fue empezar a llorar porque me venían recuerdos, y todo ese tipo de cosas, y mis padres me decían, ese era un amor de niños, no se preocupe por eso, deje esa bobada, en vez de ellos darme una voz de aliento me decían que eso era una bobada. Por ende, creo que fue una sanación personal. <b>(redes de apoyo)</b>
Tú crees que ¿Existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has	....( silencio) yo creo que si porque, creo que mmmmmm, es como un proceso por el que uno pasa

<p>aplicado a tu vida?</p>	<p>cuando uno vuelve y comienza una relación uno tiene que estar prepara para todo ( <b>proceso de afrontamiento</b>), por si vuelve a haber una ruptura, yo pienso que no caer tanto en el lago de la perdición porque uno a veces esta tan apegado a esa persona que simplemente piensa solo en eso, uno piensa que el mundo se va a acabar y mejor dicho que uno no va a volver a encontrar un amor, además las personas siempre dejan algo en la vida de uno ya sea algo bonito o algo malo pero dejan cosas marcadas en nuestra vida, la verdad es que sí. (<b>aprendizaje significativo relacional</b>)</p>
<p>¿Cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?</p>	<p>Yo creo que en ningún momento pensé o supe bien cuando estaba lista, dado que estaba enfocada en otras cosas, en el deporte, en el estudio y la relación que tengo hago llego de una manera inesperada y sentí que quería darme la oportunidad pues creo que todo se enfoca por la madurez de la otra persona para establecer una relación. (<b>restablecimiento emocional</b>)</p>
<p>¿Cuáles experiencias crees que marcan una relación?</p>	<p>Vuelvo y lo digo, todo depende de la madurez, la duración de la relación y la persona, es decir si una relación se da dentro de los términos de una relación sana, esos momentos marcarían demasiado, pero por el contrario si te encuentras en una relación toxica, estas experiencias tienen más eco en tu vida, por los momentos por decir traumáticos de la relación. (<b>transformación subjetiva</b>)</p>
<p>Si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?</p>	<p>Como la definiría, mmm una relación para empezar a aprender, una relación de niños, bueno de adolescentes, que dejo mucha experiencia, no tanto en el ámbito de la madurez, sino más bien para empezar a saber cómo son las relaciones de pareja y cómo funcionan también. La recuerdo con una experiencia pero que fue toxica a la vez por la inmadurez de los dos. (<b>memoria emocional</b>)</p>
<p>¿Conoces las etapas del duelo en una ruptura amorosa? ¿Así como técnicas o herramientas para afrontarlo?</p>	<p>Pues como yo las veo, en mi opinión, pienso que primero está la etapa del dolor, de las frustración , uno siente que el mundo se le va, que le falta todo por el mismo apego, pienso que ya luego empieza una etapa de aceptación de aceptar la situación lo que paso y por ultimo ya es como la sanación , cuando ya todo está aceptado, todo está atrás, se sigue recordando esa persona por las cosas que se pasaron, como el aprender que de esa persona , las experiencias los momentos bonito, etc todo eso, pero ya es un recuerdo que no duele, ya hasta aquí , no me puedo quedar con este dolor , fue algo que paso y va a servir como experiencia para las próximas relaciones (<b>proceso de afrontamiento</b>)</p>

### 6.6.7 Entrevistado 7

#### Género masculino

ENTREVISTADOR	ENTREVISTADO
<p>Buen día, mi nombre es Sandra Bohórquez, gracias por permitirnos desarrollar esta entrevista. Toda la información recolectada será para fines estrictamente académicos.</p> <p>Empecemos, cuénteme:</p> <p>Cuál es tu edad con quien vive A que se dedica, si es estudiante en qué grado esta:</p>	<p>18 años Vivo con mi papá, mi mamá y mis dos hermanos Por el momento no tengo trabajo hace poco termine las practicas del SENA</p>
¿Tiene pareja o está en una relación amorosa?	En el momento no tengo ninguna relación amorosa.
¿Cómo defines una relación afectiva o amorosa?	De las dos un poco, que tengan mucho aprecio y se dediquen de su tiempo y ante todo que allá sinceridad y respeto <b>(Acuerdos relacionales)</b>
¿cómo defines las relaciones adolescentes, cómo son, como las percibes?	En la adolescencia uno tiene muchas relaciones como tal, pues porque está en la adolescencia como se dice, pero la mayoría son como pasajeras, muchas no son como algo serio, sino pasajeras, pues en el momento cuando uno tiene una relación en la adolescencia como tal son bacanas chéveres. <b>(percepción de relaciones)</b>
¿para ti qué es lo que define una Buena relación?	La honestidad, que allá mucha honestidad y confianza <b>(acuerdos relacionales)</b>
¿cuántas rupturas amorosas has tenido?	Dos así serías, por decirlos
¿Cómo ha sido tu experiencia en esa (s) ruptura?	La primera no fue como tan seria, fue algo pasajero, la segunda si fue algo más serio, pero si me llevo una gran experiencia que las personas viene y van, que la vida es como un tren y que en alguna estación esa persona se tiene que bajar y otras siguen con uno en el tren. <b>(Aprendizaje significativo relacional)</b>
¿Has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Como fue?	sí, si tuve una hace poco, si me marco porque compartí muchas cosas con esa persona, si fue linda en su momento. <b>(huella emocional ruptural)</b>
¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?	Ocupar mi mete en actividades, salir y tratar de no pensar en eso, conocer nuevas personas, pues porque entre más uno piense en ese y se quede hay varado más va a doler. <b>(canalización y proyección)</b>
¿Cómo manejaste o afrontaste la tusa y cuánto tiempo te llevo aceptar la ruptura?	jeje, actualmente estoy en la tusa como tal, la he afrontado como ya había dicho, lo acepte como un mes más o menos, que ya no había nada hay por decir en esa relación (proceso de afrontamiento) y la afronte digamos la tusa, saliendo y conocer nuevas personas como tal como ya había dicho. <b>(valor resiliente)</b>
¿Tuviste redes de apoyo (amigos, familia etc.) en los que te apoyaste para superar	Si demasiados en mi familia, amigos y conocidos me apoyaron de mesiado porque sabían que estaba pasando en un

la ruptura?	momento no muy bueno <b>(redes de apoyo)</b>
¿Existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?	Pues el aprendizaje es que uno tiene que saber elegir como tal a la persona, elegirla bien y ya, pues bonito si dura, pero también como tener presente que puede que algún día se acabe y estar preparado como si se acaba saber irse como tal para que no duela tanto. <b>(aprendizaje significativo relacional)</b>
¿Cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?	Pues yo creo que voy a estar listo para una nueva relación, cuando ya literalmente no piense nada, ósea como que ya esa persona no, que no se me pase ningún mal pensamiento ni bueno ni malo y veo que mi corazón ya este curado. <b>(restablecimiento emocional)</b>
¿Cuáles experiencias crees que marcan una relación?	Como los momentos de felicidad como que con esa persona hice tal cosa, que digamos que por más que uno tenga nuevas relaciones no se van a repetir con otras personas <b>(transformación subjetiva)</b>
¿Si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?	Pues linda, fue linda y como en toda relación siempre hubo cosas malas, pero también hay cosas bonitas, como dure mucho tiempo con esa persona, pero si fue bonita la relación. <b>(memoria emocional)</b>
¿Conoces las etapas del duelo? ¿Así como técnicas o herramientas para afrontarlo?	Como, pues en el primer momento cuando recién se termina la relación pues uno como que todavía le tiene aprecio, pero ya con el tiempo le coge rencor a esa persona como que se puede superar un poquito más rápido y ya. <b>(proceso de afrontamiento)</b>

### 6.6.8 Entrevistado 8

#### Género femenino

ENTREVISTADOR	ENTREVISTADO
Buen día, mi nombre es Sandra Bohórquez, gracias por permitirnos desarrollar esta entrevista. Toda la información recolectada será para fines estrictamente académicos.  cuénteme:  Cuál es tu edad con quien vive A que se dedica, si es estudiante en qué grado esta:	17 años vivo con mi papa, mi mamá y mi hermana En espera de iniciar estudios de salud ocupacional
¿Tiene pareja o está en una relación amorosa?	Si Sra, en este momento me encuentro en una relación amorosa <b>(Relación afectiva)</b>
¿Cómo defines una relación afectiva o amorosa?	Creo que se basa en las dos, tanto afectiva como amorosa <b>(Acuerdos relacionales)</b>
¿Cómo defines las relaciones adolescentes, cómo son, como las percibes?	En mi punto de vista percibo que hay relaciones de adolescentes maduras, pero sin embargo hay unas muy inmaduras que se podría definir como relaciones de

	niños. <b>(percepción de relaciones)</b>
¿Para ti qué es lo que define una Buena relación?	El respeto, la convivencia y nada la tolerancia entre los dos. <b>(Acuerdos relacionales)</b>
¿Cuántas rupturas amorosas has tenido?	Ninguna hasta el momento
¿Cómo ha sido tu experiencia en esa (s) ruptura?	Pues como ya dije, no he tenido rupturas hasta el momento, pero si he visto vecinas y amigas que digamos no les pega de la misma manera la ruptura, porque hay rupturas más fuertes que otras.
¿Has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Como fue?	No, no he tenido, pero como le digo he visto algunas y pienso que una ruptura marca cuando en esa relación hay amor sincero. <b>(huella emocional ruptural)</b>
¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?	como ya dije no he tenido, pero también he percibido y creo que las rupturas se manejan con mucho amor propio.
¿cómo manejaste o afrontaste la tusa y cuánto tiempo te llevo aceptar la ruptura?	He visto y a unos les toma más tiempo que a otros, pero como les digo todo se trata de amor propio.
¿tuviste redes de apoyo (amigos, familia etc.) en los que te apoyaste para superar la ruptura?	He visto y creo que el mayor apoyo de las personas que he visto ha sido la mamá, y yo creo que yo al momento de yo tener una ruptura mi apoyo seria mi mamá
¿Existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?	pues, aunque no he tenido rupturas, creo que todo es aprendizaje porque si están en una relación y hay una ruptura van a aprender lo que quieren de una persona.
¿Cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?	He visto y creo que la mayoría de las personas lo hacen cuanto ya se sienten con el corazón sano.
¿Cuáles experiencias crees que marcan una relación?	Bueno, yo creería que son los momentos y el convivir con una persona distinta a tu familia que te enseña nuevas cosas. <b>(transformación subjetiva)</b>
¿Si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?	Como ya dije, no he tenido rupturas, pero yo creo que hay personas que las recuerdan distintas a otras, porque esto se basa mucho dependiendo en la ruptura.
¿Conoces las etapas del duelo? ¿Así como técnicas o herramientas para afrontarlo?	Bueno, sí he escuchado unas, he escuchado la ira que pues obviamente es el sentimiento que se genera en la ruptura, la negación que es cuando no se quiere ver como más allá de lo que tenemos en frente y la depresión que se genera a partir del sentimiento y rabia que genera la ruptura. <b>(proceso de afrontamiento)</b>

### 6.6.9 Entrevistado 9

#### Género masculino

ENTREVISTADOR	ENTREVISTADO
<p>Buen día, mi nombre es Sandra Bohórquez, gracias por permitimos desarrollar esta entrevista. Toda la información recolectada será para fines estrictamente académicos.</p> <p>Ahora sí, teniendo todo claro empecemos, Cuál es tu edad</p>	<p>19 años vivo con mi mamá y mi hermano Acabo de terminar las pasantías en el Sena</p>

con quien vive A que se dedica, si es estudiante en qué grado esta:	
¿Tiene pareja o está en una relación amorosa?	No tengo en el momento
¿Cómo defines una relación afectiva o amorosa?	Pues una relación de confianza y cariño entre ambas partes <b>(Criterio afectivo)</b>
¿Cómo defines las relaciones adolescentes, cómo son, como las percibes?	Pues una relación de pasajera, porque se piensa que la pareja con la que se va a tener una relación segura o para toda la vida, unas son muy toxicas y otras son solo por pasar el rato o por gusto de la otra persona físicamente, pues percibo que deja como enseñanza que una relación juvenil en pocas veces es estable madura y duradera. <b>(Percepción de relaciones)</b>
¿Para ti qué es lo que define una Buena relación?	La confianza, pues es lo que más la define y el fruto de la relación. <b>(Acuerdos relacionales)</b>
¿Cuántas rupturas amorosas has tenido?	nada más he tenido dos rupturas amorosas.
¿Cómo ha sido tu experiencia en esa (s) ruptura?	No he pues basado a lo normal, un tiempo pues si de dolor, pero pasajero, porque si se acaba es que no era conveniente para uno. <b>(Transición amorosa)</b>
¿Has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Como fue?	No hasta el momento ninguna que me allá marcado como tan fuerte, lo normal
¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?	pues enfocarme más en el estudio y disfrutar el tiempo con mis compañeros y pues para no pensar más en eso me distraía jugando y saliendo a compartir con amigos viendo películas etc. <b>(canalización y proyección)</b>
¿Cómo manejaste o afrontaste la tusa y cuánto tiempo te llevo aceptar la ruptura?	reconociendo que esa persona no era para mí y pues todos los días veía que tenía más cosas negativas que positivas para brindarme, afortunadamente la tusa fueron como dos semanas nada más, pero ya hace mucho tiempo. <b>(valor resiliente)</b>
¿Tuviste redes de apoyo (amigos, familia etc.) en los que te apoyaste para superar la ruptura?	Si tuve varias redes de apoyo como fueron mis amigos y pues una parte mi familia, donde me aconsejaban era una etapa más de la vida y no podía ilusionarme con una sola persona, que quizás no fuera para mí. <b>(redes de apoyo)</b>
¿Existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?	No hay que enamorarse como tal de una persona, hay que conocerla bien para poder enamorarse de ella. <b>(aprendizaje significativo relacional)</b>
¿Cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?	pues hasta el momento no se, pues no me siento todavía como para tener una relación cordial en este momento.
¿Cuáles experiencias crees que marcan una relación?	falta de confianza y la mentira, mentir en el momento de tener una relación y la falta de respeto. <b>(transformación subjetiva)</b>
¿Si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?	Chévere por qué., umm chévere porqué eee, la pasábamos pues vácanos, porqué los dos estábamos en el mismo sitio, pasábamos vacanismo, chévere ese momento. Los dos estábamos en el mismo sitio los dos, pues bien, los momentos. <b>(memoria emocional)</b>
¿Conoces las etapas del duelo? ¿Así como técnicas o herramientas para afrontarlo?	Si la primera es la desilusión, el llanto, el desespero, la ansiedad y luego empieza la aceptación de la pérdida o ruptura...las etapas al principio son como las técnicas para afrontarlo, tratarse de enfocarse en las cosas que tienen mayor importancia como el estudio y ya ...muchas

## 6.6.10. Entrevistado 10

### Género masculino

ENTREVISTADOR	ENTREVISTADO
<p>Buenas tardes, mi nombre es Sandra Bohórquez, gracias por permitirnos desarrollar esta entrevista. Toda la información recolectada será para fines estrictamente académicos.</p> <p>Ahora sí, teniendo todo claro empecemos, Cuál es tu edad con quien vive A que se dedica, si es estudiante en qué grado esta:</p>	<p>20 años vivo con mi papa, mi mamá y hermana En espera de iniciar estudios de salud ocupacional</p>
¿Tiene pareja o está en una relación amorosa?	estoy en una relación amorosa ( <b>Relación afectiva</b> )
¿cómo defines una relación afectiva o amorosa?	yo creo que tiene parte de las dos, tanto como afectiva y amorosa ( <b>percepción de relaciones</b> )
¿cómo defines las relaciones adolescentes, cómo son, como las percibes?	yo creo que las relaciones adolescentes la mayoría son muy inmaduras, porque se tratan como niños y no tienen como ese concepto de querer sen y respetar sen, sino ya pasar a otros límites. ( <b>Percepción de relaciones</b> )
¿para ti qué es lo que define una Buena relación?	Que se base en el respeto, la lealtad, la confianza y el cariño ( <b>Acuerdos relacionales</b> )
¿Cuántas rupturas amorosas has tenido?	una
¿Cómo ha sido tu experiencia en esa (s) ruptura?	Muy mala, pero pues se pudo superar ( <b>transiciones amorosas</b> )
¿Has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Como fue?	Digamos que sí, pero por los momentos se pasaron, momentos chéveres ( <b>huella emocional ruptural</b> )
¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?	Distraerme haciendo deporte, mirando televisión y haciendo otras cosas que no me llevaran a pensar en ello. ( <b>canalización y proyección</b> )
¿cómo manejaste o afrontaste la tusa y cuánto tiempo te llevo aceptar la ruptura?	Muy rápido porque pues uno se mentaliza a no depender de nada ni de nadie, sino de uno mismo del mismo querer de uno. ( <b>valor resiliente</b> )
¿tuviste redes de apoyo (amigos, familia etc.) en los que te apoyaste para superar la ruptura?	sí en amigos (redes de apoyo)
¿existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?	a volverme una persona más fuerte así tanto en lo sentimental como en lo personal ( <b>Aprendizaje significativo relacional</b> )
¿Cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?	cuando sentí que en mi corazón ya no sentía nada por esa persona sino ya por otra ( <b>restablecimiento emocional</b> )
¿cuáles experiencias crees que marcan una relación?	Los momentos que se compartieron, el recibir cariño de otra persona diferente a la de tu familia. ( <b>trasformación subjetiva</b> )

¿si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?	La definiría en su momento algo bueno, pero ya después malo, porque vinieron los problemas la peleas y los malentendidos y no se llegó a nada <b>(memoria emocional)</b>
¿Conoces las etapas del duelo? ¿Así como técnicas o herramientas para afrontarlo?	Sería el mal genio, el estrés, la depresión, la forma de ser, todo se basa en eso. <b>(proceso de afrontamiento)</b>

### 6.6.11. Entrevistado 11

#### Género masculino

ENTREVISTADOR	ENTREVISTADO
Buenas tardes, mi nombre es Sandra Bohórquez, gracias por permitirnos desarrollar esta entrevista. Toda la información recolectada será para fines estrictamente académicos.  Ahora sí, teniendo todo claro empecemos, Cuál es tu edad con quien vive A que se dedica, si es estudiante en qué grado esta:	Masculino 15años vivo con mi mamá y mi hermano En espera de iniciar estudios de salud ocupacional
¿Tiene pareja o está en una relación amorosa?	Si tengo pareja <b>(Relación afectiva)</b>
¿Cómo defines una relación afectiva o amorosa?	en respeto y en unión y comunicación <b>(Acuerdos relacionales)</b>
¿Cómo defines las relaciones adolescentes, cómo son, como las percibes?	son de respeto y amistad y confianza, la percibo en la forma de actuar y en la forma de ser con esa persona <b>(Acuerdos relacionales)</b>
¿Para ti qué es lo que define una Buena relación?	el respeto el amor y la confianza <b>(Acuerdos relacionales)</b>
¿Cuántas rupturas amorosas has tenido?	una no mas
¿Cómo ha sido tu experiencia en esa (s) ruptura?	cómo fue la primera y la única que he tenido, fue pues un poco dolorosa duro un tiempo <b>(huella emocional ruptural)</b> , pero ya después ya normal. <b>(transiciones amorosas)</b>
¿Has tenido una ruptura amorosa que te haya marcado? ¿Como fue?	pues solo fue una vez que duramos arto tiempo, como cinco meses y no se dé un momento a otro rompimos y ya, desde ahí se me ha dificultado el confiar y en dar de mi en mis relaciones, pues siento que en algún momento me va a dejar sin darme respuesta del por qué romper. <b>(huella emocional ruptural)</b>
¿Qué hiciste para manejar momentos de tristeza que surgieron a causa de la ruptura de pareja?	pues distraerme jugar y salir con mis amigos y todo eso y no pensar en eso y ya. <b>(canalización y proyección)</b>
¿Cómo manejaste o afrontaste la tusa y cuánto tiempo te llevo aceptar la ruptura?	pues como dicen que con el tiempo todo se cura, entonces pues deje pasar el tiempo y llego a aceptarlo,

	<b>llegue a aceptarlo (valor resiliente)</b>
¿Tuviste redes de apoyo (amigos, familia etc.) en los que te apoyaste para superar la ruptura?	pues en mis amigos porque yo salía a jugar y no pensaba en eso y pues eso me ayudo a superarlo <b>(Redes de apoyo)</b>
¿Existe para ti algún aprendizaje de las rupturas que has tenido, y como los has aplicado a tu vida?	pues yo diría que uno tiene que aprender con quien se mete y pues si ellos lo quieren y lo valoran, pues uno entrega todo, si no le demuestran nada entonces uno no entrega todo lo que siente y eso quererla y todo eso, el tiempo al tiempo, el tiempo al tiempo <b>(aprendizaje significativo relacional)</b>
¿Cuándo o como supiste que estabas listo para una nueva relación?	pues ya cuando uno la supera y ya no siente nada por esa persona y le da igual y pues después de que pasan arto tiempo por hay unos tres meses cuando uno ya no siente nada por esa persona ya le da igual mejor dicho ya se siente uno nuevo para una nueva relación <b>(restablecimiento emocional)</b>
¿Cuáles experiencias crees que marcan una relación?	lo que pasa en el instante y en el presente, cómo vivirlo en el momento todo lo que pase vivirlo en ese momento, no pensar después más adelante a que me gusto ese momento y nada de eso, vivir en el presente y momento lo que pasa. <b>(trasformación subjetiva)</b>
¿Si hoy te pregunto por como recuerdas tu relación anterior, ¿cómo la definirías, y por qué?	Que fue con mucho amor que tuvimos respeto del uno al otro y pues umm, yo diría que porqué amor, porque nos quisimos mucho, pues duramos cinco meses arto, para mi es harto y pues fue amor y respeto <b>(memoria emocional)</b>
¿Conoces las etapas del duelo? ¿Así como técnicas o herramientas para afrontarlo?	la aceptación, él desahogo con música porque con la música uno se va olvidando y con actividades, salir y todo eso para desahogarse y, así como herramientas y técnicas para afrontarlo, pues escuchando música y listo. <b>(Proceso de afrontamiento)</b>

## 6.7. Anexo 7: link del video de sustentación del trabajo de grado