

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUÍ  
VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO  
DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN, INFORMACIÓN  
Y DOCUMENTACIÓN  
MAESTRÍA ESPECIALISTA EN INVESTIGACIÓN**

**“VIUDEDAD EN LA MEDIANA EDAD: RETOS ANTE LA  
POSIBILIDAD DE REHACER SU VIDA AMOROSA”.**

**POR:  
SILVANA MARLENE CASTILLO R.  
4-118-977**

**TRABAJO DE GRADUACIÓN PARA  
OPTAR POR EL TÍTULO DE  
MAESTRÍA ESPECIALISTA EN  
INVESTIGACIÓN**

**DAVID, CHIRIQUÍ  
REPÚBLICA DE PANAMÁ  
2013**



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUI  
VICERRECTORIA DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

CALIFICACIÓN DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN

INFORME FINAL DEL TRIBUNAL EVALUADOR

Estudiante: Silvana Castillo Cédula: 4-118-977

Grado al que aspira: Maestría en Investigación

Título del trabajo: Viudedad en la mediana edad: retos ante la posibilidad de rehacer la vida amorosa

Miembros del Tribunal Calificador:	Calificación que otorga (nota)
a) <u>MSc. Ovidio Ayala</u> (Asesor)	<u>99</u>
b) <u>MSc. Glendys H. de Ortiz</u> (Miembro)	<u>99</u>
c) <u>MSc. Inés Ezquivel MSc</u> (Miembro)	<u>99</u>
Nota Final Promedio <u>99</u>	

Observaciones Generales del Tribunal: Interesante temática

en estado

El enfoque cualitativo de la investigación es una buena opción

Fecha de Sustentación / Evaluación: 22 de febrero de 2013 / 99

Firma de los Miembros del Tribunal:

a) [Firma] b) [Firma] c) [Firma]

[Firma]  
Coordinador del Programa

[Firma]  
Director de Posgrado de la VIP

[Firma]  
Firma del estudiante  
Cédula: 4-118-977

22 / 02 / 2013  
Fecha

**Nota:** Todas las copias deben llevar firmas originales y el original debe remitirlo a Secretaria General con nota de estilo.

**POESÍA**

## EL TIEMPO DE LA VIUDA

*Autora: Silvana M. Castillo R.*

Aconteció el tiempo y repentinamente,  
sola quedó, su amado partió.  
Llamó, gritó, lloró desesperadamente,  
él no escuchó, viuda quedó.

Luchó incansable, trabajó con esmero  
no tuvo tiempo para ella,  
sus hijos, su familia primero,  
se olvidó que la vida es bella.

Aconteció el tiempo y, repentinamente,  
sintió deseos de vivir, deseos de amar,  
suspiró profundo y calladamente,  
pensó que aún tenía mucho que dar.

Sigue adelante noble mujer,  
no temas amar sin condición,  
si crees en Dios, debes saber  
que él mismo dará su bendición.

**DEDICATORIA**

A mí amada madre y hermana que también comparten hoy la dura experiencia de haber perdido a su pareja. Ese ser tan especial y maravilloso con el que compartieron gran parte de sus vidas.

*Con amor,*

*Silvana Marlene Castillo*

**AGRADECIMIENTO**

A *Dios*, que siempre ha estado a mi lado y nunca permitió que desfalleciera.

A mí **amado esposo e hijos**, por su paciencia y apoyo.

A ustedes, **viudos y viudas**, que me apoyaron desinteresadamente para realizar esta investigación.

A todos, mil bendiciones.

*Con amor y respeto,*

*Silvana Marlene Castillo*



**ÍNDICE GENERAL**

<b>HOJA DE APROBACIÓN.....</b>	<b>ii</b>
<b>POESÍA.....</b>	<b>iii</b>
<b>DEDICATORIA.....</b>	<b>v</b>
<b>AGRADECIMIENTO.....</b>	<b>vii</b>
<b>ÍNDICE GENERAL.....</b>	<b>ix</b>
<b>ÍNDICE DE CUADRO.....</b>	<b>xiv</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS.....</b>	<b>xv</b>
<b>ÍNDICE DE ANEXOS.....</b>	<b>xvi</b>
<b>RESUMEN/ABSTRACT.....</b>	<b>2</b>
<b>CAPÍTULO PRIMERO.....</b>	<b>3</b>
1. Introducción.....	4
1.1. Antecedentes.....	6
1.2. Planteamiento del Problema.....	9
1.2.1. Preguntas de investigación.....	9
1.3. Objetivos.....	10
1.3.1. Objetivo general.....	10
1.3.2. Objetivos específicos.....	11
1.4. Delimitación.....	11
1.4.1. Espacial.....	11
1.4.2. Temporal.....	12
1.5. Alcance.....	12
1.6. Justificación.....	12
<b>CAPÍTULO SEGUNDO.....</b>	<b>15</b>
2. Marco Teórico.....	16
2.1. El Adulto.....	17
2.1.1. La edad madura.....	19
2.1.1.1. Características de la edad madura.....	20

2.2. La Viudez .....	28
2.2.1. Expectativas ante una nueva relación .....	31
2.3. Teorías Fundamentales.....	35
2.3.1. Teoría del apego.....	35
2.3.2. La teoría psicosocial de Erickson .....	38
2.3.2.1. Generatividad frente a estancamiento .....	40
2.3.3. Teoría de afrontamiento .....	43
<b>CAPÍTULO TERCERO.....</b>	<b>45</b>
3. Metodología.....	46
3.1. Diseño.....	47
3.2. Viabilidad del Estudio .....	50
3.2.1. Tiempo .....	50
3.2.2. Disponibilidad financiera.....	50
3.2.3. Disponibilidad actitudinal.....	51
3.2.4. Acceso al ambiente social.....	51
3.3. Exploración de la Literatura .....	51
3.4. Contexto y Muestras Iniciales .....	51
3.4.1. Mapeo: Definición del escenario .....	51
3.5. Criterios de Inclusión .....	52
3.6. Unidad de Análisis Muestral .....	52
3.7. Muestra.....	53
3.7.1. Muestra homogénea.....	54
3.7.2. Unidades muestrales .....	55
3.8. Descripción de los Instrumentos .....	56
3.8.1. Entrevista semiestructurada .....	56
3.8.2. Grupo focal .....	57
3.8.3. Entrevista abierta .....	58

3.9. Categorías y Subcategorías .....	59
3.10. Limitación .....	66
3.11. Rigor Metodológico .....	66
3.11.1. Criterios de confiabilidad y validez .....	66
3.11.1.1. Confiabilidad o consistencia .....	67
3.11.1.2. Validez.....	67
3.12. Utilidad de la Investigación .....	68
3.13. Presupuesto .....	70
3.14. Cronograma de Actividades.....	71
<b>CAPÍTULO CUARTO .....</b>	<b>72</b>
4. Recopilación y Análisis de Datos.....	73
4.1. Recolección de Datos .....	73
4.1.1. Entrevista abierta .....	73
4.1.2. Entrevista semiestructurada .....	87
4.1.3. Entrevista grupo focal .....	106
4.2. Presentación de los Datos.....	122
4.3. Análisis de los Datos .....	123
4.3.1. Entrevista abierta .....	123
4.3.1.1. Conceptualización de los resultados de la entrevista abierta .....	135
4.3.2. Entrevista semiestructurada .....	138
4.3.2.1. Conceptualización de resultados de la entrevista semi- estructurada .....	157
4.3.3. Grupo focal .....	159
4.3.3.1. Conceptualización de resultados del grupo focal .....	174
4.3.3.2. Informe de observación del grupo focal.....	177

<b>CAPÍTULO QUINTO .....</b>	<b>180</b>
<b>5. Discusión.....</b>	<b>181</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>185</b>
<b>RECOMENDACIONES .....</b>	<b>189</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>191</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>195</b>

## ÍNDICE DE CUADRO

<b>Cuadro I.</b> Unidad de Análisis Muestral.....	53
<b>Cuadro II.</b> Categorías Emergentes.....	176

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b>	Características de la mediana edad, experimentada por la muestra investigada. David, 2011. ....	134
<b>Figura 2.</b>	Problemas experimentados por la muestra investigada al quedar viudos (as). David, 2011 .....	136
<b>Figura 3.</b>	Resultado de la entrevista semiestructurada a cuatro personas viudas de la ciudad de David, 2011.....	156
<b>Figura 4.</b>	Resultado del grupo focal a cuatro personas viudas de la ciudad de David, 2011.....	173

## ÍNDICE DE ANEXOS

<b>Anexo 1.</b>	Consentimiento Informado.....	196
<b>Anexo 2.</b>	Técnica: Entrevista Semiestructurada.....	198
<b>Anexo 3.</b>	Técnica: Entrevista Abierta.....	200
<b>Anexo 4.</b>	Técnica: Grupo Focal.....	201
<b>Anexo 5.</b>	Formato de Observación para Grupo Focal.....	203



**RESUMEN/ABSTRAC**

## RESUMEN

El estudio investigó los retos, que enfrenta una persona viuda de mediana edad ante la posibilidad de rehacer su relación amorosa. Se conoció a través de cuatro entrevistas a personas viudas de ambos sexos entre las edades de cincuenta y cinco a sesenta años que laboran en la ciudad de David, las experiencias ante la oportunidad de reformar amorosamente sus vidas; por medio del paradigma cualitativo de carácter fenomenológico descriptivo. Para la recopilación de los datos se utilizó técnicas como: entrevistas abiertas, semiestructuradas, grupos focales y seguimiento mediante la verificación de resultados y las conclusiones por parte de las personas participantes. Se codificaron y analizaron cerca de treinta categorías relacionadas al estudio. La investigación se desarrolló en un periodo de dieciocho meses y los resultados están de acuerdo a los objetivos planteados.

**Palabras claves:** viudez, adultos de mediana edad, retos.

## ABSTRAC

The study investigated the challenges that a middle-aged widow person has to face in the process of remake a relationship. The study was based on the experiences of four widows of both sexes, between the ages of fifty-five to sixty years, who work in David city, and their opportunities to restore a love relationship, through the qualitative paradigm of a phenomenological descriptive character. For data compilation, we apply techniques such as open and semistructured interviews, focus group, verification of the results and conclusions by the participants. About thirty categories related to the study were analyzed and codified. The research was developed over a period of eighteen months and the results are related to the objectives established.

**Keywords:** Widowhood, middle aged adults, challenges.

## **CAPÍTULO PRIMERO**

## 1. INTRODUCCIÓN

Se denomina viudo al hombre y viuda a la mujer, viudez o viudedad a la pérdida de la pareja por muerte. En este estudio se emplearán ambos términos.

El estado de viudez es una difícil realidad que suele presentarse en cualquier etapa de la vida familiar. El mecanismo fisiológico indica que cuando la destrucción de las células es mayor que la renovación y se extiende, sobreviene el deterioro, se envejece y muere, dando como resultado que la muerte se da con mayor frecuencia en la adultez intermedia y tercera edad, debido al desgaste natural del ser humano.

El efecto por la pérdida de la pareja es devastador de acuerdo al grado de dependencia. Una de las duras realidades que se presentan en la mediana y tercera edad es la pérdida del ser con el que se ha compartido una larga etapa de la vida. La repercusión por la pérdida del cónyuge dependerá, en gran medida, del grado de dependencia que se haya establecido.

El objetivo de esta investigación está relacionado con los retos que enfrenta las personas viudas de mediana edad, ante la posibilidad de una nueva relación amorosa, ya que en la ciudad de David, Provincia de Chiriquí, República de Panamá, existen viudas y viudos en estas edades, se considera pertinente esta investigación para concienciar a aquellas personas que por alguna razón queden viudas a mediana edad, sobre los retos que

deben afrontar y resolver. Además si se les presenta la oportunidad de volver a rehacer su vida amorosa o sentimental no tengan remordimiento o sentimientos de culpa por la pareja que ya no está.

El estado de viudedad a nivel mundial en los últimos años ha sido objeto de estudio, puesto, que repercute grandemente en la salud física y mental de quienes pasan por esta situación.

Los resultados de Estadística y Censo del 2010, reporta que existen en el territorio panameño 88,035 personas viudas, de las cuales 51,438 corresponden a la etapa de la mediana edad. De esta población la mayor incidencia recae en la población femenina, indicativo de que existen más viudas que viudos.

Según el censo en mención, en la Provincia de Chiriquí existe una población de 416,871 personas de las cuales 11,738 están viudas, de la cuota, 2,720 corresponde a la mediana edad. Aunque, parezca irrelevante esta cantidad, esta población presenta una situación real que merece ser analizada a profundidad; puesto que involucra una serie de conflictos que debe enfrentar las personas viudas al ver la posibilidad de rehacer su vida con otra pareja.

En la obra del doctor Castillo Amauri (2005) se menciona que las personas viudas enfrentan grandes desafíos cuando tienen la posibilidad de un nuevo amor. Estos retos van desde el plano personal hasta el espiritual religioso, siendo este uno de los que más afecta, ya que sienten que están traicionando la memoria de la difunta pareja.

Considerada esta realidad, la investigación es oportuna y relevante, ya que analiza a profundidad cada situación desafiante que debe enfrentar las personas viudas de mediana edad, ante la posibilidad de restablecer una nueva relación amorosa.

La investigación consta de cinco capítulos. El primero describe la parte introductoria del problema, donde se da a conocer la importancia, justificación, objetivos y las preguntas de investigación.

La revisión de la literatura se detalla en el segundo capítulo. En el tercero se especifica la metodología utilizada para desarrollar la investigación. En el cuarto capítulo se presentan los resultados obtenidos, luego de aplicadas las diferentes técnicas de recopilación de datos y en el último capítulo se discuten los resultados del estudio investigativo.

### **1.1. Antecedentes**

La palabra viudo (a) viene del latín "*viduus*" que significa persona, a quien se le ha muerto su cónyuge y no ha vuelto a casarse.

El estado de viudedad ha sido a lo largo del tiempo inspiración para historias reales y ficticias y muestra de ello, es que han compuesto versos y poemas dedicados a estas personas que en un momento determinado quedan sin la pareja con las que han compartido tanto.

La viudez ha acompañado a la humanidad prácticamente desde sus inicios. Es una condición a la que está expuesta la pareja desde que se constituye como tal, ya que la muerte es parte del ciclo de la vida. El trato y consideración que se ofrezca a estas personas depende de la cultura.

En todas las culturas las viudas tienen un trato especial, de ello habla la **Biblia**, en el libro *Éxodo*, capítulo 22, verso 22 al 24 cuando dice: *“A ninguna viuda ni huérfano afligiréis, porque si tú llegas a afligirles y ellos clamaren a mí ciertamente oiré yo su clamor y mi furor se encenderá y os mataré a espada y vuestras mujeres serán viudas...”*.

Lo anterior, con claridad, establece que las viudas deben ser tratadas con respeto y atención, en ningún momento se le debe causar pena, dolor o más sufrimiento del que están sintiendo y el que lo hace será sancionado con rigor.

De igual manera, las Sagradas Escrituras resaltan las vidas de las viudas de mediana y avanzada edad, por ser más sensatas y estar alejadas de las cosas superfluas. También, porque tienen menos posibilidades físicas para realizar oficios rigurosos y encontrar una pareja que se haga responsable de ella.

Responsabilizarse de una mujer viuda ya sea en tiempo pasado o en el presente, es un acto de gran responsabilidad. No sólo implica la manutención de la mujer; sino también de su descendencia. Por consiguiente, no tener la oportunidad de una pareja que acepte ese compromiso se convierte en una problemática social, sobre todo, en las viudas de mediana edad.

La mediana edad, intermedia o madura es el período comprendido entre los 45 y 60 años de vida de las personas. Esta etapa, por lo general, se inicia cuando la capacidad de procreación se detiene y comienzan a aparecer los cambios hormonales específicos de esta edad, tanto en mujeres como en hombres y que disparan el período involutivo, que comúnmente se conoce como menopausia en las mujeres y andropausia en los hombres.

Los malestares comunes de esta etapa, se ven agravadas por los cambios que se observan en la imagen corporal, aparición de las canas en el cabello, arrugas en el rostro,

disposición a la flacidez muscular y al aumento de peso debido a los dramáticos cambios metabólicos, entre otros, además surgen cuestionamientos sobre sí mismos y situaciones que se experimentan como fallecimiento de los padres, partida de los hijos que pueden originar crisis que, por consiguiente, afectan la salud integral de la persona de mediana edad.

Las investigaciones realizadas por (Citrybaum et al, 1980 En: Craig, 1991) destacan que la crisis de la mediana edad tiene que ver más bien con los sistemas sociales y la cultura. Proporciona un marco de referencia, al que debe responder la persona de acuerdo con sus capacidades y formación.

Prueba de este marco de referencia se observa en los estudios de Kimmel (1988) donde reportan que la cultura japonesa y la india son menos sensibles a este fenómeno del envejecimiento, puesto que la madurez y ancianidad son altamente valoradas y estimadas.

A pesar de las consideraciones culturales, bíblicas y de las leyes estipuladas por los gobiernos a nivel mundial la viudedad no deja de representar un problema social. Tanto en el pasado como en los tiempos actuales, en cualquier lugar, la falta de uno de los cónyuges causa un vacío difícil de llenar.

Este vacío se prolonga aún más cuando la pareja fallecida aportaba activamente al ingreso económico. De igual forma, la parte afectiva se ve seriamente alterada, puesto que las experiencias compartidas nunca serán iguales.

Entre más madura sea la persona y más larga la relación el vacío es más profundo, no en vano compartieron con su pareja un sinnúmero de experiencias físicas, emocionales y económicas durante su existencia.



Expuesto lo anterior se considera que no son comunes las investigaciones que tratan sobre la viudedad y los retos que enfrentan las personas de mediana edad cuando tienen la posibilidad de rehacer su vida amorosa. Los estudios se inclinan al ciclo vital de la familia y las adaptaciones ante este evento enfatizando en la tercera edad que no es el punto central de este estudio investigativo.

## **1.2. Planteamiento del Problema**

- ¿Cuáles son los retos que enfrentan las personas viudas de mediana edad ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa?

### **1.2.1. Preguntas de investigación**

- ¿Cuáles son las características que se presentan en la mediana edad?
- ¿Cuáles son los problemas de la viudedad en la mediana edad?
- ¿Por qué las personas viudas de mediana edad necesitan rehacer su vida amorosa?
- ¿Cuál es el tiempo que se necesita para que las personas viudas de mediana edad piensen en una nueva relación amorosa?
- ¿Cuáles son los retos enfrentados por las persona viudas de mediana edad ante la posibilidad de rehacer la vida amorosa?

- ¿Cuáles son las situaciones estresantes que experimenta la persona viuda de mediana edad ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa?
- ¿Qué cualidades buscaría la persona viuda de mediana edad en una nueva pareja?
- ¿Qué tan importantes son los grupos de apoyo y orientación para las personas viudas en la ciudad de David?

### **1.3. Objetivos**

En la investigación cualitativa los objetivos no pretenden precisar el problema de estudio desde el inicio. Este elemento es más bien “enunciativo y constituye un punto de partida en la investigación”. Hernández, et al. (2008:524).

La particularidad de la investigación cualitativa es percibir los acontecimientos, acciones y valores desde la representación del investigado, desde este punto de vista se plantean los siguientes objetivos.

#### **1.3.1. Objetivo general**

- Analizar los retos que enfrentan las personas viudas de mediana edad ante la posibilidad de una nueva relación amorosa.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Señalar las características que se presentan en la mediana edad.
- Distinguir los problemas de la viudedad en la mediana edad.
- Explicar la necesidad de las personas viudas de mediana edad de rehacer su vida amorosa.
- Determinar el tiempo de una nueva relación amorosa para que las personas viudas de mediana edad piensen en ella.
- Identificar los retos enfrentados por las personas viudas de mediana edad ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.
- Examinar las situaciones estresantes experimentadas por las personas viudas de mediana edad cuando tienen la posibilidad de rehacer su vida amorosa.
- Detallar las cualidades de una nueva pareja para las personas viudas de mediana edad.
- Describir la necesidad de grupos de apoyo y orientación para las personas viudas en la ciudad de David.

## **1.4. Delimitación**

### **1.4.1. Espacial**

La investigación se desarrolla en la ciudad de David, Provincia de Chiriquí, República de Panamá.

#### **1.4.2. Temporal**

Se realiza en un período de dieciocho meses. El recurso financiero y disposición de los actores facilitó la culminación de la investigación en el tiempo señalado.

#### **1.5. Alcance**

La investigación demuestra que las personas viudas de mediana edad entre 45 y 60 años enfrentan retos ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

La investigación detalla los retos y situaciones estresantes enfrentados por las personas viudas de mediana edad, cuando tienen la posibilidad de rehacer su vida amorosa. Señala, además, las características de la edad madura y los problemas experimentados al quedar viudos.

De igual forma expone la necesidad de convivencia que tienen estas personas, el tiempo que han necesitado para pensar en rehacer la vida amorosa y las cualidades que buscan en la nueva pareja.

#### **1.6. Justificación**

La viudedad en la mediana edad, es una etapa que conlleva una serie de desafíos que deben enfrentar las personas en esta condición, por lo que se torna interesante conocer

¿cuáles? son los retos que la persona viuda debe experimentar en esta etapa del ciclo de la vida. La investigación en cuestión sensibiliza al lector, a tomar conciencia de una realidad ineludible que afecta tanto a uno de los cónyuges como al resto de la familia.

Es un estudio de relevancia social, ya que analiza un aspecto ineclutable en la vida del ser humano ocurrido en la mediana edad o edad madura, donde los cambios corporales, hormonales desencadenan situaciones críticas al sentir el envejecimiento y deterioro del cuerpo.

Es una investigación de connotaciones en las diversas disciplinas relacionadas al estudio de las familias como lo es el Trabajo Social, genera interés por nuevos estudios y amplía los conocimientos para comprender psicológica y socialmente a las personas viudas de mediana edad, que en algún momento tienen la oportunidad de rehacer su vida amorosa.

Las personas viudas de mediana edad forman parte de la sociedad; por tanto, además de la comprensión deben contar con los recursos necesarios para que puedan enfrentar y resolver los retos que implica la oportunidad de una nueva pareja.

Es una investigación de implicaciones reales y prácticas, los conocimientos aportados permiten conocer las vivencias de las personas viudas, su interrelación con la familia y sociedad como parte fundamental de las soluciones como elemento humano.

Con las experiencias manifestadas por los actores que participaron en la investigación, la sociedad, autoridades nacionales, provinciales y locales pueden tomar medidas al presentar alternativas como son los grupos de apoyo y orientación con la finalidad de mejorar la salud integral de estas personas que enfrentan retos y situaciones estresantes cuando se le presenta la oportunidad de rehacer su vida amorosa.

La investigación presenta un aporte metodológico, se crea un instrumento de recopilación de información utilizado en el grupo focal y que sirve de referencia para trabajos futuros. Además ofrece una contribución teórica puesto que los resultados se sintetizan en mapas mentales y se conceptualizan a partir de los resultados obtenidos lo que permite la construcción de conocimientos basados en las experiencias de los actores sociales.

No se conoce de estudios dirigidos al tema en la Provincia de Chiriquí, por tanto se considera el primer estudio que aborda los retos enfrentados por las personas viudas de mediana edad, ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

## **CAPÍTULO SEGUNDO**

## 2. MARCO TEÓRICO

En las investigaciones cualitativas se busca construir la unidad entre la teoría y la práctica, para así cimentar un supuesto que sirva de orientación para la acción que esté profundamente relacionada a la ciencia para la transformación social.

En el documento en línea de Miguel Martínez M., se hace énfasis a este apartado de la investigación:

“el "marco teórico" que se antepone a cualquier investigación cualitativa es, generalmente, sólo "teórico-referencial", es decir, fuente de información y nunca modelo teórico en el cual ubicar nuestra investigación. Servirá para contrastar, después, nuestras conclusiones con las de otros autores y, así, entenderlas mejor, pero nunca para forzar e imponer una interpretación determinada”.

Cuando se utilizan teorías existentes, éstas deben permitir la concepción de ideas, hipótesis o pautas para dirigir la investigación o sus explicaciones e interpretaciones y no exigir la identificación con una de ellas.

El papel de la teoría es: “proveer las ideas no contempladas, pero que desde luego se ajustan al contexto y desarrollo del estudio, que al final le permite al investigador "ir más allá del evento local" al relacionarlos con eventos similares”. Hernández, et al (2008:529).

El marco teórico no requiere ser completo desde que se inicia el proceso de investigación; este se va elaborando en la medida que avanza el proceso.

Los elementos del marco teórico son los mismos que se utilizan en el enfoque cuantitativo, pero se abordan de distinta manera; las variables son categorizadas y luego se definen junto con los grupos que participaron en el estudio, de manera directa y natural.



Para este apartado se presentan las directrices teóricas que sirven de guía a la investigación y que detallan el panorama general de las principales teorías que abordan el tema y las más importantes evidencias teóricas-empíricas que existen, tanto en la literatura internacional como en la nacional.

## 2.1. El Adulto

Delimitar el concepto de lo que se entiende por adulto, puede tener sus dificultades, puesto que sus significados serán diferentes según la posición que se adopte en la aproximación a su estudio y delimitación. Con base a estas consideraciones, se debe establecer un significado apropiado para enmarcar de antemano el período del cual se realiza el estudio.

En este sentido, etimológicamente, adulto proviene del verbo "*adolescere*", cuyo significado es crecer; al derivar del participio pasado de este verbo "*adultum*", viene a significar: el que ha terminado de crecer.

Al partir de esta definición se puede decir que, adulto es aquella persona que ha terminado de crecer y se encuentra en el período intermedio entre la adolescencia y la vejez, o sea, cronológicamente es el período que abarca aproximadamente cuarenta años; comprendidos entre los 20 y 60 años.

Aparte de esta delimitación cronológica por edad, no se puede pasar por alto que la edad adulta es un largo período de la vida y dada su amplitud se puede distinguir en ella diferentes etapas, caracterizadas por diversos momentos del proceso evolutivo de cada

persona con relación a funciones o roles que pueda desempeñar y que conforman el pleno desarrollo de su personalidad.

En atención, al reconocimiento de dichas etapas se pueden mencionar la teoría o modelo empírico desarrollado por Levinson, 1978 En: Rice (1997:478), el cual hace una distinción entre eras y períodos, y estima que la adultez está basada en cuatro períodos:

- ♦ **Preadulthood (hasta los 17 años):** está caracterizada por el rápido cambio biopsicosocial, por el que el sujeto pasa de un total desvalimiento hasta su plena capacidad de vivir y comportarse como un adulto libre y responsable.
- ♦ **Adultez temprana (17-45 años):** determinada por la enorme vitalidad que alcanza su máxima potencialidad y por el mayor grado de tensión y estrés. Esta era señala la culminación del período vital en el ámbito biológico.
- ♦ **Adultez intermedia (45-65 años):** está determinada por los niveles biológicos por una disminución de las capacidades, habilidades y destrezas físicas, respecto a la etapa anterior, aunque aún se conserva vitalidad y energía suficiente para una vida personal y social satisfactoria y valiosa.
- ♦ **Adultez tardía:** caracterizado por un declive más acuciado de las potencialidades físicas, la salud y las relaciones sociales.

Pero no se puede dejar a un lado que existen otros teóricos que hacen referencia a las diferentes etapas de la adultez, como la teoría o modelo motivacional de Huberman (1974) En: Rice (1997), el cual concreta su delimitación a través de intereses o motivaciones en seis ciclos:

- Concentración en la propia vida (18-30).
- Concentración de las propias energías (30-40).

- Afianzamiento y valores propios (40-50).
- Mantenimiento de la posición alcanzada (50-60).
- Pensando en el retiro (60-70).
- Aumenta la desconexión (70 años en adelante).

Entonces, se puede apreciar que la dirección y la atención recaen sobre los ciclos comprendidos entre los 40 y 60 años, respectivamente. Por otro lado, la teoría o modelo clínico, representado por los teóricos Erickson, Maslow y Havighurst En: Kail y Cavanaugh (2006), distinguen tres etapas correspondientes a la edad adulta, éstas son:

- Etapa de la joven edad adulta (18-30).
- Etapa de la edad adulta intermedia (30-60).
- Etapa de la edad avanzada (60 años en adelante).

De acuerdo con la descripción que se ha realizado en cuanto a las etapas que conforman el período de adultez tomando en cuenta diferentes teorías, se ha hecho simplemente para identificar la etapa de la edad adulta, puesto que de manera muy exhaustiva se debe realizar una descripción dirigida hacia el período de adultez intermedia que se referencia dentro del contenido del estudio utilizando como terminología básica: mediana edad o edad madura.

### **2.1.1. La edad madura**

Con base a la teoría expuesta anteriormente, es conveniente para el estudio destacar las características sociales, emocionales, psicológicas, físicas y económicas que se identifican

dentro de la etapa de edad madura con el ánimo de poder comprender lo que representa la condición de viudedad para las personas que se encuentran en este período de tiempo.

Craig manifiesta que la edad madura: “es un período de transición, una especie de puente entre dos generaciones” (1991:522). En el sentido propio de las palabras de la autora se puede destacar un hecho simple, la edad madura es el paso para dejar la adultez joven y prepararse para la edad avanzada.

Según Erickson En: Kail et al (op. cit.), las responsabilidades más importantes del período proceden del hecho de que el individuo se encuentra literalmente “en la mitad”, no sólo de su propia vida, sino de otras dos generaciones.

Resulta paradigmático que dentro de este período de edad, cuando se ostenta de un nivel apropiado de vida, y más aún cuando se está casado, se encuentre ante la situación de que su cónyuge fallezca por indeterminados motivos, dando como resultado una desvariación significativa en el contexto general del desarrollo evolutivo de la persona madura.

Cronológicamente, la madurez comprende aproximadamente de los 40 a los 60 o 65 años de edad, pero el período puede ser más largo o corto según el individuo. En base a lo expuesto, es pertinente realizar una descripción de este período atendiendo a ciertos aspectos básicos como salud, dependencia laboral, familiar y económica como también social.

#### **2.1.1.1. Características de la edad madura**

En general, las personas que se encuentran en el período de edad madura de hoy día están en buena condición física, financiera y psicológica, producto de un período adulto joven fortalecido por las expectativas de un mejor futuro.

Por un lado, los adelantos médicos y el conocimiento del cuidado preventivo y la buena condición están manteniendo de manera general en buena salud física la generación actual de gente de edad madura. Una de las mayores fuerzas de la edad madura proviene de haber vivido lo suficiente para adquirir experiencia social y profesional valiosa, tener oportunidades de utilizar esa experiencia.

Cabe resaltar que es una “época primordial” de la vida que tiene sus tensiones. El adulto se da cuenta que su cuerpo no es lo que una vez fue. En una sociedad orientada hacia la juventud y la buena condición, las arrugas, los hundimientos y los dolores musculares agudos son señales no bienvenidas pues indican la proximidad de la vejez.

Las aparentes señales de envejecimiento pueden herir a la gente que está buscando trabajo o que se encuentra dentro de una institución donde la mayoría de la población es gente “joven”. Esto es significativo, porque el trabajo que hace la gente ejerce una gran influencia en la forma como se siente ante esta época de la vida.

La edad madura se convierte para la persona en una época de hacer inventarios. La gente reevalúa sus aspiraciones anteriores y qué tan bien se ha realizado. Durante la transición de la adultez temprana y la intermedia (madura) algunas veces se modifican metas o se incursiona en actividades totalmente diferentes de las esperadas.

La reevaluación que se extiende a las relaciones íntimas y otros aspectos del estilo de vida, sucede debido a un cambio en la orientación en el tiempo de las personas. En vez de pensar en el período de su vida desde el punto de vista de los años que ya ha vivido, la gente empieza a pensar en el tiempo que le queda por vivir. Comienza a darse cuenta de las posibilidades de poder hacer todo lo deseado y está ansiosa, muchas veces, por obtener al máximo provecho de sus años restantes.

En esta etapa las personas experimentan diversos cambios, por ejemplo, unos se separan de sus cónyuges, otras cambian de puestos o actividades laborales, otras se acogen a su jubilación, es decir, en la adultez intermedia la mayoría de las personas desean vivirla apresuradamente y muchas veces, de manera pesimista más que optimista.

Según opinión propia no debe ser así, esta edad debe ser el resultado o producto de una juventud bien aprovechada. En este sentido se considera atinado citar una frase célebre de Marco Tulio Cicerón “Las ciencias y las letras son el alimento de la juventud y el recreo de la vejez”. Al respecto, se puede inferir que si se estudió y se aprovechó cada etapa como lo establece Maslow y Erickson, entonces, este período de vida permite disfrutar de los conocimientos y experiencias vividas y no verla como una etapa de detrimento y sinsabores.

Resultado de todas estas implicaciones en la etapa del individuo ya maduro, es que se ve rodeado por diversos factores que constituyen un marco de referencia, dentro del cual debe reaccionar ante los cambios y los sistemas sociales al cual pertenece. Citrynbaum et al, 1980 En: Craig (1991:523), afirman que esos factores pueden ser:

- La personalidad y capacidad del individuo para enfrentarse al cambio.
- Los acontecimientos específicos (y el momento de su aparición) que precipitan el cambio.
- Los procesos del desarrollo que es preciso dominar en la edad madura.
- Importante cambio de la personalidad en la madurez.
- El orden de las fases del cambio en la edad madura.
- Un análisis de esta estructura del desarrollo al ocuparse de las desadaptaciones al cambio de este período.

Todos estos factores conllevan una serie de diversas connotaciones, las cuales se agudizan y profundizan cuando el individuo tiene que pasar por la situación de la pérdida de pareja lo cual propicia, entonces, no es un período de transición sino más bien un período de crisis que evoca o disemina una desestabilidad en todos los posibles factores alcanzados, y es que el logro de la estabilidad, más los cambios físicos propios de esta etapa, generan una fase de introversión que se relaciona con el proceso de individuación (descrito por Jung En: Abruch (2002). Al haber dominado las presiones externas, se puede dedicar la energía al conocimiento de sí mismo.

Debido a esto, se espera que el adulto medio se conozca más, que el sí mismo se vuelva más auténtico, en el sentido de que se tiene una visión más realista de la vida. Se viven procesos de duelo (cómo era antes, cómo soy ahora, qué me queda por vivir). Las relaciones con el mundo externo se hacen más selectivas.

Se puede enumerar las características que según el criterio propio, son identificables dentro del período de la adultez media:

- Descenso de habilidades sensoriales y capacidad física.
- Periodo fructífero del trabajo profesional y creativo.
- Tensiones del trabajo afectan el bienestar físico y emocional.
- Se encuentran atrapados entre cuidado de adolescentes y ser padres ancianos.
- Se da una relativa estabilidad a nivel material y en el campo de las relaciones sociales.
- Se logra una mayor integración del conocimiento y la eficiencia se relaciona con la experiencia.
- Integración de la personalidad: se es menos vulnerable a las presiones externas, se saben manejar mejor.

Es un período, especialmente, oportuno para recordar y ver que ha sido de los sueños, ilusiones y proyectos anteriores. Se trata también de una etapa de gran productividad, especialmente en la esfera intelectual y artística, y en definitiva se consigue la plena autorrealización.

Las personas adultas son más conscientes de sus limitaciones, tienen miedo al fracaso. En esto juegan un papel muy importante la experiencia anterior, los éxitos y fracasos. Existe una mayor tolerancia a la frustración. Valoración más alta de la paciencia. Las funciones del yo se vuelven más eficientes, pues se puede vivir estados emocionales sin desbordarse ni perjudicar a otros. Los cambios ponen a prueba la madurez de la personalidad.

Al igual que durante la infancia y adolescencia, durante la adultez las relaciones de apego ocuparán un lugar importante, si bien irán cambiando las figuras que representan la principal figura de apego. Si durante la infancia y adolescencia temprana, este papel era protagonizado de forma destacada por la madre, en la adolescencia media y tardía empezaba a ganar jerarquía el amigo.

A partir de la adultez temprana y durante el resto de la trayectoria vital, será la pareja quien ocupe de forma incontestable esta posición privilegiada. No obstante, en la vejez y, sobre todo, en las situaciones de viudedad, los hijos e hijas representarán importantes figuras de apego para sus padres.

Los modelos de apego construidos durante la infancia y modificados en ocasiones como consecuencia de las relaciones románticas y de amistad de la adolescencia, seguirán configurando las relaciones emocionales estrechas con la pareja, de forma que aquellos sujetos con vínculos inseguros evitativos se mostrarán muy fríos y distantes en sus relaciones de pareja, evitando el compromiso emocional.



En cambio, la ansiedad dominará las relaciones afectivas de quienes construyeron modelos inseguros ambivalentes. Estos sujetos mostrarán una gran inseguridad tanto en sí mismos como en sus parejas, manifestando unos celos muy intensos.

Estas relaciones de apego adulto guardarán muchas similitud con las de la infancia, así ciertas características de la relación de apego en la adultez permanecen iguales a las del apego infantil. Por ejemplo.

- Deseo de proximidad con la figura de apego,
- Sentimiento de bienestar asociado a su presencia,
- Ansiedad ante las separaciones y pérdidas de la figura de apego.

Sin embargo, hay otros aspectos de esta relación que cambian durante la adultez:

- Aumenta la tolerancia a las separaciones, ya que el adulto no necesita la presencia continua de su pareja, para estar seguro de su disponibilidad.
- Las conductas de apego, tan frecuentes durante la infancia, se hacen menos frecuentes y manifiestas.
- El modelo representacional (*internalworkingmodel*) está más formado y es más resistente al cambio. Ello no quiere decir que, no pueda cambiar, tanto como resultado de las experiencias en las relaciones afectivas como consecuencia de la psicoterapia.
- La aflicción y tristeza por las separaciones se manifiesta menos e interfiere menos con otros sistemas de conducta, como el exploratorio.

Pero el lado sexual conduce a manifestaciones más afiliativas y afectivas en los hombres, incorporando características femeninas a su personalidad, mientras que las mujeres aparecen como más agresivas y asertivas.

Erickson habla de que en esta etapa la persona atraviesa el conflicto entre generatividad y estancamiento, donde la generatividad implica el dar lo más auténtico, lo propio, aquello que ha pasado por la propia experiencia y se manifiesta en los hijos, valores, trabajo y la relación con los demás.

Cuando tal enriquecimiento falta por completo, tiene lugar un sentimiento de estancamiento y empobrecimiento personal, llevando a invalidez física o psicológica.

Debido a esto, se produce una reorganización o reestructuración de la identidad, redefinición de la imagen corporal (crisis, canas, calvicie, entre otros), redefinición de las relaciones con los padres (si todavía están vivos), los hijos y la pareja, evaluación de los planes que se proyectaron desde la adolescencia, reconocimiento de que queda poco por vivir, lo que genera cuestionamientos acerca de lo que se ha hecho y lo que queda por hacer.

En el área laboral se perciben limitaciones de los proyectos personales hacia atrás y hacia el futuro (“queda poco tiempo”). Se teme a la competencia de las generaciones nuevas. Es una fase de consolidación de la carrera, al hacer la revisión toma conciencia de:

- ¿Cuáles son las metas?
- ¿Cuáles se realizaron y cuáles no?
- ¿Qué proyectos me gustaría realizar?

En cuanto a la vida en pareja se requiere un reordenamiento de la vida matrimonial, por el fenómeno del *nido vacío*. Ahora, se pueden abordar temáticas que antes no se podía por dedicación a los hijos. Surgen conflictos que estaban latentes a lo largo de la vida de la pareja que no se habían resuelto por alguna razón. Pasar más tiempo junto produce dificultades en la relación diaria, se requiere un sistema diferente que permita un acomodo real.

Dentro de la revisión de la crisis se concluye que la pareja comparte todo un pasado común que permite la proyección de la vejez en conjunto, lo que da tranquilidad a la pareja. Estos signos cambian la perspectiva del tiempo, aparece la conciencia de la muerte personal.

Se genera una adaptación en la proyección de metas, haciendo un análisis de los proyectos pasados y futuros. Esto se plantea como una crisis normativa. Se da una mejor comprensión en todos los ámbitos por la inversión de roles.

Esta crisis favorece la integración, pues la pareja constituye una fuente de aceptación de los cambios corporales. Se plantea el segundo proceso de individuación donde se aceptan mayores aspectos de la personalidad y, por otra parte, se prepara para la muerte.

En la adultez media, la sociedad establece algunos criterios, tomando como base lo que se demuestra durante estas etapas (cambios físicos, las relaciones, el trabajo, factores psicosociales y otros), estos sirven de guía para categorizar no solo por la edad, sino también por el comportamiento, esto permite definir si el adulto según su edad cumple o no con lo que establece la sociedad. Entonces, si es aceptado y se adapta representa un adulto maduro y cuando no lo logra es un adulto inmaduro.

Es bueno para finalizar con este punto, reconocer la existencia de una crisis en la edad madura, fundamentada en muchos casos en el apareamiento de un análisis autocrítico del balance personal y un reajuste de expectativas y sueños, tomando en cuenta las posibilidades del contexto y evaluando los factores descritos por Citrynbaum et al con anterioridad.

Entonces, deviene el dolor por lo no realizado, una preocupación por la necesidad de sentirse joven, lo que puede llevar en algunos casos a la “crisis de la mitad de la vida”. Enfrentar la posibilidad de ser superado por los hijos. También se sufre al saber que ya no se es fuente de identificación de los hijos; ellos reconocen defectos y critican abiertamente.

Lo más sano sería ser capaz de aceptar y sentirse gratificados por el proceso de autonomización de los hijos. Además, se debe tolerar ser objeto de evaluación.

## **2.2. La Viudez**

La viudez es un acontecimiento trágico, complejo y generalmente inesperado, que tiene diferentes incidencias dependiendo del período evolutivo en que se encuentran las personas. Es uno de los grandes golpes emocionales a los que se ve sometido el sujeto emparejado, teniendo efectos en muchos casos traumáticos, pues se trata de afrontar la muerte de un ser querido fuertemente enlazado en la personalidad individual.

La pérdida de la pareja por muerte va a suponer un cambio importante en la vida de una persona que conllevan a profundas modificaciones y pérdidas con importantes repercusiones sobre la salud física y mental del viudo/a.

Los estudios de la doctora Trinidad Aparicio P. (2005) afirman que a pesar del impacto emocional de los primeros momentos, al cabo de un período que ronda los 12 meses, la mayor parte de los viudos y viudas parecen haberse adaptado a la nueva situación. La mayor esperanza de vida de las mujeres, y la mayor edad de los varones en los matrimonios, hace que sea mucho mayor el número de viudas que de viudos.

A nivel nacional como provincial, son limitados los estudios sobre la viudedad, del cual se debería considerar puesto que las importantes transformaciones que este acontecimiento genera en la persona sea hombre o mujer, suele alterar la vida cotidiana, viéndose frecuentemente obligada a reajustar sus procesos y mecanismos de inserción tanto social, económico como laboral.

La viudez va a suponer una ruptura de vínculos emocionales y una pérdida afectiva que puede tener una importante repercusión a este nivel. Sin embargo, el problema más serio que afrontan las personas que enviudan es la soledad y la pérdida económica; la pérdida del ser querido y sus implicaciones emocionales no siempre serán el mayor problema, y en algunos casos puede incluso suponer una liberación.

Los autores españoles Alberdi y Escario señalan que la viudedad es: “una de las situaciones sociales en las que cambian más dramáticamente las circunstancias sociales del individuo: su posición social y en función de ello sus obligaciones y responsabilidades”. Alberdi y Escario, 1990 En: Sánchez (2009:10).

Por tanto, esta condición especial de hombres y mujeres suele convertirse en una situación que involucra no solo a su persona; sino a todos aquellos que conforman el grupo familiar y de amistades, por lo que genera problemas sociales.

Es importante resaltar que, cuando una persona pierde a su cónyuge pasa por diversas situaciones y las emociones a las que se enfrentan son diferentes. Por ejemplo: si una persona queda viuda siendo aún joven, esto repercute en la obstrucción de proyectos, si se tiene hijos éstos quedan sin la figura materna o paterna, trastocando así sus metas o planes de vida; pero con la ventaja de que se es joven y las posibilidades de repararse y rehacer su vida son múltiples.

En cambio, si una persona adulta intermedia o adulto mayor si pierde a su compañero o compañera va resultar difícil; pues, ya por su edad su recuperación física y emocional tardaría más, puesto que el hecho de haber compartido durante tantos años con dicha pareja el vacío es mayor. Es común los sentimientos de soledad, melancolía, desidia que los puede sumergir a un estado de depresión y esto los lleva a olvidarse de ellos mismos, pueden enfermarse e incluso hasta morir.

Por lo anterior, entonces, suele influir la edad en la adaptación a la viudedad. Sin embargo, enviudar en la adultez media o, sobre todo, temprana es una situación inesperada que puede tener un mayor impacto emocional. Como apuntaba Neugarten En: Oliva (s.a.), las transiciones evolutivas que se dan en la edad esperada de acuerdo con el calendario social provocan menos estrés que cuando ocurren de forma previa.

La muerte del cónyuge se vive de distinto modo si la muerte ha sido súbita o por enfermedad. Durante el desarrollo de una enfermedad prolongada, si bien existen otras implicancias dolorosas, se va adelantando el proceso del duelo. La muerte súbita conlleva un "shock" desestructurante, una instancia previa a superar antes de iniciar la elaboración propia del duelo.

De igual manera, es distinta si aparecen dificultades económicas que aumentan el torbellino de sentimientos paralizantes, de angustia, desvalidez y desesperanza. También depende de la calidad de la relación que llevaba la pareja. Cuando la vida en común no era armónica, son comunes los autoreproches de no haber hecho lo suficiente.

La pérdida del cónyuge provoca la experimentación de sentimientos confusos y encontrados que se desconocían en uno mismo y que pueden confundir y desorganizar a la persona. La ambivalencia amor-odio está fuertemente presente y puede provocar cólera e

ira y reproches al muerto por habernos abandonado. Ira y reproches que se trasladan también a los otros que nos rodean y a la propia persona.

### **2.2.1. Expectativas ante una nueva relación**

Es de conocimiento general, que existen muchas más viudas que viudos. Esto es debido a dos factores; en primer lugar, la expectativa de vida de las mujeres es mayor que la de los hombres y, por otra parte, es mucho más frecuente que el marido sea mayor que la mujer que el caso contrario.

Este hecho estadístico nos lleva a una primera conclusión; tiene más posibilidades de volver a contraer matrimonio o encontrar nueva pareja un viudo que una viuda, éstas en la mayoría de los casos tendrán que afrontar solas el resto de sus vidas.

Los viudos tienen cinco veces más probabilidades de casarse que las viudas. Lee et al, 1998 En: Kail y Cavanaugh (2006:598).

Pero por otra parte, se observa que aceptan mucho mejor este nuevo estado las mujeres que los hombres. También es relativamente frecuente observar en parejas de adultos mayores, que se produzca la muerte del viudo al poco tiempo del fallecimiento de la mujer, debido a la influencia en la salud que el impacto emocional de la pérdida le produce, se puede decir que pierden las ganas de vivir. Por otro lado, en parejas maduras no tan mayores la situación se perfila atendiendo las necesidades del hombre maduro que todavía busca una nueva pareja para convivir.

Lewin, 2004 En: García y Juárez (2011:32), en un estudio acerca de las mujeres y su vida conyugal relata la situación de vida en la que se encontraban las mujeres viudas, en el siglo XIX en la ciudad de Guatemala.

En esta exploración y revisión histórica, señala a las mujeres en una condición social y económica muy difícil de sobrellevar; pues la mayoría se veían perjudicadas por causas laborales, muchas de ellas al ser viudas quedaban a cargo de su casa.

En aquellos años la calidad de vida era menor, generalmente, los matrimonios llegaban a durar sólo veinte años, también se observaba, que los hombres al quedar viudos volvían a contraer matrimonio, buscaban alguien que cuidara de ellos, así como alguien que cuidara de sus hijos, hecho que sigue ocurriendo.

Dada estas circunstancias tan particulares es por lo que la mejor adaptación de la mujer a la viudedad, se debe a varios motivos, según O'Hanlon, 2006 En: García y Juárez (sup. cit.):

- Por un lado, tradicionalmente la mujer es la que ha llevado a cabo las tareas del hogar, los hombres de cierta edad, cuando se encuentran solos, son incapaces de valerse por sí mismos y no tienen ánimo para comenzar a desarrollar tareas que no han hecho en toda su vida.
- Las mujeres maduras suelen tener más amistades profundas que los hombres de esta edad, esto les puede ayudar mucho en los momentos difíciles de su viudedad. Cuando existen amistades con otras parejas, suele mantenerse más la relación en el caso de las viudas.
- Como norma general se puede constatar que las viudas siguen teniendo una vida social parecida a la de las mujeres casadas, mientras que en el caso de los viudos no es así, esto hace que se acreciente el sentimiento de soledad en estos.



Rago, 1996 En: García y Juárez (op. cit.) considera que la estabilidad emocional y económica de una persona viuda (o) se puede ver afectada simultáneamente dada las situaciones generadas por la muerte del conyugue, pero no en la misma perspectiva del hombre con respecto a la mujer. Por tal razón, algunas personas viudas contraen segunda nupcias buscando la necesidad de compañía y de seguridad económica. Según Rago a los hombres les interesa más una persona que los acompañe, en cambio las mujeres además de esto buscan seguridad financiera.

Desde un punto legal, se puede acotar que la persona viuda (o) en el territorio de la República de Panamá, luego de inscribir la defunción del cónyuge puede casarse inmediatamente. Evidentemente que, sería una situación forzosa o vinculante a otra, la que propicie un matrimonio tan intempestivamente, ya que la pérdida del ser querido es vivida como una experiencia dolorosa, situación está que genera la necesidad de realizar una adaptación a un nuevo "rol" en la vida y, por lo tanto, no tendrá el ánimo de volver a tener pareja pero si puede tener posibilidades en el futuro.

En otras legislaciones como la venezolana, chilena y mexicana, el tema sobre una segundas nupcias se torna un problema legal dado los procesos de sucesión en los cuales la mujer debe esperar a que el litigio se resuelva, período este que oscila entre un año a dos, corriendo el riesgo primero de perder bienes y segundo la pensión de viudez.

Pero hay que tener presente que existen culturas como la musulmana y la árabe que no permiten que la mujer viuda vuelva a contraer nupcias, pero en culturas como en la India, la mujer se convierte en un ser sabio, que mana respeto y consideración por las demás personas que forman su círculo familiar y social.

Por otro lado, la posición de la Iglesia Católica permite a la persona viuda (o) volver a contraer nupcias siempre y cuando la nueva pareja esté en las mismas condiciones civiles o que no presente otro compromiso legal y eclesiástico con otra persona. Hay que tomar en cuenta las palabras del sacerdote al momento de la bendición del matrimonio: *“los declaro marido y mujer hasta que la muerte los separe”*.

El hecho de que el hombre tenga más inclinación a tener una segunda oportunidad, no descarta la posibilidad de que la mujer también lo haga. Pero el cúmulo de expectativas que convergen ante una nueva relación, permite un renacer en el adulto maduro, el cual tomará muy en cuenta aspectos relacionados con la convivencia, la economía, los hijos, las relaciones sociales.

Tal y como lo expone García y Juárez en su tesis de grado “Funcionamiento Familiar ante la pérdida del cónyuge” (2011), considerando otras etapas de la vida, anteriores a la etapa de adulto maduro:

“es claro tanto para el hombre como para la mujer mantener un cierto nivel de calidad de vida que solo será reforzado si se escoge la pareja correcta, de no ser así los planes serán totalmente desafortunados lo que producirá un estancamiento progresivo y una aunada crisis emocional”.

Por otro lado, expresan García y Juárez (sup. cit.), se encuentra la aceptación de los hijos, casi siempre existen hijos mayores para quienes les será difícil ver la nueva relación de alguno de sus padres, sin la presencia del otro. Aquí es muy importante considerar la formación de este tipo de pareja impulsada o motivada por la soledad, ya que por un lado pueden estar los viudos con características de nido vacío o viudos con hijos todavía que criar, por tanto, los hijos juegan un papel crucial en la aceptación o el rechazo de la nueva pareja.

### **2.3. Teorías Fundamentales**

Es comprensible que en una etapa tan particular de la vida y ante una situación inesperada e inestabilizante como la muerte de un cónyuge, se puedan explicar las diferentes conductas generadas por tal situación, por tanto, se aborda de una manera direccional aquellas teorías tanto sociales como psicológicas que orientan y permiten un entendimiento racional ante un comportamiento generado por una situación estresante en un estadio como lo es la edad madura.

#### **2.3.1. Teoría del apego**

La teoría del apego es uno de los marcos teóricos de referencia en el estudio de la afectividad humana. Desde sus postulados se entiende que el tipo de vínculo afectivo que establece una persona es expresión de los modelos mentales de relación formados como consecuencia de las experiencias de interacción vividas, principalmente en la infancia.

La teoría del apego permite conceptualizar al ser humano con la propensión a establecer intensos vínculos afectivos y a explicar múltiples formas de padecimiento emocional. Se ocupa de estos fenómenos en términos de “necesidad de dependencia o de relaciones de objeto”. La conducta de apego puede observarse a lo largo del ciclo de vida, sobre todo en situaciones de emergencia y se le considera parte integral de la naturaleza humana.

La tesis fundamental de la *Teoría del Apego* es que el estado de seguridad, ansiedad o zozobra de un niño o un adulto es determinado en gran medida por la accesibilidad y capacidad de respuesta de su principal figura de afecto. Cuando Bowlby (1985) se refiere a presencia de la figura de apego quiere decir no tanto presencia real inmediata, sino accesibilidad inmediata. La figura de apego no sólo debe estar accesible sino responder de manera apropiada dando protección y consuelo.

La teoría del apego de Bowlby (sup. cit.), defiende tres puntos básicos:

- Cuando un individuo confía en contar con la presencia o apoyo de la figura de apego siempre que la necesite, será mucho menos propenso a experimentar miedos intensos o crónicos que otra persona que no albergue tal grado de confianza.
- La confianza se va adquiriendo gradualmente durante los años de inmadurez y tiende a subsistir por el resto de la vida.
- Las diversas expectativas referentes a la accesibilidad y capacidad de respuesta de la figura de apego forjados por diferentes individuos durante sus años inmaduros constituyen un reflejo relativamente fiel de sus experiencias reales.

El modo en que la conducta de apego llega a originarse en el individuo depende en gran medida de los tipos de experiencia que tiene en su familia de origen o si se es desafortunado, fuera de ella.

La teoría del apego de Bowlby (sup. cit.) ofrece una manera de conceptualizar la tendencia de los seres humanos a establecer fuertes lazos emocionales con otras personas

y una manera de entender las fuertes reacciones emocionales que se producen cuando dichos lazos se ven amenazados o se rompen.

La tesis de Bowlby (op. cit.) es que estos apegos provienen de la necesidad que tenemos de protección y seguridad; se desarrollan a una edad temprana, se dirigen hacia unas pocas personas específicas y tienden a perdurar a lo largo de gran parte del ciclo vital. Establecer apegos con otros seres significativos se considera una conducta normal no sólo en los niños; sino también en adultos. La conducta de apego tiene un valor de supervivencia, distinta de la de nutrición y de la sexual.

Si la meta de la conducta de apego es mantener un lazo afectivo, las situaciones que ponen en peligro este lazo suscitan ciertas reacciones muy específicas, tal es la muerte de un hijo, de la madre, del padre o del cónyuge.

Bowlby (sup. cit.) sostiene que el patrón de los vínculos afectivos que un individuo establece durante su vida depende de la forma en que su conducta de apego se organiza en su personalidad. Luego, entonces, los individuos cuya representación de figuras de apego no han sido accesibles o gratificantes, tenderán a elaborar duelos de forma complicada.

Según Zimberoff (2006) la separación o pérdida de una figura de apego significativa, lleva a una situación de angustia. La ausencia de una figura de apego, conlleva a una experiencia de duelo y a un sentido de invalidación y carencia de significado de la vida. Por tanto, el apego se convierte en una forma para entender la fuerte reacción emocional que ocurre cuando los vínculos se ven amenazados o rotos.

Hazan y Shaver, 1987 En: Zimberoff (2006), argumentan que los adultos que fueron criados bajos estilos de vínculos seguros, establecen vínculos cercanos con mayor

facilidad y no se preocupan por ser abandonados. Por otro lado, aquellos adultos cuya crianza fue bajo estilos de vínculos inseguros, temerán a ser abandonados y vivirán las pérdidas con mayor dificultad.

Bajo estos argumentos se considera que el estilo de apego desarrollado en la infancia, afectará el estilo de adaptación al ambiente, posteriormente. Y más en situaciones, críticas cuando se trata de la pérdida de un ser querido.

No se puede establecer con certeza si son las mujeres o los hombres los que más desarrollan los vínculos de apego familiar, pero corresponde entonces tomar en cuenta que cuando existe la desaparición física de la pareja, en la mayoría de los casos son las mujeres las que no presentan interés en una segunda relación amorosa, mientras que los hombres sí lo hacen.

### **2.3.2. La teoría psicosocial de Erickson**

La perspectiva de la teoría psicosocial de Erickson fue organizar una visión del desarrollo del ciclo completo de la vida de la persona humana, extendiéndolo en el tiempo, de la infancia a la vejez y en los contenidos en las áreas psicosexuales y psicosociales.

Bordignon (2005:52) expone que:

“cada estadio integra el nivel somático, psíquico y ético –social y el principio epigenético; comprende un conjunto integrado de estructuras operacionales que constituyen los procesos psicosexuales y psicosociales de una persona en un momento dado”.

Seguido, se pueden mencionar las siguientes etapas:

- **Estadio:** confianza versus desconfianza-esperanza (Niño de cero a 12-18 meses).
- **Estadio:** autonomía versus vergüenza y duda-autonomía (Infancia: de dos a tres años).
- **Estadio:** iniciativa versus culpa y miedo-propósito (Edad Preescolar: tres a cinco años).
- **Estadio:** industria versus inferioridad-competencia (Edad Escolar-Latencia: de cinco-seis a 11-13 años).
- **Estadio:** identidad versus confusión de roles-fidelidad y fe (Adolescencia: de 12 a 20 años).
- **Estadio:** intimidad versus aislamiento-amor (Joven Adulto: de 20 a 30 años).
- **Estadio:** generatividad versus estancamiento-cuidado y celo (adulto: de 30 a 50 años).
- **Estadio:** integridad versus desespero-sabiduría (Vejez: después de los 50 años).

Según la teoría, la terminación exitosa de cada etapa da lugar a una personalidad sana y a interacciones acertadas con los demás. El fracaso a la hora de culminar satisfactoriamente una etapa puede dar lugar a una capacidad reducida para terminar las otras etapas y, por lo tanto, a una personalidad y un sentido de identidad personal menos sanos. Estas etapas, sin embargo, se pueden resolver en el futuro.

Para los efectos de esta investigación cualitativa, y a pesar de que sería interesante realizar una breve descripción de cada uno de estos, es prudente dirigir la atención hacia

el estadio que encierra las características que se abordan en la temática a investigar, y se toma solo en consideración el estadio de generatividad versus estancamiento, del cual se expone a continuación.

### **2.3.2.1. Generatividad frente a estancamiento**

Al tomar como marco primario referencial de este estadio, se tiene con anterioridad una descripción con propiedad de las características fundamentales que identifican el período de la adultez. Pero encaminadas a la teorización de notables psicólogos como Erickson se puede estudiar este período de la vida desde un aspecto psico-social fundamentado.

En este estadio, la prevalencia del modo psicosexual es la cualidad de la generatividad que es, fundamentalmente, el cuidado y la inversión en la formación y la educación de las nuevas generaciones, de los propios hijos, los hijos de los otros y de la sociedad.

La crisis psicosocial del adulto se caracteriza por el conflicto de la generatividad versus el estancamiento. Después de la paternidad o maternidad el impulso generativo incluye la capacidad de la productividad, el desarrollo de nuevos productos por el trabajo, por la ciencia y tecnología, y la creatividad, esto es, la creación de nuevas ideas para el bienestar de las nuevas generaciones.

Esta reflexión representa la fuerza de generación y de desarrollo de la vida humana o a su extinción, por eso ella se vuelve, para cada persona, la más esencial y significativa



cualificación, determinando su experiencia de vida o de muerte. Es importante la superación del estancamiento para que el adulto sea capaz de amar y trabajar para el bien de aquellos que conforman su círculo familiar.

La virtud propia de este período es el cuidado y el amor, este sentimiento de responsabilidad que trasciende la atención a la propia familia y trabajo. Un sentimiento de responsabilidad universal para todos los hijos y por todo producto de trabajo humano.

De la resolución de la crisis de la generatividad nace la experiencia de la caridad: la virtud de cuidado y celo. Es la capacidad de donación de sí en el amor y en el trabajo, en beneficio de los otros y de los valores universales de la humanidad expresados en la frase: *“Yo soy el que cuida y celo”*.

Siempre que la fuerza generativa fracasa surge un sentimiento de estancamiento, depresión, de narcisismo que imposibilita la eficacia del amor (vida matrimonial) y del trabajo (profesión). El estancamiento representa una regresión psicosocial y la necesidad obsesiva de pseudo-intimidad, acompañada de sentimientos de infertilidad personal y social, sentimiento percibido en la incapacidad de generar, de producir y de criar.

Con base a lo anteriormente expuesto, se concreta que durante la edad adulta media, se establecen las carreras, las relaciones, la conformación de las familias y se desarrolla una sensación de ser parte de algo más amplio. De igual forma, se aporta algo a la sociedad al criar a los hijos, ser productivos en el trabajo, y participar en las actividades y organización de la comunidad. Si no se alcanzan estos objetivos, uno se ve estancado y con la sensación de no ser productivo.

No alcanzar satisfactoriamente la etapa de generatividad da lugar a un empobrecimiento personal. El individuo puede sentir que la vida es monótona y vacía, que

simplemente transcurre el tiempo y envejece sin cumplir sus expectativas. Son personas que han fracasado en las habilidades personales para hacer de la vida un flujo siempre creativo de experiencia y se sienten apáticos y cansados.

Para los individuos que se encuentran en este estadio, el amor se convierte en aspecto significativo de sus vidas. Las personas que cultivan su relación pueden llegar a sentir un compromiso mutuo. Comparten gran parte de su tiempo, toman decisiones juntas, se interesan uno por el otro, comparten posesiones y aprenden técnicas para resolver conflictos. El resultado es que muestran señales externas de compromiso a través del matrimonio, la procreación de los hijos y todos aquellos aspectos que convergen en la vida diaria.

Ante este hecho, resulta difícil dentro de este período la muerte del cónyuge ya que se produce inevitablemente conflictos emocionales. Al dolor por la ausencia de la persona amada, se asocian a menudo el miedo a la soledad y la inseguridad que origina la pérdida de la identidad social que su estado marital le otorgaba y el cual había o estaba formando.

Por tanto, la persona viuda sentirá una amenaza con respecto a su dependencia del otro por la pérdida de seguridad; teniendo que enfrentarse a situaciones que antes no estaba acostumbrado, y se verá obligado a realizar planes para la vida que resultan ser exigencias nuevas, extrañas y de gran peso.

Para aquellos que han iniciado la conformación del núcleo familiar la pérdida resulta un evento que debe ante todo considerar la adaptación del individuo viudo a la nueva situación, por tanto, incluye la reestructuración de la vida de todos los familiares.

En este intervalo de tiempo la familia debe enfrentarse a la irreversibilidad del hecho, y organizarse en la vida sin esa persona a la que están acostumbrados, por lo que el papel del viudo es determinante. Pero solo a través de un apego positivo el/la viuda podrán seguir adelante, de no ser así el proceso de estancamiento dentro del estadio puede tomar más tiempo y prolongarse por disposición del estado emocional del viudo (a).

### **2.3.3. Teoría de afrontamiento**

La capacidad de afrontamiento de una persona depende de su trayectoria personal y de los valores y las creencias que ha ido incorporando con los años. Hablar de un proceso de afrontamiento desde el punto de vista de la viudez es considerar aspectos como la soledad y, por tanto, significa hablar de un cambio en los pensamientos y actos a medida que la interacción va desarrollándose.

El afrontamiento se convierte en un proceso cambiante en el que el individuo en determinados momentos debe contar con estrategias ya sean defensivas o con otras que sirvan para resolver el problema, todo a medida que vaya cambiando su relación con el entorno.

El afrontamiento o " *coping* " planteado por Lazarus se define como:

“Esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que el individuo desarrolla para manejar las demandas externas y/o internas, las cuales evalúa como excedentes o desbordantes de sus propias capacidades de manejo”. Prieto, 1998 En: Truiño y Sanhuesa (2005:24).

Existen dos tipos de afrontamiento a los cuales deben pertenecer el viudo o la viuda. Por un lado, el afrontamiento de problemas, que son estrategias dirigidas a la

definición del problema, a la búsqueda de soluciones alternativas, y a la consideración de tales alternativas con base en su costo, beneficio, elección y aplicación.

Por otra parte, el afrontamiento de emoción está constituido por los procesos cognitivos encargados de disminuir el grado de trastorno emocional e incluyen estrategias como la evitación, la atención selectiva, las comparaciones positivas y la extracción de valores positivos a los acontecimientos negativos; otras estrategias están dirigidas a aumentar el grado de trastorno emocional.

Es lógico, entonces, que dentro del perfil de viudedad se utilice el afrontamiento para conservar la esperanza y el optimismo, para negar tanto el hecho de que ahora no existe la pareja y la implicación que ello representa, para no aceptar entre otras cosas la soledad.

## **CAPÍTULO TERCERO**

### 3. METODOLOGÍA

La metodología de investigación científica es el conjunto de conocimientos afirmados en la actualidad a partir de todos los desarrollos concebidos a lo largo del siglo XX.

Este conjunto de conocimientos utilizado en la metodología de la investigación es convencional, puesto que se trata de la herramienta que permite el desarrollo del conocimiento.

Posee criterios estandarizados y transversales para que estos conocimientos sean transmitidos a diferentes disciplinas, lugares y contextos de la tierra. Decimos con toda seguridad que la investigación es el idioma universal que utiliza la ciencia para hacer posible el avance en los diversos campos.

La metodología que se utiliza en esta investigación es la cualitativa. “La misma posee criterios, procedimientos lógicos y procedimentales que le permiten alcanzar la validez y confiabilidad de sus teorías”. Yuno y Urbano (2005: 85).

Es, pues, la investigación cualitativa científica y rigurosa, ya que posee criterios de vigilancia que permiten establecer patrones de validación de la información recabada. La investigación cualitativa mantiene un acercamiento naturalista e interpretativo y una crítica incesante a la estrategia y a los métodos del positivismo. El progresivo apogeo de los métodos cualitativos está relacionado con el surgimiento de perspectivas y teorías

críticas en ciencias sociales que han otorgado la mayor adecuación de aquellos instrumentos de análisis que yacen en la interpretación.

Estos procedimientos interpretativos se ajustan mejor a la búsqueda de la comprensión de los procesos sociales, más que su predicción, o bien, prefiere escudriñar y entender cuál es su naturaleza y dar cuenta de la realidad social, más que por exponerla.

Por la naturaleza de esta investigación se utiliza el enfoque naturalista, es pues el papel del investigador en los estudios cualitativos, profundizar y adentrarse tanto en la vida de las personas como del objeto del estudio investigativo. Este método promueve la relación de forma directa con los sujetos de manera que pueda conocer sus opiniones, sentimientos, pensamiento y emociones referentes al tema que se desea investigar.

### **3.1. Diseño**

El diseño no es más que el esquema o abordaje que se utiliza en el desarrollo de la investigación. El que se maneja en este estudio investigativo es el fenomenológico, enfocado en la vivencia intrínseca de cada persona.

El diseño fenomenológico se interesa por entender el significado que tienen los eventos para los actores, constituyéndose en la realidad que motiva este estudio investigativo. La investigación estudia los problemas percibidos por los participantes al quedar viudos. La necesidad de convivencia, tiempo necesario para pensar en otra pareja, las cualidades que busca en ella, retos y situaciones estresantes experimentados ante la

posibilidad de rehacer su vida amorosa, a través de entrevistas abiertas, semiestructurada y grupos de enfoque.

Según autores como Creswell (1998), Alvarez-Gallow (2003) y Mertens (2005) En: Hernández et al (2008:713), la fenomenología está basada en las siguientes proposiciones:

- En el estudio se pretende describir y entender los fenómenos desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente.
- Se basa en el análisis de discursos y temas específicos, así como en la búsqueda de posibles significados.
- El investigador confía en la intuición, imaginación y estructuras universales para lograr aprehender la experiencia de los participantes.
- El investigador contextualiza las experiencias en términos de temporalidad (tiempo en que sucedieron), espacio (lugar en el cual ocurrieron), corporalidad (las personas físicas que la vivieron) y el contexto relacional (los lazos que se generaron durante las experiencias).
- Las entrevistas, grupos de enfoque, recolección de documentos y materiales e historias de vida se dirigen a encontrar temas sobre experiencias cotidianas y excepcionales.
- En la recolección enfocada se obtiene información de las personas que han experimentado el fenómeno físico que se estudia.

La investigación se desarrolla siguiendo cuatro fases, debidamente planificadas. A continuación se describe cada una:



**Fase 1: Preparatoria del trabajo de campo.**

- Recopilación, revisión y selección crítica de la literatura a nivel nacional e internacional, relacionadas al tema de investigación.
- Elaboración de la presentación del estudio, proyecto de investigación y documento relacionado al consentimiento informado.
- Preparativos de las guías de las entrevistas que se utilizan.
- Obtención del acceso a los posibles participantes.
- Ejecución de dos entrevistas abiertas pilotos para asegurar la idoneidad de la guía de la entrevista abierta previamente elaborada y hacer los arreglos acertados para la adquisición adecuada de la información.
- Identificación y desarrollo de las categorías apriorísticas.

**Fase 2: Recolección y análisis de datos.**

- Incorporación y selección de los participantes.
- Ejecución de las entrevistas semiestructuradas.
- Transcripción de las entrevistas semiestructuradas.
- Realización y abordaje del grupo focal.
- Transcripción del grupo focal.
- Ejecución de las entrevistas abiertas.
- Transcripción de las entrevistas abiertas.
- Preparación de los textos para su análisis y revisión de todas las entrevistas transcritas.

**Fase 3: Conceptualización.**

- Razonamiento centrado en los temas que surgieron de las entrevistas y grupo focal.
- Observación de la bibliografía para el desarrollo y definición de las categorías.
- Preparación del informe.

**Fase 4: Comunicación de los resultados.**

- Preparación y transcripción del informe final.
- Elaboración de exposiciones para el tribunal de tesis.

**3.2. Viabilidad del Estudio****3.2.1. Tiempo**

La investigación se ejecuta en dieciocho meses, en este período se realiza el registro de datos luego de las narraciones realizadas por las personas viudas en diferentes escenarios.

Los registros se recogen a partir de notas en la que se plasma todos los encuentros sostenidos con los actores los cuales representan los datos más relevantes para el análisis de esta investigación.

**3.2.2. Disponibilidad financiera**

La investigación está financiada en su totalidad por la investigadora.

### **3.2.3. Disponibilidad actitudinal**

La disposición y compromiso de la investigadora permite el desarrollo y finalización de la investigación. Se toma en cuenta la disposición de los actores en todas las actividades programadas y sus compromisos laborales y familiares.

### **3.2.4. Acceso al ambiente social**

Se cuenta con el apoyo de dos personas que facilitan la accesibilidad, tanto de la muestra como del escenario.

## **3.3. Exploración de la Literatura**

Para el desarrollo de la investigación se utiliza la revisión integradora de la literatura, ya que sirve como referencia para la misma.

## **3.4. Contexto y Muestras Iniciales**

### **3.4.1. Mapeo: Definición del escenario**

El escenario lo deciden los participantes seleccionados, y son diversos. Los lugares escogidos permiten el intercambio y la interacción investigadora-actores. Estos son: hogares, oficinas, cafeterías y reservados de restaurante.

El registro de los hechos y contactos con los actores se documentan a través de grabaciones y filmaciones, procurando en todo momento la interacción. Esto permite el análisis de la información de manera secuencial e interactiva en los escenarios donde se realizan y con el lenguaje propio de los participantes.

Las notas realizadas por la investigadora son textuales donde se describen los retos experimentados por cada uno de las personas participantes, en constante interacción investigador-actor.

### **3.5. Criterios de Inclusión**

Dentro de los criterios de inclusión se pueden mencionar:

- Disponibilidad o anuencia de las personas a participar en la investigación.
- Personas viudas con un mínimo de un año en este estado civil.
- Tener entre 45 y 60 años (lo que abarca la mediana edad).
- Laborar en la ciudad de David.

### **3.6. Unidad de Análisis Muestral**

En los estudios cualitativos según Mertens, 2005 En: Hernández et al, (2008:536) “no hay parámetros para el tamaño de la muestra”. Es decir, la cantidad no es importante, puesto que el fin es profundizar la información.

De igual forma, Roberto Hernández Galicia En: Hernández et al (op. cit.:536), dice que: “los estudios cualitativos son artesanales, trajes hechos a la medida de las circunstancias”. Lo que equivale a decir que, es el propio investigador y la naturaleza de la investigación las que deciden el tamaño de la muestra. Tomada en consideración las palabras escritas por los expertos, se determina la siguiente unidad de análisis muestral:

### CUADRO I

#### UNIDAD DE ANÁLISIS MUESTRAL

ACTORES	CANTIDAD
Mujeres	2
Hombres	2

Fuente: Silvana Castillo

### 3.7. Muestra

Los estudios cualitativos casi siempre utilizan muestras pequeñas no aleatorias. Esto no es significativo para que se diga que los investigadores naturalistas no están interesados en la calidad de sus muestras, sino que aplican distintos criterios para elegir a los participantes.

Debido al pequeño tamaño de la muestra surgen limitaciones con respecto a la representatividad de los resultados. Es relevante que, se tenga en consideración que la investigación cualitativa no le interesa generalizar datos, sino profundizar la información para descubrir significados o realidades de la vida cotidiana.

Para decidir una muestra cualitativa según Hernández et al (op. cit.), es importante tomar en cuenta tres factores. Estos factores se aplicarán en la escogencia de la muestra de esta investigación y se sustenta de la siguiente manera:

- ♦ **Capacidad Operativa de Recolección y Análisis:** La muestra está conformada por cuatro personas, puesto que es la cantidad que se puede manejar a profundidad y la que se considera necesaria para responder al objetivo del estudio investigativo. De igual manera, los recursos financieros sólo están disponibles para la atención de la muestra seleccionada.
- ♦ **Entendimiento del Fenómeno:** La muestra escogida, cuatro personas viudas brindan la información necesaria para responder a las interrogantes de la investigación.
- ♦ **Naturaleza del Fenómeno:** La muestra es accesible, localizables fácilmente. Al aplicar el instrumento grupo focal se presenta el inconveniente de horario ya que todos laboran en diferentes horarios pero se logra realizar después de treinta minutos de tardanza y con el acuerdo de los que estaban presentes.

La muestra que se utiliza es orientada a la investigación, y se describe a continuación:

### 3.7.1. Muestra homogénea

Las muestras homogéneas son aquellas donde “las unidades a seleccionar poseen un mismo perfil o características, o bien, comparte rasgos similares”. Hernández et al (sup. cit.:571).

Queda claro que, para utilizar este tipo de muestra, los participantes deben tener rasgos similares. Esta investigación utiliza una muestra de cuatro personas. Las mismas tienen el siguiente perfil:

- Todas son viudas (dos viudas y dos viudos).
- Pertenecen al grupo de mediana edad.
- Todas son profesionales y laboran en la ciudad de David.
- Piensan rehacer su vida amorosa.

### **3.7.2. Unidades muestrales**

Para desarrollar la investigación se considera cinco momentos: El primero, consiste en un acercamiento con las muestras seleccionadas, las cuatro personas viudas, quienes son los actores. La finalidad de este encuentro en escenarios como oficinas y hogares, es de explicar el objetivo de la investigación, forma de recopilación de la información y decidir los escenarios apropiados.

El segundo momento pretende recopilar los datos con los actores sociales, las cuatro personas viudas. La técnica implementada concreta es la entrevista semiestructurada. El escenario para este momento son los hogares y oficinas de los participantes.

El tercer momento también está programado para recopilar datos, en esta ocasión a través de la técnica grupo focal, donde las cuatro personas viudas serán los actores. El escenario para este momento es el reservado en un restaurante de la localidad.

En el cuarto momento se aplicada una entrevista abierta a los actores las cuatro personas viudas. El escenario en este momento son los hogares y oficinas de los participantes.

El quinto momento tiene como objetivo la discusión de resultados y conclusiones, donde las cuatro personas viudas son los actores. El escenario propicio es una cafetería de la localidad.

### **3.8. Descripción de los Instrumentos**

#### **3.8.1. Entrevista semiestructurada**

Una de las técnicas más utilizadas en los estudios cualitativos es la entrevista, por ser flexible y abierta. Es una reunión que se desarrolla entre dos o más personas con el propósito de recopilar información de los temas que se interesa investigar.

La entrevista semiestructurada se caracteriza por llevar de antemano una “guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos y obtener mayor información sobre los temas deseados”. Hernández et al (op. cit.:597).

Se entiende que este tipo de entrevista se debe planificar con anticipación, seriedad e interés, de manera que se propicie un clima de confianza para que el investigado narre sus experiencias con naturalidad y espontaneidad.



### 3.8.2. Grupo focal

Es una variante de la indagación semiestructurada. El grupo focal consiste en la reunión de tres a 15 personas con la finalidad de discutir un tema en particular.

Pilar Collado Bravo En: Yuno y Urbano (op. cit.:244) en referencia al grupo focal dice que: “una opción que ofrece datos de otro nivel que la entrevista individual, así como una nuevas perspectivas sobre el problema de investigación”.

Queda claro que, la riqueza del grupo focal radica en las diversas opiniones vertidas por el grupo, desde el punto de vista de cada participante.

El grupo focal es una técnica de investigación colectivista, más que individual, y se centra en la diversidad y variedad de las actitudes, creencias y experiencias de los actores, y se realiza en un espacio de tiempo relativamente corto. La reunión del grupo focal está dirigida por un moderador que utiliza una guía para mantener el enfoque de la reunión y el control del grupo. Es importante que, en la guía aparezcan los objetivos y las preguntas del estudio investigativo. La cantidad de participantes dependerá de la intención del investigador, entre más pequeña más se puede profundizar en el tema de interés.

El desarrollo de esta técnica requiere cierto tipo de apoyo, tanto de personal humano como material. Es necesario un observador, equipo de grabación de audio o videos y un espacio cómodo, agradable y accesible. Además es importante tener en cuenta que la reunión no debe durar más de dos horas y los participantes deben estar sentados de una manera que permita la interacción y participación frente a frente.

Esta técnica se denomina focal, porque focaliza su atención e interés en un tema específico de investigación que le es propio, por estar cercano a su pensar y sentir.

En esta ocasión el foco de atención es el tema relacionado a los retos que enfrentan las personas viudas ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

### **3.8.3. Entrevista abierta**

Técnica muy utilizada en las investigaciones sociales, puesto que a través de ella se obtiene una gran cantidad de información suministrada por los propios actores.

La entrevista abierta es aquella donde el entrevistado podrá manifestar su punto de vista o platicar con más libertad. Es más informal y las interrogantes van emergiendo a medida que se dialoga.

Es una vía directa que permite al investigador acceder a situaciones de sucesos que no se pueden obtener de otra manera. Generalmente para datos referentes a la personalidad y experiencias personales.

La entrevista abierta “se fundamenta en una guía general de contenido y el entrevistador posee toda la flexibilidad para manejarla”. Hernández et al (op. cit.:597).

Queda claro que, la entrevista abierta es un instrumento que requiere cierto entrenamiento por parte del entrevistador para saber obtener el mayor provecho de la misma. Debe tener presente que el investigado es el experto y debe ser escuchado atentamente, ya que sus comentarios son valiosos para el estudio investigativo.

Por tanto, el entrevistador es una pieza clave en este tipo de entrevista, ya que de él depende el éxito de la misma. Para ello, debe vigilar ciertos aspectos que ayudan a la colaboración del entrevistado.

Dentro de las sugerencias para una exitosa entrevista abierta se pueden mencionar, un clima propicio, tranquilo, respetuoso, un escenario agradable y cómodo y una buena planificación del tiempo de manera que no se quede sin información, o bien, tenga que acelerar el compás de la entrevista.

### **3.9. Categorías y Subcategorías**

Las categorías permiten definir límites y alcances de la investigación, al igual que y cuáles conceptos se utilizan para explicar el tema central del estudio investigativo. Pueden estar predefinidas y las mismas surgen del marco teórico, o bien del mismo estudio a través de las técnicas de recogida de datos.

Particularmente, sean predefinidas o surgidas a partir del análisis de los datos, deben ser objetivas y viables. Para lograr esto hay que brindar una definición operativa de las categorías que definan el contenido que debe tomarse en consideración para especificar la pertinencia de las mismas.

La pertinencia no es más que la congruencia en relación a los objetivos de la investigación y ajustadas al contenido que se estudia.

Las categorías de esta investigación se desarrollan bajo el modelo deductivo-inductivo, ya que éste permite formular criterios de lo más profundo de la investigación

mediante la teoría analizada y de la información recopilada a través de los instrumentos aplicados.

Se utilizan las **categorías apriorísticas** y las **emergentes** surgidas del análisis sistemático de la información que a su vez permite elaborar y responder al marco teórico. La codificación se realiza siguiendo la forma inductiva, puesto que busca en lo profundo de la información los temas y situaciones que tengan mayor relevancia. En este estudio investigativo las categorías se identifican con letras mayúsculas del abecedario español y la subcategorías con letras minúsculas acompañadas de un numeral.

Para este apartado de la investigación y para garantizar la recogida de los datos y como precaución se utiliza un programa estadístico apropiado para los estudios cualitativos como lo es el **ATLAS TI**, surgido en la década de los años 90 con la popularidad de los procesadores de palabras. Esto permitió la aparición de herramientas informáticas para analizar datos cualitativos y lo que se conoce hoy como **CAQDAS** (Análisis de datos cualitativos asistidos por ordenador).

Las categorías que se utilizan están relacionadas a los objetivos. Se define el contenido de cada categoría y subcategoría para precisar su objetividad, viabilidad y pertinencia. A continuación se describe la siguiente categorización.

## **CATEGORÍA A**

**Características de la mediana edad:** Particularidades que distinguen a las personas de mediana edad.

## SUBCATEGORÍAS

- A.1. Disminución de la capacidad física y sensorial:** Deterioro observable en las personas de mediana edad, como: aparición de canas, arrugas, limitaciones en la movilidad, visión y audición, tendencia a la flacidez y aumento de peso.
- A.2. Período laboral fructífero:** Estabilidad en el aspecto económico debido a la experiencia y logros laborales.
- A.3. Psicológicas:** Tensión por pérdida de la juventud y proximidad a la vejez.

## CATEGORÍA B

**Problemas de la viudez en la mediana edad:** Dificultades que presenta las personas de mediana edad ante el evento de perder a la pareja.

## SUBCATEGORÍAS

- B.1. Soledad:** Sensación de estar solitario, desprotegido y vacío ante la pérdida de la pareja.
- B.2. Pérdida económica:** Merma en la parte financiera por la pérdida de un miembro económicamente activo.

**B.3. Emocionales:** Conflictos que involucran emociones que pueden desestabilizar la conducta de la persona viuda.

**B.4. Posición social:** Modificación ante la sociedad que experimentan las personas viudas y que involucra estado civil y problema social entre otros.

### CATEGORÍA C

**Necesidad de rehacer la vida amorosa:** Sentimiento que experimenta la persona de 45 a 60 años para restablecer su existencia amorosa.

### SUBCATEGORÍAS

**C.1. Afecto:** Proceso de interacción entre dos o más personas y que le permite sobrevivir emocionalmente.

**C.2. Económica:** Recursos financieros que permiten a las personas satisfacer o no las necesidades de los miembros de la familia.

**C.3. Cuidado de la salud:** Atención requerida por la persona cuando padece alguna enfermedad.

**C.4. Ayuda para crianza de hijos:** Colaboración que requiere una persona para la formación de sus hijos (as).

## CATEGORÍA D

**Tiempo para pensar en una nueva pareja:** Periodo sensato que debe esperar una persona para pensar en una nueva pareja.

### SUBCATEGORÍAS

- D.1. Un año:** Período que comprende 12 meses ó 365 días.
- D.2. Dos años:** Período que comprende 24 meses ó 730 días.
- D.3. No hay tiempo específico:** Período comprendido a partir de un segundo de haber quedado viudo (a) en adelante.

## CATEGORÍA E

**Retos de las personas viudas de mediana edad:** Dificultades que afrontan las personas viudas de 45 a 60 años ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

### SUBCATEGORÍAS

- E.1. Personales:** Lucha que experimenta la persona consigo misma.
- E.2. Religiosos:** Creencias aprendidas de una determinada religión que dirigen la forma de vida de una persona.

- E.3. Familiares:** Desacuerdos enfrentados con hijos, padres y hermanos ante un determinado evento.
- E.4. Sociales:** Prejuicios establecidos por la sociedad y que inciden en el modo de actuar de una persona.

## CATEGORÍA F

**Situaciones estresantes:** Respuesta del cuerpo a condiciones externas que perturban el equilibrio físico y emocional de una persona.

## SUBCATEGORÍAS

- F.1. Frustración:** Sentimiento poco agradable que se origina cuando las expectativas de una persona no se ven satisfechas.
- F.2. Confusión:** Falta de claridad, desorden que no permite comprender bien los mensajes.
- F.3. Ansiedad:** Estado de zozobra, inquietud que no admite la calma en la persona.
- F.4. Miedo:** Emoción caracterizada por un sentimiento desagradable provocado por la percepción de un peligro.
- F.5. Problemas de salud:** Deterioro en la capacidad del cuerpo para satisfacer las exigencias de la vida cotidiana, ya sea física o emocional.



## CATEGORÍA G

**Cualidades de la pareja:** Atributos que se busca en la persona que se desea como pareja.

### SUBCATEGORÍAS

- G.1. Profesional:** Que realiza una actividad laboral de manera remunerada.
- G.2. Sentimientos:** Emociones que determinan el estado de ánimo de una persona.
- G.3. Valores:** Conjunto de normas que dirigen el comportamiento de una persona.
- G.4. Sin adicciones:** Persona que no hace uso de ninguna sustancia que causa enfermedades físicas y sicoemocionales.
- G.5. Aspecto físico:** Características corporales que se pueden observar en una persona.
- G.6. Edad:** Tiempo que ha vivido una persona.
- G.7. Estabilidad económica:** Que mantiene un equilibrio en el aspecto económico.

## CATEGORÍA H

**Programas de apoyo y orientación:** Serie de instrucciones que se establecen para lograr un fin específico, siguiendo una secuencia de acciones.

## SUBCATEGORÍAS

**H.1. Dirigido por profesionales:** Agrupación u organización cuya dirección está conformada por varias profesionales como psicólogos, trabajador social, médicos expertos en el tema.

**H.2. Dirigido por Iglesias:** Agrupación u organización cuya dirección está conformada por personas pertenecientes a una determinada denominación expertos en el tema.

### 3.10. Limitación

Dentro de las limitaciones de esta investigación se considera la disposición del tiempo de los actores sociales, ya que todos son profesionales con diferentes horarios laborales.

### 3.11. Rigor Metodológico

#### 3.11.1. Criterios de confiabilidad y validez

La investigación cualitativa permite una aproximación global y comprensiva al objeto que se estudia. La flexibilidad da al investigador la oportunidad de adaptar, modificar y construir el método en la medida que se avanza en la investigación.

A pesar de ello, es importante que se dé lugar a un estudio investigativo fiable o consistente, transferible y que pueda ser confirmado, por lo que a continuación se describen las bases de la confiabilidad y validez de la investigación.

#### **3.11.1.1. Confiabilidad o consistencia**

La presente investigación puede ser replicada por otros investigadores, en contextos similares o iguales. Para satisfacer este criterio:

- Se detalla la perspectiva teórica y diseño que se utiliza en la investigación.
- Explicación minuciosa de los criterios de selección de la muestra elegida y las técnicas de recopilación de la información.
- Detalle pormenorizado del contexto donde se recogen los datos, el análisis de esta información y el proceso de codificación y categorización.
- La información recabada está debidamente documentada en registros escrito, grabadas y filmadas.
- Coherencia en la recopilación de la información.

#### **3.11.1.2. Validez**

El grado de validez de esta investigación queda sustentado de la siguiente manera:

- Permanencia adecuada con los actores para la recolección de los datos.

- Las técnicas de recopilación de datos se aplican en escenarios que propicien el diálogo.
- Los datos son auditados y guardados en un programa computarizado, especial para los estudios cualitativos.
- La investigadora se somete al proceso de subjetividad disciplinaria, es decir, permanentemente realiza un revisión introspectiva del trabajo investigativo para evitar sesgos.
- Triangulación intermétodo, a través de la aplicación de tres instrumentos como entrevista abierta, grupo focal y entrevista semiestructurada.

Los criterios de confianza y validez debidamente explicados confirman que esta investigación está sustentada sobre las bases de una rigurosa metodología.

### **3.12. Utilidad de la Investigación**

Todo trabajo investigativo debe tener un provecho tanto para el investigador como para la sociedad. El presente estudio investigativo señala los siguientes beneficios:

- Este estudio despierta en la investigadora el deseo por la indagación y por las diversas verdades, sin limitaciones a lo que solo conoce.
- Divulgación de la investigación y manifestar la importancia de la misma. De esta manera, se transmiten nuevos conocimientos y no sólo serán para uso de la investigadora.
- Dar crédito a las fuentes de información tanto directas como las indirectas.

- Promoción de los estudios cualitativos que se preocupen por los sentimientos y emociones de las personas.
- Los principales beneficiados con esta investigación son las personas viudas de mediana edad, sus familias y aquellas personas que se dedican a brindar apoyo a esta población.
- Aporte social a través de la comprensión y entendimiento que se debe brindar a las personas viudas cuando decidan rehacer su vida con una nueva pareja. Mediante la conformación de grupos de apoyo y orientación dirigidos por el Ministerio de Salud y el Ministerio de Desarrollo Social.

## 3.13. Presupuesto

CANTIDAD	GASTOS	PRECIO UNITARIO	TOTAL
1	Computadora	500.00	500.00
1	Impresora	70.00	70.00
3	Tinta negra	18.00	54.00
2	Tinta color	22.00	44.00
1	Filmadora	250.00	250.00
1	Grabadora de bolsillo	75.00	75.00
2	Bloques de páginas blancas	7.00	14.00
2	Alquiler de local*	35.00	70.00
1	Asistente camarógrafo**	25.00	150.00
	Logística***	5.00	200.00
	<b>Total primera etapa</b>		<b>1,727.00</b>
	Asesoramiento (Español)		250.00
	Asesoramiento (Estadística)		200.00
	Incentivo para los participantes	25.00	175.00
	Levantado de texto	0.75	187.50
3	Empastados	20.00	60.00
1	Investigadora		6,000.00
	Transcripción y editado de información	300.00	300.00
	<b>Total segunda etapa</b>		<b>6,872.00</b>
	<b>GRAN TOTAL</b>		<b>8,599.50</b>

(\*) Precio por hora

(\*\*) Precio por hora

(\*\*\*) Corresponde a la movilización, transporte, gasolina, entre otros.

### 3.14. Cronograma de Actividades

ACTIVIDADES	2011			2012												2013				
	Sep.	Oct.	Nov.	Dic.	Ene.	Feb.	Mar.	Abr.	May	Jun.	Jul.	Ago.	Sep.	Oct.	Nov.	Dic.	Ene.	Feb.		
Conceptualización del problema.	x																			
Revisión bibliográfica.	x																			
Definición del contexto y muestra.		x																		
Elaboración del Capítulo I.		x	x																	
Avances del Marco Teórico.			x	x																
Elaboración del Capítulo III.				x																
Elaboración de los instrumentos.					x															
Prueba de instrumentos.					x															
Aplicación de la entrevista semiestructurada.						x														
Desarrollo del grupo Focal.						x														
Aplicación de entrevista abierta.							x													
Definición final de las categorías.							x													
Transcripción de la información.							x	x												
Definición de las categorías emergentes.									x											
Análisis de la información.											x									
Terminación del Marco Teórico.												x								
Revisión de la inform. por el Prof. de Estadísticas.													x							
Revisión del anteproyecto por Prof. de Español.														x						
Entrega del anteproyecto a la VIP.															x					
Sustentación del anteproyecto.																x				
Entrega de la tesis para revisión por el jurado.																	x			
Revisión de la tesis por el profesor de Español.																		x		
Entrega de la tesis a la VIP.																			x	
Sustentación de la investigación.																				x
Levantamiento de texto.																				x
Empastado.																				x

## **CAPÍTULO CUARTO**



## **4. RECOPIACIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS**

### **4.1. Recolección de Datos**

Las investigaciones cualitativas para recopilar información emplean las técnicas que menos alteren la dinámica de conducción habitual de los actores. En este tipo de investigaciones se puede aplicar al sujeto investigado varias técnicas de recolección de datos, lo que permite capturar desde varios puntos de vista como los sujetos actúan y dan significado a esas actuaciones.

Para el desarrollo de este estudio se utiliza las técnicas propias de los estudios cualitativos como son: la entrevista semiestructurada, entrevista abierta y grupo focal.

A continuación se detalla la organización de cada una de ellas, con las respectivas transcripciones de la información recabada. Se utiliza el lenguaje propio de cada participante, sin cambiar ni omitir palabras.

#### **4.1.1. Entrevista abierta**

Es diseñada según la guía de Hernández et al (2008:602). En la primera parte se describen los datos generales: Fecha, hora, lugar, sexo, ocupación, lugar de trabajo.

La segunda parte está destinada al nombre y objetivo de la investigación. Una tercera parte describe el compromiso de confidencialidad. La cuarta parte está programada para las preguntas guías y un último punto, para las observaciones.

Esta entrevista es aplicada a dos personas viudas de mediana edad, que no forman parte de la muestra para establecer su validación.

A continuación se presentan las transcripciones de las entrevistas abiertas. Se utiliza el seudónimo manejado en el grupo focal.

#### **ENTREVISTA PRIMERA**

**Entrevistadora:** Muy buenos días, gracias nuevamente por colaborar conmigo ahora vamos a hacer una entrevista abierta, los parámetros son iguales a las veces anteriores; pues se te garantiza la confidencialidad y estos datos solamente son para esta investigación.

Eh, con respecto a la, a la mediana edad o madurez hay ciertas, eh características, verdad ¿Cuáles de éstas?, ¿Cuáles de? eh, ¿Qué opinión tú me puedes dar con respecto a esa edad a esa etapa de la vida que tú estás experimentado ahorita mismo que es la madurez o mediana edad?

**Sol:** Muy buenos días, gracias eh, nuevamente, reiterando, eh, mi agradecimiento a ustedes por tomarme en cuenta y haber, a la misma vez para ver si le sirve como parámetro para su marco de referencia de su tesis. Eh, en primera instancia, eh, lo que es, es la etapa de la madurez definitivamente, voy a, eh, diríamos que es un papel en la vida

del ser humano. Es importante desde el punto de vista de que ya ha adquirido una serie de conocimientos, de estudios en la cual ya la persona se centra en lo que ha deseado como su objetivo principal y que dado ese marco de referencia encontramos de que, eh, esa mediana edad le sirve además verdad para completar algunos aspectos que si bien es cierto han quedado latentes todavía por lograr ciertas metas están que están en un propósito, pero que poco a poco, eh, lo vamos logrando paulatinamente.

**Entrevistadora:** Si, si otras características con respecto a su persona lo que usted ha experimentado que me puede decir ¿qué me puede ampliar?

**Sol:** Ah características bueno definitivamente, una vez que después de los 40 siento que el nivel de la edad ya va haciendo cierto tipo de desgaste físico lo que quiere decir que, me veo diferente, ya las canas han llegado y de igual manera; pero eh la razón de ellos, sin duda alguna nos da a veces eh esa madurez lo que una haga representarlo con más sagacidad, inteligencia para tomar decisiones puesto que ya la experiencia le ha indicado a uno que es lo bueno y que es lo malo bajo eh, eh estas eh enseñanzas que le ha dado la vida.

**Entrevistadora:** Este a algunas experiencias que usted eh ha vivido después de quedar viudo, o sea, cuando se estaba con la pareja se tenía un ritmo de vida específico una forma de vivir luego de quedar viudo ¿Qué experiencia usted ha vivido?

**Sol:** Sí, bueno, definitivamente, es un impase que sucede en el matrimonio además de la parte sentimental, juega un papel en lo que es la parte económica esencial para lo que es el resto de la familia. Para mí parte en particular eh si ha hecho cierto tipo de relajamiento en el punto de vista de que mis hijos están estudiando tengo que apoyarlo, definitivamente, y soy de la idea principalmente de que los hijos hay que darles hasta donde uno estime

conveniente; pero en esta oportunidad, gracias a Dios, están en su universidad y hasta donde puedan si es posible un postgrado o una maestría no perderemos el tiempo en vano.

**Entrevistadora:** O sea, que en el aspecto económico influyó, eh hubo un cambio.

**Sol:** Exacto.

**Entrevistadora:** ¿Cuánto tiempo usted compartió vivencias o experiencias con su pareja?

**Sol:** Aja, eh, bueno tuvimos alrededor de año y medio de noviazgo más 23 de casamiento eh, relativamente estamos considerando que son 25 años.

**Entrevistadora:** Toda una vida verdad.

**Sol:** Sí correcto, definitivamente, es difícil de eh tapar o sellar esa eh huella que ha dejado en uno y sobre todo en los hijos.

**Entrevistadora:** Muchas gracias por su colaboración nuevamente y, este, de verdad que no tengo como, no tengo palabras para darle gracias por el apoyo.

**Sol:** Aja, gracias, señora Silvana, a usted también lógicamente que le sirva de parámetro para su investigación.

## **ENTREVISTA SEGUNDA**

**Entrevistadora:** Muy buenas noches nuevamente te doy gracias por colaborar y estar aquí. Eh los parámetros de esta entrevista son iguales a los anteriores la privacidad se te garantiza y el respeto, solamente pues te voy a hacer unas preguntas generales una entrevista abierta tú me la contestas con como siempre hemos dicho pues muy natural

muy abierta y tenlo por seguro que es confidencial y solamente se utilizará para esta investigación.

Eh, yo quiero que tú me digas ¿Cuál es tu opinión con respecto a la mediana edad o la madurez? ¿Qué opinas tú de esa etapa?, esa etapa, pues, que ahorita mismo tú estás experimentando en tu persona como, como persona madura.

**Planeta:** O sea, en la madurez o en la viudez.

**Entrevistadora:** No, en la madurez en la etapa madura, o sea, en la etapa madura, la etapa de la edad madura que es lo que está entre los 45 y 60 ó 65 años a veces algunos autores la llevan a los 65 años, algunas características que tiene esa etapa, pues.

**Planeta:** Bueno, las características es que uno empieza a tratar de, de mejorar todo lo que se llama lo que le va a quedar a uno en el momento que deja de trabajar, porque por lo menos uno ha llegado a una madurez y una jubilación, pero no ha dejado de trabajar, pero uno piensa en ir buscando una mejor economía y dejar todo arreglado para uno poder estar en esa edad de la madurez junto a los nietos, los hijos y cumplir con todo lo, lo como se llama las responsabilidades que a uno todavía le queda.

**Entrevistadora:** Disfrutar dirías, eh.

**Planeta:** Disfrutar y saber que uno debe también tener una solvencia para poder ¡eh! gozar la plenitud, porque la plenitud es los nietos, es los hijos, es la familia y si uno puede dar algunas cosas y ayudar, pues uno se sentiría mejor.

**Entrevistadora:** O sea, podrías resumir o categorizar como un ¡eh! estabilidad en el aspecto económico se adquiere en esta edad madura.

**Planeta:** Pienso que sí, porque en esta edad uno ya va sabiendo que le va a quedar eh, de que va a vivir, va a tener una economía eh como se llama más estable y al tener esa

economía; pues ya uno sabe que uno puede ayudar y cumplir y como se llama aportar algo para uno también estar bien en ese momento.

**Entrevistadora:** Y otra característica que tú me puedes este comentar al respecto.

**Planeta:** Otra característica, pues que uno tiene más tiempo para otras cosas ya uno va a cambiando su vida a otro parámetro, si ya por lo menos ya uno con canas, eh arrugas eh tantas cosas que le vienen a uno que uno sabe que vienen ya uno ha perdiendo un poco la vista eh tantas cosas que uno sabe que van a mermar, pero uno va tratando de mantenerse y de estar bien, de salud, de todo para poder gozar ese tiempo.

**Entrevistadora:** Entonces, podemos decir pues que hay ciertas características de orden económico y ciertas características físicas, pues que se experimentan en esta etapa madura, pues que merman en el aspecto físico en la visión en la fortaleza, en la agilidad, en la actividad y en el aspecto económico.

**Planeta:** Exacto.

**Entrevistadora:** Con respecto a los problemas eh que tú afrontaste después de quedar viudo, que me puedes decir al respecto ¿Luego de quedar viudo que problemas tú afrontaste?

**Planeta:** Bueno, luego ya uno empieza a ver la soledad, eh la falta de cómo se llama de la persona que uno claramente compartió, pues tanto tiempo y muchos aspectos y, entonces, esto va según el tiempo que uno lo va descartando o haciendo cualquier otras actividades, pero al principio uno queda sumido en ese, en ese rol que uno venía de tanto tiempo.

**Entrevistadora:** ¿Compartiste cuánto tiempo con tu pareja?

**Planeta:** Eh, como 35 ó 40 años.

**Entrevistadora:** Definitivamente pues una, una edad, son bastantes años en la que tú estás o se está acostumbrado a hacer determinadas actividades juntos, verdad, y lógico que hay ciertas ausencias, pues hay algunas dificultades que se afrontan.

**Entrevistadora:** Eh, otras cosas, me puedes agregar, quisieras agregar.

**Planeta:** Bueno, yo pienso que uno debe buscar algunas actividades, algunas cosas para poder este ir solventando un poco pues el tiempo que uno va teniendo libre no, para uno no estar nada más pensando en lo mismo y tratar de olvidar ese tiempo que uno tuvo que era como una estabilidad, pues de algo no, yo pienso que eso es lo que hay que hacer buscar actividades, buscar algo que hacer.

**Entrevistadora:** Bueno, gracias nuevamente, por tu colaboración es extremadamente importante en este trabajo que estoy haciendo.

**Planeta:** Eh, si quería agregarte algo, mira a mis 60 años jamás yo pensé que algún día yo iba a contar algunas preguntas de la viudez de la tercera edad, etc., no, porque uno cuando tiene esta edad uno piensa que ya jamás, o sea, primera vez que yo veo una entrevista sobre esto pues, y esto me ha llenado a mí de una incógnita de saber que hay personas que deben saber la parte de que uno ha pasado o los pormenores no.

**Entrevistadora:** Aja, eso es muy importante de verdad que sí, porque realmente en esta investigación lo que me interesa estudiar son los sentimientos de las personas y solamente ustedes saben lo que están experimentando, por eso hemos escogido este tema, porque sabemos que es algo real que está experimentando una persona, y muchas desconocemos que realmente se siente en esta situación; por eso pues muchas gracias por tu colaboración.

**Planeta:** Como no, gracias.

**ENTREVISTA TERCERA**

**Entrevistadora:** Buenas noches, eh, nuevamente, te doy gracias por permitirme entrar a tu casa para colaborar con mi tesis, eh, ahora vamos a realizar una entrevista abierta te voy a hacer una pregunta general y tú me la contestas según tu sentimientos, lo que tú consideres.

**Lucero:** Como no.

**Entrevistadora:** haber, eh, ¿Cuál es tu opinión con respecto a la edad mediana a la edad madura, o sea, la etapa que tú estás viviendo en estos momentos?

**Lucero:** Bueno es bastante abarcadora la pregunta verdad y, por lo tanto, pienso en que podemos hablar bastante; bueno, en cuanto a lo físico hay cambios significativos, eh, ésta es una edad pienso yo que comprende desde los 45 hasta los 60 creo que esa es la edad media, eh. Físicamente hay cambios grandes bien marcados, las canas, las arrugas, eh, ya el aumento de peso, ya la piel es diferente que sé yo el cuerpo es diferente, ya usted tiene que echar mano a los arreglos, al maquillaje, a la pintura pues, a los tintes para mantener un poco este un físico aceptable, pues nosotros trabajamos y no podemos ir de cualquier manera, en lo personal a mí no me gustan las canas, me gustaría pues todo blanco o todo de un color oscuro, o sea, hay que usar el tinte periódicamente. Hay que estar encima de eso, eh, las uñas de las manos ya no son iguales ya hay que cuidársela ya hay que cuidarse los pies, el cuerpo, eh, todo verdad en lo físico hay cambios significativos bastante severos, bastante severos y éste, pero pienso que es normal que hombres y mujeres pensemos en cuidarnos y proyectar una mejor imagen dentro de esa edad pues.



**Entrevistadora:** ¿Qué otras características tú consideras que se presentan en esta edad pues, la edad madura?

**Lucero:** Bueno, también en lo emocional hay cambios este ya usted no es bien aceptada en ciertos círculos donde van bastante jóvenes es bastante diferente, si usted lo relacionan con la viudez, eh, hay que hablar bastante allí, porque en lo económico hay gastos los gastos son los mismos, pero los ingresos son diferentes ya nosotros no contamos con el ingreso que tenía mi esposo verdad. Eh, Primero que cuando muere la pareja hay que esperar un lapso grande para que el seguro social le tramita, verdad y le paga y con eso ya el ingreso disminuye el 50%, entonces, hay que enfrentar esa, esa realidad, en cuanto a visitar algunos lugares ya no hay esas invitaciones que nos hacían antes, pues que eran de mi esposo y esposa verdad, ya pues yo no puedo ir porque él no está, ya no me invitan tengo que velar, por dos de mis hijos que todavía este depende de mí y con menos ingresos. Todo eso yo lo he tenido que enfrentar. Sin embargo, yo pienso que nosotros estamos facultados para hacer ajustes también en lo emocional, eh, y podemos caminar ahí, es bastante duro creo que no nada más como viuda yo tengo ese tipo de inconvenientes, yo he conversado con muchas viudas y viudos y enfrentan estos problemas.

**Entrevistadora:** Aja, entonces, podemos categorizar lo que tú me acabas de decir, o sea, que la viudez en la mediana edad tiene algunos problemas como en lo económico y aspecto social que tú me hablaste y algunas características más.

**Lucero:** sí, sí.

**Entrevistadora:** ¿y el aspecto social que tú me hablaste?

**Lucero:** También.

**Entrevistadora:** y algunas características de las que me mencionaste enantes la categorizamos como características que tú me hablaste de la salud.

**Lucero:** Sí, bueno de la salud yo creo que enantes no le dije mucho, eh, ya comienzan los problemas de salud.

**Entrevistadora:** Físicos me hablaste más bien de físicos.

**Lucero:** Sí, los problemas físicos se van acentuando en esa etapa, ya hay que ponerle atención, sino usted se va a desbalancear, desequilibrar pues físicamente hay que atender, eh, debemos darles atención, porque ya comienzan a marcarse.

**Entrevistadora:** O sea, definitivamente, eh, la viudez tiene, o sea, está más por decirlo problemas en la persona. Económico los enfatizo nuevamente, económico más bien en tu caso problemas económicos y problemas sociales que estas experimentando ahora como viuda y antes que no habías perdido a tu pareja, pues ha habido problemas económico y problemas de índole social que tú dices que te invitaban y ya no te invitan, o sea, socialmente ha habido una diferencia.

**Lucero:** Sí, en lo económico, eh, ya hay una diferencia, eh, primero el ingreso de él ya no está de la noche a la mañana, ya no está. Entonces, como nosotros tenemos aquí una institución que es la que regenta la seguridad social mientras esa institución haga las investigaciones, ya es al 50% de lo que ganaba la persona, entonces, la pensión es de la mitad y con eso pues yo tengo que hacer lo que hacía antes con un 100%, entonces, en lo emocional, si hay cambios. Hay cambios eh, definitivamente, eh, ya como les dije enantes si me invitaban mi esposo, pues ponían así fulano y señora o esposa. Claro que, eso no es algo que nos va a enfermar o va a matar, pero si ya comenzamos a sufrir como ciertos, o sea, como que nos apartan un poquito y yo pienso que no hay porqué. No, no debería ser así.

**Entrevistadora:** Algo más que te gustaría agregar.

**Lucero:** Eh sí, yo creo que si me gustaría que aquí en nuestro medio, nuestra comunidad se crearan centros puede ser de esos grupos de apoyo en donde nosotros podamos asistir para, eh, rodearnos con gente que tiene la misma problemática conversar y de ahí poder, eh, eso se llama grupo de auto ayuda uno a otro se puede consolar y estamos haciendo una terapia, estamos también visitándonos unos a otros y haciendo nuevas amistades, yo pienso que en nuestro medio debemos ya ir pensando en ese tipo de ayudas a lo mejor no es que cuesten tanto, pero como que no le prestamos la debida atención a esta situación es que en definitiva no es que van a necesitar unas, eh, erogaciones, verdad, de dinero sí, sí podríamos ayudarnos con grupos de autoayuda.

**Entrevistadora:** Siente que son muy importantes para las personas viudas

**Lucero:** Sí, claro que sí, es como yo siempre he manifestado, eh, a la gente que va a hacer cualquier estudio aquí usted escucha de estudios cuantitativos cualitativos no debemos ir verdad ya, eh, como preparándonos para estos tipos de estudios, porque en definitiva nos van apoyar, porque aquí a nadie le importa los sufrimientos de un viudo o de una viuda o de una persona que llegue a estar viuda en esta edad media que todavía nosotros podemos dar un poquito. No es lo mismo quedar viuda a esta edad que quedar viuda a los 80 años nosotros todavía necesitamos un apoyo de una pareja.

**Entrevistadora:** Es importante una pareja para la persona viuda de mediana edad consideras tú, en tu caso.

**Lucero:** Sí yo creo que sí, no es que creo es que estoy segura yo necesito una pareja, porque yo estoy en una edad, yo me siento productiva y teniendo el apoyo de una persona como yo, eh, yo siento que yo puedo trabajar bien.

**Entrevistadora:** particularmente de los retos que encuentres.

**Lucero:** Sí, particularmente.

**Entrevistadora:** De los retos que has encontrado puedes otra vez referirnos.

**Lucero:** Eh, ¿Los retos que he encontrado después de viuda?

**Entrevistadora:** Sí, al querer rehacer tu vida.

**Lucero:** Bueno, sí definitivamente, el primer reto son los hijos. Los hijos cuando ya están adultos como los míos, ya ellos quieren dar directrices, dictar directrices en cuanto a eso entonces, yo pues, creo que no. Esa decisión la debo que tomar yo. Ellos se van, ellos están en una edad de 28 ó 25 años se van ellos, van a hacer su vida y ya yo no voy a estar allí, yo no voy a ser parte de la vida de ellos, en esa forma de estar con ellos, yo pienso que yo debo tener una pareja, yo quisiera, yo deseo tener una pareja verdad, pero una persona como yo, que sepa lo que es esto, y una persona sería quisiera también yo, pienso que esta es una edad en la que usted debe es conversar con los hijos, no pedir permiso, no obligarlos a aceptar, sino hijo, eh, este yo estoy en una edad que se llama la edad media, yo todavía necesito un apoyo y yo creo que ustedes deberían aceptar.

Es bueno pensar en qué tipo de pareja es la que usted desea. Para mí las características pienso yo, que son las mismas de cualquier viuda. Un hombre que sea de mi edad o un par de años más, porque la edad si cuenta, de sentimientos nobles, nosotros no vamos a pedir una persona que no tenga sentimientos buenos, que si no me va a dar, pues que no me quite, pues yo no soy millonaria, no soy acaudalada; si no me va a dar que no me quite, no tenga adicciones como la del alcohol, mujeres, drogas.

Para mi yo quiero un viudo; así yo no tengo que estar preocupada por la mujer que él dejó o la mujer que lo dejó a él preferiblemente, un viudo. Esas son las características que yo pues, eh, los requisitos que yo quiero.

**Entrevistadora:** ¿Que te gustaría encontrar?

**Lucero:** Sí.

**Entrevistadora:** ¿Tú piensas que si lo puedes encontrar?

**Lucero:** Sí, como no, es más yo creo que por ahí puede estar llegando, es más yo le he pedido a Dios una persona con esos requisitos, si es que él creía que yo debo tener una pareja, y yo he visto un amigo así que se ha interesado y estamos conversando y todo está muy bien.

**Entrevistadora:** Hay ¡Qué bien! Se te ve muy contenta.

**Lucero:** Sí, sí uno va cambiando ya esa tristeza, ya en ese aspecto vamos cambiando, ya la pareja que teníamos se fue y no va a volver y eso yo lo entendí después de un año de viuda que no va a volver, ya ese aprecio que uno le tenía como que se va transformando es en un respeto y eso es lo que nos va dando oportunidad de amar a otra persona, ya pues mi esposo se fue y eso nosotros no lo podemos controlar y sí, yo pienso que en esta mediana edad, sí, nosotros estamos, eh, facultados física y emocionalmente para una nueva pareja.

**Entrevistadora:** Muchas gracias, nuevamente, este espero tu colaboración para cualquier otra entrevista para reunirnos finalmente, pues para darle los resultados y las conclusiones del estudio por ahí te diré gracias. Disculpa, ¿cuántos años compartiste con tu pareja?

**Lucero:** Estuvimos juntos 26 años.

**Entrevistadora:** Gracias.

**ENTREVISTA CUARTA**

**Entrevistadora:** Buenas noches, Nube, nuevamente te doy gracias por colaborar con mi tesis. Ahora voy a realizar una entrevista abierta, te haré dos preguntas generales.

¿Cuál es tu opinión con respecto a la edad mediana a la edad madura, o sea, la etapa que tú estás viviendo en estos momentos?

**Nube:** Bueno este, este, realmente, es una edad un poco complicada a veces, por la sencilla razón de que necesitamos vernos bien, todavía. Más que somos profesionales. A veces, uno mira como le van saliendo canitas, se cansa más que antes, ya no somos tan ágiles, por lo menos, en la parte física. Debemos preocuparnos más por la dieta, tendemos a engordar con mayor facilidad pues. Ya pensamos y analizamos con calma las cosas, por lo menos hemos terminado los estudios, ya en esta etapa casi siempre. También nuestros hijos están casi siempre ya adultos e independientes, y eso es un gran alivio.

**Entrevistadora:** Entonces, podemos resumir que tú has experimentado en esta etapa desgaste físicos, logro académico, más analítica y tranquila, independencia de los hijos.

**Nube:** Exacto, es una etapa de mucho análisis y calma nada a la ligera.

**Entrevistadora:** Luego de quedar viuda ¿qué cambios has experimentado en tú vida?

**Nube:** Este, lo más difícil es la soledad, quedar sin el apoyo de tú pareja es algo sumamente difícil. Aunque, te den la pensión de viudez, ya es algo que no cubre lo que uno estaba acostumbrado. Entonces, quedas tú sola con la responsabilidad de los hijos, que para cuando quedé viuda aun necesitaban terminar sus carreras. Ya, gracias, a Dios todos son profesionales y viven en Panamá, yo vivo sola. Visito a mi familia y viajo

bastante a ver a mis hijos por el momento me llenan en tiempo. Aunque a veces siento mucha soledad.

**Entrevistadora:** Sientes mucha soledad, no has pensado en una pareja?

**Nube:** Por el momento no, aunque te repito cuando llego a casa siento mucha soledad. No sé, pienso que no me doy esa oportunidad, o no la necesito todavía. Tal vez le doy muy larga a eso de buscar una nueva pareja. Pero pienso que por allí llegará la persona que llene mis sentimientos y que me valore y acompañe los últimos días de mi vida. Ya llegará, no me apuro, ya te he dicho que ahora pensamos con más calma, y sí a veces, siento que necesito una compañía, pero no sé me parece que bueno este puedo esperar un poco más.

**Entrevistadora:** ¿Cuánto tiempo compartiste con tú pareja?

**Nube:** Estuvimos juntos alrededor de 25 años.

**Entrevistadora:** Algo más que me quieras aportar.

**Nube:** Contesta que no con el movimiento de la cabeza.

**Entrevistadora:** Gracias Nube, por tú apoyo.

#### **4.1.2. Entrevista semiestructurada**

Este instrumento está debidamente validado por un especialista que ha impartido cursos de técnicas de investigación cualitativa y por un grupo de seis estudiantes universitarios a quienes fue aplicado. Se elabora siguiendo los parámetros sugeridos, para facilitar una comunicación efectiva y un testimonio de buena calidad.

La primera parte del formato de la entrevista está destinado a los datos generales del estudio, condiciones de desarrollo de la misma y compromiso de anonimato.

Una segunda parte está destinada a las preguntas que sirven de guía para el desarrollo de la entrevista a profundidad. Consta de ocho interrogantes donde predomina la pregunta ¿Cuáles oCuál?, pregunta clave en el diseño de esta investigación.

A continuación se transcriben las cuatro entrevistas semiestructuradas aplicadas a la muestra homogénea. Para identificar a los (as) actores se utiliza los nombres con que se identifican en el grupo focal.

#### **ENTREVISTA UNA**

**Sexo:** Masculino.      **Seudónimo:** Planeta.

**Investigadora:** Gracias, por esta oportunidad de de contribuir con mi con la realización de mi tesis, eh. El objetivo de la entrevista pues, es obtener datos sobre el tema, eh. La investigación es, eh, viudedad en la mediana edad, los retos que experimentan las personas viudas ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa, eh, la información que tú me brindes es estrictamente confidencial, te lo aseguro que no va a salir ni tú imagen ni tú nombre en ningún momento, solo esto es para, eh, analizar los datos. Te voy a hacer algunas preguntas, tú tienes toda la libertad de contestarlas con tú lenguaje, el que tú usas rutinariamente y con toda libertad y confianza.

**Entrevistadora:** ¿Cuántos años tienes?

**Planeta:** Sesenta y uno (61).



**Entrevistadora:** Sesenta y uno. ¿Tiempo de haber perdido a tu pareja?

**Planeta:** Eh, 15 meses.

**Entrevistadora:** Ocupación.

**Planeta:** Comerciante.

**Entrevistadora:** ¿Tienes hijos?

**Planeta:** Eh. La pareja. Tengo el varón que tiene 30 años y la niña que tiene 28.

**Entrevistadora:** Son dos ¿Dependen de usted?

**Planeta:** Eh, por ahora sí, pero casualmente, esta semana ya mi hija puso un negocio y el hijo, el primero de noviembre empieza a generar también, mientras tanto han trabajado conmigo.

**Entrevistadora:** ¿Qué opina sobre la necesidad de las personas viudas de rehacer su vida amorosa?

**Planeta:** Bueno yo tengo una necesidad, porque uno está acostumbrado a tener una pareja o a una persona que comparta con uno las buenas y las malas y este creo que es que uno, uno puede conseguir una pareja para compartir, eh, todo.

**Entrevistadora:** ¿Cuál es su consideración con respecto al tiempo que se debe esperar para pensar en una nueva pareja?

**Planeta:** Bueno, yo pienso que de año y medio a dos años uno debería, por lo menos, ya empezar a, a ver las cosas en otras formas, no, porque si no el pensamiento y los recuerdos te van ahogando, te van manteniendo aislado y, entonces, yo pienso que es así, pues, porque los hijos se van a hacer su vida y van a seguir adelante y uno va quedando un poco más solo.

**Entrevistadora:** ¿El intentar rehacer su vida amorosa provoca retos en su vida?

**Planeta:** Eh, creo que sí por la sencilla razón de que los hijos de ambos lados no van no van a ver las cosas tan bien hasta que se vayan, por lo menos, acostumbrando a la necesidad y comprendiendo las partes que están por unirse.

**Entrevistadora:** ¿Puedes identificar y explicar el reto más significativo ante la posibilidad de rehacer tu vida amorosa?

**Planeta:** El reto, el reto que yo veo más fuerte sería el de, el de tratar de llevar la segunda pareja a que todo está en paz de ambos lados para que haiga felicidad y todo se maneje bien, pues, porque uno se debe en cada lado de personas de hijos y de todo no.

**Entrevistadora:** Que haya armonía.

**Planeta:** Exactamente.

**Entrevistadora:** ¿Los retos que enfrenta provocan alguna situación estresante en tu vida?

¿Puedes identificar cuáles son esas situaciones estresantes que tú experimentas?

**Planeta:** Por lo menos, eh, lo más estresante es volver a coger el cauce de todo en el negocio, en el hogar, en la pareja, en todo. Tiene que volverse a hacer como, como una balanza y volver a empezar.

**Entrevistadora:** ¿Volver a empezar en qué forma?

**Planeta:** En la forma de que, de que haiga armonía en todos lados, tanto en el hogar, en el negocio, en los hijos, los nietos de todo lo que hay y tratar de cumplir en todo como se ha cumplido hasta ahora.

**Entrevistadora:** ¿Qué cualidades buscaría en su nueva pareja?

**Planeta:** En mi nueva pareja, yo buscaría comprensión, eh, ya sabiendo que los mismos problemas los tenemos ambos. Eh, armonía y, este, poder gozar, lo que no pudimos gozar con las parejas anteriores.

**Entrevistadora:** Siente que los grupos de apoyo y orientación son necesarios para las personas viudas?

**Planeta:** Bueno, yo pienso que sí, el psicólogo, el psicólogo ayuda bastante. Pero, por lo menos, yo soy un hombre que no tomo, no fumo, yo ando en distinto movimiento, no estoy en esas cantinas donde la gente te dice esto, te dice lo otro y te enredan ¿no?. Eh, mi forma de de vivir es como de otro planeta, porque yo mis diversiones son distintas, salir a comer, al cine, mi trabajo, son cosas ¿no? Yo veo otras personas que lo que hacen es irse con sus amigos y eso lo que hace es que enreda más ¿me explico?

**Entrevistadora:** Muy afortunada la pareja que usted decidias tener verdad?

**Planeta:** Como no.

**Entrevistadora:** ¿Quiénes deben dirigir estos grupos de apoyo, según su forma de pensar?

**Planeta:** Los grupos de apoyo deben dirigirlos personas allegadas a la iglesia. Eh, psicólogos y otras personas que, que han pasado por esto y ya están entablando su nueva relación.

**Entrevistadora:** Muchas gracias, alguna que algo que quisiera agregar?

**Planeta:** Bueno, pienso que cuando se hacen las reuniones y hay todas estas personas, que uno vaya llevando un conteo de de las personas que vayan a volver a ese nuevo nivel, no, y haigan cada día haigan mejores parejas, porque hay gente que esto es la muerte y se

tiran al abandono etcétera y pienso que, que esos grupos lo que deben es llevar un conteo de personas y aunque sea una vez cada año visitarlos y ver como han caminado las cosas.

**Entrevistadora:** Dar el seguimiento y el apoyo.

**Planeta:** Exactamente.

**Entrevistadora:** Bueno, muchas gracias, por su colaboración, ha sido muy significativa para nosotros.

#### **ENTREVISTA DOS**

**Sexo:** Masculino.      **Seudónimo:** Sol.

**Entrevistadora:** Ah, muy buenos días, eh, este, previamente, le hemos explicado el fin de la, de la entrevista, es para una investigación que vamos a hacer en la **UNACHI** y el tema es, eh, conocer los retos que enfrentan las personas viudas de mediana edad cuando tiene la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

Le garantizamos confidencialidad, esta información solo será utilizada para la investigación y, pues, le agradecemos su colaboración y, eh, usted nos da permiso para grabar ¿verdad?

Le vamos a hacer unas preguntas y usted nos la contesta con toda la soltura, verdad, con todo el sentimiento que usted..., con el que desee hacerlo.

**Entrevistadora:** ¿Cuánto tiempo hace que quedó viudo?

**Sol:** Veintiún meses (21 meses).

**Entrevistadora:** Veintiún meses (21 meses).

**Entrevistadora:** ¿Usted considera que las personas, eh, que han quedado en esta condición tienen derecho a rehacer su vida amorosa?

**Sol:** Eh, considero que la vida en forma particular, ya sea para el hombre o la mujer a de continuar, y que si bien es cierto en esa trayectoria la convivencia de trabajo la, eh, eh, y demás aspectos relacionados con la misma, hacen o inciden de que paulatinamente se vaya relacionando, eh, con un ambiente, si bien es cierto de trabajo particularmente, pero al mismo tiempo es, se hace una situación difícil para la persona que está afectada en, en, en como es el caso de la viudez. Es una situación dura, pero que uno tiene que hacerle frente, particularmente, considero que en lo sucesivo debe darse un cambio, eh, sin importar de que tanto formó parte aquella persona en su vida.

**Entrevistadora:** ¿Considera que ha pasado el tiempo prudente para usted pensar en una nueva pareja o en un nuevo compromiso amoroso?

**Sol:** Bueno, para, eh, dentro del término de dos años siempre he considerado de que inclusive en este lapso la interrogante, surgen interrogantes y, sobre todo, para el varón, la interrogante no, sino que surgen cierto tipo de insinuaciones sin menoscabar la parte femenina, pero si ha habido situaciones en las cuales hay muchachas, muchachas, muchachas, sobre todo, en este caso de que una, ah, vez tomando en consideración este aspecto que uno está al libre, ah, albedrío, que toman o quieren tomarse atribuciones de la otra parte, es decir, sí uno va a tener una aventura u otra, eh, eh, es fugaz, vamos a pensar, pero que no hacen, eh, méritos para tomarla como una pareja para toda una vida.

**Entrevistadora:** O sea, que para usted no hay algún tiempo específico, para que usted considere que ya uno está preparado para pensar nuevamente rehacer su vida amorosa.

**Sol:** Siento que el tiempo lo dirá propiamente el, el momento, eh, la instancia pero reitero nuevamente el aspecto ese de la viudez, de estar solo en casa, me enferma, eh, se me hace una situación bien difícil y siento que el trabajo en, en, inclusive año y medio me han servido como, eh, parámetro o, eh, una muralla para acogerme en ella y dedicar más tiempo del necesario en el trabajo, y que en cada instancia me he sentido acogido en ese sentido, o me ha absorbido el trabajo en más de mis horas, así que paulatinamente ya uno las relaciones, eh, de trabajo, el aspecto social van yendo de la mano poco a poco.

**Entrevistadora:** ¿Considera un reto rehacer su vida amorosa? ¿Cuáles retos usted ha afrontado al pensar en rehacer su vida amorosa?

**Sol:** Bueno, en lo particular no, decir casarme, casarme en lo particular, no, pienso que no, tal vez tener una pareja, pero no con ese compromiso. Siento que hay que darle mucho más todavía a los hijos, ah, que todavía, ah, restan, están con su estudio y hay que darle ese margen de seguridad en relación a su nivel profesional.

**Entrevistadora:** O sea, sea ¿uno de los retos que usted considera que afronta o que le afecta para rehacer su vida amorosa ya sea casarse o con una pareja, conviviendo, son la crianza de los hijos o la preparación de sus hijos?

**Sol:** Preparación académica, preparación académica.

**Entrevistadora:** ¿Se siente estresado al querer rehacer su vida amorosa? De qué manera le afecta a usted el haber pensado o, o el estar con la necesidad de, de establecerse con una nueva pareja, ya sea casado o en convivencias, pues.

**Sol:** El primer aspecto, ahí que uno tiene es relacionado con sus propios familiares, hijos, parientes más cercanos, que tanto, eh, cuestionan ellos el hecho de que está uno

relacionándose con otra persona. Ese es el principal reto, dentro, inclusive, hemos hablado mucho, mi hija, particularmente, al respecto, de una manera muy jocosa, dice: no te puedes casar hasta en diez años. Pero, paulatinamente, eh, uno conversando, conversando va notando esa consideración y que no lo ven tan así que digamos, que diez años; pero, si lo ven como una futura, eh, decisión que uno puede tomar posteriormente. Pero si les he informado de todas maneras que la última decisión la tomo yo y no ellos ya en particular.

**Entrevistadora:** Este, pero esa situación estresante le ha causado problemas de ansiedad, salud.

**Sol:** No, de ninguna manera. Perdóname, reitero el mito acerca de que la sociedad, la familia y demás, que hacen de que uno tome decisiones en base a ellos, pero uno tiene que tomar la decisión. No sabe hasta donde, eh, pueda dar el visto bueno para esa relación, pero considero que si no lo tiene la pareja no es pecaminoso, puesto de que relativamente uno sepa.

**Entrevistadora:** Definitivamente, y no está incurriendo en ninguna falta, hasta las Sagradas Escrituras dicen que pueden hacerlo.

**Sol:** Correcto.

**Entrevistadora:** ¿Qué cualidades buscaría usted en una nueva pareja?

**Sol:** Eh, profesional, eh, con alta, eh, aspecto del punto de vista académico. Eh, que sea muy responsable, honesta, sincera, eh, que dé lo mejor de sí y que tenga mucho positivismo de seguir adelante. El hecho de que la pareja precisamente hay un adagio que dice de que el hombre o la mujer hace a la pareja, en ese sentido, me esmero de que debemos pensar cosas positivas para afrontar un nuevo reto.

**Entrevistadora:** ¿Considera importante los grupos de apoyo y orientación para las personas viudas en determinadas circunstancias? ¿Piensa usted que en la Provincia de Chiriquí debe haber alguna organización que apoye a las personas viudas?

**Sol:** Bueno, es posible que sí, porque no todas las personas, posiblemente, tengan el mismo tipo de sentimientos o de situaciones que le afecta, aflora mucho más y, eh, que, por ende, yo en particular no he acudido a ninguna entidad de esta naturaleza, pero si sería si prudente y necesario hacerlo puesto de que desestrea y el hecho de dar a conocer su punto de vista, eh, pueden de que la persona, eh, ese nudo que se le hacen se vaya disolviendo poco a poco a través de las ayudas que éstos dan.

**Entrevistadora:** Muchas gracias.

**Sol:** Ja, ja, ja. Muchas gracias.

### **ENTREVISTA TRES**

**Sexo:** Femenino      **Seudónimo:** Lucero.

**Entrevistadora:** Muy buenas noches, eh, te agradezco el tiempo que me vas a permitir, eh, compartir contigo en esta entrevista, eh, como ya te mencioné anteriormente, el fin de esto es para obtener datos para la investigación que estamos haciendo con respecto a la viudedad en la mediana edad, los retos que enfrentan las personas viudas cuando, eh, existe la posibilidad de rehacer la vida amorosa.

La información es estrictamente confidencial, todo lo que usted me diga, pues, solo será utilizado para esta investigación. Le garantizamos la confidencialidad y te agradecemos,



pues, que nos contestes sinceramente y con la amplitud que tú consideras las, las preguntas que te vamos a hacer.

**Lucero:** Como no, con mucho gusto.

**Entrevistadora:** Ehm, ¿tú edad?

**Lucero:** Cincuenta y siete años.

**Entrevistadora:** ¿Cuánto tiempo tienes de haber perdido a tú pareja?

**Lucero:** Dos años y dos meses, ya te, eh, estamos hablando de veintiséis meses.

**Entrevistadora:** ¿Ocupación?

**Lucero:** Docente.

**Entrevistadora:** ¿Tienes hijos?

**Lucero:** Sí.

**Entrevistadora:** ¿Cuántos?

**Lucero:** Tengo dos.

**Entrevistadora:** ¿Dependen de usted?

**Lucero:** Sí.

**Entrevistadora:** ¿Cuántos?

**Lucero:** Eh, los dos.

**Entrevistadora:** ¿Qué opinas sobre la necesidad de las personas viudas de rehacer su vida amorosa?

**Lucero:** Bueno, definitivamente es un derecho que nos asiste y pienso que la persona que, que está segura de que puede rehacer su vida con una pareja, está en su pleno derecho y lo debe hacer.

**Entrevistadora:** Está en su derecho.

**Lucero:** Claro que sí.

**Entrevistadora:** Con respecto al tiempo que se requiere para pensar en rehacer la vida amorosa o el tiempo que necesita para, para que tú pienses en una nueva pareja ¿qué me dices al respecto?

**Lucero:** Esto va a depender de, de cada persona, precisamente, en mi caso pienso que ya después de un año es, es un tiempo prudencial, creo que sí.

**Entrevistadora.** Después del año ¿se está preparado?

**Lucero:** Después del año, sí, porque la persona está preparada, en mi caso, sí, porque yo soy una persona muy realista, eh, eh, cuando pasan las cosas es porque Dios quiere, usted no puede evitarlo, es la voluntad de Dios, entonces, en mi caso, yo he aceptado la voluntad de Dios, pienso que después de un año, ya estuve preparada para eso.

**Entrevistadora:** Para pensar en una nueva pareja.

**Lucero:** Para pensar en otra pareja.

**Entrevistadora:** El intentar rehacer tu vida amorosa ¿provoca retos en tu vida? ¿Ha provocado retos en tu vida, al querer rehacer tu vida amorosa?

**Lucero:** Definitivamente que sí. Eh, yo tengo hijos adultos, hijos adultos y que lógico es que ellos quieran saber de que se trata, es más, antes de cumplir el año de viuda, mi hijo mayor me mandó un mensaje con la novia que tiene y me llevé, no, una sorpresa, sino algo inesperado en el momento. Ella me dice, Omar no quiere que usted se vuelva a casar. Y a los pocos días la niña, la más joven que ya tiene veintiún años, me dijo algo similar.

Yo tengo mis convicciones y de inmediato cuando estuvimos juntos todos le hablé y les

dije que esa es una decisión que yo tenía que tomar, y en ese momento eh, yo tenía cumpliendo apenas una año de viuda y no había pensado en eso, en una nueva pareja.

**Entrevistadora:** Puedes identificar y explicar que retos más significativo has experimentado ante la posibilidad de rehacer tu vida amorosa.

**Lucero:** Bueno, ese fue el más significativo, cuando mi hijo, sin yo tener, verdad, sin haber pensado en una pareja, me, como que yo me di cuenta de que, quería que ella me informara, él no se atrevía, me di cuenta que él quería que yo supiera de alguna manera que no estaba de acuerdo. Ese ha sido el reto más grande.

**Entrevistadora:** Los hijos.

**Lucero:** Los hijos, definitivamente, los hijos.

**Entrevistadora:** ¿Por qué piensa, por qué considera que los hijos son el reto más significativo ante la formalidad de una nueva pareja?

**Lucero:** No sé, específicamente, será porque celos, creo que celos, porque ya su papá no está conmigo, sino otra persona que no conozcan, pues celos.

**Entrevistadora:** Esos retos que has experimentado le han provocado situaciones de estrés.

**Lucero:** Bueno, solamente esa vez, cuando el niño, eh, la novia del niño me estaba informando; pues, de lo que el niño pensaba. Si me sentí un poquito confusa, verdad. Será me, me pregunté en ese momento, será prudente o no será prudente que yo piense en una oportunidad, que yo merezco una oportunidad.

**Entrevistadora:** El reto al que te refieres, ¿Cómo lo especificas? ¿Cuál es la situación estresante, perdón, que tú sentiste, cómo la identificas?

**Lucero:** Me sentí un poquito confusa, eh, me parece, es que ellos estaban pensando que tenía que ser su papá, nada más, nada más su papá, no tenía derecho a pensar en otra persona y como yo, pues, no comparto con ellos eso, me parece, pues, que esa era, era, la ocasión para un choque. Sin embargo, no fue así.

**Entrevistadora:** ¿Qué cualidades buscaría en tú nueva pareja?

**Lucero:** Definitivamente, una persona honesta, con sentimientos nobles, siempre he pensado, después que mi esposo ya tenía acercándose al año y medio, siempre pensaba en una persona con mi edad o un poquito más, una persona con sentimientos nobles, una persona que siempre digo, que si no me va a dar, que no me quite verdad, sería como pienso yo, que, como deshonesto. Pienso en una persona que no tenga vicios, ningún tipo de adicción, preferiblemente que sea viudo.

**Entrevistadora:** ¿Crees que puedas encontrar una persona que posea todas esas cualidades?

**Lucero:** Como no, como no, eh, hay varios, hay varios, así como yo. Yo conozco, tengo amigos que hace, que han quedado viudos, que tienen más o menos un tiempo de viudez así como tengo yo y hemos conversado bastante, hemos conversado bastante, y yo sé que tienen deseos como de comenzar de nuevo, pues. Me refiero a personas que tienen más o menos la edad que yo tengo. Siempre coincidimos en lo mismo, ninguno quiere quedarse solo, yo tampoco.

**Entrevistadora:** ¿Siente que los grupos de apoyo, siente que los grupos de apoyo y orientación son necesarios para las personas viudas?

**Lucero:** Sí, claro, definitivamente. Su hubiera un, vamos a decir, una organización, verdad, que nos presente, cómo algunos lugares para conversar y yo tengo el mismo,

vamos a decir, el mismo problema que es estar viudo, entonces, ahí vamos a conversar, como los grupos de apoyo, para otro tipo de problemas, compartiríamos experiencias, conversaríamos de eso y pienso que todo el que necesita mejorar en ese aspecto, mejoraría.

**Entrevistadora:** ¿Quiénes, según su punto de vista, deben dirigir estos grupos?

**Lucero:** Bueno, muchas personas, personas que asisten a una iglesia y fungen como concejeros, sicólogos, eh, tal vez psiquiatras, cualquier tipo de profesional al que le guste conversar pienso yo que nos puede ayudar.

**Entrevistadora:** Deberían ser profesionales, deberían ser religiosos. ¿Qué preferirías tú?

**Lucero:** Eh, bueno, profesionales, claro que sí, pero, necesariamente no es que tienen que ser profesionales, pueden ser religiosos, hay, hay grupos dentro de la iglesia que manejan este tipo de situaciones y que, que ayudan mucho y de diferentes maneras también. También hay grupos de personas que, que apoyan estas situaciones, pues, viudos, huérfanos. Yo creo que sería saludable un grupo que tuviera acceso a organizaciones también bien dirigidas, que tengan un conjunto de profesionales para todo tipo de conducta, nos apo, nos ayudaría.

**Entrevistadora:** ¿Algo más que quieras agregar?

**Lucero:** Eh, ¿cómo qué? Usted me puede decirme, eh.

**Entrevistadora:** Puedes agregar algo más de tus retos.

**Lucero:** Bueno, cuando presentamos este problema de la viudez, cuando tenemos padres vivos, también allí hay un choque. Como el, sobretodo, como mi mamá que me di cuenta que en ningún momento ella piensa que yo deba tener otra pareja.

Yo le hablo y le digo, bueno mamá, yo he quedado en una edad que pienso que debo tener una pareja. Ella me dice que no que ya yo tuve a mi esposo. Yo le digo, lamento mucho contrariarla pero si yo encuentro una pareja con esas, con esos requisitos que le mencioné enantes y es una persona que quiera formalizar conmigo, lo acepto.

**Entrevistadora:** ¿No lo considera como un reto?

**Lucero:** Bueno, no, eh, no, sí algo que yo debo decidir, entonces, no lo considero así.

**Entrevistadora:** ¿Ni le da estrés a usted esa contrariedad que su mamá le dice?

**Lucero:** No, yo le hablaría, ella es una señora sensata y yo pienso que ella va a después a convenir en cualquier cosa que yo le diga.

**Entrevistadora:** Muchas gracias, por el tiempo que nos ha proporcionado, realmente ha sido muy valioso y significativo en esta investigación que estamos realizando.

**Lucero:** Con mucho gusto.

#### **ENTREVISTA 4**

**Sexo:** Femenina. **Seudónimo:** Nube.

**Entrevistadora:** Gracias por colaborar conmigo en esta investigación, como te habíamos comentado tiene por título “Viudedad en la mediana edad: retos ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa”. Nada más le voy a tomar de 15 a 20 minutos. Te voy a hacer unas preguntas y tú me las contestas con naturalidad, sinceridad y confianza. Lo que tú digas, aquí será confidencial y solo se utilizará para esta investigación.

¿Qué importancia tiene para la persona viuda de mediana edad rehacer su vida amorosa?

**Nube:** Creo que es importante que la, eh, después de determinado tiempo, eh, los primeros años verdad, que queda uno viudo esa es una etapa muy difícil y están los hijos, y obviamente hay que terminar de criarlos, educarlos y eso consume mucho tiempo, y en los primeros años uno no piensa en eso, pues. Pero más adelante, ya cuando va pasando el tiempo, de repente se siente la necesidad de buscar una pareja, pues hay mucha soledad.

**Entrevistadora:** Entonces, ¿hay algún tiempo en el que se está dispuesto o preparado para pensar en rehacer la vida amorosa?

**Nube:** Un tiempo estipulado pienso que no, eso depende de cada persona. Hay personas, pues, que no pueden con facilidad, tiene necesidad, como lo expresaba mi compañera Lucero de encontrar la pareja ideal, pero hay algunas que dejamos eso para más adelante, yo tengo ya varios años y todavía no he encontrado, o sea, no es para mí algo fundamental encontrar una persona porque tengo a mis hijos a mi familia, de repente no lo he necesitado.

**Entrevistadora:** El hecho de desear, de pensar en rehacer tu vida amorosa ¿implica retos o conflictos en su vida?

**Nube:** Si, yo pienso que si hay retos al llegar a tener o buscar para una pareja porque uno tiene una familia, hijos, pero uno supera eso, pues, esos retos y uno se dispone, pues, a hacer ciertas cosas, pues, uno los vence.

**Entrevistadora:** De estos retos, ¿cuál sería el más significativo? El día en que tú pensaras en rehacer tu vida amorosa.

**Nube:** Yo pienso que lo más importante es encontrar una pareja que me valora, que me comprenda, una pareja que me llene, pues. Pienso yo, que podamos compartir los últimos años.

**Entrevistadora:** Siente que al pensar en rehacer su vida amorosa, sientes alguna, eh, situación, alguna sensación estresante solo con el hecho de pensar en rehacer su vida amorosa.

**Nube:** Bueno, estresante todavía no he sentido, todavía no he encontrado una pareja ideal. Pero, si tengo un compañero que gusta de mí, durante mi viudedad; incluso, todavía mi esposo vivía y, entonces, ahora que me lo he encontrado él se me acerca, pero como que no me llega, no me llama la atención, no me gusta, será y eso me estresa.

**Entrevistadora:** ¿Sientes desagradado ante esa situación?

**Nube:** No, yo me llevo bien con él, pero como compañero nada más, pero no me atrae como persona, como compañero para toda la vida, no me atrae.

**Entrevistadora:** ¿Piensas tú que los grupos de apoyo son importantes para las personas viudas?

**Nube:** Sí, yo siento que sí, de repente no había entendido bien la pregunta, pero al inicio nosotros necesitamos mucha ayuda, uno queda en una situación muy, muy dura. Para mí fue muy difícil. A veces pienso y me pongo a hacer otra cosa y se me olvida, trato de salir mucho de mi casa, de visitar a mis hijos en Panamá y eso me, me llena, pues, por ahora.

**Entrevistadora:** Estos grupos de apoyo, según tu ¿quién debe dirigirlos o por quién deben estar conformados?

**Nube:** Estos grupos deben estar organizados por personas que ya hayan pasado por esta experiencia, un psicólogo también para la orientación porque se necesita de mucha ayuda. Personas que hayan pasado por esta experiencia, porque sí necesitamos esa ayuda.



**Entrevistadora:** ¿Algo más que quiera agregar?

**Nube:** Bueno, puedo pensar en que, no es que esté en contra de que la persona rehaga su vida, no, quizás yo le dediqué mucho tiempo a mis hijos y ya estoy sintiendo la soledad. Los años pasan y ya uno necesita un compañero que le acompañe y no estar sola porque es muy difícil y hay que compartir con alguien.

**Entrevistadora:** Puedes mencionar que cualidades o aptitudes tendría esa persona que tú eliges para que te acompañara los días que tú dices que te quedan por vivir.

**Nube:** Principalmente, que me valore como persona, que me aprecie, que me comprenda, que tenga que sea honesta y que no tenga vicios de ninguna clase, verdad, porque eso trae muchos problemas. Yo trabajo con chicos que me cuentan a mí los problemas que pasan en la casa con sus padres que tienen vicios, eso trae problemas en la sociedad. Que no tenga vicios.

**Entrevistadora:** ¿Cuántos años tienes?

**Nube:** Cincuenta y seis, cumplo cincuenta y siete en enero.

**Entrevistadora:** Tienes hijos.

**Nube:** Tengo tres hijos.

**Entrevistadora:** Todos dependen de ti.

**Nube:** No, ahora mismo no, porque ya ellos, los tres, trabajan. Ya prácticamente ellos, ya tienen organizada sus vidas. Ellos viven aparte, yo vivo sola.

**Entrevistadora:** Muchas gracias por su colaboración.

**Nube:** A la orden.

#### 4.1.3. Entrevista grupo focal

Se diseña siguiendo los parámetros sugeridos por un especialista en Técnicas de investigación, además, fue aplicado a un grupo de seis estudiantes universitarios para confirmar su validación.

En la primera parte se describen datos generales como objetivos, nombre de la investigadora y observadora. La segunda parte describe la pregunta estímulo. Una tercera parte contiene las preguntas centrales de la investigación.

Se describen en la cuarta parte el escenario o lugar y hora en que se ejecuta la reunión. Un quinto punto describe el equipo de apoyo que se utiliza, en el sexto el incentivo que se otorga y, en el último punto, se especifica la guía para el desarrollo de la técnica. Por último, se describe la agenda que se desarrolla.

A continuación la transcripción de la entrevista focalizada o grupo focal.

Agradecemos a todos la asistencia para colaborar con mi investigación. Vamos a realizar una técnica que se llama grupo focal. La investigación se llama, eh, “Viudedad en la mediana edad: retos ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa”. El objetivo es analizar los retos que enfrenta la persona viuda ante la posibilidad de rehacer la vida amorosa.

La moderadora soy yo, Silvana Castillo y la investigadora, la licenciada Johana Araúz, eh, va a actuar de observadora, únicamente ella nada mas va a observar porque es una investigación cualitativa y no cuantitativa, es cualitativa porque estudia los sentimientos de las

personas, verdad, que no se estila en las investigaciones cuantitativas. A nosotros no nos interesan los números, sino profundizar en los sentimientos de las personas.

Eh, se realizará las preguntas y cada uno debe contestar en el lenguaje natural, normal que ustedes usan, lo único que solicitamos, pues, es el respeto del punto de vista de cada uno. Ustedes contestan, cuando termina ustedes intervienen y si quieren hacer una pregunta, ustedes están en la potestad de hacerlo.

Eh, vamos a iniciar, eh, con una reflexión espiritual, pidiéndole a Dios todopoderoso que bendiga esta reunión que nos dé sabiduría para poder, este, actuar y responder según lo que consideremos prudente y necesario y que tengamos la confianza de que todo va a quedar aquí y lo que se diga será confidencial, en el nombre de Jesús. Amén.

Ya hice la presentación, ahora se tienen ustedes que presentar y vamos a hacer una pequeña dinámica. Con la primera letra de su nombre ustedes se identifican con un astro, con un cuerpo del espacio, una estrella, la luna, con el que usted se identificaría. Por ejemplo, yo soy Silvana y me identifico con una estrella, porque siempre me gusta dar luz.

**Entrevistado:** Me identifico con el *Sol* da resplandor y vida a otras personas.

**Entrevistado:** Me identifico con un *Planeta*, en mi calidad de ver tantos senderos.

**Entrevistada:** Mi nombre es..., me identifico con una *Nube*. Me encanta colaborar y ayudar a los jóvenes para que no se desvanezcan.

**Entrevistada:** Mi nombre es ..., me identifico con un *Lucero* para dar buena luz.

**Observadora:** Mi nombre es Johana y me identifico con la *Luna* porque siempre en la noche es lo que da luz, en la oscuridad, en la sombra.

Entonces, eh, vamos con la pregunta de incentivo propia de esta técnica: ¿Saben ustedes que son personas valientes, a pesar de momentos difíciles están dispuestos a compartir sus experiencias en beneficio de la investigación y de otras personas que en algún momento de la vida puedan experimentar lo que ustedes están sintiendo en estos momentos?

**Moderadora:** Pueden contestar o no.

**Lucero:** Si, somos personas valiosas y buenas, voy a hablar acerca de lo que me ha llamado la atención de este estudio. Siempre nos encontramos con que impacto económico, impacto económico sobre tal cosa, verdad, pero esos estudios cualitativos muy raro, eh, nada mas me he dado cuenta de este, porque en realidad las emociones como que no cuentan, eh, vamos a hablar de las emociones, de las emociones de un niño cuando queda huérfano, los retos a los que se enfrenta el niño cuando va a tener otra mamá. Así mismo, nosotros, es duro, entonces, esos son estudios que no se hacen, yo creo que nunca.

**Moderadora:** Entonces, vamos a las preguntas.

¿Qué tan importante es para la persona viuda buscar una nueva pareja para rehacer su vida sentimental?

**Sol:** Bueno, no es que sea tan importante, todo tiene su momento en la vida y llegará aquella persona que uno aspira. Eh, hay que considerar que en primera instancia antes de tomar esta decisión que hay otros, eh, seres que están o giran alrededor de la persona, papá o mamá y que uno tiene, que, en primera instancia, pensar, en mi manera particular, considero que deben pensar en sus hijos, hijas y de una manera u otra, eh, suplir lo que el difunto dejó en el aire.

**Nube:** Bueno, yo en particular, verdad, no es que necesite un compañero. Yo llevo casi ocho años de viuda y hasta el momento no he sentido esa necesidad, tan importante para mí. Lo fundamental desde que quedé viuda fue ver como mis hijos terminaban sus carreras. Eh, ya prácticamente terminamos, y, y, ahora, pues, por el momento, no estoy esperando más nada.

Tenía a mi padre vivo, hace dos, tres, años murió. Ahora me queda mi madre que tiene la edad de ochenta y cinco años, mis hermanos, mis hijos, es lo importante y por el momento yo no he pensado, pues, en eso, quizás, llegará el momento. Hasta el momento no he tenido esa necesidad tan importante en mi vida, por ahora, no.

**Lucero:** Bueno, eso depende de, de cada quien, verdad, lo importante aquí es que hemos quedado, eh, viudos, verdad, sin pareja, en una etapa que, que se llama la edad media y pienso que todavía necesitamos, este, a una persona que nos acompañe, que nos aprecie y que esté con nosotros.

Claro que eso, eh, eso depende de, de cada quien, que no es que al día siguiente vamos a salir a buscar una pareja, eso necesita un tiempo, cuando ya nosotros pensemos que, sí, que ya estamos listos para eso, pero eso depende de cada quien, pero, eh, definitivamente, dentro de esta etapa, necesitamos a una persona.

**Planeta:** Bueno, yo opino que cada quien, pues, tiene, pues, su punto importante, sobre esto. Yo pienso que esto no lleva a la praxis, solamente ver como el principio. Al principio queda un espacio y una persona que, que falta en el hogar, hasta un animalito uno está en la casa y se le muere, hace falta. Cuando uno tiene un hogar formado, entonces, cuando falta una figura principal, hay un espacio oportuno ahí que falta.

Eh, yo, yo pienso, yo tengo año y ñapa de viudo y bueno, yo creo que si se necesita una compañera que pase con uno la, la vejez, que lo cuide a uno, cuidar al otro, o sea, compartir, pues. Si, si yo pienso, pues, que uno puede llegar a llenar ese vacío rápido, no hay que perder la esperanza.

**Moderadora:** ¿Se puede llenar ese vacío?

**Sol:** Eh, a veces en la experiencia te encuentras una cosa, no, tendrá un periodo, de una manera u otra, en lo particular, cuando uno quiere abordar a una mujer, plática, en este caso, a la especial amiga, eh, a veces por lo relativamente fresco que está el asunto, en el caso mío, hace veintidós meses, pero uno recuerda aquella pareja, y a veces como el comentar de que hay de ese ser cuando vivió, usted puede tomar el nombre, a aquella persona le incomoda. Entonces, son cuestiones que implican manejar, de una manera u otra, eh, muy, eh, hábilmente para no incurrir de repente en que aquella persona tenga alguna salida.

**Planeta:** La nombra.

**Sol:** Lo nombran.

**Moderadora:** Es por el tanto tiempo compartiendo con una pareja.

**Nube:** Yo quería agregar algo, lo que dije enante, verdad, no quise decir que jamás volvería a buscar una pareja. Yo ya estoy sintiendo cuando estoy en la casa una soledad y uno va para cada día más viejo y siente que necesita una compañía, por ejemplo, para compartir tantas cosas que uno puede pasar, este, sí pienso que es necesario buscar una pareja para finalizar los últimos años de su vida.

**Lucero:** Puedo agregar algo, esto va a depender es de cada persona, verdad, yo pienso que la persona que se fue, fue sumamente importante, y debemos respetar, lo que significó esa persona para, para esa mujer o ese hombre. Entonces, lo que hay es que este entender eso, eso nunca, eso nunca va a, nosotros nunca vamos a olvidar a esa persona porque además de, de, en mi caso, fue un compañero por treinta años, tuvimos hijos nuestros, hijos adoptados también, así que, este, yo pienso que cualquier relación que yo pueda tener, él debe saber eso, verdad, y yo saber si me toca un viudo que esa persona llenó un espacio muy, muy amplio y debemos saber manejar eso. Como voy a pensar yo que voy a borrar esa etapa de la vida de ese hombre, no puedo, ni quiero, no tengo por qué hacerlo.

**Moderadora:** ¿Hay algún tiempo en el que se puede estar dispuesto para pensar en una nueva relación amorosa? ¿Algún tiempo que ustedes han experimentado?

**Lucero:** Bueno, eso depende de cada persona, hay algunas que no sé, no superan nunca, verdad. Estamos hechos para superar, verdad, y si no superamos, estamos mal ante Dios. Hay que superar.

**Planeta:** Yo pienso que el primer deseo que uno tiene que tener es estar con los hijos, ya los míos se graduaron en la universidad, los míos ya empezaron a trabajar, uno empezó el lunes y el otro empezó hoy. Entonces, empiezan a hacer su vida, hacer esto, ya a uno lo van relegando, uno necesita a alguien con quien compartir las buenas y las malas. Lo que hay es que escoger por experiencia es una persona que no sea drogadicto, que no sea borracho, que no te pegue, buscando algo que uno crea que deba encontrar. Entonces, me parece que con buenas intenciones se puede encontrar una pareja. Porque por ahí están, las medias naranjas. Todo tiene su línea.

**Sol:** Yo por mi parte, estoy de acuerdo, aquí, con lo que dice la compañera (señaló a Lucero), eh, si bien es cierto, no hay un tiempo prudencial, ni largo, ni corto, solamente la instancia, y que definitivamente, a veces cuando uno, no sé, por la actividad de trabajo, de repente en que uno está relacionado con la docencia, ah, existen tantas, eh, tantas muchachas jóvenes, el profesor también, de todas maneras y no crean que es nada fácil, eh, eh cuando uno está en esta etapa de que te están pelando los dientes, de una manera alguna, eh, tal vez sacando ventaja o provecho, de una u otra manera, pero, las cosas se dan, pero,,tú sabes, ya la madurez de uno entiende de que ese tipo de situación, no es bueno, es casi deducir aquí que es un pasatiempo.

**Nube:** Hay la etapa en que ya uno ha concluido con los hijos, de repente ya uno se va quedando solo, yo no vivo aquí, yo vivo en Bugaba, entonces, uno siente de repente que necesita a alguien para terminar sus últimos días.

**Lucero:** Podría decir algo. Bueno, este, como esto es reto, verdad, ante la posibilidad de rehacer nuestras vidas amorosas, verdad. Bueno, esos retos se podrán ir superando, eso va a depender del criterio de cada uno. Eh, puedo referirme a una experiencia que tuve con mis hijos, eh, mi primer año y medio de viuda, permanecí con mis hijos en mi casa y con mis papás, salíamos a pasear, sábados, domingos, con ellos...

**Moderadora:** Esa es la pregunta que voy a hacer.

**Lucero:** Ah, ya.

**Moderadora:** El hecho de desear una nueva relación amorosa implica retos en su vida ¿Cuáles son esos retos que ha enfrentado?



**Lucero:** Bueno, el reto más significativo ha sido con mis hijos. Mi primer año y medio vivo tranquila en la casa, este, salía con ellos con mis papás, sin embargo, parece que mi hijo mayor tenía algo por dentro y no se atrevía a decirme y me mandó un mensaje con la novia. El mensaje era que no quería que yo me volviera a casar o que tuviera un compromiso. La niña que tiene veintiún años también me hizo saber que ella no quería que yo tuviera más pareja.

Bueno, de inmediato le dije: siéntese allí, eso lo decido yo, yo estoy aquí con ustedes, de aquí al trabajo del trabajo aquí y los sábados y los domingos pasear con sus abuelos, todos, verdad. Eso lo decido yo, porque yo quiero que me respondan, al varón, usted se va a quedar conmigo para darme las medicinas, para limpiarme si necesito, verdad, si estoy enferma, más adelante, definitivamente me dijo, agachó la cabeza, y me dijo, yo creo que no. Porque él por su trabajo, él no va a tener nunca una estabilidad de residencia porque él es policía, la niña le dije usted tampoco porque está media enamorada con un muchacho que dice que se lo van a llevar para los Estados Unidos y cuando esté allá, usted, parte, es la que menos. Entonces, cuál se va a quedar conmigo para atenderme. Entonces, me dijo ella, definitivamente mamá nosotros somos egoístas, ya, pues, ellos superaron eso.

Ese ha sido el reto más grande, eh, mi mamá que dice que ya yo fui casada y debo quedarme así, pero, ella, poco a poco, este, dice que ya ha entendido que yo estoy en otra edad, que no es la de ella, y mi papá que si fue todo, todo nais, nais.

Desde los tres meses de viuda, él me andaba buscando un novio, que yo no me podía quedar así, que al que le llevara como novio, para él estaba bien, así que el reto más significativo ha sido ese: mis hijos, al comienzo que exteriorizaron que no estaban de

acuerdo, pero yo decido, yo decido, ustedes no pueden decidir por mí, porque los hijos se van.

**Sol:** En lo particular, la hija me puso un tiempo, para los diez años; el otro, de repente también, ahí, pero los senté y le di a conocer estos pormenores, les dije que yo iba a hacer mi vida después que ya ellos tengan un nivel profesional, sus carreras prácticamente la van a ejercer en Panamá y nos sentamos y, pero, en esta etapa a veces uno tiene un aliciente de un familiar u otro.

El cuñado, dice mi hermana, falleció era tú esposa, pero usted tiene que ser positivo, usted tiene que salir adelante olvídense que es pecado o egoísmo, era mi hermana, pero ella murió y hay que marchar hacia adelante. Y de repente, me hizo ver la realidad, desde otro punto de vista, porque a veces uno está inmerso en este problema, en esta situación que, que va a ser de uno en un momento dado en la familia, pero si me sirvió como una fuente de motivación para poder seguir.

**Planeta:** Bueno, pues tengo un reto, pues, que realmente tenemos que lucharlo para superarlo, yo pienso que el reto mío van a ser siempre mis hijos, pero ya cada uno, tiene su vida, su profesión. Pero de mis hijos el que más me celaba a mí era el varón, especialmente él y bueno, entonces, no me apuro, así, porque uno no tiene que andar corriendo, pero definitivamente uno tiene una necesidad, de hacer nuevamente un hogar porque la casa queda uno nada más, yo pienso, pues, que todo a su debido tiempo, las cosas vienen. Y cuando uno anda con buenas intenciones y es sano, por lo menos, yo soy un tipo que no tomo, ni me emborracho, entonces eso es una ventaja.

El que no toma tiene el ochenta por ciento de progreso en todo, su trabajo su estudio, matrimonio y en todo. Porque la persona que toma, arriesga la salud, el bolsillo y el hogar. Nunca he tomado, ni lo haré tampoco, esa es la ventaja.

**Nube:** En particular, pues, yo ya les dije que no he tenido en mi mente tiempo para pensar en una pareja, quizás más adelante, pero tendría que ser algo decidido por mí misma. Mis hijos no se meten en eso incluso más que todos se fueron a vivir a Panamá. Ellos saben que yo estoy sola por acá todo el tiempo en David y ellos no se han metido en eso porque la decisión ha sido mía la de estar así sola.

El reto más grande, pues, es encontrar, de repente, una pareja que no me dé problemas de ninguna clase, que me vaya a acompañar, que me cuide, que no me dé problemas, pues, que sea un buen compañero y que nos llevemos muy bien. Si lo encuentro, que bien, tal vez lo encuentre más adelante puede ser.

**Moderadora:** De estos retos que ustedes me han hablado, cuál, este, de estos retos, verdad, definitivamente, eh, usted me dijo que el más significativo, los hijos, ¿igualmente para usted han sido sus hijos. Y usted su reto más significativo? ¿No ha tenido problemas, nunca ha tenido problemas?

**Nube:** Definitivamente no he confrontado el reto, en mi cabeza no me tocado todavía, como a mi compañera de trabajo, porque no me ha llegado nada por el momento, y siento que no es apuro pues, no tengo nada, todavía no he sentido eso, quizás más adelante.

**Moderadora:** ¿No ha confrontado ningún tipo de reto?

**Planeta:** Ya llegará por ahí un buen tipo, espéralo.

**Moderadora:** Estos retos de los que me han hablado, le ha causado alguna frustración, que situación, puede mencionar, cuál situación estresante ha experimentado.

**Sol:** Bueno, cuando tengo una oportunidad del tema, teniendo alrededor, hace seis meses atrás y le toqué el tema a mis hijos, si ellos estaban de acuerdo si yo podría rehacer mi vida, en esa oportunidad íbamos hacia la universidad, en el trayecto hacia allá y sentí que el momento no era oportuno, puesto que hubo silencio sepulcral de ambas personas, automáticamente le cambié el tema, eh, para no herir susceptibilidades, y, pero ya eso ha sido bastante superado y creo que ya han entendido en parte eso.

**Moderadora:** ¿Qué sintió usted en ese momento?

**Sol:** Eh, bueno, no lo reprochaba, yo tuve que sin duda alguna, siento que como humano la mamá es para ellos algo especial y que como quedo uno, uno debe dedicarse hacia ellos por entero, cosa que no debe ser así. Yo soy de los que creo que poco a poco llegará el momento de encontrar aquella pareja, eh, esa en mi forma particular y por parte de, no doy margen para que otra persona den su punto de vista, pues es algo personal, sin duda alguna, uno debe involucrar de manera directa a los hijos y más nada.

**Lucero:** Bueno, el reto más significativo que yo he tenido han sido mis hijos, sin embargo, mi suegra verdad, era una señora muy retrechera, muy chapada a la antigua, sin embargo, le dije señora fulana, cuando yo, eh, sienta la necesidad de tener una nueva pareja yo se la voy, yo, de, le digo que se la voy a traer acá, este, me miró y ¿qué pareja? Vea le estoy pidiendo a Dios, así. Una persona de mi edad o un poquito más, que sea de sentimientos nobles, le enseñaba así los deditos, que si no me va a dar que no me quite, que no tenga ninguna adicción, alcohol, drogas, mujeres nada de eso y que sea viudo. La señora me miró así, jo, usted está pidiendo para no encontrar. Yo le dije pero no, ja ja, vamos a hacer algo, si yo encuentro esa pareja la traigo. Tráigalo que yo le doy la bendición, ja, ja ja.

**Moderadora:** Perdón, estamos hablando de las situaciones estresantes. Cuando tú hablaste de que tus hijos, eh, eran tus retos, cuando tú te enfrentaste a ellos, cuando tú le hablaste ¿qué sentiste? ¿Te causó alguna situación estresante? Esa conversación ese enfrentamiento.

**Lucero:** Si, definitivamente sí, pero, esto, por eso yo le digo.

**Moderadora:** Que sentiste, que sentiste.

**Lucero:** Sentí, me sentí mal, yo pensé que íbamos a polemizar y eso me dio cierto miedo, verdad, sin embargo, yo en eso estoy clarita esas decisiones las tomo yo, y yo tenía que hacerles ver a ellos que ese punto de vista no era el mejor, que ellos no es que me van a imponer a mí que lo que tengo que hacer, claro que me sentí un poquito, verdad. Voy a polemizar con mis hijos, esa es la razón de, de, vivir mía, mis hijos, pero rápidamente resolvimos eso, rápidamente.

**Moderadora:** Esa situación estresante fue momentánea.

**Lucero:** Si, yo diría que sí y bueno mencioné lo de mi suegra, porque yo tenía, verdad, que siendo una viejita tan retrechera, pero una señora muy buena y que me había ayudado mucho, yo no quería como darle a ella ese dolor, yo pensaba que era ese dolor, sin embargo, ella me dijo tráigamelo, tráigalo que yo le doy mi bendición, pero pensando que no lo iba a encontrar. Dice usted pide para no encontrar.

**Moderadora:** Su opinión es al respecto.

**Nube:** No he tenido así una situación estresante, nada más es, hace algún tiempo, mi esposo estaba vivo, había un ingeniero en Agronomía que gustaba de mí, siempre me molestaba y yo le decía que solo quería su amistad, que yo era una mujer casada. Después

que perdí a mi esposo, más adelante se acercó, pero en sí, yo no siento nada por él, solo un compañero, no me llama la atención, no me gusta, pues, y cuando a uno no le llama la atención para nada, y él se ha acercado dos o tres veces y no sé, esa situación me incomoda, yo pienso que ese no es pues, y esa es la situación estresante que yo he sentido, me incomoda.

**Moderadora:** No ha llegado la persona ideal para usted.

**Planeta:** Bueno, eh, lo único estresante fue la presión liberada cuando, pues, que, yo tenía una cita con una mujer o algo así, teníamos algo, entonces, mis hijos ellos por lo menos, eh, bueno a mí una vez me estuvieron presionando y eso me dejó estresado, pues, a veces uno no tiene las palabras para convencerlos de cómo son las cosas, pero, este, más que nada mi cuñada y una amiga de la casa que los han encontrado por fuera y han hablado con ellos y han bajado la guardia, verdad, de que le aclararon de que yo tengo que rehacer mi vida algún día de que yo y yo y yo. Y parece que ya ellos, pero si hubo un momento estresante en donde ellos estaban con una presión.

**Moderadora:** En ese momento estresante, o sea, ¿Qué sentimiento experimentaste? En esa situación.

**Planeta:** Es una lucha de amor, pues el amor de ellos, que ellos no quieren que uno los comparta, entonces son amores distintos, entonces, ellos al darse cuenta que ellos no van a perder el amor de uno, al uno tener una nueva pareja, entonces, eso es lo estresante, que hay, pues, que, uno quiere explicarle las dos clases de amores que son, pues. Eso ha sido lo estresante que yo he tenido hasta ahora.

**Moderadora:** Cuáles son los atributos o cualidades que usted buscará en una nueva pareja. Ya usted habló que eran cinco. Eran cinco.

**Lucero:** Cinco, cinco siempre he pensado que son cinco. Yo conversaba así como cuando pensaba, cuando oraba verdad, bueno, Dios mío, después del año y medio, verdad, permíteme quedarme sola con mis hijos, pues, sin ninguna presión, pero si usted considera que debo tener una nueva pareja, mándemela así, le pedía así esas cinco cualidades, la parte física, este, yo se la dejo a usted.

**Moderadora:** Puede repetir las cinco cualidades o atributos que debe tener la nueva pareja.

**Lucero:** Como no, que sea de mi edad o un par de años más, sentimientos nobles, que si no me va a dar, que no me quite, que no tenga adicciones de alcohol, de drogas, mujeres y que sea viudo, porque así no peleo con la mujer que lo dejó o él dejó, verdad, porque se fue, Dios se la llevó.

**Nube:** Bueno, en cuanto a mí, este, los valores para mí son muy importantes, que me valore como persona, que me respete mucho, que me comprenda, que no tenga ningún vicio, es muy importante y algo fundamental es que me traslade a otra casa, que no sea allí mismo en la que estoy viviendo.

**Moderadora:** ¿Su opinión?

**Planeta:** Eh, bueno, las cualidades que uno busca es de que haya amor, comprensión que no haya problema, pues, que, no haya ese problema de celos. Estamos en un momento de que ya no es para pelear.

**Sol:** Por mi parte considero que uno de los atributos, aquí coincido con la compañera, que debemos ser de la misma edad es importante, que sea una persona noble, sencilla, pero que sea inteligente, capaz de echar para adelante en cuanto a una profesión, un negocio y sobre todo que exista esa afinidad entre nosotros.

**Moderadora:** Cuando se han sentido estresado, cuando se sienten estresados, con quien comparte el tema. ¿Tienen con quién compartir o con quién hablar del tema?

**Nube:** Yo tengo en particular una amiga que es como una hermana, tengo mas confianza con ella que con mi propia familia y cualquier situación la comparto con ella, le tengo mucha confianza, buena compañera, me aconseja.

**Lucero:** Yo tengo una prima hermana, esa prima hermana siempre hemos sido bien unidas y ese amigo lo conozco desde la niñez, y siempre le hago ciertas preguntas no, no cosas así de mucha intimidad pero si algunas preguntas.

**Sol:** Personas así de comentarios, eh, más bien amigas, pero hay formas de interpretar fielmente que cuando un amor se va, se tiene, no se, alguna dedicación hacia el difunto y otros lo ven de otra manera, me explico; pero, de que de repente por mencionar el nombre de aquella pareja como que tratan de molestar. A veces yo callo y a veces me sacrifico de decir algo.

**Moderadora:** Su opinión.

**Planeta:** Bueno, yo no tengo así un amigo con quien compartir.

**Moderadora:** ¿Siente que es necesario un grupo de apoyo y orientación para las personas viudas?

**Planeta:** Así como hay escuela para padres, así como hay asesores, me parece que en esta línea no hay, ese grupo de autoayuda exacta, ya lo tienen las personas de la tercera edad, eh, los viejos y la gente que esta antes de ese punto como que no tiene asesoría, pues.

**Moderadora:** ¿Su opinión es?



**Nube:** Bueno, yo siento que somos un sector que necesitamos, yo creo que todos estamos por los cincuenta, eh, tenemos bastante experiencia al respecto pero nunca está de más una ayuda, un psicólogo una amistad un grupo que nos pueda orientar sobre esto.

**Lucero:** Un grupo de autoayuda donde podamos, verdad, compartir como así en esta mesa grande, una sala que, eh, pues, a veces cuando las personas conversamos, pues, cuando conversamos, este, echamos afuera, sacamos cosas que a veces incomodan y lo hablamos, pues, un grupo de autoayuda.

**Sol:** Yo considero que es importante sobre todo en la etapa inicial, cuando una persona está en esa etapa, ese momento difícil considera que si es valiosa la contribución de otros seres humanos.

**Moderadora:** Según su opinión, cuáles personas deberían dirigir estos grupos de apoyo.

**Planeta:** Yo siento que una psicóloga que haiga pasado por esto. Que haya sentido esto que ser viudo que haya pasado por esto.

**Sol:** Me parece que grupos que están, por ejemplo, en esos servicios religiosos que hacen convivencias de personas eso es importante, tratando de motivar a aquellas personas, eh, posiblemente un psicólogo, un sociólogo de repente, pero considero que en primera instancia uno ha de restablecer la vida con la influencia de la persona que te está ayudando y paulatinamente tiende uno a tener otra perspectiva.

**Lucero:** La iglesia católica tienes esos grupos.

**Nube:** No solo la iglesia católica sino las otras iglesias. Es fundamental que ese grupo haya pasado la misma experiencia para que nos den sus consejos.

**Moderadora:** O sea, que dentro de los integrantes del grupo, existan personas viudas.

**Lucero:** Personas que hayan experimentado esa etapa, esa experiencia.

**Moderadora:** Alguien quiere agregar algo más? Damos por terminada la reunión y agradecemos infinitamente la colaboración, es muy significativa.

#### 4.2. Presentación de los Datos

Para la presentación de los datos se utiliza el lenguaje propio de los estudios cualitativos, la prosa, de manera sencilla para mejor comprensión del lector. Se transcribe la información procurando mantener el mensaje o contenido que las personas viudas aportaron.

Para entender mejor la información se utiliza algunas técnicas propias de estos estudios como son: Mapas mentales y conceptuales. Los mismos son presentados luego de finalizado cada análisis de los datos obtenidos en los instrumentos de recopilación de la información con la respectiva conceptualización tomando como referencia los resultados aportados por los actores sociales.

- ♦ **Mapas Mentales:** Técnica diseñada por Tony Buzán por los años 1995. Son proyecciones que permiten en una sola vista, apreciar la información debidamente clasificada, según los hallazgos obtenidos en el estudio.
- ♦ **Mapas Conceptuales:** Técnica diseñados por Novack y Gowin en 1986. Los mapas conceptuales son recursos que en forma esquematizada permiten,

visualizar relaciones de jerarquía entre conceptos. El ser humano tiene mayor capacidad para recordar imágenes visuales, lo que hace que esta técnica facilite el aprendizaje. El principal objetivo del mapa conceptual es representar relaciones muy significativas entre conceptos en forma de proposición.

#### **4.3. Análisis de los Datos**

Más que cifras estadísticas se utiliza la hermenéutica dialéctica como referente metodológico para analizar los datos. Se busca la profundización y comprensión de los sentimientos que experimentan las personas viudas de mediana edad, ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

Este objetivo sólo se pudo lograr, a través de un análisis cualitativo de los sentimientos y experiencias plasmadas en cuatro entrevistas abiertas, cuatro semiestructuradas, y un grupo focalizado, realizadas a las cuatro personas viudas.

##### **4.3.1. Entrevista abierta**

Con relación a la entrevista abierta, se diseña un guión de dos preguntas una abierta y otra de contraste, donde se logra la recopilación de datos que responden a los objetivos referentes a las características de la mediana edad y los problemas afrontados al quedar viudos (as).

La mediana edad es una etapa del ciclo de la vida que tiene sus características particulares y las mismas se vivencian de acuerdo con diferentes factores, claro está, propios de cada persona.

Los participantes de la investigación, ofrecen sus experiencias manifestando que hay varios cambios en esta etapa. Todos coinciden que hay un desgaste físico y sensorial (**categoría apriorística**).

La mediana edad es la etapa del recorrido por la vida donde se observa con certeza el proceso de envejecimiento, el cual está determinado por el estilo de vida presente y pasado. La herencia y la genética desempeñan un papel significativo en la forma como se manifiesta cada uno de estos cambios.

Lo que significa que a pesar de que estos cambios son inevitables, cada persona los experimenta de manera muy particular. Esto se puede confirmar según las respuestas de cada participante de esta investigación, al referirse a los cambios percibidos en la mediana edad o madurez.

La edad *“ya va haciendo cierto tipo de desgaste físico, me veo diferente, ya las canas han llegado”* manifiesta un participante. Otro participante, al respecto afirma: *“ya uno va a cambiando su vida a otro parámetro, si ya por lo menos, ya uno con canas, eh, arrugas, eh, tantas cosas, ya uno ha perdiendo un poco la vista”*. Una participante opina que es una edad *“un poco complicada a veces”*. Además dice que: *“uno mira como le van saliendo canitas, se cansa más que antes, ya no somos tan ágiles, por lo menos en la parte física. Debemos preocuparnos más por la dieta, tendemos a engordar con mayor facilidad, pues”*.

La última participante se refiere a los cambios de la siguiente manera: *“Bueno en cuanto a lo físico hay cambios significativos. Físicamente hay cambios grandes bien marcados las canas, las arrugas, eh, ya el aumento de peso, ya la piel es diferente que se yo, el cuerpo es diferente”*.

Como se puede apreciar con respecto a las canas y las arrugas las respuestas son similares en los cuatro participantes. Pero las damas además agregan, la tendencia al aumento de peso y cambio en la piel, cosa que no fue de preocupación para los participantes del sexo masculino.

La tendencia al aumento de peso es una condición natural de las personas en la edad madura, precisamente, por los cambios hormonales que se dan en esta etapa, representando muchas veces problemas de salud y emocionales por la diferencia que observa la persona en su imagen corporal.

La imagen corporal en las mujeres, es un aspecto que la sociedad da mucha importancia, ya que las mujeres siempre están vinculadas con sus cuerpos, sentimientos y pasión. Mientras que los hombres se relacionan con la fuerza, razón y agilidad. Es por esta razón que, las mujeres se preocupan más por la apariencia física.

La buena apariencia física es necesaria, siempre que vaya acorde con la edad de la persona. Es decir, se debe dejar paso con mucho orgullo a cada etapa de la vida, saberse ubicar en la misma, haciendo uso mesurado de los recursos disponibles para tal fin. No hay nada más significativo que una persona que haga alarde de la sobriedad y la elegancia, puntos clave en la etapa de la madurez.

El no aceptar la etapa del envejecimiento, va en contra de la misma naturaleza del ser humano. Las personas que no dan paso a este período se estancan en el recorrido por

la vida, lo que puede producir una personalidad y sentido de identidad menos sano, según lo plantea Erickson en su teoría Psicosocial.

Otra característica de la mediana edad, experimentada por dos participantes está relacionada al aspecto laboral por lo que se ubica en la **categoría apriorística**: período laboral fructífero.

Un participante manifiesta que la etapa de la madurez *“en la vida del ser humano es importante desde el punto de vista de que ya ha adquirido una serie de conocimientos, de estudios en la cual ya la persona se centra en lo que ha deseado como su objetivo principal”*.

Otra participante opina que: *“por lo menos hemos terminado los estudios ya en esta etapa casi siempre”*.

La adquisición de conocimientos tanto prácticos como teóricos, le permite a una persona mayor probabilidad de éxito en el campo laboral, debido a que está mejor preparada para realizar diversas actividades y solventar las necesidades financieras, permitiendo a las personas una estabilidad económica.

Al respecto un participante piensa que en *“esta edad uno ya va sabiendo que le va a quedar, eh, de que va a vivir, va a tener una economía, eh, como se llama, más estable y al tener esa economía, pues ya uno sabe que uno puede ayudar y cumplir y, como se llama, aportar algo para uno también estar bien en ese momento”*.

Los participantes consideran que en la madurez hay logros académicos y laborales que dan paso a la estabilidad económica, la cual es necesaria para cubrir las necesidades personales y familiares.

Otros cambios de la mediana edad experimentados por los participantes es el que se da a nivel psicológico (**categoría apriorística**). Estos cambios fueron exteriorizados por las dos participantes femeninas al opinar que han percibido que en lo *“emocional hay cambios, este, ya usted no es bien aceptada en ciertos círculos donde van bastante jóvenes es bastante diferente”*.

La otra participante manifiesta que: *“es una edad un poco complicada a veces, por la sencilla razón de que necesitamos vernos bien, todavía”*. La respuesta de las participantes evidencia preocupación por las marcas de la edad y el rechazo que sienten por parte de las generaciones que le anteceden.

Es importante resaltar que, la calidad de la vida en el aspecto psicológico, el ser humano la construye a medida que va culminando las crisis propias de cada edad y que le otorgan una serie de disciplinas primordiales para la vida que le permiten confrontar los conflictos que surgen en cada período evolutivo.

Cuando estas tareas culminan apropiadamente favorecen el desarrollo de habilidades elementales que proveen una sólida base para solucionar las tareas que siguen y hacen a la persona menos frágil a las dificultades que todo recorrido conlleva.

Una incorrecta resolución de las tareas, dificulta la superación de las siguientes, aumentando, por consiguiente, la debilidad psicológica de la persona. Por eso es importante construir antes de la edad mediana, tareas y habilidades que le permitan a la persona ubicarse adecuadamente en este estadio o etapa del recorrido por la vida, sin que se sienta insegura o rechazada por las generaciones anteriores.

Es fundamental que, las personas logren facilitar el espacio a la siguiente generación, convirtiéndose en un adulto de mediana edad, preparado para dirigir a los

adolescentes y jóvenes adultos y no se detenga en el estadio, como lo afirma Erickson en su teoría.

Una **categoría emergente** surge cuando un participante refiere que la *“mediana edad le sirve para lograr ciertas metas que están en un propósito, pero que poco a poco, eh, lo vamos logrando paulatinamente”*.

La respuesta de este participante se ubica en la categoría

*“cumplimiento de metas”* (consecución o logro de los objetivos propuestos).

En la mediana edad comenta una participante *“ya pensamos y analizamos con más calma”*. Otro participante manifiesta es una edad para *“cumplir con todo lo, lo como se llama, las responsabilidades que a uno todavía le queda”*.

Las personas en esta etapa, tienden a razonar con más detenimiento lo que les queda por realizar. Esta forma de actuar, pensar y reflexionar unos autores la llaman crisis de la mitad de la vida. También es importante resaltar que no todas las personas experimentan estos trances, puesto que lograron cumplir sus metas y las han desempeñado con eficacia.

Para las personas maduras cumplir los objetivos o metas es muy significativo pues de ello depende su salud emocional. Saber que planificó, que logró y que le queda por realizar es una experiencia difícil que muchas veces crean sentimientos de pérdida de proyectos en la vida, puesto que consideran que nada vale la pena.

Para que las metas lleguen a concretarse hay que saberlas planificar. Como todo proyecto hay que establecer puntos de llegada que se puedan alcanzar para evitar frustraciones. Hay que ser objetivos y prácticos y trabajar arduamente para lograr lo



propuesto, sin que esto se convierta en una obsesión que lejos de proporcionar orgullo y tranquilidad, desencadene una serie de dificultades que vayan en detrimento de la persona y de su familia.

El análisis crítico de la propia persona, modificar las posibilidades y sueños, es un claro indicio de que la persona en la mediana edad experimenta un periodo crítico como lo afirma Citrynbaum y Colaboradores.

La respuesta manifiesta por una participante da como resultado una **categoría emergente**:

*“la independencia de los hijos”* (autonomía lograda por los herederos).

La independencia de los hijos se logra cuando estos han logrado autonomía, o sea, no dependen de sus padres. Son personas que se valen por sí mismas, solventan sus gastos, saben tomar sus propias decisiones.

Generalmente, la independencia de los hijos se da en la mediana edad, cuando los hijos han alcanzado la mayoría de edad en algunos casos, o hayan terminado sus estudios universitarios. Según la participante, el que sus hijos hayan culminado sus estudios y sean independientes significa para ella *“un gran alivio”*.

Proporcionar a los hijos los medios necesarios para que logren la independencia, realmente es un bálsamo reconstituyente para los padres. No por el hecho de que van a descansar de una carga; sino por la tranquilidad del deber cumplido, de contribuir a la formación integral de un ser que pasará de la dependencia a la autonomía y productividad.

De seguro estos hijos (as) autónomos y productivos serán un gran alivio tanto para la familia como para la sociedad, pues están facultados para responder a las diversas situaciones que se le presente, o bien buscar ayuda en caso de que sea necesario.

En la media edad, cuando inicia el desgaste físico, sensorial y las crisis propias de esta etapa, puede ocurrir la pérdida fatal de la pareja, ya sea por alguna enfermedad, o accidente. Cualquiera que sea la causa origina ciertos problemas o dificultades en la pareja y su familia.

Al respecto, dos participantes dicen que experimentan "Soledad" (**categoría apriorística**), expresamente uno dice: "*Bueno, luego ya uno empieza a ver la soledad, eh, la falta de, como se llama, de, la persona que uno claramente compartió, pues tanto tiempo y muchos aspectos*". La otra participante dice: "*lo más difícil es la soledad*".

La soledad, ese sentimiento de pesar y melancolía que se experimenta cuando se ha perdido a la pareja particularmente de la edad en que ocurra es muy triste. Después de haber compartido sueños, amor alegría y tristeza. Es más difícil cuando se trata de una pareja de la mediana edad, debido a la cantidad de años que permanecieron unidos.

Además de la pérdida de la pareja muchas viudas y viudos se ven abandonados (as) también por sus hijos (as) familiares y amistades que tenían en común, haciendo más dura su soledad y muchas veces causándoles grandes problemas emocionales que impiden tomar decisiones acertadas o bien buscar refugios en actividades superfluas que le absorban el tiempo para no enfrentar los retos personales y sociales.

Enfrentar la soledad es un reto y es a través de ella que la persona aprende a soportarla. La propia naturaleza del ser humano le enseña a buscar compañía, una pareja para convivir y compartir sentimientos y experiencias. Sumirse en una eterna soledad y no dar oportunidad a un cambio.

El esfuerzo desarrollado por la persona en su conocimiento y conducta le permitirá afrontar y manejar los cambios según la Teoría del Afrontamiento de Lazarus. Es, pues, la propia persona la única responsable de hacerle frente a la soledad y sobrellevarla.

Un participante manifiesta que definitivamente es un

Impase (**categoría emergente**) (problema, lío que se afronta al verse solo).

Cuando una persona queda viuda, siente que está desprotegida, la compañía y apoyo ofrecida por la difunta pareja ya no está. Tiene que arreglar sus problemas sin la ayuda acostumbrada y como es lógico vivirá momentos de desesperación, se sentirá atado, de pronto su vida se convierte en caos. El trabajo que hacían dos, ahora es para el sobreviviente en su totalidad y muchas veces no cuenta con los conocimientos, paciencia y voluntad para asumirlos.

En caso de pérdida de la pareja, según los estudios de O'Hanlon, la mujer está mejor adaptada para enfrentar la viudez, ya que por tradición sabe llevar las tareas del hogar, cuenta con amistades profundas e interactúa con los demás.

El hombre, por el contrario, siente un impase porque en la mayoría de las ocasiones no sabe dirigir las actividades hogareñas, es muy reservado en sus amistades y vida social. Esto como es lógico promueve y afecta su soledad, lo que puede influir en decisiones apresuradas con tal de solucionar su problema.

Otra dificultad o problema que enfrentaron tiene que ver con la *"pérdida económica"* (**categoría apriorística**). La respuesta específica de una participante: *"en lo económico hay gastos. Los gastos son los mismos, pero los ingresos son diferentes ya nosotros no contamos con el ingreso que tenía mi esposo, verdad"*. Es importante señalar que, las cuatro difuntas parejas eran productivas económicamente, todas devengaban un salario.

Una participante considera que: *"Entonces, quedas tú sola con la responsabilidad de los hijos, que para cuando quedé viuda aún necesitaban terminar sus carreras"*.

Otro participante expreso que: *“juega un papel en lo que es la parte económica esencial para lo que es el resto de la familia”*.

Definitivamente, uno de los aspectos que más se ven afectados cuando se pierde a la pareja es el económico, puesto que *“el ingreso de él ya no está de la noche a la mañana, ya no está”*, como lo ha vivenciado una participante.

Está demás decir que una de las mayores preocupaciones de un viudo o viuda es la crianza de los hijos (as) ¿Cómo solventar los gastos que estaban planificados para dos ingresos? La respuesta no es muy alentadora, puesto que se tiene que seguir viviendo con un presupuesto recortado. Hay que hacer ajustes en la forma de vida. Esta adaptación como toda experiencia nueva puede causar desajustes emocionales, sobretodo, en los hijos adolescentes y jóvenes adultos, que por falta de madurez se les dificulta adaptarse a la nueva situación.

Esta nueva situación debe ser minuciosamente analizada por el padre o madre viudo (a), debe preparar un nuevo presupuesto en base a lo que realmente tiene y hacer los ajustes necesarios, tanto en el aspecto económico como el de orientación a sus hijos (as) para que colaboren en los convenios necesarios para continuar la vida.

A muchos viudos y viudas, se les dificulta restringir a sus hijos de las cosas a las que están acostumbrados, aduciendo que bastante tienen con la pérdida física del padre o madre. Por esta razón, toman la decisión de buscar una nueva pareja solo para solventar los gastos, o bien, asegurar el ritmo de vida al que estaban acostumbrados.

Las personas que se apegan a un estilo de vida y no se esfuerzan por afrontar y manejar los cambios, según Lazarus y su Teoría del Afrontamiento, necesitan perseverar

en el desarrollo de conocimientos y conductas que le permita confrontar las diferentes situaciones que acontezcan en el recorrido por la vida.

Con respecto a la posición social (**categoría apriorística**) una participante manifestó: *“como les dije enantes, si me invitaban y a mi esposo, pues ponían así fulano y señora o esposa. Claro que, eso no es algo que nos va a enfermar o va a matar, pero si ya comenzamos a sufrir como ciertos, o sea, como que nos apartan un poquito”*.

Las personas viudas, con la pérdida de la pareja sienten también que las amistades se van disipando, como lo experimenta la participante: *“y yo pienso que no hay porque, no, no debería ser así”*.

La posición social de una persona está ligada al lugar que ocupa dentro de la sociedad y a las cosas que posee. En la mayoría de las veces estos dos elementos, lugar y propiedades se ven afectados cuando falta una de las figuras principales.

La viuda o viudo tiene que enfrentar solo (a) todas las responsabilidades, ya aquí hay un cambio social, la familia nuclear ahora se transforma en monoparental, bajo la responsabilidad de un solo progenitor.

La persona viuda tiene un sinnúmero de responsabilidades que cumplir y una serie de gastos que solventar, por lo que su posición dentro de la sociedad va a cambiar dramáticamente. El tiempo y los recursos deben estar destinados a lo primordial, olvidándose por el momento de actividades que reduzcan el nuevo presupuesto.

Muchas veces, las amistades se abstienen de hacer invitaciones de tipo social, para evitar que el viudo o viuda incurra en gastos innecesarios. No quiere decir que, hayan apartado a esa persona; sino más bien tienen cierto tipo de consideración con ella, pues están conscientes de que la posición social ya no es la misma.

Para finalizar este apartado, donde se explica cada característica y crisis experimentada por la muestra en la mediana edad y se analiza los problemas de la viudedad, se ofrece al lector dos mapas cognitivos tipo sol para que pueda apreciar las respuestas que se obtuvieron sobre el tema.

**Fig. 1. Características de la mediana edad experimentada por la muestra investigada. David, 2011.**



#### 4.3.1.1. Conceptualización de los resultados de la entrevista abierta

##### ♦ Características de la mediana edad

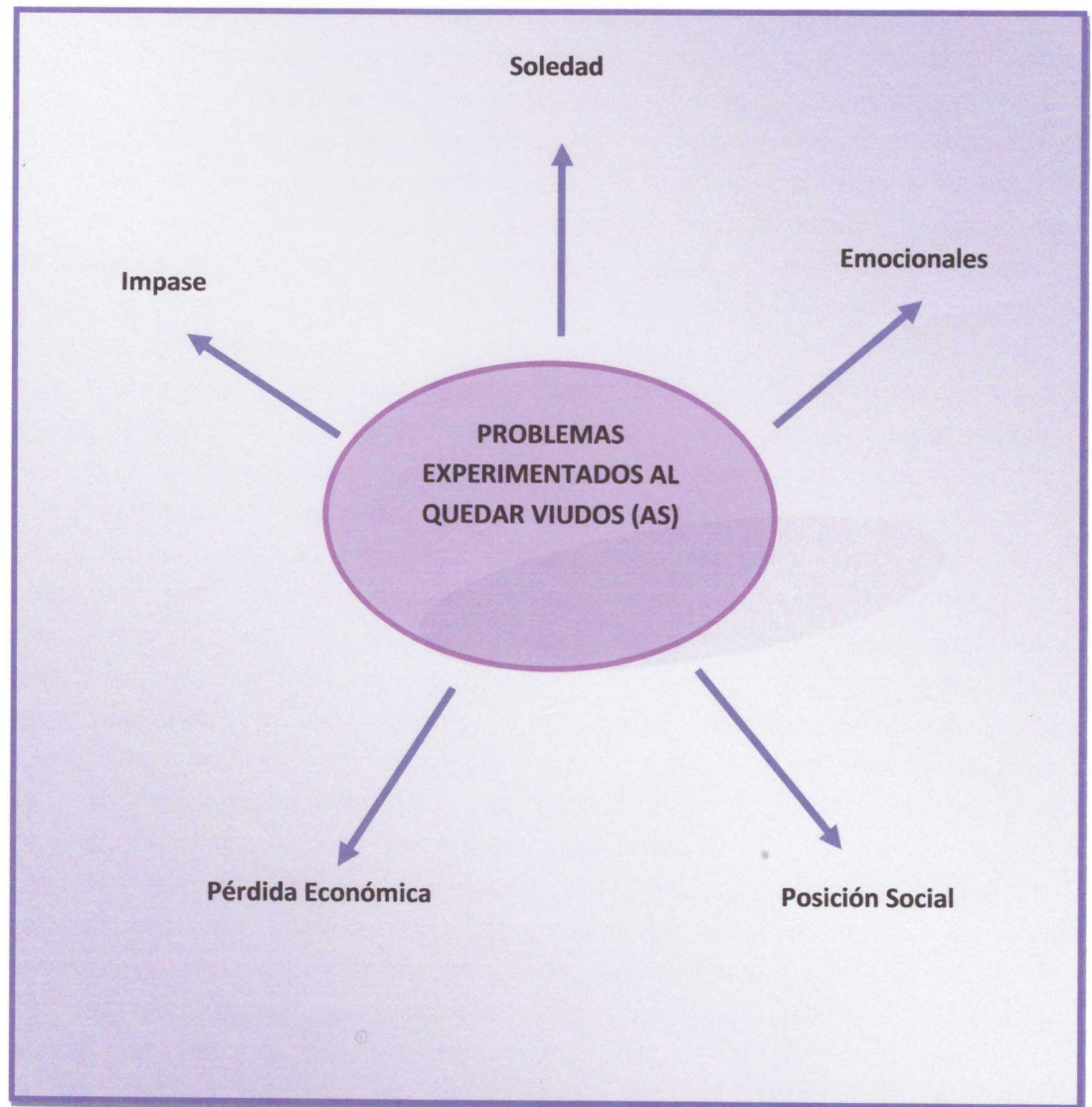
La mediana edad es una etapa del ciclo vital, época de transformaciones significativas. Tiene características propias, las mismas se perciben de diversas maneras puesto que existe una serie de factores que influyen en la manera de vivir este periodo.

Expuesto lo anterior, los actores sociales que participaron en la investigación responden que han experimentado:

- **Desgaste físico y sensorial:** Deterioro observable como aparición de canas, arrugas, limitación en la movilidad, visión, audición, tendencia a la flacidez y aumento de peso. Es una edad complicada, donde las mujeres dan más importancia que los hombres al aumento de peso y cambios en la piel.
- **Período laboral fructífero:** Estabilidad en el aspecto económico debido a la experiencia y logros laborales adquiridos a través de los conocimientos y estudios. Esto permite una economía más estable para cubrir las necesidades personales y familiares.
- **Sicológicos:** Tensión por pérdida de la juventud y proximidad a la vejez. Preocupación por las marcas de la edad y el rechazo por parte de círculos juveniles.
- **Cumplimiento de metas:** Consecución o logros de los objetivos propuestos. En la mediana edad se piensa y analiza con más calma y responsabilidad lo que permite lograr el propósito deseado de manera paulatina.

- **Independencia de los hijos:** Autonomía lograda por los herederos. La emancipación de los hijos proporciona un gran alivio a los padres por el deber cumplido al contribuir a su formación integral.

**Fig. 2. Problemas experimentados por la muestra investigada al quedar viudos (as). David, 2011.**



**Fuente:** Diseñado por Silvana Castillo.



♦ **Problemas al quedar viudos**

La viudez es una difícil situación, las responsabilidades que antes eran compartidas recaen ahora en una sola persona. Los actores sociales participantes manifiestan que los problemas experimentados al quedar viudos son:

- **Soledad:** Sensación de estar solitarios, desprotegido y vacío ante la pérdida de la pareja. La falta de la persona con la que se compartió tiempo y muchos aspectos es una difícil realidad que debe enfrentar el sobreviviente.
- **Emocionales:** Conflictos que desestabilizan la conducta del sobreviviente producto del abandono de sus hijos y familiares lo que impide tomar decisiones acertadas para enfrentar y sobrellevar la soledad.
- **Posición social:** Cambio en el estado civil y posición dentro de grupos sociales que afectan a las personas viudas de mediana edad al sentir que son apartadas. También se percibe que las amistades se van disipando.
- **Pérdida económica:** Disminución del ingreso, producido por la pérdida de la pareja activa en el aspecto financiero produciendo un descontrol, ya que los gastos son los mismos y el ingreso diferente. El sobreviviente de la noche a la mañana queda solo con la responsabilidad de los hijos.
- **Impase:** Problema que enfrenta la persona al perder a la pareja. Este inconveniente es resentido con mayor énfasis en los hombres porque en la mayoría de las veces no cuentan con los conocimientos, paciencia y voluntad para resolver solos los compromisos del hogar.

#### 4.3.2. Entrevista semiestructurada

Con respecto a la entrevista a profundidad semiestructurada, se diseñó un guión con ocho preguntas, con la finalidad de obtener información profunda que respondan a los objetivos: la necesidad de una nueva pareja, retos y situaciones estresantes ante esta posibilidad, cualidades que buscan en la nueva pareja y necesidad de los grupos de apoyo.

Las necesidades del ser humano deben ser satisfechas para lograr una armonía en su personalidad. Cuando una de éstas no se logra o se interrumpe, afectan el comportamiento de las personas. Una de estas necesidades, según Maslow son las de asociación y afecto, indicando de esta manera que se trata de una necesidad social, por la misma naturaleza del ser humano.

Los resultados de la investigación indican que la convivencia (**categoría apriorística**) es una de las necesidades que manifiestan las personas viudas de mediana edad, que los motiva a pensar en rehacer su vida amorosa con una nueva pareja.

Los sentimientos expresados son indicadores de que el ser humano no está hecho para vivir solo o alejado de una pareja con quien "*compartir las buenas y las malas*" como manifestó un participante.

El ser humano puede estar acompañado de sus hijos, familiares y amigos, pero esta convivencia no llena los requerimientos que una pareja proporciona en la vida de las personas. Es esa pareja la que te acompaña, mientras los hijos se van, la que te hace sentir que no estás solo y la que comparte un aspecto importante en la vida del adulto de mediana edad, las relaciones sexuales.

Convivir con una pareja es una experiencia enriquecedora, siempre y cuando esté basada en la comprensión, respeto y aceptación del uno con el otro.

El hombre es un ser social, por lo tanto, se necesita de los demás para crecer y superarse. No sólo para satisfacer nuestras necesidades de afecto y desarrollo personal, sino también para afianzar y dar valor a nuestra autoestima, ya que ésta cada día se genera en la interrelación con las personas que están a nuestro alrededor.

Claro está que, el ser humano necesita convivir y compartir con sus pares para no sentirse solo y abandonado. De esta forma, las personas se sienten verdaderamente realizadas.

*“La necesidad de un cambio”* (transición de un estado a otro).

Fue una **categoría emergente** manifestada por un participante. Hay aspectos en la vida que pueden y deben ser modificados, claro que esto, si hay voluntad para hacerlo. Para ello, debe existir un motivo que impulse a las personas a cambiar su forma de vivir y actuar.

Las motivaciones que impulsan el cambio dependen del recorrido del desarrollo personal, es decir, se está entrando en un nuevo ciclo de desarrollo, con nuevas exigencias. Para esto, no es necesario la edad, sino la madurez de la persona.

Cuando se siente la necesidad de un cambio es porque algo tiene que mejorar, en el caso de las personas viudas ese cambio está relacionado con la falta de compañía. Se necesita una pareja para convivir y compartir experiencias en todos los aspectos de la vida en común, ya sean positivos y negativos.

Ese cambio implica *“disfrutar lo que no se pudo con las parejas anteriores”*, según comentó un participante. Deleitarse o regocijarse en alguna actividad o experiencia que por algún motivo no se pudo realizar con la difunta pareja, no debe ser motivo de remordimientos de conciencia, ni reproches.

Simplemente, la madurez es la edad propicia para pensar con más sabiduría, detenimiento y analizar lo que todavía queda por hacer. Lograr realizar estos cambios permitirá a las personas viudas en esta etapa de la vida, una nueva oportunidad para sentirse realizados, valiosos y ¿por que no? atractivos (as).

Bien lo afirma, Erickson en su teoría cuando habla sobre la generatividad frente al estancamiento, se debe reestructurar y organizar la vida sin esa persona a la que estamos acostumbrados.

Otra categoría que emergió, referente a la necesidad de rehacer la vida amorosa tiene que ver con los derechos. La participante considera que es:

*“un derecho que nos asiste”* (privilegio que tiene una persona viuda para volverse a casar o convivir con una nueva pareja).

Según su punto de vista está en toda libertad para rehacer la vida amorosa.

El derecho que tiene las personas que han quedado viudas en cualquier etapa del ciclo de vida está establecido en la legislación panameña, donde se expresa que las personas viudas están en plena libertad para contraer nuevas nupcias luego de inscrita el acta de defunción del cónyuge. La iglesia católica también lo aprueba siempre y cuando la pareja no haya sido casada con anterioridad.

Las personas viudas tienen la oportunidad de rehacer su vida amorosa, puesto que la ausencia del cónyuge no fue causada por separación o divorcio, sino por el

fallecimiento. Esa persona ya no está y no va a regresar, confirmando nuevamente los aportes de Erickson referente a la organización de la vida sin esa persona a la que se está acostumbrada.

Referente al tiempo que se debe esperar para pensar en una nueva pareja, tres de los participantes coincidieron que “*después de un año*” (**categoría apriorística**) estaban en disposición de pensar en una nueva pareja, antes de eso no se sentían suficientemente preparados.

Otra participante manifiesta que “*no hay un tiempo estipulado*” (**categoría apriorística**) eso depende de la persona y, agrega, “*yo voy para ocho años y aún no pienso en eso*”.

Definitivamente que el tiempo lo dirá “*el momento y la instancia*” expresó un participante, luego de decir que un año y medio le había servido como muralla para no pensar en una nueva pareja.

La viudez es un estado de grandes connotaciones, que involucra desde los sentimientos de la persona afectada hasta problemas sociales. Por lo que se requiere de un tiempo para adaptarse a esa condición, sobreponerse y estar en condiciones para reorganizar la vida.

Es muy importante tomarse el tiempo necesario para comprender la pena de haber perdido a la pareja querida y ajustar las emociones para no cometer desaciertos en nuevas elecciones, fundadas en la desesperación por la soledad y miedo a enfrentar solo (a) las responsabilidades.

Es importante destacar que, con el paso del tiempo se comienza a desvanecer depresiones y a pensarse en otras cosas e incluso a mirar hacia un futuro. Es posible sentir de nuevo la necesidad de un complemento, simplemente, por la condición de ser entes sociales.

Particularmente del tiempo transcurrido sean cuatro meses o dos años, el que sea pronto o no, solo debe ser referente a lo que tu pienses y no a lo que piensen las demás personas. No debes basar tu decisión en lo que otros han experimentado, solo tienes que estar seguro que ya estás debidamente preparado.

Esa necesidad de compañía que complementa la vida de la persona viuda, implica retos, como lo manifestaron todos los participantes. Dos de ellos dijeron expresamente que son "*los hijos*" (**categoría apriorística**) siendo todos mayores de edad, pero dependientes según lo informaron.

Los hijos son parte primordial en la esencia y existencia de los padres y permite la realización de los sueños de una pareja, que los ha criado, moldeado y convivido por lo menos una veintena de años, en el caso de las parejas de mediana edad.

Al romperse el vínculo por el fallecimiento de uno de los progenitores, surgen dificultades y más aún cuando el sobreviviente tiene la posibilidad de rehacer la vida con una nueva pareja.

Los hijos (as) con dificultad aceptan una nueva pareja en la vida de su padre o madre, no entienden que uno continúa vivo y es un ser humano que necesita la compañía y relación que ellos no pueden ofrecerle.

Los padres educan a sus hijos y una vez formada su carrera, criterio y estabilidad emocional, se marchan en busca de su realización como persona y profesional, dejando a sus padres solos, siendo un reto para los padres. De igual forma, los hijos deben aceptar que los padres tienen derecho a realizarse, aunque la vida en común con la pareja haya llegado a su fin por el fallecimiento de alguno.

En ese momento en que la persona viuda tenga la oportunidad de rehacer la vida con otras parejas, los hijos (as) deben apoyar a sus padres viudos a tomar la mejor

decisión, puesto que siguen vivos y son seres humanos, por tanto también se pueden equivocar.

Los hijos deben estar seguros de que no hay reemplazo para la figura fallecida y que es importante su participación en el evento de una nueva relación por parte del sobreviviente. Una nueva pareja implica derechos y obligaciones, realmente es el punto crítico de la nueva relación, es aquí donde surgen los inconvenientes, la desconfianza y temores de los hijos, más aún si dependen del sobreviviente.

Por consiguiente, los hijos deben apoyar a sus padres en esta decisión y no los padres, pedir permiso a sus hijos para rehacer la vida, siempre y cuando la pareja sea sincera y honesta, puesto que los hijos se van y hacen su propia vida. La persona viuda tiene derecho a buscar su felicidad y si ésta es aceptada por los hijos se evitarían grandes conflictos, trastocando la buena relación que debe existir entre todos los componentes de la familia.

Es importante resaltar que los hijos no proporcionan las atenciones, cuidados y compañía que un hombre o una mujer busca en una pareja, solo ella puede darle lo que este (a) necesita. Es la persona viuda quien debe tomar la decisión.

*El "logro de armonía" (resultado de un acuerdo que permite la convivencia pacífica).*

Fue una **categoría emergente** manifestada por un participante según él "*llevar a la nueva pareja a que todo esté en paz*" "*que exista armonía de ambos lados*", lo considera como su principal reto.

La armonía está enfocada en mejorar la relación. Está estrechamente relacionada a la convivencia; pero no a la mera necesidad de una compañía. La armonía tiene que ver

con una relación de amor, respeto e igualdad. Teniendo presente que cada persona es diferente y, como tal, requiere su propio espacio.

Buscar la armonía de la pareja permite la identificación de lo que es conveniente o no para evitar desacuerdos. Para ello, es imprescindible el diálogo y negociar las reglas, de manera que a través de la comunicación constante se busquen las mejores alternativas para las diversas situaciones que puedan surgir durante la convivencia.

La madurez emocional es imprescindible para lograr armonizar con la pareja, requiere una dosis de sentimientos sinceros y honestos. Una persona que haya alcanzado cierto grado de responsabilidad, una manera diferente de afrontar las dificultades está en capacidad para conseguir la armonía, tanto de su pareja como de los demás integrantes de la familia.

Es importante destacar que, las experiencias y dificultades vividas a lo largo de la existencia ayudan al ser humano a madurar. La lógica indica que las personas viudas de la mediana edad han vivido diversas situaciones placenteras y difíciles que le otorgan un cúmulo de enseñanzas que puede utilizar para lograr armonizar con mayor facilidad.

Otra categoría emergida con relación a los retos fue expuesta por una participante cuando dice que su principal reto es:

*“encontrar una pareja que llene mis sentimientos”.*  
(Descubrir a una persona que colme los requerimientos pretendidos).

Definitivamente, para convivir con una nueva pareja es importante sentirse a gusto con ella, sentirse realizados (as) y no emocionados (as). El sentimiento tiene que ver con la disposición emocional que tiene la persona hacia otra y es lo que realmente la hará sentir feliz.



Encontrar esa pareja que llene las expectativas sentimentales es elección única del solicitante, puesto que, lo que parece bien para uno no puede ser lo mejor para otro. Ciertamente es que, los requerimientos sentimentales van cambiando con el paso de los años a medida que se va madurando.

En la mediana edad se afianzan los sentimientos tanto positivos como el de respeto, estabilidad, seguridad, solidaridad y negativos como el odio, envidia, tristeza, dolor, entre otros. Por tanto, como se mencionó anteriormente, es responsabilidad de la persona viuda de mediana edad, elegir a la nueva pareja que llene sus requerimientos sentimentales.

Para encontrar esa pareja ideal, que llene los sentimientos, hay que tener cierta disposición para lograrlo. Es menester que la persona viuda se desprenda un poco de la figura de apego reflejada en la difunta pareja. Sólo a través de un apego positivo como lo indica Erickson en su Teoría, la persona viuda podrá avanzar, de no ser así, el estancamiento tomará más tiempo y prolongar la disposición emocional del viudo (a) para sentir la necesidad de encontrar una nueva pareja que llene sus sentimientos.

La posibilidad de rehacer la vida amorosa con una nueva pareja, es una situación que puede causar diversas reacciones para las personas que están viviendo ese acontecimiento.

En esta oportunidad sólo se analizó las situaciones estresantes que experimentan las personas viudas ante esa posibilidad. Una **categoría emergente** frente a esta interrogante es la aportada por un participante quien manifiesta que la situación más estresante que experimenta es:

*“volver a coger el cauce de todo” (retomar el rumbo de la vida personal, familiar, laboral y social), agrega: “volver a hacer una balanza” y termina diciendo, “volver a empezar con armonía de ambos lados”.*

Volver a ser tú mismo, tomar las riendas de tu vida, de tus sentimientos, hogar y familia es un arduo trabajo, demanda mucho esfuerzo y crea situaciones estresantes en la vida del viudo (a), lo que puede afectar la salud física y mental de la persona por la exigencia que se genera.

Esta respuesta, realmente es muy abarcadora, tiene grandes connotaciones, no sólo se está hablando de una determinada situación o emoción sentida, sino de la vida personal, laboral, familiar y social. Por tanto requiere de mucha voluntad y carácter para lograrlo.

Lograr que la vida personal vuelva a su cauce indica que la persona viuda siente como cualquier ser humano, deseos de convivir con una nueva pareja, compartir sentimientos y experiencias tanto positivas como negativas. Este sentimiento permite al viudo (a) darse cuenta que aún está vivo y no debe desaprovechar la oportunidad que la vida le ofrece.

La vida está llena de oportunidades y hay que saberlas aprovechar. Desde el momento en que la persona viuda inicie el proceso de volver a empezar una nueva vida, se esforzará por dar lo mejor de sí para que el trabajo sea productivo, los hijos y familiares ocupen el lugar que les corresponde y no sean los que decidan su vida, puesto que los hijos un día formarán sus propios hogares, dejando al padre o madre viudo (a) más solo que nunca.

Volver a iniciar la vida con una nueva pareja sería lo ideal. Este deseo tiene que ver con la capacidad de afrontamiento de la persona y la misma depende de las experiencias y valores que ha adquirido en el transcurso de su vida, como lo dice Lazarus en su Teoría del Afrontamiento.

Una participante expresa que sintió “*confusión*” (**categoría apriorística**) al escuchar las inquietudes de sus hijos. La confusión está catalogada como una emoción que no es más que un estado afectivo intenso influido por los instintos, por lo que pasa con bastante rapidez.

Estar confundido (a) es sentirse desorientado, no tener capacidad para pensar con claridad y rapidez. Aunque, se trate de una emoción que por naturaleza dura poco tiempo, puede afectar la salud integral de la persona como de los demás integrantes del grupo familiar, puesto que se pueden tomar decisiones precipitadas y poco atinadas.

Las personas jóvenes e inmaduras se confunden con mayor rapidez, la madurez otorga al individuo una visión más amplia para responder a las diversas situaciones. Los viudos y viudas de mediana pueden sentirse confundidos en algunas ocasiones, pero tienen la facultad, gracias a las experiencias vividas, de tomar las cosas con calma, pensar, analizar y responder con mayor claridad a las diversas situaciones que se le presenten.

Dos participantes, expresaron que:

*“no hay situaciones estresantes”*, (ausencia de condiciones que causan incomodidad y desajustes que perturban la vida de una persona).

Se constituye esta respuesta en una **categoría emergente**. La ausencia de situaciones estresantes, según un participante se debe a que desde un inicio manifestó a sus hijos que *“esa decisión la tomo yo”*. Hablar con los hijos (as) es la forma más saludable de evitar situaciones conflictivas; puesto que se aclaran y negocian situaciones que favorezcan tanto al padre o madre de familia como a sus descendientes.

Para la etapa de la mediana edad, por lo general, los hijos ya son mayores de edad, por consiguiente, poseen un nivel académico medio que le permite comprender mejor el

hecho de que su padre o madre viudo necesita una compañía que le complemente su existencia; puesto que la difunta pareja no podrá regresar.

La otra participante dice que no tiene problemas porque “*no ha encontrado la pareja ideal*”, es más, considera que la soledad es algo muy difícil para las personas viudas.

Una pareja ideal es algo muy subjetivo, pues lo que es correcto para ti tal vez no lo sea para la otra persona. Sin embargo, existen algunas pautas que se toman en consideración para saber si es o no la persona que llenará los requerimientos, cualquiera sea la etapa del ciclo de vida que se esté transitando.

Dentro de estos requerimientos están el sentirse bien el uno con el otro, vivir en armonía y tranquilidad, hacer proyectos juntos, sentir que no hay barreras ni desconfianzas. El aspecto de las relaciones sexuales es muy importante, una persona viuda de mediana edad está consciente de su propio cuerpo, de su capacidad física, por lo que es aconsejable una pareja que comprenda lo que acontece en esta etapa del ciclo de la vida.

Para encontrar a la pareja ideal no sólo basta decirlo, es importante querer encontrarla. Muchas veces y de manera inconsciente se ponen obstáculos que impiden mirar lo que está alrededor, perdiendo una buena oportunidad para comenzar de nuevo. Esta forma de pensar y actuar está relacionada al vínculo de apego que se establezca. El hacerlo de una forma negativa requerirá de mucho más tiempo para salir del estancamiento, como afirma Erickson en su Teoría Psicosocial.

Referente a las cualidades que se busca en una nueva pareja, todos expresaron que debe existir comprensión, honestidad, respeto, aprecio, sentimientos nobles, por lo que se

ubicó en la categoría (apriorística) de sentimientos y valores, puesto que ambos están estrechamente relacionados.

Llama la atención que ninguno de los (as) participantes hizo alusión a la apariencia física. En la mediana edad la apariencia física no es primordial, destaca más bien los sentimientos y valores, ya que es realmente lo que tiene valía en una persona.

Los sentimientos son reales y es lo que impulsa al ser humano a actuar, ya sea de manera positiva como negativa. Esta fuerza está influida por la propia naturaleza del hombre, por la familia, escuela, comunidad y el esfuerzo por querer cambiar.

Esa fortaleza conocida como sentimiento utilizada de manera positiva es lo que permite practicar los valores, que no son más que pautas que deciden la actuación del ser humano. Son los valores los que dicen si una conducta es buena o mala.

Por las experiencias vividas, las personas viudas de mediana edad que participaron en este estudio, consideran que lo que realmente buscan es una pareja son: "*sentimientos nobles*", "*que de lo mejor de sí*" y que "*me valore como persona*".

Una nueva categoría emergió de la respuesta de un participante al expresar que la cualidad más significativa para él es:

*"un alto nivel académico"* (cumbre lograda a través de los estudios), luego prosiguió con otros atributos que fueron enmarcados en sentimientos y valores.

Un alto nivel académico está ligado al conocimiento; por tanto, la persona tiene una mejor preparación para ser productiva tanto en el campo laboral como en el personal. Los conocimientos adquiridos le permiten responder con sabiduría a las diferentes situaciones que confronte en su diario vivir.

Dos participantes manifiestan que lo que ellas además buscan, es una pareja “*sin vicios*”, (**categoría apriorística**).

Los vicios son hábitos considerados inmorales en una determinada sociedad. Es lo opuesto a la virtud. Es el acto de hacer en demasía una acción que provoca un apego excesivo hacia lo que perjudica a la salud del propio ser humano, su familia y sociedad.

El vicio es un mal que se debe combatir en la propia persona como en las demás, pues se constituye en una peligrosa enfermedad física y defecto moral para aquellos que por ignorancia, falta de voluntad propia y preparación intelectual se dejan llevar por bajas pasiones, constituyéndose de esta manera en una cadena interminable de errores.

La persona viuda de mediana edad o madura le basta y le sobra el dolor y la pena. La experiencia le indica que una pareja con vicios no le dará ningún beneficio y lejos de ser un aliciente a su sufrimiento, se constituirá en obstáculo que le dificultará alcanzar una convivencia positiva.

Una expresión particular fue la manifestada por una participante “*si no me va a dar, que no me quite*” (se refiere a una balanza o a un punto de equilibrio, de forma tal que, la economía permanezca estable). La misma fue ubicada en la **categoría apriorística** estabilidad económica.

La estabilidad económica es una condición anhelada por casi todas las personas, pues ella representa una garantía para disminuir las dificultades y necesidades que surgen en la vida de las personas.

Las personas requieren satisfacer sus necesidades, de manera que se sienta en condiciones para realizar las diversas actividades que demanda el curso de la vida. Con

mayor razón una persona viuda de mediana edad, debido a su condición de viudez y cambios que se dan en esta etapa del ciclo de vida, le urge contar con el recurso financiero que le permita resolver sus necesidades y la de su familia.

La expresión “*si no me va a dar, que no me quite*” es una manera de decir que es importante establecer un punto de equilibrio entre la nueva pareja, de manera tal que, cada quien se haga responsable de sus compromisos.

Otra **categoría emergente** expresada por la misma participante está relacionada al estado civil, ella dice preferiblemente:

“*viudo*” (condición de la persona que ha perdido a su pareja por fallecimiento).

La preferencia por una persona que se encuentre en las mismas condiciones en lo referente al estado civil (viudez) es una decisión muy particular. Esta cualidad equivale a tener en común la difícil experiencia de haber perdido a la pareja. Por consiguiente, ambos se comprenderán y apoyarán mutuamente.

También supone evitar problemas, puesto que no habrá rivalidad entre las parejas. Ninguno de los dos se divorciaron, por lo tanto, no habrá acercamiento físico, ni celos, ni contiendas. Los dos saben que están solos y que sus parejas ya no podrán regresar.

Una característica manifestada es “*la edad*” (**categoría apriorística**) la participante expresa “*que sea de mi edad o un poquito más*”. La diferencia de edad es un tema bastante controversial. Muchos defienden la tesis de que no importa la edad para el amor. Otros, sin embargo, sostienen que si es una situación que causa problemas, por la sencilla razón de que ambos están en etapas distintas, por consiguiente, hay mayor distancia en lo relacionado a la responsabilidad, experiencia y madurez.

La madurez es una característica de la mediana edad. Una persona viuda en esta etapa tiene, bien claro, lo que desea y espera de una relación, por tanto se espera que busque una pareja con una edad similar a la suya para evitar conflictos.

Un viudo y una viuda de mediana edad que decidan formar una pareja, saben lo que es conveniente para ambos, están seguros del lugar que ocupan en la vida de su pareja y lo importante que significa la convivencia en esta etapa del ciclo de la vida.

En la interrogante relacionada a la importancia de los grupos de ayuda y orientación para las personas viudas. Todos los participantes manifestaron que si sería un gran apoyo la existencia de un grupo que se interese por las personas viudas.

La respuesta de un participante origina una **categoría emergente**, expresa que los grupos de apoyo permitirán:

*“formar mejores parejas”* (constitución de parejas reformadas, con nuevas perspectivas).

El participante deja claro que es importante comenzar una nueva relación, modificando los aspectos de la vida anterior que no disfrutaron y de los que no hay buenas experiencias.

Esta manera de pensar, demuestra que la persona ya está preparada para un nuevo amor, ya se tiene la suficiente madurez para comprender que día a día hay que mejorar para lograr una excelente convivencia, puesto que nadie elige quedar viudo o viuda. Lo realmente importante, es la disposición que tenga para modificar lo que no funciona y buscar la armonía con la nueva pareja.

Esta modificación incluye darse la oportunidad para emprender nuevas experiencias, terminar lo que estaba inconcluso y volver a ser feliz con la nueva pareja sin



ningún tipo de remordimiento, puesto que ya no hay marcha atrás, no se puede retroceder el tiempo.

La difunta pareja no volverá jamás, vivirá en los bellos recuerdos y siempre tendrá un lugar especial en la vida del viudo o viuda, sobre todo de mediana edad. En esta etapa la persona está suficientemente preparada para tomar decisiones y otorgar el lugar que le corresponde a cada sujeto que con él comparten y conviven.

Otra **categoría emergente** fue la expresada por dos participantes al referir que los grupos de apoyo son necesarios, porque les permitiría:

*“compartir experiencias”* (comunicar a otra persona vivencias y sentimientos similares a los nuestros).

Compartir las experiencias y comprobar que hay sucesos en la vida que no se pueden evitar como es el caso de que en una pareja uno fallezca primero, es algo que te reconfortará, puesto que sentirás que no estás solo, hay otras personas, que están sufriendo y se sienten desorientadas igual que tú.

Saber que hay otras personas que entienden tú situación es un gran consuelo para el viudo o viuda. Son seres que anteceden en esa difícil experiencia, por lo tanto, saben la forma de sobrevivir y sobrellevar la situación. Son personas que te ayudan a “desestresar”, según lo indicó un participante, esta respuesta fue incluida en la categoría que se está analizando en este momento.

Compartir experiencias con las demás personas es una necesidad propia de los seres humanos, es la que te ayuda a liberar situaciones desagradables, a sentirte parte de algo, de que no eres la única persona en el mundo que está experimentando esa situación. También hay otros (as) como tú que necesitan comunicar sus problemas. Compartiendo, se ayudarían mutuamente.

La importancia de los grupos de apoyo y orientación se reflejó en los participantes. La respuesta de dos de ellos da como resultado una **categoría emergente** al expresar que esta agrupación debe estar dirigida por:

*“personas con igual experiencia que nosotros”* (ser que se encuentra en estado de viudedad en la mediana edad).

Los grupos de apoyo para las personas viudas son pequeñas agrupaciones constituidas por sujetos voluntarios que tienen como misión ayudar al viudo o viuda a sobrellevar su situación, compartiendo sus experiencias con confianza y libertad.

Como toda agrupación cuyo fin es la ayuda mutua, la de las personas viudas también debe estar dirigida y conformada por personas que comparten el mismo tipo de situación de manera que, las experiencias sean similares a las suyas.

Compartir las mismas experiencias permite la creación de nuevos lazos sociales que ayudan a sobrellevar la soledad. Además, proporciona una serie de orientaciones que ayudarán a despejar dudas con respecto al derecho de buscar o no una nueva pareja.

Definitivamente, quien mejor que una persona viuda de mediana edad para hablar sobre esa dura experiencia, decir que hace para resistirla. Ellas tienen todo el sentimiento para comprenderte y apoyarte. Además, poseen el conocimiento para ofrecerte algunas orientaciones que te permitan manejar la situación y decidir tu vida futura sin reproches ni remordimientos.

Dos participantes también consideran que estos grupos deben estar dirigidos por psicólogos. Esta respuesta fue ubicada en la **categoría apriorística** (Profesionales).

Los grupos de ayuda y orientación dirigido por profesionales, resulta ventajoso en la medida de que son expertos en el manejo de conflictos y emociones. Además poseen el

conocimiento de temas interesantes y la conducción de técnicas de animación y participación que hacen de las sesiones, jornadas productivas.

Sin embargo, su labor se sentiría con mayor propiedad si estos profesionales dirigentes fueran viudos o viudas, puesto que se sentirían más identificados con cada uno de los integrantes del grupo.

Compartir las mismas experiencias te hace sentir que no estás solo, que hay quien te comprende y te puede ayudar, personas idóneas, con vastos conocimientos en diversos temas que te pueden orientar para despejar cualquier inquietud y mejorar tu calidad de vida.

Además de profesionales, dos participantes manifestaron que los grupos de apoyo y orientación deben estar dirigidos por "*personas de la iglesia*" "*religiosos*". Se ubica estas respuestas en la **categoría apriorística** (religiosos).

Las agrupaciones de ayuda y orientación para las personas viudas, dirigidas por religiosos, consideran que la fe es necesaria para sobrellevar cualquier tipo de problemas. Estos grupos refuerzan la fortaleza espiritual y creencias en un ser Todopoderoso que da la motivación para aliviar las penas y sufrimientos de las personas viudas y también modificar algunas conductas difíciles de tratar por otros medios.

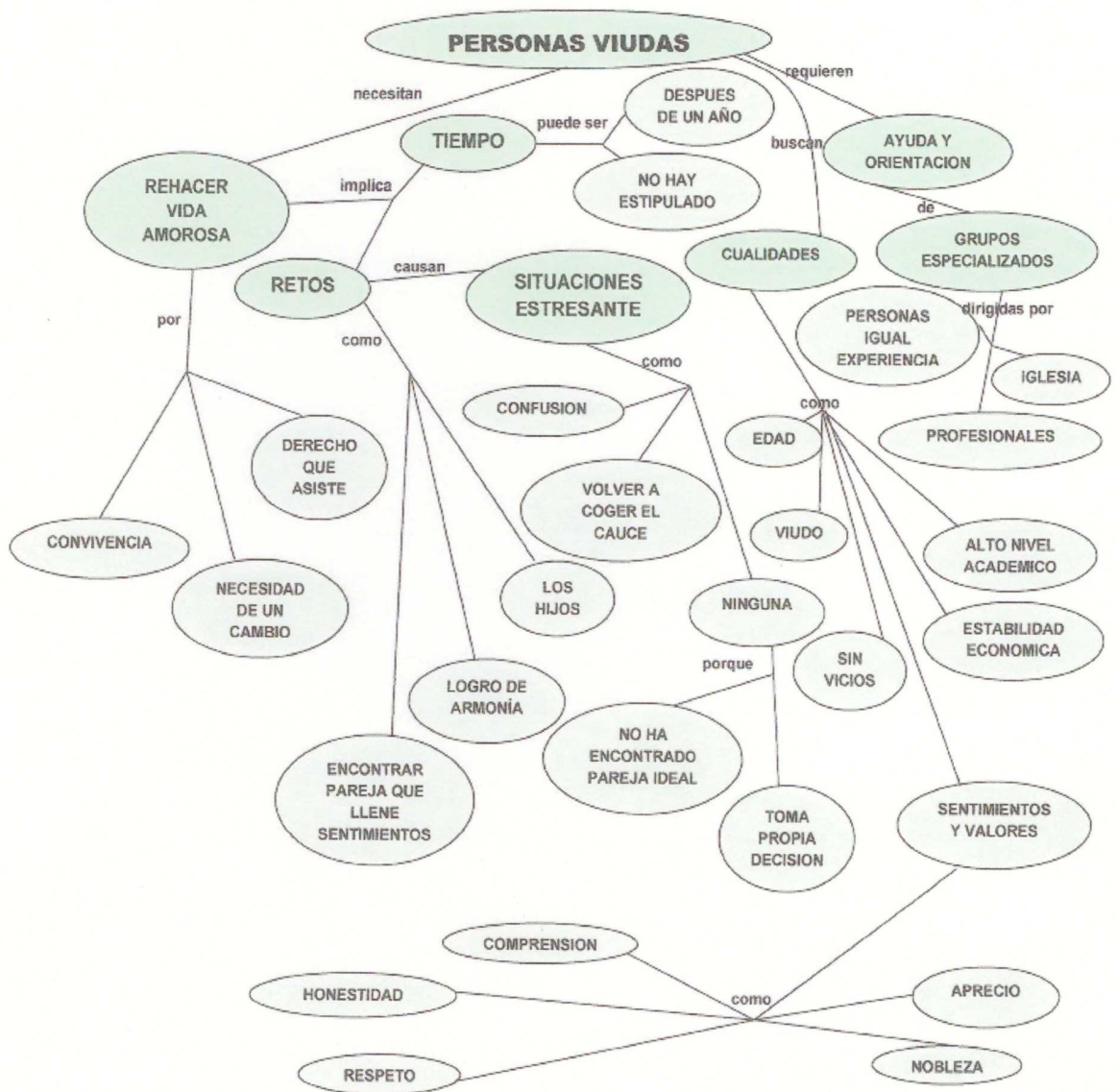
Igual pronunciamiento se hace con respecto a la dirigencia de una agrupación religiosa, particularmente sea su denominación. Se deben incluir en la misma, personas en iguales condiciones, o sea, que hayan quedado viudos o viudas en la mediana edad.

Los grupos de apoyo y orientación bien dirigidos, incluirán en su equipo de trabajo profesionales idóneos de diversas disciplinas como sicólogos, trabajadores sociales, médicos, orientadores o terapeutas familiares, abogados, sacerdotes, laicos, pastores evangélicos. En fin, un equipo que brinde apoyo y orientación en diferentes perspectivas y según lo amerite cada caso.

Para una mejor apreciación, luego de analizada la información de la entrevista semiestructurada, se presentan los resultados a través de un Mapa Conceptual.

**Fig. 3. Resultado de la entrevista semiestructurada a cuatro personas viudas de la ciudad de David, año 2011.**

**MAPA CONCEPTUAL**



Fuente: Diseñado por Silvana Castillo.

#### 4.3.2.1. Conceptualización de resultados de la entrevista semiestructurada

Las personas viudas de mediana edad piensan **rehacer la vida amorosa**, es decir, restablecer su vida sentimental con una nueva pareja por la necesidad de convivencia para compartir las buenas y las malas experiencias. Además la **necesidad de un cambio**, o sea, buscar compañía para disfrutar lo que no se pudo con la pareja anterior. Y porque es un **derecho que asiste** lo que significa que las personas viudas legal y espiritualmente están facultadas para contraer nuevas nupcias o compromisos maritales.

Rehacer la vida amorosa implica **tiempo** lo que indica que requiere de un periodo prudencial para estar en disposición de nuevas ideas y amistades. Este periodo depende de cada persona y lo decidirá el momento y la instancia. Puede ser **después de un año**, o sea, pasado doce meses. Antes de este periodo la persona no está preparada para pensar en una nueva pareja. Se puede decir que **no hay tiempo estipulado**, es decir, no existe un periodo específico en el que la persona viuda está dispuesta para una nueva relación sentimental.

La nueva relación sentimental implica, además, **retos** también conocidos como desafíos que no son más que aquellas situaciones que enfrenta la persona viuda cuando tiene la oportunidad de reformar su vida con una nueva pareja. **Los hijos**, sus descendientes se convierten en sus principales retos, seguido de **logro de armonía**, equivalente a conformidad, acuerdo de manera tal que permita llevar a la nueva pareja a que todo esté en paz, que exista armonía de ambos lados. Por último, encontrar **pareja que llene los sentimientos** semejante a descubrir un par que colme las emociones.

Los retos enfrentados por las personas viudas ante la posibilidad de una nueva relación amorosa causa **situaciones estresantes** que no son más que aquellas condiciones externas que afectan su equilibrio físico y emocional. Dentro de estas situaciones se encuentra la **confusión** que significa un estado afectivo intenso provocado por las inquietudes de los hijos. Otra situación es **volver a coger el cauce de todo**, o sea, volver a hacer una balanza, a empezar con armonía de ambos lados. De igual forma existe la posibilidad de no presentarse **situaciones estresantes** lo que significa ausencia de condiciones que causan incomodidad, porque no se ha encontrado a la pareja ideal o desde un inicio manifiestan que las decisiones las toman ellos y no sus hijos.

Las personas viudas de mediana edad en su nueva pareja buscan **cualidades** o particularidades donde se destacan los **sentimientos y valores**. Los valores significativos son: **aprecio**, es la estimación o valor que te ofrecen como persona. **Nobleza** que no es otra cosa que dar lo mejor de sí. **Respeto** que significa, en primera instancia, la consideración por la propia persona y luego por los demás. **Honestidad**, es la cualidad que lleva implícito el respeto y permite actuar de manera coherente. **Comprensión** o forma de entender determinadas situaciones.

Otra cualidad que buscan es un **alto nivel académico**, lo que equivale a la cumbre que se obtiene a través de los estudios. De igual manera, buscan una pareja sin vicios, que no sienta apego excesivo hacia una acción. También buscan una pareja con **estabilidad económica** se refiere al punto de equilibrio de forma que si no da que no quite, permitiendo de esta manera que la economía permanezca segura. Buscan además que sea **viudo** que al igual que ellos haya perdido a sus parejas por muerte, que esté en las mismas condiciones de modo que no se presentarán reclamos porque las parejas ya no pueden regresar.

Una particularidad es la edad, años que tenga la nueva pareja. Buscan que sea de la misma edad, igual cantidad de años de manera que haya más compatibilidad en las vivencias.

Por todo lo expuesto, las personas viudas de mediana edad requieren **apoyo y orientación**, es decir, un soporte encaminado a sus intereses e inquietudes, permitiendo la formación **de mejores parejas**, reformadas con nuevas perspectivas. Además los grupos de apoyo y orientación permiten compartir experiencias y ayudan a **desestresar** porque intercambias con otras personas vivencias similares.

Los grupos de apoyo deben dirigirlos **personas con igual experiencia**, que sea viuda de forma que comprendan, orienten y ayuden a sobrellevar la soledad. De igual manera, pueden ser dirigidos **por profesionales** personas expertas en el manejo de emociones y técnicas participativas para la productividad de las sesiones. **Los grupos religiosos**, o personas de la iglesia también pueden dirigir estos grupos de apoyo y orientación. Estos refuerzan la parte espiritual dando alivio al sufrimiento.

#### 4.3.3. Grupo focal

En relación al grupo focal se diseñó una guía de nueve preguntas abiertas. Es importante resaltar que, las preguntas de este instrumento son muy similares a las de entrevista semiestructurada. Por consiguiente, responden a los objetivos relacionados con la necesidad de buscar una nueva pareja, tiempo en el que se está dispuesta para pensar en una nueva pareja, retos que enfrenta, situaciones estresantes experimentadas al querer rehacer la vida amorosa, cualidades que busca en su nueva pareja y la importancia de los grupos de apoyo y orientación.

Se realizó un grupo focal de cuatro personas viudas de la ciudad de David, seleccionadas bajo un perfil que permitió la unificación de las características de éstas.

La reunión se realizó dando favor a la discusión. Se utilizó adecuadamente el tiempo y se facilitó la participación de forma equitativa para evitar el control por parte de algún miembro del grupo.

Los resultados obtenidos en este grupo focal se presentan en base a las interrogantes previamente establecidas y las que surgieron durante el transcurso de la entrevista.

Para no cometer vicios sólo se conceptualiza y analiza las categorías emergentes, puesto que las categorías apriorísticas están detalladas en el punto 4.2.2.

♦ **Necesidad que tiene la persona viuda de buscar una pareja para compartir su vida sentimental**

Los principales hallazgos de este grupo se refieren al hecho de que las personas viudas sí necesitan de una nueva pareja. Depende de cada persona la urgencia de encontrarla, pero nadie descarta la idea de rehacer la vida amorosa con una nueva pareja.

*“Eso depende de, de cada quien, verdad, lo importante aquí es que hemos quedado, eh, viudos, verdad, sin pareja en una etapa que, que se llama la edad media y pienso que todavía necesitamos, este, a una persona que nos acompañe, que nos aprecie y que esté con nosotros”.* (Lucero, 57 años, Docente).

Continúa diciendo la participante, algo muy interesante:

*“No es que al día siguiente vamos a salir a buscar una pareja, eso necesita un tiempo, cuando ya nosotros pensemos que sí que ya estamos listos para eso, pero eso depende de cada quien, pero, eh, definitivamente dentro de esta etapa necesitamos a una persona”.* (Lucero).



*“Bueno no es que sea tan importante, todo tiene su momento en la vida y llegará aquella persona que uno aspira”.* (Sol, 54 años, Docente).

*“Yo creo que sí se necesita una compañera que pase con uno la, la vejez, que lo cuide a uno, cuidar al otro, o sea, compartir, pues. Si, si, yo pienso, pues, que uno puede llegar a llenar ese vacío rápido no hay que perder la esperanza”.* (Planeta, 60 años, Empresario).

*“Bueno, yo en particular, verdad, no es que necesite un compañero. Yo llevo casi ocho años de viuda y hasta el momento no he sentido esa necesidad tan importante para mí”.* (Nube, 57 años, Docente).

Es importante resaltar que, posteriormente, esta participante agregó:

*“Yo quería agregar algo, lo que dije enantes, verdad, no quise decir que jamás volvería a buscar una pareja. Yo ya estoy sintiendo cuando estoy en la casa una soledad y uno va para cada día más viejo y siente que se necesita una compañía, por ejemplo, para compartir tantas cosas que uno puede pasar, este, sí pienso que es necesario buscar una pareja para finalizar los últimos años de su vida”.* (Nube, 57 años, Docente).

Las respuestas de los participantes indican la necesidad de una compañía para compartir afecto, puesto que la naturaleza del ser humano está hecha para vivir en asociación. Ya sea a corto o largo plazo esperan la llegada de la pareja que se anhela, para que los cuide y se acompañen en tiempos buenos y malos. Todas las respuestas anteriores fueron incluidas en la **categoría apriorística Afecto**.

♦ **Tiempo en el que se puede estar dispuesto para pensar en una nueva pareja**

Los hallazgos se refieren al hecho de que no hay tiempo específico (**categoría apriorística**) para tal fin, eso depende de cada persona. Pero sí es importante resaltar que

la persona viuda necesita un periodo prudencial, pasado un año, para pensar en rehacer la vida amorosa con una nueva pareja.

*“Bueno, eso depende de cada persona, hay algunas que no se no superan nunca, verdad. Estamos hechos para superar, verdad, y si no superamos estamos mal ante Dios. Hay que superar”. “Mi primer año y medio, vivo tranquila en la casa”. (Lucero, 57 años, Docente).*

*“Eh, yo, yo pienso, yo tengo año y ñapa de viudo y bueno, yo creo que si se necesita una compañera que pase con uno la, la vejez, que lo cuide a uno, cuidar al otro, o sea, compartir, pues. Sí, sí yo pienso, pues, que uno puede llegar a llenar ese vacío rápido no hay que perder la esperanza”. (Planeta, 60 años, Empresario).*

*“Cuando uno quiere abordar a una mujer platica, en este caso a la especial amiga, eh, a veces por lo relativamente fresco que está el asunto, en el caso mío, hace veintidós meses”. (Sol, 54 años, Docente).*

*“Hay la etapa en que ya uno ha concluido con los hijos, de repente ya uno se va quedando solo, yo no vivo aquí, yo vivo en Bugaba, entonces, uno siente de repente que necesita a alguien para terminar sus últimos días”. (Nube, 57 años, Docente).*

#### ♦ Retos o dificultades al desear un nueva relación amorosa

Los resultados indican que, definitivamente, el hecho de pensar en rehacer la vida amorosa con una nueva pareja, implica retos en la vida de cada participante. Esto es indicativo de que no es nada fácil para aquella persona viuda que decida rehacer su vida amorosa.

Los retos expresados en mayor relevancia están relacionados con los hijos (**categoría apriorística**) y se evidencian de la siguiente manera:

*“Bueno el reto más significativo han sido con mis hijos”. (Lucero, 57 años, Docente).*

*“En lo particular la hija me puso un tiempo para los diez años, el otro de repente también ahí”.* (Sol, 54 años, Docente).

*“Yo pienso que el reto mío van a ser siempre mis hijos, pero ya cada uno tiene su vida, su profesión”.* (Planeta, 60 años, Empresario).

*“El reto más grande, pues es encontrar de repente si una pareja que no me dé problemas” (categoría emergente)* (para que proporcione tranquilidad, que no cause dificultades).

*“Dificultades de ninguna clase, que me vaya a acompañar que me cuide, que no me dé problemas, pues, que sea un buen compañero y que nos llevemos muy bien. Si lo encuentro, que bien, tal vez lo encuentre más adelante puede ser”.* (Nube, 57 años, Docente).

El deseo de una persona viuda de mediana edad de encontrar a alguien con quien convivir de manera agradable, amena, en sosiego, equilibrio y paz es un sueño difícil de alcanzar pero no imposible. Lo realmente importante es tener en cuenta que no hay que perder la individualidad. Además de que somos seres humanos y que en algún momento de la vida estamos propensos a cometer desaciertos.

Muchas veces se exige y se pide demasiado lo que puede causar grandes conflictos en nuestra persona, puesto que no se encuentra nada que se iguale a nosotros, haciendo imposible la convivencia.

Compartir con una persona que no dé problemas no equivale a decir que se puede hacer y deshacer a nuestro antojo; sino más bien es indicativo de que se trata de un ser comprensivo, pacífico y que sepa comunicarse de manera asertiva y eficiente para evitar conflictos.

La misma participante, refiriéndose a los retos también afirma que: **sus hijos**,  
*“Ellos saben que yo estoy sola por acá todo el tiempo en David y ellos no se han metido*

*en eso porque la decisión ha sido mía la de estar así sola*". (Se incluye en la **categoría apriorística Personales**). (Nube, 57 años, Docente).

Para responder a este reto se hace alusión a algunas respuestas manifestadas por los participantes y que ilustran por sí sola este conflicto y que en un momento determinado pueden aclarar situaciones y evitar problemas, puesto que el adulto es dueño de sus actos y debe decidir sus asuntos personales:

*"Definitivamente uno tiene una necesidad, de hacer nuevamente un hogar, porque la casa queda uno nada más, yo pienso, pues, que todo a su debido tiempo las cosas vienen"*. (Planeta, 60 años, Empresario).

*"Pero los senté y le di a conocer estos pormenores, les dije que yo iba a hacer mi vida después que ya ellos tengan un nivel profesional, sus carreras prácticamente la van a ejercer en Panamá"*. (Sol, 54 años, Docente).

*"Sin embargo, yo en eso estoy clarita, esas decisiones las tomo yo, y yo tenía que hacerles ver a ellos que ese punto de vista no era el mejor, que ellos no es que me van a imponer a mí que lo que tengo que hacer"*. (Lucero, 57 años, Docente).

Es normal que, los hijos se sientan incómodos ante la decisión de su padre o madre de rehacer la vida con otra pareja. Muchos sienten celos y consideran que están traicionando la memoria de la persona muerta. No están dispuestos a compartir el amor como lo manifestó un participante:

*"Es una lucha de amor, pues, el amor de ellos, que ellos no quieren que uno los comparta, entonces, son amores distintos, entonces ellos al darse cuenta que ellos no van a perder el amor de uno, al uno tener una nueva pareja"*. (Planeta, 60 años, Empresario).

♦ **Situaciones estresantes que causan los retos**

Para hacer frente a estos retos, las personas viudas experimentaron situaciones estresantes. Estas situaciones ocasionan dificultades y muchas veces, son causantes de grandes repercusiones en la salud física y mental del que lo experimenta. Las viudas y viudos participantes del estudio manifiestan que han sentido miedo, vulnerabilidad e incomodidad.

*“Me sentí mal, yo pensé que íbamos a polemizar y eso me dio cierto miedo”. (categoría apriorística), (Lucero, 57 años, Docente).*

*“Eh, bueno no lo reprochaba, yo tuve que sin duda alguna, siento que como humano la mamá es para ellos algo especial y que como quedo uno, uno debe dedicarse hacia ellos, por entero, cosa que no debe ser así”. (Sol, 54 años, Docente).*

Surge de esta respuesta una **categoría emergente**, ubicada en:

*“vulnerabilidad” (incapacidad para responder o resistir ante una situación difícil).*

Una persona vulnerable no tiene las condiciones necesarias para tomar las mejores decisiones. Esto resulta más problemático cuando se trata de personas de mediana edad, puesto que la vulnerabilidad depende de la edad y de las condiciones, recursos y aptitudes con que se cuente para afrontar las diferentes situaciones.

El esfuerzo del ser humano para desarrollar estos conocimientos y habilidades, permitirá responder de manera sabia a todas estas inquietudes, tal como lo establece Lazarus en su Teoría del Afrontamiento.

Otra participante manifiesta que:

*“Después que perdí a mi esposo más adelante se acercó, pero en sí yo no siento nada por él, solo un compañero, no me llama la atención, no me gusta pues y cuando a uno no le llama la atención para nada y él se ha acercado dos o tres veces y no se esa situación me incomoda, yo pienso que ese no es pues, y esa es la situación estresante que yo he sentido”.* (Nube. 57 años, Docente).

*“me incomoda”* (incomodidad **categoría emergente**) (situación fastidiosa que hace sentir mal a una persona).

No hay nada más incómodo para una persona que sentirse halagada por alguien que no llama la atención. Estas manifestaciones tienen su momento en la vida y la recepción de las mismas está ligada al tiempo y condición anímica de la persona.

Para las personas, el halago, cortejo o galanteo es importante y más si procede de alguien que nos atrae. Es una manera de sentir que somos admirados y que llamamos la atención; más aún si se trata de una persona viuda de mediana edad.

La persona viuda de mediana edad no debe sumirse en un eterno duelo, debe darse la oportunidad al menos de sentir agrado por las manifestaciones de admiración o galantería que inspiran. Para ello, es importante despegarse de esa figura a la que se estuvo acostumbrada gran parte de la vida. Tal afirmación, la establece Bowlby en su Teoría del Apego.

Otra situación de estrés fue la expresada por una participante al considerar que al tener una nueva pareja surgen situaciones estresantes cuando se quiere: *“explicarle las dos clases de amores, eso ha sido lo estresante que yo he tenido hasta ahora”.* (Planeta, 60 años, Empresario).

De la respuesta citada con anterioridad, surge la **categoría emergente**:

*“explicar”* (manifestar, revelar o exteriorizar un determinado hecho o situación).

El hecho de explicar muchas veces causa situaciones incómodas, puesto que no se tiene la certeza de que el mensaje sea lo suficiente claro para que el oyente lo comprenda.

Para explicar una situación determinada, también entra en juego el conocimiento y la disposición de la contraparte. Cuando se explica algo es, porque se tiene la certeza de que algo no se entiende o no es lo suficiente claro para que se comprenda.

No hay nada más difícil para un padre o madre viudo que explicar a sus hijos la necesidad que como seres humanos tienen de una nueva pareja para compartir su vida. Y qué difícil es para un hijo (a) entender esa parte, puesto que la inseguridad les hace sentir que también van a perder al único progenitor que queda vivo.

Una buena explicación va acompañada de un lenguaje sencillo, respetuoso, acorde con lo que se habla y lo que se siente, de manera que el oyente en este caso, los hijos (as) comprendan que el amor de hijo es muy diferente al amor de una pareja. No hay por qué rivalizar, lo que hace un hijo no lo puede hacer una pareja y lo que hace una pareja jamás lo podrán hacer los hijos (as).

Cada quien tiene su lugar en la vida de un viudo o viuda, explicar adecuadamente esta realidad, al menos aclara la posición que debe ocupar cada persona, sin sentir que ha sido traicionado (a).

En la mediana edad, los hijos de los viudos (as) ya tienen edad para comprender ciertos temas, por eso es importante que el padre o la madre les expliquen que hay posibilidades en el futuro de rehacer la vida. Vuelva a explicar y aclare que no va a sustituir a la difunta pareja, sino aprovechar la oportunidad de no quedar solo, de disfrutar de la compañía de una pareja y que como hijos los seguirá amando igual.

► **Atributos que buscaría en una nueva pareja**

Referente a los atributos, los participantes en ningún momento hicieron alusión a la parte física, más bien se interesan por los sentimientos y valores, nivel académico, edad, estabilidad económica, que no tengan vicios de ninguna clase. Todos estos atributos descritos pertenecen a categorías apriorísticas, con excepción del manifestado por una participante, ella busca que sea “*viudo*” (**categoría emergente**), (ver punto 4.3.2.).

Las respuestas expuestas por las dos participantes son explícitas:

*“Dios mío si usted considera que debo tener una nueva pareja, mándemela así, le pedía así esas cinco cualidades, la parte física este yo se la dejo a usted”.* (Lucero).

*“que sea de mi edad (**categoría apriorística**) o un par de años más, sentimientos nobles, que si no me va a dar que no me quite, que no tenga adicciones de alcohol, de drogas, mujeres y que sea viudo, porque así no peleo con la mujer que lo dejó o él dejó, verdad, porque se fue, Dios se la llevó”.* (Lucero, 57 años, Docente).

*“uno de los atributos aquí coincido con la compañera, que debemos ser de la misma edad es importante, que sea una persona noble, sencilla, pero que sea inteligente, capaz de echar para adelante en cuanto a una profesión, un negocio y sobre todo que exista esa afinidad entre nosotros”.* (Sol, 54 años, Docente).

*“en cuanto a mí, este, los valores para mí son muy importantes, que me valore como persona, que me respeten mucho, que me comprenda, que no tenga ningún vicio es muy importante y algo fundamental es que me traslade a otra casa que no sea allí mismo en la que estoy viviendo”.* (Nube, 57 años, Docente.). Se ubica esta respuesta en la **categoría emergente**.

**nueva residencia** (vivienda diferente a la que se tiene en la actualidad).



Para una persona viuda de mediana edad como lo establece la participante, una nueva pareja implica una nueva residencia o vivienda, algo muy diferente a la que estaba acostumbrada a compartir con la difunta pareja.

Hay personas que por una u otra razón tienen tan arraigados los recuerdos que piensan que si llevan a la nueva pareja a su residencia estarían cometiendo un grave error, ya sea por lo feliz o desdichada que fueron con el antiguo cónyuge, coartando de esta manera la posibilidad de rehacer su vida.

Para rehacer la vida con una nueva pareja no es necesaria una nueva vivienda, lo realmente importante, es la nueva vida que se va a emprender, basada en el respeto, experiencias aprendidas y la disposición que se tenga para superar de manera positiva la figura de apego como lo establece la Teoría Psicosocial de Erickson.

Otra opinión de un participante fue:

*“las cualidades que uno busca es de que haya amor, comprensión que no haya problema, pues que no haya ese problema de celos. Estamos en un momento de que ya no es para pelear”.* (Planeta, 60 años, Empresario).

♦ **Con quién comparte sus problemas cuando se siente estresado**

Las respuestas evidencian que las personas viudas participantes en el estudio comparten sus intimidades con familiares y amigos, no hay grupos especializados que les apoyen y orienten.

*“yo tengo en particular una amiga que es como una hermana, tengo más confianza con ella que con mi propia familia y cualquier situación la comparto con ella, le tengo mucha confianza, buena compañera, me aconseja”.* (Nube, 57 años, Docente)

*“Yo tengo una prima hermana, esa prima hermana siempre hemos sido bien unidas y ese amigo lo conozco desde la*

*niñez, y siempre le hago ciertas preguntas no, no cosas así de mucha intimidad, pero si algunas preguntas". (Lucero, 57 años, Docente).*

*"Personas así de comentarios, eh, más bien amigas". (Sol, 54 años, Docente).*

*"Bueno yo no tengo así un amigo con quien compartir". (Planeta, 60 años, Empresario).*

#### ♦ **Importancia de los grupos de apoyo y orientación para personas viudas**

Consideran que estos grupos serían de gran ayuda en los momentos difíciles que experimenta una persona cuando pierde a su pareja y tiene la posibilidad de rehacer la vida amorosa.

Todas las respuestas surgidas de esta interrogante se convierten en categorías emergentes, puesto que no fueron planificadas de manera apriorística.

Los resultados indican que:

*"Así como hay escuela para padres así como hay asesores, me parece que en esta línea no hay". (Planeta, 60 años, Empresario).*

*"Bueno yo siento que somos un sector que necesitamos, yo creo que todos estamos por los cincuenta, eh, tenemos bastante experiencia al respecto pero nunca está de más una ayuda, un psicólogo una amistad un grupo que nos pueda orientar sobre esto". (Nube, 57 años, Docente).*

Las repuestas anteriores fueron ubicadas en la **categoría emergente "Asesoría y Orientación"** (Indicaciones y disposiciones ofrecidas a determinadas personas).

Las personas viudas necesitan asesoría y orientaciones para enfrentar la difícil experiencia de la viudez, pues su recuperación no está determinada por los recursos materiales y espirituales; sino más bien por el afecto, o sea, el hecho de velar por su familia y sentirse valorada por ella.

Todas estas sugerencias y disposiciones que necesita una persona viuda las puede obtener a través los grupos voluntarios, religiosos o institucionales públicos o privados con personal capacitado sobre temas de familia, ya que es la base para el éxito de todo proceso de desarrollo de la persona.

Las personas reaccionan de diversas maneras ante una situación, unas necesitan más ayuda que otras. Muchas veces, se está tan confuso y desmotivado que una dosis de aliento, estrategias, fortalezas y motivación, ofrecida por orientadores y asesores harán reaccionar a la persona viuda. Debe sentir que, es importante y aún le queda mucho por dar y recibir.

*“Yo considero que es importante sobre todo en la etapa inicial, cuando una persona está en esa etapa, ese momento difícil considera que sí es valiosa la contribución de otros seres humanos”.* (Sol, 54 años, Docente).

*“Un grupo de autoayuda donde podamos, verdad, compartir como así en esta mesa grande, una sala que, eh, pues a veces cuando las personas conversamos, pues, cuando conversamos, este, echamos afuera, sacamos cosas que a veces incomodan y lo hablamos, pues, un...”.* (Lucero, 57 años, Docente).

**grupo de autoayuda** (agrupación de personas que se reúne con un fin determinado sin fines de lucro, son voluntarios y comparten un situación en común).

Los grupos de autoayuda ofrecen apoyo y comprensión a las personas viudas, les hacen saber que hay otras personas en iguales condiciones y con el mismo problema. Es decir, no está sola ni desamparada. Se tiene una ayuda mutua, algo intrínseco de los seres sociales y lo expresa en la capacidad de implicarse en relaciones apoyo y ayuda recíproca.

Esta ayuda solidaria se da cuando las personas tienen una misma problemática o realidad y se reúnen para hacerle frente, apoyándose mutuamente. Pasado el tiempo llegan a tener su propia cultura lo que le permite seguir su funcionamiento logrando transformaciones importantes en la vida de las personas.

Los grupos de apoyo trabajan por sí solos y por su cuenta, no siempre sus integrantes son profesionales o especializados, solo deben tener la misma condición y asistir voluntariamente.

Estas organizaciones son importantes porque brinda una identidad colectiva, ya que su formación se asemeja a la familia. Es un lugar de aprendizaje, de comunicación, donde la narración de vivencias es la única manera de transmitir el mensaje. Sin la ayuda no es posible la vida social.

♦ **Quienes deben dirigir los grupos de apoyo**

Al respecto, los participantes opinan que los grupos de apoyo deben ser dirigidos por "*personas que hayan pasado la misma experiencia*" (**categoría emergente**) que ellos, particularmente sean profesionales (**categoría apriorística**) o *religiosos* (**categoría apriorística**) deben poseer esas características ser viudos. Sus opiniones son las siguientes:

*"Yo siento que una psicóloga que haiga pasado por esto. Que haya sentido esto que es ser viudo, que haya pasado por esto". (Planeta, 60 años, Empresario).*

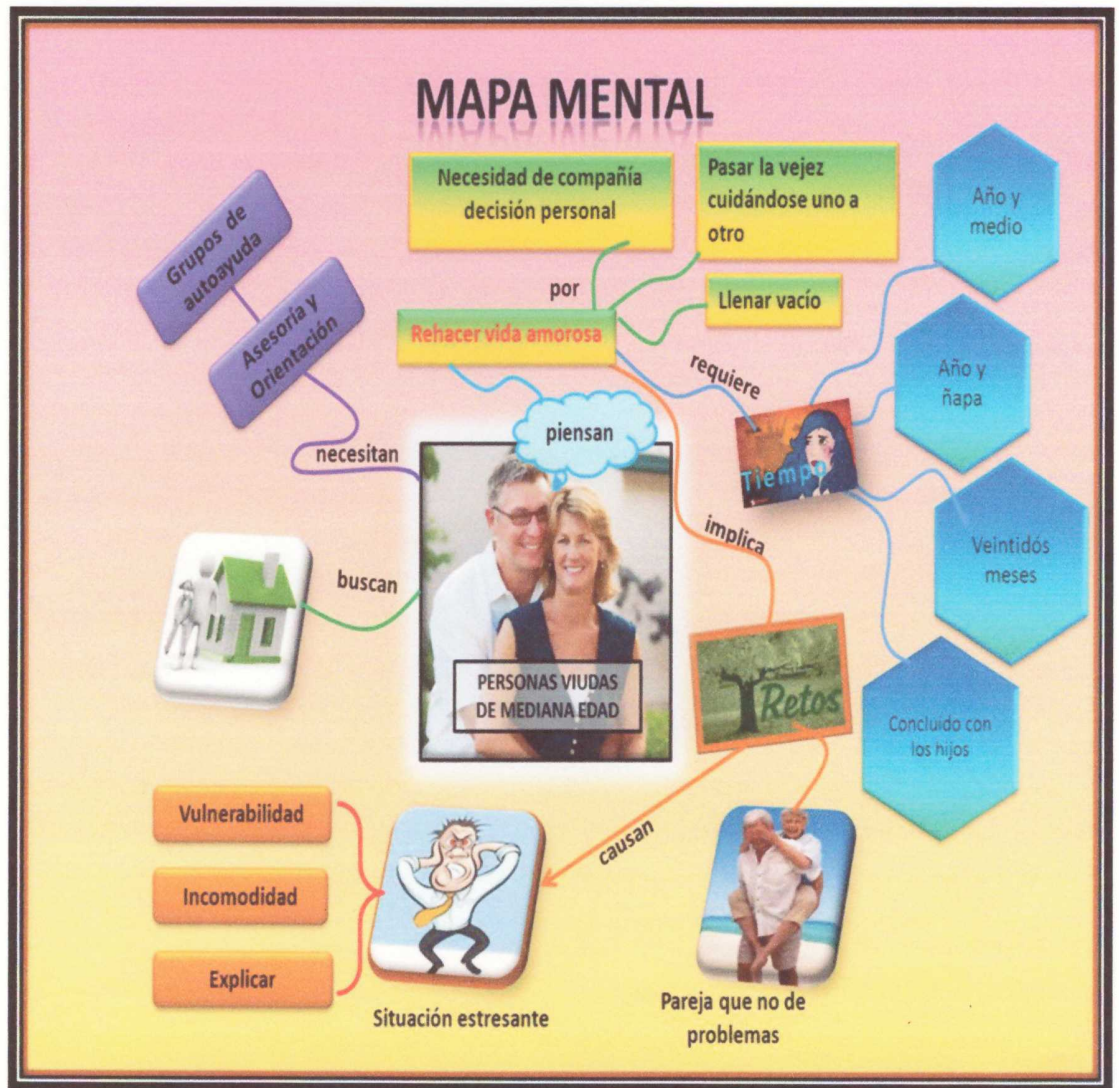
*"Me parece que grupos que están por ejemplo en esos servicios religiosos que hacen convivencias de personas eso es importante tratando de motivar a aquellas personas, eh, posiblemente un psicólogo, un sociólogo de repente". (Sol, 54 años, Docente).*

*"No sólo la iglesia católica, sino las otras iglesias. Es fundamental que ese grupo haya pasado la misma experiencia para que nos dé sus consejos". (Nube, 57 años, Docente).*

*"Personas que hayan experimentado esa etapa, esa experiencia". (Lucero, 57 años, Docente).*

Las respuestas son claras al manifestar que los grupos de apoyo y orientación debe estar dirigidos por personas viudas, puesto que son ellos los que comprenden la situación y son los que tienen la experiencia para ofrecerles el apoyo y orientaciones pertinentes. Nadie puede sentir lo que siente un viudo o una viuda, sino ha vivido esa difícil situación.

**Fig. 4. Resultado del grupo focal a cuatro personas viudas de la ciudad de David, año 2011.**



Fuente: Diseñado por Silvana Castillo.

#### 4.3.3.1. Conceptualización de resultados del grupo focal

Las personas viudas de mediana edad que piensan rehacer su vida amorosa lo hacen por la necesidad de convivencia o compañía. También consideran que es importante pasar la vejez cuidándose uno a otro, tener con quien compartir y llenar ese vacío con rapidez. Esa necesidad depende de cada persona, es decir, es muy particular.

En relación al **tiempo** que se requiere expresan que al año y medio, año y ñapa, veintidós meses, lo que significa que es después de un año que la persona viuda está en disposición de nuevas ideas y amistades. También se dice, luego de haber concluido con los hijos; es decir, no existe un tiempo definido para pensar en rehacer la vida amorosa.

Esta posibilidad implica retos, uno de ellos es encontrar una **pareja que no me dé problemas**, una persona que propicie tranquilidad. Estos retos causan **situaciones estresantes** o condiciones que perturban la salud como **vulnerabilidad**, que no es más que la incapacidad para responder a una situación difícil, imposibilidad para reprochar a los hijos por sentir que han quedado sin ese ser especial.

Otra situación estresante es **la incomodidad**, esa situación fastidiosa que te hace sentir mal porque una persona no te llama la atención o no te gusta. También el hecho de **explicar** se convierte en algo perturbador. Explicar es sinónimo de exteriorizar un hecho o situación lo que se vuelve estresante cuando se quiere explicar las dos clases de amores, el amor de hijo y el amor de una pareja. Son sentimientos diferentes.

Uno de los atributos que las personas viudas de mediana edad buscan en su nueva pareja es que le ofrezca una **nueva residencia**, una vivienda diferente a la que disfruta en la actualidad.

Las personas viudas de mediana edad consideran importantes los grupos de apoyo y orientación para **asesoría y orientación**, personas que ofrecen indicaciones y disposiciones para enfrentar la difícil experiencia de la viudez. De igual forma consideran importante los **grupos de auto ayuda**, o sea, agrupaciones voluntarias que se reúnen con un fin determinado y comparte una situación común.

Los grupos de apoyo y orientación deben estar dirigidos por **personas con igual experiencia**, personas viudas ya sean profesionales o religiosos pero que hayan pasado por esa situación.

Para apreciar con mayor facilidad las categorías surgidas al analizar los datos recolectados, se presenta el siguiente cuadro.

## CUADRO II

### CATEGORÍAS EMERGENTES

REFERENCIA	CATEGORÍA	DEFINICIÓN
Cambios en la mediana edad.	Cumplimiento de metas	Consecución o logro de los objetivos propuestos.
	Independencia de los hijos	Autonomía lograda por los herederos.
Problemas al quedar viudos.	Impase	Problema, lío que se afronta al quedar solo.
	Necesidad de un cambio	Transición de un estado a otro.
Necesidad de rehacer vida amorosa.	Derecho	Privilegio que tiene una persona viuda para volverse a casar o tener una nueva pareja.
	Logro de armonía	Resultado de un acuerdo que permite la convivencia pacífica.
Retos experimentados.	Encontrar pareja que llene sentimientos	Descubrir a una persona que colme los requerimientos pretendidos.
	Pareja que no dé problemas	Para que proporcione tranquilidad, que no cause dificultades.
Situaciones estresantes.	Volver a retomar el cauce de todo	Retomar el rumbo de la vida personal, familiar, laboral y social.
	No hay situaciones estresantes	Ausencia de condiciones que causan incomodidad y desajustes que perturban la vida de una persona.
Cualidades	Vulnerabilidad	Incapacidad para responder o resistir ante una situación difícil.
	Incomodidad	Situación fastidiosa que hace sentir mal a una persona.
Dirección de grupos de apoyo.	Explicar	Manifestar, resaltar, revelar o exteriorizar un determinado hecho o situación.
	Alto nivel académico	Cumbre lograda a través de los estudios.
Importancia de los grupos de apoyo	Viudo	Condición de la persona que ha perdido a la pareja por fallecimiento.
	Nueva residencia	Vivienda diferente a la que se tiene en la actualidad.
Dirección de grupos de apoyo.	Formar mejores parejas	Constitución de parejas reformadas con nuevas perspectivas.
	Compartir experiencias	Comunicar a otras personas vivencias y sentimientos similares a los nuestros.
Dirección de grupos de apoyo.	Asesoría y orientación	Indicaciones y disposiciones ofrecidas a determinadas personas.
	Grupo de autoayuda	Agrupación de personas que se reúnen con un fin determinado, sin fines de lucro, son voluntarios y comparten una situación común.
Dirección de grupos de apoyo.	Personas con igual experiencia	Ser que se encuentra en estado de viudedad en la mediana edad.

Fuente: Datos recopilados por Silvana Castillo.



#### 4.3.3.2. Informe de observación del grupo focal

**Fecha:** 31 de octubre de 2011

**Hora:** 6:00 de la tarde

**Lugar:** Reservado Hotel Toledo

La reunión se inicia a las 6:30 p.m. con treinta minutos de retraso, aprobado por los integrantes presentes, dada la excusa de una participante.

Se inicia con la presentación, agradecimiento y lineamientos por parte de la moderadora y su equipo de trabajo.

Luego se procede al desarrollo de una dinámica de autopresentación por parte de los integrantes del grupo focal, cuatro personas viudas con el objetivo de romper el hielo y promover la confianza.

Terminada la dinámica se procede con la pregunta de motivación. Una participante la contesta aduciendo que, nunca había escuchado ni participado en una investigación cualitativa, puesto que no se le otorga la importancia debida a los sentimientos de las personas.

Al principio del interrogatorio las personas estaban un poco tensas, no sabían quién debía iniciar la respuesta. La moderadora sutilmente inclina la cabeza hacia el participante de su derecha para que inicie. Este contesta con seguridad y confianza.

Durante el transcurso del interrogatorio se va adquiriendo más seguridad y confianza y se torna más amena la reunión. Las respuestas lograron mayor contenido verbal y se escucharon algunas frases jocosas, de motivación y de esperanza.

El formato de observación facilitado por la investigadora permitió describir los gestos y posturas de cada participante durante el desarrollo del grupo focal.

Yo, Johana María Araúz Pitty abogada de profesión y estudiante de psicología, actuando como observadora de este grupo focal, detallo la actuación de los participantes. Para ello, se describe a cada uno asumiendo las generales y el apodo sugerido por la investigadora.

**Sol:** Viudo de 54 años, docente, educación universitaria, padre de dos hijos.

Sol es una persona segura, amena, utiliza las manos para comunicarse, sabe escuchar a sus compañeros, los mira, sonríe cuando se amerita. Mantiene un buen tono de voz, tiene algunas muletillas en su discurso.

**Planeta:** Viudo de 60 años, empresario, educación técnica, padre de dos hijos.

Planeta es una persona muy seria, casi no sonríe, poco utiliza las manos para comunicarse, su discurso, generalmente, es muy directo y cortante. Tiene un tono de voz bajo. No se observó gestos de asombro. Algunos movimientos de las manos acomodándose las mangas de su camiseta delataban cierta ansiedad.

**Lucero:** Viuda de 57 años, docente, educación universitaria, madre de dos hijos.

Lucero es una mujer espontánea, sonriente, utiliza sus manos para comunicarse, muy atinada y centrada en las respuestas. Le gusta hablar bastante y lo hace de manera pausada, tono de voz más bien alto. A pesar de ser muy centrada, en algunas ocasiones, hubo que redirigirle el interrogatorio. Cambió de postura en varias ocasiones.

**Nube:** Viuda de 57 años, docente, educación universitaria, madre de dos hijos.

Nube es una mujer más bien callada, tono muy bajo de voz durante la entrevista. Poco sonríe, responde cada interrogante sin mucha gesticulación de las manos, mantuvo una misma postura durante toda la entrevista.

La reunión se finaliza a las 7:14 p.m. con una duración de 44 minutos.

Se deja constancia de que:

- ♦ Se cubrió en el tiempo estipulado.
- ♦ Se preguntó y contestó todas las preguntas guías descritas en el formulario y las que surgieron durante la reunión.
- ♦ Se agradeció por parte de la investigadora la participación de cada persona.
- ♦ Se cumplió con el incentivo ofrecido (Cena en Hotel Toledo).

## **CAPÍTULO QUINTO**

## 5. DISCUSIÓN

Los resultados de la investigación responden a las interrogantes y objetivos propuestos. Se afirma que, las personas viudas de mediana edad experimentan cambios físicos y sensoriales, período laboral fructífero, análisis crítico y en nivel psicológicos.

Estos cambios en el aspecto físico son más preocupantes para las personas de sexo femenino por la preponderancia a la belleza que siempre se ha otorgado a las mujeres.

En la mediana edad, la sociedad cimienta algunos juicios, tomando como base lo que se demuestra durante estas etapas en cuanto a cambios físicos, las relaciones, el trabajo, factores psicosociales, estos sirven de pautas para categorizar no sólo por la edad, sino también por la conducta, esto permite definir si el adulto según su edad cumple o no con lo que constituye la sociedad. Entonces, si es aceptado y se adapta representa un adulto maduro y cuando no lo logra es un adulto inmaduro. Tal lo, afirma Citrynbaum et al, 1980 En: Craig (1991:523).

El mismo autor afirma que, el análisis crítico de la propia persona, transformar las posibilidades y sueños, es una clara sospecha de que la persona en la mediana edad atraviesa una etapa crítica.

Erickson en su teoría también indica que es importante que las personas logren abrir la puerta a la siguiente generación, convirtiéndose en un adulto de mediana edad, preparado para dirigir a los adolescentes y jóvenes adultos y no se estanque en el estadio.

Levinson, 1978 En: Rice (1997:438) en sus estudios para referirse a esta etapa habla de la Adulthood intermedia (45-65 años) dice que ella está determinada por los niveles biológicos por una disminución de las capacidades, habilidades y destrezas físicas, respecto a la etapa anterior, aunque aún se conserva vitalidad y energía suficiente para una vida personal y social satisfactoria y valiosa.

En este ciclo de la vida, la persona se caracteriza por ser más analítica, tal lo expresa la Teoría o modelo motivacional de Huberman, el cual concreta su delimitación a través de intereses o motivaciones en seis ciclos:

- ♦ Afianzamiento y valores propios (40-50)
- ♦ Mantenimiento de la posición alcanzada (50-60)

Además de las características muy particulares que las personas experimentan en la mediana edad, se puede dar el caso de la pérdida de la pareja, ocasionando dificultad económica, social y problemas emocionales.

El sobreviviente debe enfrentar la soledad, buscando la manera de seguir adelante. No es un trabajo fácil y bien lo establece Bowlby en su Teoría del Apego, en relación a la manera de conceptualizar la disposición de las personas a establecer fuertes redes emocionales con otros seres humanos y un modo de entender las enérgicas reacciones emocionales que se producen cuando señalados lazos se ven amenazados o se fragmentan.

De igual forma la Teoría Psicosocial de Erickson enfatiza que solo a través de un apego positivo la persona viuda podrá avanzar y no quedar estancada en el estadio.

Lazarus en su Teoría del Afrontamiento alude que, el esfuerzo desarrollado por la persona en la adquisición de conocimiento y forma de comportarse le permitirá afrontar y manejar los cambios. Es la propia persona la única responsable de hacerle frente a la soledad y sobrellevarla.

El ser humano por naturaleza vive en compañía, comparte afecto, necesita convivir y compartir. Es el principal impulso que motiva a las personas viudas que participaron en el estudio a buscar una nueva pareja.

Los estudios de Rago, 1996 En: García y Juárez (2011) consideran que la estabilidad emocional y económica de una persona viuda se puede ver afectada simultáneamente dada las situaciones generadas por la muerte del cónyuge, pero no en la misma perspectiva del hombre con respecto a la mujer. Por tal razón, algunas personas viudas contraen segunda nupcias buscando la necesidad de compañía y de seguridad económica. Rago dice que al hombre viudo le interesa más que una pareja lo acompañe, en cambio la mujer viuda busca además seguridad financiera.

Esa necesidad de compañía indica un cambio en la vida del sobreviviente, es decir, está preparado para asumir una nueva vida. Esto confirma lo expuesto por Erickson en su Teoría Psicosocial en el estadio de la Generatividad frente al Estancamiento cuando afirma que, es importante que el ser humano sea capaz de reestructurar y organizar la vida sin ese ser al que se estaba acostumbrado.

Según Lee, Willetts y Seccombe En: García y Juárez (sup. cit.); estadísticamente hablando, los viudos tienen cinco veces más posibilidades de encontrar una nueva pareja que las viudas, o sea, tienen mejor disposición para un cambio.

Esto lo confirma el estudio de O'Hanlon En: García y Juárez (sup. cit.) cuando dice que los hombres de cierta edad son incompetentes para valerse solos, se sienten desanimados para iniciar tareas que nunca han realizado.

Organizar la vida sin el ser acostumbrado requiere de un tiempo prudencial. Este período dependerá de la persona y de los lazos de apego que haya establecido, La Teoría del Apego de Bowlby lo confirma, sostiene que estos vínculos afectivos dependerán de la

forma en que su conducta de apego se organiza en su personalidad. Se observa, pues, que en las personas cuya representación de figuras de apego no han sido accesibles o gratificantes, tenderán a elaborar duelos de forma complicada y prolongada.

De igual manera, Lazarus en su Teoría del Afrontamiento lo señala cuando habla de la capacidad de afrontamiento que tiene la persona para resolver situaciones críticas.

Estas situaciones críticas incluyen además la posibilidad de reestructurar y organizar la vida con una nueva pareja, desencadenando otros retos, cualquiera que sea este desafío hay que estar preparado. Esta disposición se adquiere a través de la capacidad que tiene el ser humano para adquirir conocimientos y conductas que le permitan resolver las diversas situaciones estresantes y conflictivas que debe afrontar en su diario vivir como lo establece Lazarus.

En el estudio de la Doctora Trinidad de Aparicio realizado en el 2005, se habla de un período que oscila los doce meses para que la persona viuda se haya adaptado a la situación y esté en mejores condiciones de afrontar la vida.

La persona viuda de mediana edad, busca una nueva pareja para compartir su vida, deponiendo la parte física. En esta etapa hay otros atributos que cobran relevante significado como son los sentimientos, valores y estabilidad económica. Tal afirmación fue establecida por García y Juárez (op. cit.) en su Tesis "Funcionamiento familiar ante la pérdida del cónyuge" al expresar que tanto el hombre como la mujer para mantener cierto nivel de calidad de vida debe escoger la pareja correcta.

No escoger la pareja con sabiduría implicará un estancamiento progresivo acompañado de crisis emocionales, por consiguiente, el logro de las metas y proyectos resultarán desatinados.



## **CONCLUSIONES**

Analizados los resultados obtenidos en la investigación y atendiendo los objetivos planteados se derivan las siguientes conclusiones:

- Las personas de mediana edad, consideran que las características experimentadas en esta etapa del ciclo de la vida son:
  - Disminución de la capacidad física y sensorial, enfatizando la aparición de canas, tendencia a engordar y disminución de la visión.
  - Periodo laboral fructífero, puesto que han adquirido conocimientos al poder terminar sus estudios, lo que permite una estabilidad económica para cubrir gastos personales y familiares.
  - En el aspecto emocional las damas sobre todo consideran esta etapa algo difícil, porque añoran la juventud y se sienten rechazadas por la generación anterior.
  - Independencia de los hijos, todos son mayores de edad, unos son profesionales y productivos y otros están por terminar sus estudios universitarios.
- Los problemas experimentados por las personas de mediana edad al quedar viudas son:
  - Soledad, la pareja a la que se estaba acostumbrada ya no está.
  - Pérdida económica, puesto que no se cuenta con el ingreso aportado por la difunta pareja.
  - Posición social percibida por el trato distante y diferente que le dan sus amistades.

- Las personas viudas de mediana edad consideran que tienen derecho a rehacer su vida amorosa, porque necesitan convivir, es decir, compañía para compartir nuevas experiencias.
- No hay tiempo específico, eso depende de cada persona. Pero sí es importante resaltar que se necesita un período prudencial, pasado un año, para pensar en rehacer la vida amorosa con una nueva pareja.
- Rehacer la vida amorosa es un reto. El principal son los hijos y en segundo plano los retos personales.
- Las situaciones estresantes experimentadas por las personas viudas de mediana edad al tener la posibilidad de rehacer su vida amorosa han sido: miedo, confusión, retomar el cauce de la vida lo que demanda un gran esfuerzo que puede afectar la salud física y mental y la de explicar la diferencia entre dos amores.
- Las personas viudas de mediana edad buscan en una nueva pareja cualidades como: sentimientos y valores, alto nivel académico, estabilidad económica, que no tenga vicios de ninguna clase y que también sea viudo.
- Los grupos de apoyo y orientación son importantes para las personas viudas. Pero en la ciudad de David, no existen grupos organizados con personal especializado que cumplan la función orientadora emocional, psicológica y espiritual.
- De forma general, se establece como retos fundamentales que enfrentan las personas viudas de mediana edad, ante la posibilidad de rehacer su vida

amorosa: los cambios físicos y emocionales propios de la etapa. Los problemas a los cuales se enfrentan las personas al quedar viudas son la soledad, el aspecto económico, impase y el rechazo que se percibe en las relaciones sociales lo cual produce un distanciamiento.

El derecho a rehacer su vida amorosa por la necesidad de convivencia. Por otro lado, no existe un tiempo establecido para rehacer la vida amorosa, pero se estima que pasado un año se tiene la disponibilidad de “pensar” en una nueva pareja. Rehacer la vida amorosa representa un reto para las personas viudas siendo los hijos el principal reto, ya que muchos de los casos muestran negatividad ante la posibilidad de una nueva relación y el reto personal que se exige cada individuo para aceptar una nueva relación amorosa.

Las situaciones estresantes generadas por la situación de viudez como son el miedo, tomar el cauce de la vida y explicar la diferencia entre dos amores. Entre las cualidades de la nueva pareja que busca la persona viuda están: sentimiento y valores, nivel académico, estabilidad económica, no tenga vicios, viudos y compatibilidad en edades.

No existe en la ciudad de David grupos de apoyo y orientación que le permita a la persona viuda confrontar sus miedos ante la pérdida del cónyuge por lo que resulta muy importantes la conformación y desarrollo de grupos de apoyo y orientación.

## **RECOMENDACIONES**

Con base a las conclusiones presentadas se pueden plasmar las siguientes recomendaciones:

- Comprender y aceptar los cambios físicos y emocionales que implican la etapa de la mediana edad, establecida entre los cuarenta y cinco a sesenta años. (45 a 60 años).
- Estimar que la viudedad en la mediana edad, resulta un hecho con diversas connotaciones que implica el apoyo familiar, profesional y espiritual.
- Propiciar un ambiente familiar (cenar, paseos, vacaciones) donde el viudo o viuda, tenga la confianza de hablar con sus hijos sobre el derecho que tiene de rehacer su vida amorosa y la importancia de éstos en la comprensión de la situación que involucra una nueva pareja.
- Las personas viudas de mediana edad, necesitan el apoyo y orientación de un grupo organizado y dirigido por personas con igual experiencia que la de ellos, para que los comprendan y les de las sugerencias necesarias para enfrentar la difícil situación al quedar solos y los retos ante la posibilidad de rehacer la vida amorosa.
- Es necesaria la formación de un grupo de auto ayuda y orientación, en la ciudad de David, dirigido por personas viudas para que viudos y viudas puedan compartir experiencias, reciban y tengan la posibilidad de formar mejores parejas.
- Publicación de los resultados de esta investigación por la Vicerrectoría de Investigación y Postgrado a través de la página Web de la Universidad Autónoma de Chiriquí.

## **BIBLIOGRAFÍA**

## REFERENCIAS CONSULTADAS

### Libros.

- BARON, R. y BYRNE, D. 2005. *Psicología social*. Prentice-Hall, España. 577 Págs.
- BERICAR, E. 1998. *La integración de los métodos cualitativo y cuantitativo en la investigación social*. Editorial Ariel, S.A. Barcelona, España.
- BOWLBY, J. 1985. *La separación: El apego y la pérdida*. Editorial Paidós, España. 448 págs.
- CAMPOS A, A. 2009. *Métodos mixtos de investigación*. Editorial Magisterio.
- CRAIG, G. 1991. *Desarrollo psicológico*. 6ª Edición. Prentice-Hall, México.
- HERNÁNDEZ SAMPIERI, R.; FERNÁNDEZ, C. y BAPTISTA, L. 2008. *Metodología de la investigación*. 4ª Edición. McGraw-Hill Interamericana Editores, S. A., México.
- KAIL, R. y CAVANAUGH, J. 2006. *Desarrollo humano. Una perspectiva del ciclo vital*. 3ª Edición. Copyrigh, México.
- LEPP, I. 1967. *Psicoanálisis de la muerte*. Ediciones Carlos Lohlé. Buenos Aires, Argentina.
- PAPALÍA, D. y WEDKOS, S. 1987. *Psicología*. McGraw-Hill, España.
- PÉREZ, G. (s.a.). *Modelo en investigación cualitativa en educación social y animación sociocultural*. 2ª Edición. Narcea, S. A. Ediciones.
- RICE, P. 1997. *Desarrollo humano. Estudio del ciclo vital*. 2ª Edición. Prentice-Hall Hispanoamericana S. A., México. Traductor: María Elena Ortiz Salinas, Licenciada en Sicología. UNAM, México.
- RUIZ, O. J.; ARISTEGUI, I. y MELGOSA, L. (s.a.). *Como elaborar un proyecto de investigación social*. **En:** Cuadernos Monográficos del ICE, N° 7. Artes gráficas Rontegui, España.
- SÁNCHEZ, P. 2009. *Viudedad y vejez*. Colección: Edad y Sociedad. España.



YUNO, J. y URBANO, C. 2005. *Investigación etnográfica. Investigación acción*. 3ª Edición. Editorial Brujas, Argentina.

#### Revistas.

BORDIGNON, N. A. 2005. *El desarrollo psicosocial de Eric Erickson*. **En:** Revista Lasallista de Investigación. Vol. 2, N° 002, Colombia. Julio a Diciembre, 2005.

TRUIÑO, Z. y SANHUEZA, O. 2005. *Art.: Teorías y modelos relacionados con calidad de vida en cáncer y enfermería*. Revista Aquicha. Vol. 5, Año 5, N° 1. Chía, Colombia. Octubre, 2005.

#### Tesis.

ABRUCH LINDER, M. 2002. *De la crisis de la mediana edad a la madurez individual y de pareja*. Tesis para optar por el título en Maestría en Psicoterapia de Pareja. Instituto Mexicano de la Pareja, México.

GARCÍA, P. y JUÁREZ, V. 2011. *Funcionamiento familiar ante la pérdida del cónyuge*. Tesis para optar al título de Licenciada en Psicología. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, México.

#### Infografías.

ANÓNIMO. (s.a.). (<http://www.cienciaytecnología.gob.bo/convocatorias/publicaciones/metodología>). Consultado: el 06 de noviembre, 2011.

ANÓNIMO. (s.a.). (<http://www.3.unileon.es/dp/ado/ENRIQUE/Didactic/Mapas.htm>). Consultado: el 29 de diciembre, 2011.

ANÓNIMO. (s.a.). ([http://www.sabanet.unisabana.edu.co/educacion/maestrias/maestria/Doc%20Proyectos%20de%20Investigaci%C3%B3n/3119812\\_Estudio\\_Fenomenal%C3%B3gico.pdf](http://www.sabanet.unisabana.edu.co/educacion/maestrias/maestria/Doc%20Proyectos%20de%20Investigaci%C3%B3n/3119812_Estudio_Fenomenal%C3%B3gico.pdf)). Consultado: el 08 de noviembre, 2011.

APARICIO PÉREZ, T. Dra. (s.a.). *La viudez*. ([http://www.pulevasalud.com/ps/contenido.jsp?ID=57493&TIPO\\_CONTENIDO=Articulo/ID\\_CATEGORIA=988&ABRIR\\_SECCION=3&RUTA=1-3-69-988](http://www.pulevasalud.com/ps/contenido.jsp?ID=57493&TIPO_CONTENIDO=Articulo/ID_CATEGORIA=988&ABRIR_SECCION=3&RUTA=1-3-69-988)). Consultado: el 05 de noviembre, 2011.

- CASTILLO, A. Dr. (2009). *Una vida feliz*. (<http://www.unavidafeliz.com/2009/03/29/la-viudez-nueva-etapa-vivencial/>). Consultado: el 17 de marzo, 2012.
- CONTRALORÍA GENERAL DE LA REPÚBLICA DE PANAMÁ. 2010. *Estadística Panameña: Situación demográfica estimaciones y proyecciones de la población total, urbana-rural en la República, por provincia, comarca indígena y sexo: Años 2000-10*. Boletín N° 11. (s.e.) Panamá, Rep. de Panamá. (<http://www.contraloria.gob.pa/inec/cuadros.aspx?ID=0102>) y (<http://www.contraloria.gob.pa/inec/cuadros.aspx?ID=000101>). Consultado: el 12 de mayo, 2012.
- ENCICLOPEDIA WIKIPEDIA. (s.a.). ([http://www.es.wikipedia.org/wiki/Mapa\\_mental](http://www.es.wikipedia.org/wiki/Mapa_mental)). Consultado el 29 de diciembre, 2011.
- FERNÁNDEZ SÁNCHEZ, N. (s.a.). *El adulto*. Universidad Autónoma de México. ([http://www.tuobra.unam.mx/publicadas/021123215354-Lic\\_.html](http://www.tuobra.unam.mx/publicadas/021123215354-Lic_.html)). Consultado el: 06 de noviembre, 2011.
- INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA Y CENSO DE LA REPÚBLICA DE PANAMÁ. 2010. *Censos Nacionales del 2010, XI de Población y VII de Vivienda*. Panamá, Rep. de Panamá. (<http://www.estadisticas.contraloria.gob.pa/Resultados2010/tabulados.aspx>). Consultado: el 12 de mayo, 2012.
- MAGLIO-ESTEBAN, C. M. Dra. (s. a.). *Investigaciones sobre la muerte*. ([http://www.luz.espiritual.org/Libros/Investigacion\\_sobre\\_la\\_muerte.pdf](http://www.luz.espiritual.org/Libros/Investigacion_sobre_la_muerte.pdf)). Consultado: el 16 de mayo, 2012.
- MARTÍNEZ MIGUÉLEZ, M. (s.a.). *La investigación cualitativa*. (<http://www.prof.usb.ve/miguelm/nc10enfoquecualitativo.html>). Consultado el 08 de noviembre, 2011 y el 15 de agosto, 2012.
- MENDOZA C., A. (s.a.). *El ocio y su relación con el compromiso, empuje y apego*. ([http://catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lad/mendoza\\_b\\_lb/tesis.pdf](http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lad/mendoza_b_lb/tesis.pdf)). Consultado en: agosto, 2012.
- MUÑOZ, L. A., MOREAL, M. C. y MARCO M., M. (s.a.). *El adulto*. ([http://www.dialnet.unirioja.es/servlet/fichero\\_articulo?codigo=1183063...](http://www.dialnet.unirioja.es/servlet/fichero_articulo?codigo=1183063...)). Consultado: el 05 de noviembre, 2011.
- OLIVA D., A. (s.a.). *Desarrollo social durante la adultez y vejez*. (<http://www.personal.us.es/oliva/desarrollo%20social%20en%20adultez.doc>). Universidad de Sevilla, Facultad de Psicología Evolutiva y de la Educación. Consultado: el 13 de marzo de 2013.
- RAZO, A. M. Noviembre, 2001. *Cuidadores de personas adultas mayores*. Universidad Estatal Del Valle de Ecatepec, México. (<http://www.angelrazo.files.wordpress.com/2010/07cuidadores-de-personas-adultas-mayores.pdf>). Consultado: en Octubre, 2011.
- RIVERA R., RENÉ F. (2008). Art. Necesidades psicoafectivas. (<http://www.crodriguezcdlm.blogdiario.com/i2008-02>). Consultado: el 13 de marzo de 2013.

**ANEXOS**

## ANEXO 1

### UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUÍ VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Título de la investigación:**

*“VIUDEDAD EN LA MEDIANA EDAD: RETOS ANTE LA POSIBILIDAD DE REHACER SU VIDA AMOROSA”.*

**Objetivo de la investigación:**

- ♦ Analizar los retos que enfrentan las personas viudas de mediana edad ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

**¿Qué se propone el estudio?**

Se propone indagar los retos que debe enfrentar las personas viudas ante la posibilidad de compartir su vida amorosa con una nueva pareja.

**¿Cómo se seleccionarán a los participantes?**

Se seleccionarán personas viudas de mediana edad con un mínimo de un año en este estado civil y que trabajen en la ciudad de David.

**Cantidad y edades de los participantes:**

La cantidad será de cuatro personas viudas entre 45 a 60 años de edad (mediana edad).

**Tiempo requerido:**

El tiempo estipulado para culminar la investigación será de tres meses.

**Riesgos y beneficios:**

La investigación no conlleva ningún riesgo y el participante no recibirá ningún beneficio, solo el de colaboración con el estudio investigativo.

**Compensación:**

No habrá ningún tipo de compensación por la participación.

**Confidencialidad:**

Se garantiza confidencialidad. Su identidad e imagen no será utilizada en ningún informe cuando los resultados de la investigación sean publicados.

**Participación:**

La participación es voluntaria.

**Derecho de retirar:**

El o la participante tendrá derecho de retirarse de la investigación cuando lo estime conveniente. No habrá ningún tipo de sanción o represalias.

**Persona con quien puede comunicarse para despejar dudas:**

**Investigadora:** *Silvana M. Castillo*

**Teléfonos:** 774-5883

**Celular:** 66744486

Si está anuente a participar agradezco leer y firmar el talonario de autorización.

**AUTORIZACIÓN:**

He leído el procedimiento descrito arriba. La investigadora me ha explicado el estudio y ha respondido mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para participar en este estudio investigativo.

**Firma:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

## ANEXO 2

### UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUÍ VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN

#### TÉCNICA: ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

Fecha: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_ Lugar: \_\_\_\_\_

**Objetivo:**

- Describir los retos que enfrentan las personas viudas ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

**Dirigido a:**

- Viudos (as) de mediana edad.

**Elaborado por:** *Silvana M. Castillo*

**Para:**

- Información recopilada para el estudio: “Viudedad en la mediana edad: retos ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa”.

**Indicaciones:**

- Responda con libertad y confianza las interrogantes. La información suministrada será estrictamente confidencial y solo serán utilizadas para esta investigación.

**Aspectos generales:**

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Ocupación: \_\_\_\_\_ Tiempo de haber perdido la pareja: \_\_\_\_\_  
Tiene hijos (as): \_\_\_\_\_ ¿Cuántos?: \_\_\_\_\_ Dependen de usted: \_\_\_\_\_

**Preguntas:**

- ¿Qué opina sobre la necesidad de las personas viudas de rehacer su vida amorosa?
- ¿Cuál es su consideración con respecto al tiempo que se debe esperar para pensar en una nueva pareja?
- ¿El intentar rehacer su vida amorosa provoca retos en su vida?
- ¿Puede identificar y explicar el reto más significativo ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa?
- Los retos que enfrenta provocan situaciones estresantes en su vida ¿Puede identificar cuáles son?

- ¿Qué cualidades buscaría en su nueva pareja?
- ¿Siente que los grupos de apoyo y orientación son necesarios para las personas viudas?
- ¿Quiénes deben dirigir estos grupos de apoyo?

## ANEXO 3

### UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUÍ VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN

#### TÉCNICA: ENTREVISTA ABIERTA

Fecha: \_\_\_\_\_ Lugar: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_

Entrevistado: \_\_\_\_\_

Tiempo de convivencia con la difunta pareja: \_\_\_\_\_

#### Objetivo del estudio:

- Describir los retos que enfrentan las personas viudas ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

**Dirigido a:** Viudos (as) de mediana edad.

**Elaborado por:** *Silvana M. Castillo*

#### Para:

- Recopilar la información para el estudio “Viudedad en la mediana edad: retos ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

#### Indicaciones:

- ♦ Responda con libertad y confianza. Se garantiza que la información suministrada será estrictamente confidencial y solo será utilizada para esta investigación.

#### Pregunta general

- ¿Cuál es su opinión con respecto a la mediana edad, o edad madura?

#### Pregunta de contraste

- ¿Cuáles son las diferencias que ha experimentado al quedar viudo (a).



## ANEXO 4

### UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUÍ VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN

#### TÉCNICA: GRUPO FOCAL

##### Objetivo:

- ♦ Describir los retos que enfrentan las personas viudas ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

**Investigadora/Moderadora:** *Silvana M. Castillo*

**Observadora:** *Lcda. Johana M. Araúz (Abogada/Estudiante de Psicología)*

##### Pregunta de estímulo:

- ¿Saben ustedes que son personas valientes, a pesar de momentos difíciles están dispuestos a compartir sus experiencias en beneficio de la investigación y de otras personas que en algún momento de la vida puedan experimentar lo que ustedes están sintiendo en estos momentos?

##### Preguntas:

- ¿Qué tan importante es para las personas viudas buscar una nueva pareja para compartir su vida sentimental?
- ¿Hay algún tiempo en el que se puede estar dispuesto para pensar en una nueva pareja?
- ¿El hecho de desear una nueva relación amorosa trae dificultades o retos a su vida? ¿Cuáles son los retos que ha experimentado?
- De estos retos, ¿cuál es el más significativo?
- Siente que estos retos causan situaciones estresantes en su vida ¿Puede mencionar cuáles son?
- ¿Cuáles son los atributos que buscaría en su nueva pareja?
- ¿Cuándo se siente estresado, tiene con quien compartir sus problemas?
- ¿Piensa que es necesario un grupo de apoyo y orientación para las personas viudas?
- Según su opinión, ¿Cuáles personas deberían dirigir estos grupos de apoyo y orientación?

**Lugar de reunión:** Reservado Hotel Toledo  
**Día y Hora:** 31 de octubre de 2011 (6:00 p.m. a 8:00 p.m.)  
**Equipo de apoyo:** *Técnico:* Videgrabadora, cámara fotográfica  
*Humano:* Observadora y un asistente camarógrafo  
**Incentivo:** Cena en el restaurante del Hotel Toledo

#### **AGENDA**

- ❖ Saludo y presentación de investigadora y grupo de apoyo
- ❖ Explicación sobre el desarrollo de la entrevista focal
- ❖ Dinámica integradora
- ❖ Pregunta de estímulo
- ❖ Desarrollo de la técnica
- ❖ Brindis.

## ANEXO 5

### UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUÍ VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN

#### FORMATO DE OBSERVACIÓN PARA GRUPO FOCAL

**Objetivo del estudio:**

- ♦ Describir los retos que enfrentan las personas viudas ante la posibilidad de rehacer su vida amorosa.

**Investigadora/Moderadora:** *Silvana M. Castillo*

**Observadora:** *Lcda. Johana M. Araúz (Abogada/Estudiante de Psicología).*

**Fecha:** \_\_\_\_\_.

PARTICIPANTE N°	NOMBRE	SEXO	EDAD

**Indicaciones:**

- ♦ Observe atentamente a los (as) actores y anote:

GESTOS FACIALES	MOVIMIENTO DE MANOS	MOVIMIENTO DE PIES	POSICIONES CORPORALES	TONO DE VOZ	OTROS

**Fuente:** Elaborado por Silvana Castillo.