

Anexos

1.1 Entrevistas

1.1.1 Entrevista X

¡Hola, P!, mi nombre es Marina y lo que vamos a realizar es tu historia de vida; esto consiste en que vas a hacer un recorrido a lo largo de tu vida, marcando las etapas de tu infancia, adolescencia y edad adulta, contándome cómo se ha ido desarrollando tu vida en esas etapas, cómo ha sido la relación con tus padres y tus amigos y compañeros de colegio o trabajo; cómo te has sentido y cómo te sientes ahora. Decirte que toda la información que me transmitas será empleada solo con fines académicos y que será de total confidencialidad. Por último, darte las gracias por colaborar en este proyecto.

Mi abuela acaba de cumplir 80 años...para mí es como mi madre porque me crié con ella...desde los dos años vivo con ella porque a mis padres les quitaron mi custodia. Con mi padre no me hablo desde hace 8 años y a mi madre la quiero con locura aunque no deja de ser una persona muy particular...

Me comentas que comience por mi infancia...de mi infancia tengo recuerdos muy dispares como que cuando estaba en casa de mis padres todo eran discusiones y problemas y cuando iba a casa de mis abuelos todo era felicidad.

En casa con mis padres todo era un descontrol. Mi padre era drogadicto, consumía heroína, y mi madre trabajaba de camarera en un bar por la noche y bebía mucho alcohol. De los recuerdos que más dolor y angustia me producen era cuando mi madre me decía que se tenía que ir a trabajar y que me tenía que quedar con mi padre. A mi hermano, mi padre le enseñó un truco para poder estar toda la tarde jugando en un salón recreativo con una moneda. El truco era que la moneda iba pegada a un hilo y así, cuando la máquina reconocía la moneda, deprisa, la sacaba del orificio y así la partida no le costaba nada. Lo mismo hacía cuando sacaba tabaco de la máquina expendedora. Por mi parte, a mí me llevaba con él. Recuerdo lo mal que lo pasaba. Íbamos a una casa que, por los recuerdos que tengo y por la situación actual del barrio, creo recordar que era al principio del barrio de La Almozara, concretamente recuerdo el edificio que hay a la izquierda si entras por la plaza Europa, el resto eran campo, pero claro estamos hablando de hace 23 años. Siempre íbamos allí porque vivía un amigo de mi padre que también se drogaba. Recuerdo que tenía un colchón en el suelo con las sábanas rojas y corazones rojos. Odiaba ir con él, no me gustaba nada; y más cuando íbamos a mi casa a coger cosas. Mi padre subía un momento a casa y cogía discos de vinilo de mi madre. Un día le dije que, qué llevaba en la bolsa y me dijo que eran posters... ¿Yo sabía que eso no era cierto! Eran cosas de mi madre. Él me decía que estas

tardes, eran un secreto nuestro, que no tenía que contar nada... Otro día, recuerdo que me llevó a un supermercado y me dijo que le tapara, que iba a robar latas de atún, yo le dije que eso estaba mal y que no le iba a ayudar y me fui de su lado, a lo que salimos, llevaba toda la camisa llena de latas de atún, ¿Nadie se había dado cuenta?, no me lo podía creer... Siempre que robaba algo, otro día recuerdo que robo turrón, íbamos a la plaza San Francisco, allí, ponían un mercadillo de minerales y a un vendedor de los puestos, mi padre le vendía lo que robaba. De ahí, nos íbamos Al Gancho, a una casa con muchas escaleras, era una casa muy vieja y muy fea. Allí había unos gitanos muy feos de apariencia, pero que conmigo eran muy buenos, la verdad, pero recuerdo todo muy negro y oscuro. Creo que ahí era donde compraba la heroína.

Pero un día, ya no pude más y estallé. Le conté a mi madre todo lo que estaba pasando. Recuerdo que íbamos en el autobús. Le conté que papá le estaba vendiendo discos y que me llevaba a robar. Mi madre no se lo podía creer y efectivamente pudo comprobar que mi padre le había vendido gran parte de su colección de vinilos.

Otros de los recuerdos que tengo de aquella casa del barrio Delicias, barrio que me costó mucho volver a pisar después de irme de allí, era que en esa casa todo se rompía, que muchas veces a mi hermano y a mí nos dejaban solos y muchas veces a mí, yo tenía 6 años. Mi hermano y yo teníamos una hucha cada uno, ambas estaban reventadas, porque mi padre en un momento de ira, las había roto para poder comprar droga. Una vez, recuerdo estar sola en casa y ver a mi madre que llegaba desesperada, estaba muy nerviosa. Le pregunté qué le pasaba y me dijo que no sabía dónde esconder el dinero que había ganado trabajando para que mi padre no lo encontrara. Yo, que siempre iba con mi Gusiluz a cuestas, le dije que por qué no lo guardábamos en el interior del muñeco. Este muñeco, llevaba una cremallera con una linterna en su interior para poder dar luz, entonces allí era un buen sitio para guardarlo, ya que mi padre nunca se lo imaginaria, tampoco le daba el coco para mucho al pobre.

Efectivamente lo guardamos allí, y yo recuerdo que custodié el dinero como una buena vigilante. Mi madre se fue, y al rato llegó mi padre. Vino alterado y se puso a remover la casa buscando dinero, no hacía más que gritar que dónde había dejado el dinero la loca esta, refiriéndose a mi madre. Yo recuerdo que, mientras lo observaba, pensaba, ¡JA, JA lo tengo yo y no lo vas a encontrar!, Y efectivamente, no lo encontré.

En cuanto al colegio, cuando dormía en casa de mis padres, no nos llevaban casi nunca al colegio, pasaban de levantarse. Mi hermano sí que solía ir porque se quedaba a dormir en casa de mi abuela paterna, entonces sí que iba. Yo tenía una amiga, a la que su padre tampoco levaba al colegio, con la que pasaba las mañanas por el barrio, o en su casa o en la mía. Decía que su padre no la llevaba al colegio porque no tenía dinero para pagarlo, mi madre decía que había preferido comprarse un coche nuevo. Recuerdo que una vez, en el supermercado, vimos como un yonki, intentaba robar una botella de aceite, ¡Se le notaba un montón!, recuerdo la sensación de pensar: ¿Pero qué pasa aquí?, ¡Todo el mundo roba, todo el mundo hace cosas raras!, esto también viene a cuenta porque un día, que estaba sola en casa, salí al encuentro de mi madre que llegaba bastante perjudicada por el alcohol, y la vi cómo iba directa a su cuarto, pero la puerta estaba cerrada y pensé: ¿Pero no sabe que la puerta está cerrada?, ¿A caso se piensa que es Casper el fantasma?, pues evidentemente lo debió de pensar porque se dio de bruces contra la puerta y se quedó inconsciente en el suelo.

En ese mismo año, mi abuelo materno falleció, para mí era y es como mi padre. Todavía lo recuerdo, no hay semana en la que no me acuerde de él y lo eche de menos. El día que falleció, estaba en la cama con mi hermano, y vino mi madre y nos dijo: El abuelo ha muerto. Yo simplemente asentí y me tapé con la sabana. Me pasé toda la noche llorando en silencio. Lo quería mucho. Para mí era y es como mi padre. Cuando dormía en casa de mis abuelos, siempre me contaba un cuento para que me durmiera, ¡Y muchas veces él se dormía primero!

Entonces, por esas fechas, mi madre se separó de mi padre y nos fuimos a vivir con mi abuela materna, de continuo.

Mi madre siempre ha sido muy irresponsable. Con todo y todos, pero siempre ha tenido buen corazón y por eso en el fondo todo el mundo la queremos con locura. Yo siempre he sido más responsable, y cuando estaba en 4º de la ESO, iba sola al colegio porque con mi madre siempre llegaba tarde y la tenía que esperar, y a la que echaban la bronca por no llegar a la hora era a mí y no a ella. Así que decidí ir sola al cole.

A la edad de 8 años, mi vida era más ordenada porque con mi abuela sí que había rutinas y un orden y una paz y una tranquilidad, a pesar de que sobrevinieron otros problemas de manera inesperada, como el de mi tío José.

La verdad que ya había notado que desde hacía algún tiempo algo pasaba en casa, no sé estaba todo un poco revuelto. Mi tío Pedro hablaba mucho con mi abuela y mi tío José siempre discutía con él y con mi abuela, además estaba muy delgado y vestía raro, con pantalones muy ajustados y camisas sin manga. Muy raro en él. La cuestión es que un día, estábamos en casa mi abuela y yo y de repente sonó el teléfono. Mi abuela se puso nerviosa y empezó a llorar y a gritar: ¡Por favor no lo hagas, por favor!, entonces colgó y volvió a llamar, estaba llamando al hotel Don Yo, estaba pidiendo que entrasen en una habitación. Mi tío José, acababa de llamar para despedirse, se había cortado las venas y estaba en el hotel. Recuerdo el querer llamar a mi tía María, pero solo había un teléfono, entonces me fui a mi cuarto y agachada, tapándome con las manos la cara, me puse a llorar sin parar, ¿No quería que mi tío se muriera!

Al final, todo salió bien, mi tío estuvo un mes con los dos antebrazos escayolados y comenzó a ir a Proyecto Hombre. Era adicto a la cocaína. Mi abuela y yo, íbamos muchas veces a buscarle a la asociación. Tenía que ir todos los días. A día de hoy, ha rehecho completamente su vida, es abogado y padre de tres hijos preciosos, a parte de un gran marido. Sigue colaborando con Proyecto Hombre en temas jurídicos. Les echa una mano cuando le necesitan. Mi abuela, muchas veces recuerda aquella época, yo en seguida le corto. Prefiero quedarme con mi tío de ahora y no con aquella época de su vida.

Por otro lado, en el colegio era muy buena estudiante, sacaba muy buenas notas y tenía muchas amigas, pero de repente, éstas me empezaron a dar de lado. Todo vino porque había una que llevaba la voz cantante, y a mí no me daba la gana de hacer siempre lo que ella quería. Entonces hizo todo lo posible para que me dieran de lado. La verdad que yo para eso siempre he sido muy independiente y no me ha gustado el ser una borrega como el resto del rebaño. ¿Por qué tengo que hacer esto, porque uno lo diga porque sí?, Pues no me da la gana.

Pero bueno, aunque esto supuso un duro golpe para mí, en seguida hice nuevas amigas. Amigas que conservo a día de hoy y que son como mis hermanas. Las quiero muchísimo.

Y entonces llegó la adolescencia. Los quince. Vaya panorama. A mi abuela, con toda su buena voluntad, no se le ocurrió otra cosa que contarme cosas de mi infancia que yo no sabía. Todo esto fue porque por aquel entonces decidí perdonar a mi padre y acercar posturas y ella se enteró. La verdad que no fue consciente del desequilibrio que esto supuso

para mí, además de que propició el que se abriera mi baúl de los recuerdos, en el cual tenía guardados todos mis malos recuerdos de épocas anteriores.

Recuerdo llorar mucho y sentirme muy triste. Lloraba todos los días. Había días en los que me despertaba llorando y mi cuerpo era como si pesase una tonelada. No podía ver a la gente. No quería salir de casa. Incluso llegué a no ir al colegio ni a trabajar. Me quería morir, realmente lo deseaba. Esto me duró hasta los 19 años aproximadamente, cuando de repente un día me desperté y me dije: ¿Pues sabes el qué?, que ya no me quiero morir. Quiero vivir y tener mi vida y tener hijos.

De los quince a los diecinueve, comencé a consumir drogas. Gracias a ellas, me olvidaba de lo triste que me sentía entre semana. Me divertía mucho y me veía bien a mí misma.

Por aquellos años, una amiga mía también lo pasó muy mal. Su padre le pegaba. Muchas veces iba buscarla a su casa para que se tranquilizara después de que su padre la hubiera pegado.

Mientras tanto, yo que siempre había sido buena comedora y había estado fondona, me entró la tontería de que estaba gorda y quería adelgazar. Adelgacé mucho, y más cuando consumía drogas de diseño. Me llegué a quedar en 47 kilos. Iba por la calle y me tenía que agachar porque me mareaba.

Durante estos años, mis relaciones con los chicos fueron una locura. Yo no quería atarme a nadie. No sé, cuanto más veía que iban detrás de mí y yo más pasaba y los hacía sufrir, mejor me sentía, total, ¿Qué iban a comportarse, como mi padre?. La verdad que, ahora, con el tiempo, me he dado cuenta del daño que les hice y de que mi conducta venía propiciada por el comportamiento de mi padre. Odiaba a los hombres. Eran malos. La verdad que pobres. Hay un chico que, a día de hoy, sigue sin hablarme.

A los 17, mi abuela me echó de casa y me mandó a vivir con mi madre.

Mi madre se había ido a vivir a Alicante con su marido (cuando yo tenía diez años comenzó una relación con él). Resulta paradójico, pero él fue quien ayudó a mi madre a dejar el alcohol, junto a la terapia en Alcohólicos Anónimos, y al año de dejarlo mi madre, él comenzó a beber alcohol hasta convertirse en su rutina diaria.

El año que estuve viviendo allí fue horrible. Juan, el marido de mi madre, iba todo el día borracho y no hacía más que recriminarle a mi madre que no hacía las cosas bien. Mi

madre, la pobre, era la chacha de la casa, yo le ayudaba pero él no movía ni un dedo. Una vez, al llegar del trabajo a casa, me encontré tiradas en la calle, pertenencias de mi madre. Recuerdo que me alteré mucho y subí a casa. Allí la imagen era mucho peor, estaba toda la casa revuelta, con cosas tiradas por el suelo y los muebles corridos. Era una locura. De repente, apareció mi madre llorando diciendo que Juan se separaba de ella por mi culpa. Que yo había roto la relación. Entonces apareció él y yo le saqué la cara a mi madre. Quería protegerla. Le dije que era un borracho de mierda, y que daba asco. Entonces me empujó contra el armario y me quedé aturdida en el suelo.

Antes de dormir, mi madre me dijo que se separaba y yo le dije que le apoyaba en todo.

A día siguiente, al volver del trabajo, estaba toda la casa recogida y había una nota que ponía: “Comemos fuera, luego nos vemos”. Cuando aparecieron, eran el matrimonio más feliz del mundo, yo no entendía nada. Entonces le pregunté a mi madre el qué pasaba y me dijo que Juan era su marido y que él la quería y que yo había estado malmetiendo entre ellos y que no podía ser. Que ella no se había dado cuenta, pero que él se lo había hecho ver. Que tenía que entender que si a mí él no me caía bien, que era su marido y que lo tenía que respetar.

Yo no entendía nada de nada. Me entró un ataque de ansiedad y me puse a llorar y a gritar como una histérica, además me dijeron que estaba castigada y que me queda sin salir por un tiempo y sin llaves de casa.

A partir de ese día, mi concepto de la relación de mi madre con su marido cambió. Ya no era problema mío, ella vería lo que hacía con su vida. De hecho, han seguido igual (cuando digo igual, me refiero a ayer mismo) y yo, ya no me he involucrado para nada. Yo entiendo que a las mujeres maltratadas hay que entenderlas, pero en ese momento mi madre no fue capaz de sacarme la cara y permitió que a mí se me maltratara otra vez, pero en este caso psicológicamente, y no hizo nada por solucionarlo. Así que problema suyo es.

De los 18 a los 19, me fui a vivir con mis amigas a un piso y a los 19, mi tío Alfredo, me dijo que por qué no me iba a Inglaterra a pensar un poco y a despejarme y a aprender inglés (él me costeó todo el viaje y el trámite). No lo dudé y me marché. Volví a los 21.

De los 21 a los 26, mi vida se calmó un poco en cuanto a juergas y drogas. Pero yo seguía sintiéndome triste. Por aquel entonces, tuve un par de relaciones, pero ambas me hicieron sufrir mucho. A día de hoy, he comprendido que esto se debía a que de algún modo, imitaba

la conducta que había visto, o sea, la de mis padres. Esto se dio hasta que un día comprendí que el amor es hacerse felices, el ayudarse y el apoyarse, el caminar juntos en la misma dirección. Si esto no pasa, mejor decir adiós.

También, retomé los estudios, me saqué bachiller y entre en la universidad. ¿No veas qué alegría sentí! Empecé a estudiar psicología y me sentía muy bien, pero, en clase, comenzamos a tocar temas que me habían pasado y mis fantasmas del pasado volvieron. Decidí dejar la carrera, no quería pasarme toda la vida sufriendo, mejor pasar. Pero a los 24, cuando mi novio Alfredo me dejó así de repente, caí en lo que yo llamo, un reseteo personal, que me duró algo así como un año. Durante aquel año lloré mucho y pensé mucho. Volví a pensar en cosas del pasado y en que me quería morir, que mi vida era una mierda, pero en vez de caer, me crecí. Recuerdo que tenía mucha ansiedad. El médico me recetó ansiolíticos, los estuve tomando un tiempo pero en seguida los cambié por la bici. En cuanto veía que me venían los nervios y los pensamientos negativos, me cogía la bici y me iba hasta una meseta que hay en Cadrete. Volvía dolorida y agotada, pero eso me hacía sentirme bien. Dicen que el deporte genera endorfinas, la hormona del placer.

Durante ese año, reflexioné mucho, y tomé decisiones en mi vida, de las cuales, una de ellas fue el retomar la carrera. Creo que ha sido la mejor elección que he hecho en mi vida hasta la fecha. El principio fue duro, pero conforme se fueron sucediendo los años, la seguridad en mí misma fue en aumento y, poco a poco, fui experimentando la felicidad. Sí, el ser feliz. Todavía recuerdo el día en que pensé: ¡Ostras, esto es lo que siente la gente!, ¡El que todo te va bien, el que te preguntan cómo estás y respondes: ¡Todo bien!, ¡Soy feliz!

También recuerdo el día en que pensé: ¿Hace cuánto que no lloro?, ¡Qué pasada, hace que no lloro muchísimo!, bueno excepto por alguna cosa puntual, pero vamos que lo normal ya no era llorar, sino el ser feliz.

Ad día de hoy, puedo decir que mi vida es feliz, que me quiero a mí misma y que estoy segura de mí misma. Que mi relación afectiva está llena de felicidad y que miro al pasado y pienso en cuánto he cambiado. Sí que, a día de hoy, existen factores que alteran mi estado anímico como es mi madre. Mi madre sigue con su vida triste y llena de problemas, a veces le aconsejo y, hasta hace no mucho, sufría por ella, pero un día decidí que era su decisión y no la mía. Que lo sentía mucho, pero que yo ya había pasado lo mío, y que yo había elegido el camino de la felicidad.

Hola X, me gustaría que me destacaras los momentos más felices y los más críticos en tu vida...

A ver....como momentos críticos:

- *Recuerdos en casa de mi madre y mi padre.*
- *Recuerdos en casa de mi madre y su marido.*
- *El año de crisis que tuve a los 25.*

Como momentos felices:

- *Cuando aprobé selectividad.*
- *Cuando aprobé la carrera.*
- *Cuando comencé la relación con mi e- novio Rafa.*
- *Los dos meses de relación que tuve con Jorge antes de que me dejara por su ex novia, me sentía súper feliz, creía que había encontrado al amor de mi vida.*

1.1.2 Historia de vida de P

¡Hola, P!, mi nombre es Marina y lo que vamos a realizar es tu historia de vida; esto consiste en que vas a hacer un recorrido a lo largo de tu vida, marcando las etapas de tu infancia, adolescencia y edad adulta, contándome cómo se ha ido desarrollando tu vida en esas etapas, cómo ha sido la relación con tus padres y tus amigos y compañeros de colegio o trabajo; cómo te has sentido y cómo te sientes ahora. Decirte que toda la información que me transmitas será empleada solo con fines académicos y que será de total confidencialidad. Por último, darte las gracias por colaborar en este proyecto.

Vale...bueno a ver....mira yo de pequeña nací con un problema de estrabismo muy agudo y me tuvieron que hacer dos intervenciones quirúrgicas para corregírmelo. Esto dio lugar a que tuviera que pasar por situaciones complicadas, ya que mis compañeros del cole se metían conmigo porque primero tenía la mirada bizca y luego porque tenía que llevar un parche en el ojo. Ya sabes como son los niños de crueles. Luego, en mi casa, en vez de encontrar el apoyo que necesitaba, tenía todo lo contrario porque mi madre tenía problemas psicológicos y ella me rechazaba por mi problema en los ojos. Me insultaba, me decía que era fea con esa mirada y que le mirase bien.

Luego...con 15 años, la historia cambió...entonces los niños dejaron de insultarme, me decían que era guapa y que les gustaba mi culo. Entonces, me vengué de ellos, les empecé a insultar, les devolví todo el daño que me habían hecho de pequeña.

Entonces, cuando estaba en 8º de EGB, intenté llamar la atención....estuve un mes sin ir a clase, pero nadie se enteró. En mi casa no se dieron cuenta...en el instituto, sí que me dijeron cuando volví que donde había estado, pero poco más....

A los quince años mis padres se separaron....la verdad que sentí mucho alivio porque así por fin esa situación de discusiones continuas iba a acabar. Porque...mi padre pegaba a mi madre, ¿Sabes?

Pero, ¿Siempre lo hacía?

Sí.....es que mi madre desquiciaba a cualquiera....

Bueno entonces me fui a vivir con mi padre porque con mi madre pasaba, tenía rencor hacia ella por todo el daño que me había hecho y por fin tuve la estabilidad que necesitaba....no sé un orden, una tranquilidad, sin discusiones, ni líos, ni violencia....

Pero, cuando cumplí dieciocho años, un día al llegar a casa, mi llave no entraba en la cerradura....llamé al timbre y me abrió mi padre, le pregunté que cómo que había cambiado la cerradura de la puerta y me dijo que me tenía que ir de su casa, que él no iba a aguantar mis tonterías....no sé Marina, yo estaba en una edad en la que quería salir, y salía, pero que vamos que nunca he sido una persona de desmadrarme mucho ni nada de eso....así que nada, me tuve que ir de su casa....

¿Adónde fuiste?

Pues nada...me fui a vivir con mi madre....Pero mi madre, se había vuelto a casar con un hombre que era alcohólico... y la convivencia era horrorosa...siempre iba borracho, estaba siempre en el bar, no hacía nada en casa y cuando llegaba a casa, no hacía más que recriminarle a mi madre que si no hacía nada, que si tenía que limpiar, cocinar, recoger....

¿Y tú cómo te sentías?

No trataba bien a mi madre, ¿Sabes? Así que me sentía fatal, sentía rabia, dolor....y no sé hasta que un día decidí emanciparme de una vez por todas, ya que con mis padres no podía vivir.

Mi madre, a pesar de todo seguía con él, y yo no estaba dispuesta a soportar esa vida....bueno aguantó diez años con él, hasta que se separó.

Y,.... (Se ríe), no sé qué más decirte...he perdido el hilo.... (Se ríe).

A ver, háblame de tu madre

Pues no sé...mi madre, a ver cuándo yo me fui de su casa estaba rabiosa, pero entendí por primera vez que mi madre no estaba bien psicológicamente...no sé qué su comportamiento era por una causa determinada...

Mi madre es una persona de fácil adicción, de adicciones. Al bingo, a las llamadas telefónicas caras,....cuando vivía con mi padre, se gastó el dinero de la familia en el bingo, de ahí que mi padre siempre estuviera tan furioso con ella.

Es una mujer infeliz, siempre lo ha sido, es una persona deprimida, en mi casa siempre se discutía por el tema del dinero.

¿Qué sientes hacia tu madre?

Rencor, siento mucho rencor por todo el daño que me hizo pasar, pero aun así, hace dos años intenté ayudarla pero es imposible....sigue igual que siempre...me la llevé a mi casa a vivir conmigo y fue imposible, me quitaba dinero del monedero y las joyas de oro de mi comunión, vamos, lo que le hizo a mi padre cuando vivían juntos...también, mientras estuvo en mi casa, trabajó cuidando a una señora mayor y al tiempo de ya no vivir con mi madre, la señora me llamó diciendo que les había robado, yo les dije que no era responsable de ella. Que no me hablaba con ella.

Y,....no sé,... ¿Qué más?

Háblame de tus relaciones sentimentales, ¿Cómo han sido?

A ver...siempre he sido insegura en mis relaciones. Las primeras, cuando era más cría, eran muy felices...no sé lo típico, ¿No? Y conforme fui creciendo, pues fueron más complicadas. Sufrí malos tratos por parte de una de mis parejas. Él era un jeta que estaba conmigo por interés, era dominicano y necesitaba “los papeles”, se quería casar para poder conseguirlos.

Yo lo dejé, y un día, al volver del trabajo, al llegar a casa y encender la luz del rellano, estaba ahí esperándome.

Me empezó a rogar que volviéramos y le dije que no, entonces me dijo que quería entrar y le dije no...entonces comenzó a pegarme, yo me intenté defender como pude, pero me pegó en la cara, en el cuerpo, en todo el cuerpo...

Y como pude, llamé a mi madre para que llamara a la policía.

¿Y fue?

Sí, vinieron y lo denuncié, por lo menos conseguí una orden de alejamiento, porque no lo quería volver a ver, tenía miedo. La verdad que todo el mundo de mi entorno se portó muy bien. Llamé a mi jefe y le dije lo que me había pasado, que llevaba toda la cara morada y me dijo que no me preocupara, que me tomara el tiempo que necesitase. Y mis amigos estuvieron muy pendientes, la verdad que me sentí muy arropada...

Luego no sé, es que mis relaciones no han sido muy largas, la verdad...

¿Has tenido muchas?, ¿Pocas...?

Muchas, con el padre de mi hija estuve tres años. Era un vago, siempre me decía que se iba a buscar trabajo y resulta que se iba a fumar porros a casa de un amigo...Buff es que fue una mierda, también vivió de mí y me cansé, lo dejé con él, lo eché de casa...

Y hoy en día, ¿Cómo te sientes con la relación que tienes?

¿Hoy en día?, pfff, pues insegura tía... , desconfiada...no sé es que me la han pegado tantas veces que yo que sé...pero sí que me valoro a mí misma, pero me siento mal porque mis parejas me dicen que pido demasiado...

¿Y cómo te sientes, eres feliz?

Mmmmm, no sé...a momentos, a veces sí que soy feliz, a veces no. Pero se puede decir que estoy contenta con lo que tengo y con como soy. Porque podría haber salido peor, la verdad.

Y sentirme no sé, siento que nunca he conseguido lo que buscaba o necesitaba...pero bueno....

Y no sé qué más decirteeee....

¿A ver, te apetece hablarme de cuándo viviste con tu madre y su marido?

Sí, bueno...yo viví un año en su casa, de los dieciocho a los diecinueve. Mi madre era infeliz, bueno siempre lo ha sido...su marido era alcohólico y siempre había discusión en casa. Yo me encaraba con él porque defendía a mi madre, no podía quedarme quieta viendo cómo el la maltrataba.

No soporto a las personas que beben alcohol, me dan asco.

Es que él, siempre le exigía cosas, que hiciera todo, mientras él no hacía nada más que beber...hasta que un día yo me planté y me encaré con él, entonces me pegó, buen nos pegó a las dos. Entonces le denunciamos, pero mi madre quiso quitar la denuncia porque no quería hacerle daño a él y aunque yo no quería la quité también para que ella pudiera hacerlo.

Al principio todo bien, pero luego volvió con él y volvió a lo mismo, yo pasé. Ella vería lo que hacía.

¿Tu madre ha supuesto, y supone, para ti un foco negativo en tu vida?

Sí, siempre. Incluso cuando vivía conmigo, me ayudaba cuidando a mi hija, hasta que me enteré que con ella estaba haciendo lo mismo que hacia conmigo de pequeña.

¿Y qué hacía?

Pues se la llevaba a los bares, a pedir cigarros a la gente, a beber cerveza y a jugar a las máquinas. Yo me enteré porque gente del barrio me lo dijo. Y mira...me entró una rabia, que decidí cortar por lo sano.

A día de hoy no siento la necesidad de saber de ella, prefiero que no esté en mi vida. Con mi padre sí que tengo relación, es una persona más estable, me ayuda con la niña.

Yo es que no conozco el cómo es una familia unida...la verdad que para lo que he vivido, me siento una persona bastante estable, porque me podía haber dado por el alcohol y la fiesta y no ha sido así.

No tengo relación con mi familia. En mi familia, la única que la ha ayudado con sus problemas he sido yo...La gente no le hace ni caso, o sea, porque...yo creo que la han ayudado con anterioridad y se ha comportado mal con la gente, pues la gente ya...no quiere participar. Pasan de ella.

¿Y a nadie le ha dado por internarla en un centro?

Ella al psicólogo no quiero ir, ella ha ido muchas veces al psiquiatra, pero el psiquiatra lo único que hace es darle: "Pastilla para dormir, pastilla para estar feliz", entonces desde que yo la conozco toma: "Pastilla para dormir, pastilla para estar feliz", entonces, eso no es una solución, y al psicólogo ella no ha querido ir. Y lo del centro, sí que lo he pensado yo pero...no he llegado a hacerlo tampoco...no sé... (Silencio)Y si en este periodo de mi vida la he llamado, la he visto o he hecho por saber de ella, es porque mi pareja me lo ha animado a hacerlo, que si no, no lo hubiera hecho.

Porque el cabreo que cogí yo con ella después de, y cuando vi que...Yo llegaba a mi límite personal...Y que iba a poder con la situación,...ya decidí, sacarla fuera de mi entorno y ya no pensaba llamarla... (Silencio).

Pero me ha pasado con muchas personas; con el padre de mi hija, con el chico que quiso casarse conmigo por interés, y yo creo que ya está...tampoco...Y con mi actual pareja, que

me saca de mis casillas, creo que son esos tres los que me han llevado a mi límite.
(Silencio)(Silencio)

¿Marina me estás estudiando?, ¡Ja, ja!

¡Sí, sí te estoy estudiando, jeje!

Yo muchas veces he pensado en ir al psicólogo, ¿Sabes?, pero luego he pensado: “¡Joder es que es muy caro!”, no se....

Pero, ¿porque tú te sientes que necesitas contarlo?

No sé, porque ha habido situaciones en las que he estado muy estresada y lo he “pensao”. Sobre todo pues cuando me han culpado a mí de mis situaciones de estrés, para saber si es culpa mía, o no es culpa mía, para saber si de verdad estoy loca o no estoy loca porque joder, al final piensas que estás mal de la “chota”, pues no sé Marina, ¿Qué piensas de todo?

Que lo has pasado muy mal y que has sido muy luchadora en tu vida. Y que no estás como una chota.

¿Me puedes hablar de tu padre?

Con mi padre...retomé la relación, a los tres años de que me echara de casa. Un día, le di mi teléfono para que me llamara, y no lo hizo, entonces le llamé yo y cuando lo vi me dijo: ¿Qué pasa, que necesitas dinero? Con mi padre sí que tengo relación porque es una persona más estable, ¿sabes?, entonces mi relación con él, yo que sé, nunca le cuento nada, evidentemente nunca le pido nada, ya me lo dejó claro, o sea, en mi adolescencia cuando me dijo: ¿Y tú piensas estudiar?, ¿Y cómo te piensas pagar tus estudios? Ya está, nunca le he dicho a mi padre: Papá necesito mil euros. Tampoco me ha apoyado en nada. Nunca me apoyo en lo de estudiar, y cuando me independicé y encontré trabajo le dije: “¡Papá estoy trabajando!”, Y me dijo: “Ya era hora de que hicieras algo bien”, o sea.....ese tipo de cosas yo que sé...entonces claro, ¿Cómo no voy a ser una persona fría?, si es lo que a mí me han dado.

Sin embargo, lo que me pasa es que a mis parejas les pido mucho cariño pero no soy capaz de dárselo, no es que yo no quiera, es que yo no lo demuestro así, no se...Para mí el hecho de estar aquí y preocuparme por hacer la comida, pagar las facturas, ya es algo, yo que se, chica. Pero que siempre me dicen lo mismo: “Tu pides mucho y luego tú no das”. Me cuesta mucho expresarme de forma cariñosa, pero eso no quiere decir que no lo sienta.

Es verdad.....debería de trabajar eso, porque no soy muy cariñosa que digamos con mi hija, mi pareja me dice que no soy nada cariñosa con ella.

¿Pero a tu hija se le ve feliz, no?

Sí, pero a ver, los numerito que me monta a mí de vomitar la comida, gritar, para llamar mi atención, igual es porque me pide cariño, ¿Tú crees?

Pues puede ser un síntoma de ello.

Es que solo me lo hace a mí. El otro día no terminaba de cenar nunca, y cuando la hija de mi pareja se fue a dormir, entonces me empezó a darme dolores aquí, me duele allá, y le dije que terminara de cenar mientras yo me duchaba. Entonces vomitó. Solo lo hace cuando está conmigo, lo hace siempre, lo hace siempre, entonces eso a mí me saca de mis casillas, eso me descontrola.

He hablado con la psicóloga y me dice que me llama la atención a mí porque yo soy la que pone las normas, porque en casa de su padre no le ponen normas, yo intento ser cariñosa pero ya sabes como es mi carácter que igual a veces no le digo las cosas de una forma muy cariñosa. Pero se la ve contenta, la profesora me dice que la ve contenta. A mí me suele montar el numerito cuando viene de estar de visita con su padre, ese día es un desastre.

¿Y sabes qué hace con su padre?

Está con él y con su novia, y sé que está bien, pero le he tenido que llamar la atención porque la niña me ha dicho que han estado en casa de uno que sé que fuma porros. Lo que la bogada me ha dicho que no puedo hacer nada, que es su derecho el verla y que a menos que yo notase algo raro, no se puede hacer nada.

En la familia de mi madre son cinco hermanas, hay una que está ingresada desde los dieciocho años en un psiquiátrico y ahora tiene sesenta y pico...no sé qué enfermedad tienen, yo es cuando he ido al psiquiátrico... ¡Ay no sé es que hay una gente más rara allí!, es que es más complicado. Mi tía era muy rara, muy maniática. Entonces está mi madre, que tiende a la depresión, y tienen los desajustes de que se engancha muy rápido a las cosas, luego tiene otra hermana que tiene esquizofrenia, pero que está medicada y tiene una hija. Esta tía, dio mucho problemas, me ha tocado muchas veces ir a buscarla y vestirla y llevarla al hospital además son gente que sacan fuerza de donde no tienen, una vez, teníamos que llevarla al hospital y no podíamos de la fuerza que hacía. Su hija, tiene anorexia, muy aguda, desde los dieciséis años, de hecho mi tía se separó, porque mi tío no pudo soportar la situación. Y luego hay dos hermanas más, una que es la única que ha conseguido tener una familia estable, con su marido e hijos y la otra, soltera y con su peluquería, pero que es muy rara. Es que la familia de mi madre, cuando se murió mi abuelo, se desmoronó la familia....Me da miedo que yo pueda acabar así, no se...

A ver, estas enfermedades sí que tienen un factor genético, pero pueden estar latentes toda tu vida y no desarrollarse...

Ya, como mis parejas que me llevan al extremo de romper mis teléfonos móviles, ¿No?, joder, que fuerte. Es yo he visto cómo mi tía, cuando vivía con mi madre, llegó un día a casa. Venía en pijama desde el centro hasta mi barrio, y le dijo a mi madre que la iba a matar. Era porque estaba con sus historietas, con sus locuras que le daban. Y no sé qué más contarte....

A ver me has dicho que con tus parejas has llegado a romper móviles, ¿Te puedes explicar, por favor?

A ver, yo con las parejas que me han llevado al límite, he sido violenta...No sé...es que consiguen hacer que me den ataques de violencia, pero que no me pasa con todo el mundo, solo con ellos, y es que además me echan la culpa a mí, pero yo sé que no soy así, si yo paso de discutir con la gente.

¿Cuál es tu idea de la familia que quieres formar?

Mmm..., no sé, una familia unida, en la que pueda confiar en mi pareja, en la que des lo que recibes y que te den lo que das, en la que haya respeto...no sé, creo que las cosas que yo no puede vivir.

Dime los puntos que consideras críticos en tu vida.

- *Cuando mi padre me echó de casa con dieciocho años, a mi padre es que no le sentó bien que retomara la relación con mi madre. No sé es que yo no discuto con nadie de mi entorno, solo he discutido con la gente de mi casa, con las personas con las que convivo. Qué necesidad tengo de discutir con la gente, no sé.*
- *El chico que se quería casar conmigo, cuando me pegó, me pegué dos meses sin salir de casa...*
- *Una relación que tuve con un chico, que al enterarme de que me había sido infiel, lo dejé con él y me fui a trabajar el verano a Salou para intentar olvidarlo, y cuando estaba allí trabajando, me enteré de que se había suicidado. La familia de él me culpó a mí, porque por lo visto debió de dejar una carta despidiéndose en la que hablaba de mí. Yo esa carta nunca la leí. Al tiempo, su padre me llamo un día para disculparse por cómo se había comportado toda la familia conmigo...fue muy duro, el pensar que nunca iba a volver a verlo, no sé...*
- *Situaciones vividas con mi madre: cuando me insultaba (me decía: Mírame bien), cuando simuló un robo en casa cuando tenía dieciséis años para robarme el dinero en efectivo que tenía en mi cuarto, cuando se gastaba todo el dinero y había discusiones en casa, cuando mi padre le pegaba..*
- *Cuando fui consciente del problema de mi madre, de que vivía su realidad, de que estaba enferma, que tenía un problema y que nunca iba a cambiar por más que a veces pareciera que sí, el saber que no puedo confiar en ella.*

¿Y los momentos buenos de tu vida que recuerdas?

- *El día que nació mi hija es el mejor sin duda de toda mi vida.*
- *Cuando quedo con mis amigos y nos Reims sin criticar a nadie y sin que nadie juzgue a nadie, también son los mejores momentos de mi vida.*
- *Cuando mis padres se separaron, porque sentí que por fin aquella situación iba a terminar de una vez.*
- *Recuerdo los momentos felices que pasé con mis tíos, abuelos y primos en su día, cuando nos reuníamos a comer o pasar e día. Era muy feliz en aquellas reuniones, qué pena que se acabasen tan pronto.*

(Llega su pareja a casa y dejamos la entrevista)

1.1.3 Historia de vida de A

¡Hola, A!, mi nombre es Marina y lo que vamos a realizar es tu historia de vida; esto consiste en que vas a hacer un recorrido a lo largo de tu vida, marcando las etapas de infancia, adolescencia y edad adulta, contándome cómo se ha ido desarrollando tu vida en esas etapas, cómo ha sido la relación con tus padres y tus amigos y compañeros de colegio o trabajo. Cómo te has sentido y cómo te sientes ahora. Decirte que toda la información que me transmitas será empleada solo con fines académicos y que será de total confidencialidad. Por último, darte las gracias por colaborar en este proyecto.

¡Uffff, no sé nunca he recordado mi infancia, hace ya tantos años!... ¡Bueno, vamos a viajar en el tiempo!...a ver...de jovencita... ¿Cómo era yo?

Sí

Yo me recuerdo súper extrovertida, pero solamente, a lo mejor, eligiendo a una persona cercana...o sea...yo era de una sola amiga, de hecho mi primera amiga fue a los 5 añitos o algo así, el primer día de cole, haciendo yo como siempre mis tontadas, y ya con ella hasta el fin del mundo, pero solamente las dos. Me hablaba con todo el mundo pero no era de ir en grupos grandes, nunca he sido así...Era bastante tímida en grupos grandes, pero muy extrovertida en grupos cerrados...vamos como ahora...y...siempre muy...no sé, muy alegre, muy payasa en so yo creo que nacemos así porque sigo siendo igual..jajaj, que siempre he sido igual, me gusta hacer reír a la gente...ser la gracioseta. También, pus, lo que recuerdo mucho también es que de pequeña me daba mucho mal por todas las cosas, me mandaban a hacer un trabajo del colegio y ya estaba histérica, o sea, ¡Como ahora!, ¡¡jajajajj!!”Para mañana un redacción”, ¡¡Buffff!! En todo lo que me sentía insegura, me agobiaba, puf...era un sin vivir...”Ay, tengo una redacción, ¿Y ahora qué hago?”, siempre le pedía mucha ayuda a mi madre, mi madre siempre estaba, la verdad, para ayudarme. Y...bueno mi padre siempre trabajando mucho, como hombre de la casa y...eso. Y si...yo siempre he sido de destacar muchísimo en otro tipo de cosas: en el deporte, en el dibujo, baile y demás...pero todo lo que fueran los estudios, me costaba mucho atender en clase...entonces sacaba buenas notas en las que no hace falta...atención, digamos. Que supusieran leer mucho, vamos leer me dejaba frita, pero para lo demás bien. Y en casa tampoco se me ha...no sé cómo decirlo...

¿Estimulado, impulsado?

Sí, es que en mi casa jamás me estimulados a estudiar, no me han castigado jamás, me han gritado, como a todos los niños, me han gritado mucho como a todos los niños, pero no, no me han castigado jamás, da igual la nota que sacara...si sacaba buena nota, y te digo buena nota con un seis pa' arriba, ya superbién, ¿que suspendía, pues mal pero no montaban ninguna película por eso. Es extraño, porque luego me montaban películas por tontadas, pero por los estudios no. La verdad es que no. También es que mi madre siempre dice que me recuerda como una niña súper trabajadora pero que pegué un cambio brusco cuando ya empecé a hacerme mayor, con 10, 12 años...pues ya...como que siempre había sido muy responsable, y lo sigo siendo, pero cuando pasé del colegio al instituto, me desboqué. Pasé de un colegio de curas en el que si sacabas menos de un siete te trataban como tonto, te sacaban a la pizarra y si no eras como los listos de clase, entonces es que eras tonto. E cambio, como de vez en cuando, como conocías algún profesor, te hacia ver que eras una chica, bueno pues...que no eras tan estudiosa, pero que eras inteligente...y bueno pues eso...yo me daba cuenta que me paso con dos profesores...que decían: “Esta chica es muy inteligente, pero le cuesta prestar atención”, yo quizás es eso lo que hubiese necesitado más de mis padres, el que me hubiesen explotado, el que hubiesen explotado mi capacidad. Si me hubieran obligado más a eso....que sí que han estado siempre encima mío, que me han protegido mucho, en todo, para salir a la calle, para coger un autobús...buff era un agobio constante: “No vayas al viaje de estudios porque te puede pasar esto...” o sea me amargaban todo lo que para un niño puede ser, PLACER, al final a mí me...lo que recuerdo yo es que me amargaban, no me podía ir de excursión, porque no, mi sueño era bailar, era mi sueño, y lo único que tenía claro en la vida, desde pequeña, es que yo quería bailar, y no...es que fue imposible, nunca, cada vez que nombraba el baile: “Tú niña déjate de tonterías, que no sé qué...”y siempre las comparaciones eran muy drásticas. Sobre todo mi madre, a la hora de hablar, para decirte algo...Mi madre por ejemplo para decirte: “No hagas esto porque tal...”, te decía: “NO HAGAS ESTO; QUE QUIERES ACABAR COMO LA NOSECUANTOS”(voz agresiva y tajante)... o cosas así, cosas muy desagradables siempre...comparaciones...a mí no me gusta esa forma de decir las cosas o cuando salía de fiesta: “NO LLEGUES, NO LLEGUES TARDE PORQUE ESO SOLO LO HACEN LAS TIRIRÍ..”, entonces pues, joer, yo era una chica, simplemente llegas tarde, y eso, pues al final, no se es como...dios...qué manera de criticar todo (entonación de desgana, asco). También, acabas montándote una película tú, porque te lo crees y acabas pensando igual que

ella con el tiempo, al final sí que es verdad que acabas pensando que las que van con muchos chicos son unas...perras o unas tal, las que llegan tarde es que no tienen donde caerse muertas y “nosecuantos”...No y entonces esas cosas que tú las has oído, una y otra vez, pues luego tú lo repites... porque luego yo me hice mayor y realmente lo he repetido en mis relaciones.

A la hora de discutir, siempre ha sido a base de pullitas, de hacer daño a la otra persona, y de...jo me falta la expresión,...espera que me disperso...de dudar de la otra persona, de sentir inseguridad y achacarlo a la otra persona. Cuando no tienes ni motivos, ni razones, no pruebas, y entonces es como...estoy insegura y voy a pagarlo con esta persona que está a mi malo y puedo hacer con ella lo que quiera, .sí, sin quieres pasa. Y luego yo en mi casa, siempre en las comidas, porque en las comidas es cuando estábamos juntos los cuatro, yo tengo un hermano mayor, mi hermano se parece mucho a mi pero...no se parece en nada... (Se ríe) yo lo casco todo, lo digo todo, y él era de guardárselo todo y nunca llegas a saber lo que está sintiendo o lo que piensa, y yo al revés, a mí se me nota en seguida.

Entonces en mi casa todo se...mmm...iba todo más hacia mí, porque yo me metía más en las cosas, en medio, en las discusiones yo era la que más gritaba, pero es que...cuando en las comidas y en las cenas tienes que tener un momento agradable de familia, incluso la tele yo la tele yo la he llegado a odiar, porque la tele estaba de fondo y siempre discutamos por la televisión. Es que siempre discutíamos en las comidas y en las cenas, yo he llegado a levantarme de la mesa y te hablo de unas 10 veces a la semana, e irme a mi habitación. Levantarme de la mesa llorando porque las discusiones se volvían insoportables...Y a lo que te das cuenta, te has pasado toda la infancia, comiendo bajo una tensión...vamos de...bufff...de histeria de...ufff (Expresión de desesperación, agobio) menos relajada...la verdad es que no. Y lo que...bueno...casi todos nos llevamos mal con los padres pero...si eso es lo que más me...lo que más me cuesta hablar (Se le entrecorta la voz)...las discusiones...o el tener miedo de querer contar algo, y saber que el simple hecho de: “quiero bailar”, el transmitirlo, algo que tendría que ser bonito, y querer contárselo a tus padres, acababa siendo una sensación de desgana porque sabias que el simple hecho de contarle, iba a suponer una discusión...lo que sea. O pedir: “quiero ir a este viaje, quiero hacer esto” y saber que va a acabar en discusión. Todo...o sea al final....y me sigue pasando, ahora llevo ya doce años fuera de mi casa, o catorce no lo sé...y de hecho cuando voy a verlos, sé que...uff no se...que si me pongo a hablar de algo, ya voy nerviosa antes de comenzar la

conversación porque sé que todas las conversaciones acaban en alteraciones. Nos alteramos mucho pro bueno, nos llevamos as, o bien porque nos parecemos muchos o porque yo que sé.

Lo que más me ha...quizás, en lo que mis padres me podían haber ayudado mas es en... yo creo que siempre nacemos siendo de una manera y que luego la educación nos afecta o para mejor o para peor. Mis padres me han enseñado un millón de cosas maravillosas y yo no les echo en cara nada porque soy buena persona, pero sí que podían haber hecho que yo me sintiera más segura de mi misma. Quizás o protegiéndome tanto, a la hora de hacer las cosas, dejarme más libre...: “¿Qué tienes que hacer?, tienes que viajar porque tienes un curso. Pues vete y búscate la vida”. El darme un poco esa libertad, para que yo pueda ir con más seguridad por el mundo. Lo que no puede ser es que, al cumplir los treinta, tengas que hacer un viaje, y no sepas ni moverte por una estación por ejemplo, y todas esas cosas es como si hubiese salido del cascarón pues...muy tarde. He madurado en cosas, en cosas porque he tenido algunos problemas, y eso te hace madurar en algunas cosas, y en otras inmaduras, o sea que no te hace madurar porque..., porque ya tienes a tus padres para que te lo hagan. Y hablo de hacerte lo de Hacienda (Se ríe) como yo que sé...llevarte el coche al taller por ejemplo que me lo sigue llevando al taller, exactamente, entonces sí, pero sobre todo para hacer mis cosas, para creer en mí, para centrarme en otros trabajos, en otras cosas. Yo no empecé a bailar, hasta que un ex novio me dijo: “Que tú puedes, olvídate de la edad que tienes, de si no tienes formación, bailas bien y lo haces bien. ¡Súbete y hazlo!”

Y algo así, eso es algo que me hubiera gustado que me hubieran dicho mis padres. Yo sé que creen en mí, pero por protegerme o lo que sea, me han limitado mucho, y entonces yo, voluntariamente, siempre me he limitado todo, me lo he creído: “no puedo hacer esto porque me saldrá mal, no puedo hacer esto, porque me notarán que me pongo nerviosa, no puedo hacer lo otro...”al final te creas un cascarón, que no quieres salir de ahí, por si acaso. Y total, que no he hecho más que cagarla desde que tengo uso de razón (Se le entrecorta la voz). He buscado siempre el tener un apoyo, y lo he buscado siempre a base de tener siempre pareja porque sí, porque si no me sentía sola... (Silencio)...y lo que más me duele, pues, perder muchos años de mi vida por , pues porque cuando cumplí los 16, empecé a obsesionarme por otras cosas...llegaba a i casa, estaba nerviosa, y una cosa llevó a la otra, empecé a tener más enfermedades, perdí a las amistades, porque claro yo no se lo decía a nadie...y a lo que te das cuenta, han pasado 7, 8 años y estas sola, entonces es muy difícil hacer nuevas amistades, o empezar de cero...y sigues haciendo lo mismo, vas buscando siempre comodidades para no enfrentarte a las cosas. Yo siento que el miedo siempre me ha

limitado mi vida, me ha limitado cada vez menos, pero que...que se me han pasado muchos años con miedo...he perdido oportunidades de trabajo, de experiencias, sobre todo de experiencias, amistades...Y si, si volviera atrás, intentaría cambiarlas....Y a mis padres no los puedo cambia...entonces...me imagino que todo se volvería a repetir igual...no se....(silencio).

Y mis padres pues, me quieren con locura, me apoyan en todo, si no estuvieran ellos pues...me moriría, pero vamos, porque los necesito muchísimo, a pesar de que me vuelvan loca cada vez que los voy a ver, pero... las cosas, pues bueno sabes que las cosas las han hecho con la mejor intención y bueno, me imagino que como ellos las habrán aprendido. A su manera, de sus padres, entonces, no les culpo de nada, no les culpo de nada porque hay gente que vive en un entorno muchísimo peor y han salido haciendo grandes cosas, que bueno, no quiero decir que yo no haya hecho grandes cosas, pero que me he enfrentado muchas veces a mis miedos, porque lo importante yo creo que es darse cuenta de todo para poder cambiar. Yo me he dado cuenta de todo en la vida... (Silencio)... ¡Anda arráncame alguna pregunta o algo porque estoy aquí en una espiral, que me voy repitiendo...!

Tengo muchas para preguntarte. A ver tus padres, cuéntame, has dicho antes que tus padres, en las comidas, discutían mucho y hablaban muy alto. Cuéntame un poco más en cómo han sido ellos, el tono de voz, cómo han sido entre ellos, con tu hermano, contigo. Si me puedes también un poco comparar los comportamientos con uno y con otro.

Vale...entre ellos...mi madre siempre ha sido muy tosca, pero sé que es por la relación que ha tenido siempre con mi padre por la que tienen.

Bien, si quieres comenzamos a hablar por la relación entre ellos y ya ¿Vamos hilando?

Bien. A mis padres desde chiquitina les he visto siempre discutir. A todas horas. Muestras de cariño cero. En cambio, yo sí que he sido siempre muy cariñosa de pequeña, les daba mil besos, abrazos y de todo, pero vamos entre ellos no les he visto darse un beso en la boca jamás (Se ríe).

¿Pero, eran cariñosos contigo?

Sí, sí, sí. Yo más, que he sido la cariñosa de casa. Mi hermano cero. Es muy seco. Tiene lo mismo, me quiere con locura, es más parecido a mis padres, le cuesta más demostrarlo, pero lo que te comento, es que cuando unos padres siempre están discutiendo, están siempre de

mal humor, hacen que a ti te salga...yo por ejemplo, a día de hoy, voy a su casa a verlos a darle un abrazo y un beso, y a veces no me da ni tiempo, porque a lo mejor ya hemos discutido un minuto antes y ya digo: “Joder, he venido a verles, quería darles mil besos, y al final resulta que me voy, con un portazo en la puerta, etc.”

Ahora menos porque, al hacerme mayor, digo:” Para un rato me voy a aguantar”, pero el día a día, en la convivencia, sí que lo recuerdo así.

¿Tú recuerdas que eso te estresaba a ti, te creaba malestar?, ¿Te daba por estar triste, llorar?

Todos los días.

¿Estabas mal a nivel emocional?

Sí, sí, todos los días. (Silencio largo)

¿Porque tú te sentías deprimida?

No, estaba enfadada. (Silencio)

¿Y con tensión?

Mucha. (Silencio)

¿Y estabas irascible?

Mucho, porque siempre me metía en mi cuarto, enganchaba el compás y llenaba la mesa de agujeros. ¡No te digo más! (Silencio)

¿Te encerrabas en tu cuarto sola?

Si muchas veces. (Silencio)

¿Y en qué pensabas?

Los odio, los odio, los odio. (Silencio largo)

¿Y luego con tus amigas?, ¿Ibas al cole y estabas mal?

No, para nada. Yo en el cole me transformaba. Era muy payasa, siempre iba con mi amiga...no era...era divertid, en general era siempre divertida. Pero es igual que ahora, puedo estar lloriqueando el día entero, y luego irme a trabajar con mis compañeros del espectáculo, y ser “la Jaimita” doce horas seguidas. Pero porque lo que más me gusta es hacer reír y reírme, entonces,

¿Te gusta hacer reír porque como cuando estás solas lloras, así pasas un rato divertido?

No, porque lo llevo en la sangre. Mi padre es igual de payaso (se ríe). (Silencio)

Sí, porque eso ya lo hacía de muy chiquitina. Y de chiquitina creo que todavía no estamos, o sea eso lo llevamos dentro. (Silencio)

En relación a tus padres, ¿Qué sensación tienes para con ellos?, que les quieres mucho o, ¿Que tienes un poco de rencor contra ellos?

Les guardo rencor porque a veces soy tan capulla...que a ver...yo sé que no hay que echarles la culpa de nada, porque no, pero sí que no puedo evitarlo, cuando me enfado o lo que sea, les echo la culpa de que me hubiesen influido de otra manera...en lugar de.... Yo tengo mucha energía..., ¡En general mucha energía, mucha energía! Me tendrían que haber enseñado a canalizarla, y ya desde pequeña. Es como las personas hiperactivas, si no aprendes a canalizar esa energía en algo constructivo, acabas autodestruyéndote. Y yo creo que es lo que a mí me ha pasado en la vida. (Comienza a llorar)He tenido tanta energía y tanta capacidad para hacer las cosas, que al final no he hecho nada más que...o sea, no he hecho nada. He dedicado todo mi tiempo y toda mi energía en destruirme, de una manera o de otra. O en llorar, o en obsesionarme, o en volver locos a mis novios, o en una enfermedad con la alimentación, con mil medicamentos y...llorando. Yo, más de la mitad de mi vida la recuerdo llorando... (Silencio, llora)... ¡Joé qué destripamiento es esto! (Ríe).

(Se pone a llorar y le acerco un pañuelo, nos abrazamos, paramos un poco)

Ay...qué mal

¡Ains, es que cuando nos tocan “la patata”!

(Nos reímos)

Paramos unos cinco minutos hasta que se vuelve a calmar y decide el retomar la entrevista.

Perojo, que sé que tengo unos padres maravillosos que me quieren mucho y han sufrido mucho por mí, porque han visto cosas, han estado encima mío, y es que yo creo que... ¡yo creo no!, la intención de ellos ha sido siempre ¡Uff!, yo (Ella) por encima de todo!, pero que a veces el que tengan la mejor intención para ayudar a alguien, no quiere decir que lo hagan bien,¿ No?

No, para nada.

Yo sé que mis padres me quieren tanto, tanto, pues que la han cagado. En muchos aspectos la han cagado. Yo hubiese preferido que me hubieran dado más libertad, que cuando les die que quería bailar, que me hubiesen dejado ir a Barcelona y que entre ellos hubiesen pensando: “Se va a meter una hostia, pero ya volverá, ya volverá”, esa es la manera, ¿Sabes?, esa es la forma en la que me hubiese gustado que me hubiesen educado.

Sí, es que hay cosas que si no as experimentas tú, no las aprendes nunca.

¡Sí, claro!, pero al final, me he hecho mayor, al final he sentido tanto miedo y me he hecho tan mayo, por miedo, lo primero porque me hago mayor y tienes que hacer lo que te marca la sociedad; tienes que tener un trabajo estable, una casa...me he arriesgado mucho. Pero yo sigo sintiendo que no he luchado por mi sueño, pero siento que no he hecho nada por conseguirlo. Yo sé que no he luchado nada por ello y eso es la cosilla que llevo dentro, y la llevo desde que tengo...vamos...

¿Pero te pasa solo con el baile o con más cosas?

La tengo con todo en general, siento que no he vivido... (Silencio)...siento que no he vivido, estoy orgullosa de muchas cosas que he hecho, a pesar de no haber estado bien, pero sé que todas las excusas que pongo es por miedo.

Desde que decidí meter el pie en el baile, han pasado diez años y no he hecho nada. Ahora la culpa ya no es de mis padres, es mía. Son mis miedos...

¿La inseguridad?

Sí, mis miedos a “el qué dirán”, lo que ven y manda huevos porque el qué dirán siempre suele ser bueno. Me imagino que es muy difícil cambiar la forma de ser de toda una vida en unos años, pero aun así he cambiado mucho porque he pasado de ser una persona totalmente dependiente, a ser completamente independiente.

¡Muy bien!

¡Aleluyah! (Gesto de satisfacción, mira a techo y levanta los brazos en señal de logro, de “Por fin”)

Silencio

A mis padres o los voy a poder cambiar, les hablo de todo esto y mis padres...

¿Tú les has contado cómo te sientes a tus padres, así tranquila, sin chillar?

Sí.

¿Y ellos qué te han dicho?

“¡Ala Chica, si no sabes nada de la vida! A lo mejor les digo: “Hubiese sido mejor que os hubieseis separado cuando yo era pequeña...y se ríen, y me dicen que no pueden estar el uno sin el otro. Pero claro, es que se han faltado al respeto toda la vida delante de mí y pues...yo por supuesto no las quiero repetir, las hice con mis primeros novios, pero también sé, que en mis últimas relaciones,...y en la convivencia y todo, no soporto que me griten, me pone muy nerviosa. Y parece mentira porque yo grito mucho, no pero una cosa es gritar porque hablas alto y otra....No pero son cosas que ahora ya no las quiero repetir, quiero vivir tranquila, relajada, sobre todo en casa.

¿En casa?

Claro, porque yo toda la convivencia que tuve con mis padres fue en casa...El día que yo me fui a vivir con mi novio, alucine, pude experimentar lo que se vive en un hogar, placer, tranquilidad, silencio, no oír nada. ¡Madre mía!

Y bueno, yo creo que todo me habrá afectado, porque llevo toda mi vida con ansiolíticos y tratamientos para los nervios, o cualquier cambio en mi vida me produce estrés, porque no sé enfrentarme a los cambios que me vienen: un cambio de trabajo, un cambio de tal...

Soy consciente de ello, me viene de familia, en mi familia todo nos estresa mucho. Pero yo he superado mucho mis miedos, he hablado delante del público y he bailado en la tele cuando por dentro estaba que me moría.

Yo pensaba, me da miedo, lo intento. Eso es lo que me gustaría que me hubiesen enseñado desde pequeña, a enfrentarme a los miedos con un par. Más que protegerme tanto...pero bueno también me han protegido tanto porque cuando caí enferma, era muy pequeña.

¿Qué años tenías?

Fue de los 16 a los 23.

¿Te apetece hablar de eso?

Buah...Yo siempre lo familia...porque la gente lo ve como que los problemas de alimentación, es porque una no se ve bien a sí misma, pero no, los cojones, si yo caí en esa enfermedad es como el que cae en el alcohol, drogas...en algo, en que durante el trance, no te haga pensar. Yo lo hice así, pero porque no me dio por coger botellas.

Si ya tenía problemas para relacionarme con la gente, pues me hubiese venido bien el alcohol y no esto que hizo que me encerrara en casa.

¿Pero te engordaste, estabas rellenita?

No, me obsesione con una cosa que era de repente empecé a sentir miedo a salir a la calle, sentía miedo a los espacios grandes, a los sitios donde había mucha gente, entonces pase de ser muy extrovertida en el instituto, a en menos de un mes, no poder salir de casa. No iba a l instituto, hablar en público, solo podía ir con mis amigas de toda la vida. Entonces lo pasaba muy mal, porque veía que no era normal. El pensar en hacer cualquier cosa normal para cualquier persona, para mí era querer morirme. Por ejemplo sonaba el despertador por la mañana para ir al instituto, a las 7.30 de la mañana, abría el ojo y ya estaba llorando, y lloraba tres horas, mi madre estaba que lo veía todo.

Allí empezó ya todo, y pensaba que jamás podía hacer nada. Sentía agonía, agonía de: "¡Quiero morir, quiero morir!"

Pero, ¿Te querías morir?

Si, jodo. Pensaba, por favor si se me pasa esto y puedo salir de casa como antes, doy un brazo. Pero era incapaz, cuando salía de casa me daban mareos, ansiedad...era una obsesión, yo siempre he sido muy obsesiva. Cuando tienes una fobia, tienes miedo porque tú te creas ese miedo, el miedo que tú te provocas, te provoca los temblores, el mareo, el pánico.

Entonces yo en cuanto sabía que tenía que salir de casa, subir al autobús, hablar en clase o ir al instituto, me.... ¡Zas!, me daba el telele. Entonces al final acabé con la bulimia. Pero la bulimia no la confesé hasta dos años después.

Entonces, ¿Qué te pasaba que vomitando te relajabas?

Hombre claro, es que no sabía qué hacer, me quería morir ya...

Todo el mundo cuando tiene ansiedad le da por comer, imagínate un estado tan agonizante para mí, me veía encerrada entre cuatro paredes para toda mi vida. Para mí era estar muerta, veía imposible superar eso. Era mucho estrés para una niña, no podía ocupar mi cabeza en nada. Veinticuatro horas pensando en el miedo que me daba todo, y veinticuatro horas pensando en la alimentación. Así que normal que me echara un novio, uno detrás de otro...

¿Y tus padres no se daban cuenta?

No. Se enteraron a los dos años de estar con la bulimia. A los dieciocho.

¿Y qué lo hacías, después de comer?

No, yo me pegaba todo el día. (Silencio). De atracones. (Silencio) te pegas todo el día, puedes ir al baño hasta seis veces al día, según qué temporadas. (Silencio) (Silencio)Y al final me deje pillar, porque es un círculo vicioso: contra más haces una cosa, más inseguridad tienes, cuanto más insegura eres, más vuelves a lo otro...entonces sin parar, te metes en una espiral sin salida. Entonces, llegaba el fin de semana, y lo que único que me hacía sentir como había sido yo siempre, era e alcohol, que me desinhibía, y entonces pensaba: “¡Ostras, soy la de siempre, la extrovertida, me río!, entonces hablaba con todo el mundo, entonces yo quería que fuera fin de semana siempre...(Silencio)Y mi fallo fue el no contarle esto a mis amigas, y echarme novio...Ahí la cagué...A raíz de eso ya, fue un novio detrás de otro, pero bueno he tenido temporadas muy buenas, pero...(Silencio)

Entonces te echaste novio, ¿Y las relaciones con tus novios cómo fueron?

Pues ahí surgió otra cosa. (Se ríe) que fue mi obsesión por intentar ser para esa pareja, la mejor del mundo. Era una obsesiva, celosa, compulsiva. Podía conseguir que el mejor hombre del mundo, quisiera matarme. Una pasada. Los volví locos a todos.

¿En aquel momento tú eras consciente de esto?

Buff, me daba cuenta pero no podía evitarlo. A eso se le llama obsesión, la necesidad de hacer algo, que hasta que no lo haces, no se te va de la cabeza, no descansas. Me consumía por dentro. Con el resto de la gente, me daba igual, pero para mi pareja quería ser la mejor.

Yo me obsesionaba por el físico. Ojo no mires a nadie que te mataba. No me daban motivos, no permitía que tuvieran un pasado, los machacaba.

¿Pero cómo los machacabas?, ¿Les decías indirectas, los atacabas?

Tenía un comportamiento como el de mi madre. (Silencio)Muy sarcástico, muy Zas, toma puntillitas, era muy hija puta. No me gusta recordarlo porque fueron muchos años con discusiones diarias muy salvajes, y todos perdían el control al final, hasta los más “buenicos” los acabé desquiciando. Y luego encuentras a alguno como tú y ¡Zas!, la cosa se dispara. Ahí fue cuando empecé a llevar tratamientos y demás.

¿Con ese chico empezaste a llevar tratamiento? (Con el que era como ella)

Con mi primer novio, empecé a llevar tratamiento. (Silencio)A los dieciocho. (Silencio)Por la obsesión. Estabilizadores de la serotonina. Un tratamiento que le dan a los epilépticos, no te digo más. (Se ríe).

¿Pero eso es algo que tú tenías de siempre?

Yo creo que eso es 50% genética, 50% lo que vivimos. Yo siempre imite mucho a mi hermano, quería que mis novios fueran como mi hermano. Mi hermano es muy así. Muy rancio, la verdad, muy cerrado de mente, nada liberal, en mi casa siempre han sido muy cerrados de mente, no respetan nada, mi madre siempre criticaba lo que no le gustaba. Yo lo he copiado mucho, pero yo creo que por aburrimiento tenía que liarla parda. En el momento en el que te sientes a gusto contigo mismo, eso desaparece de tu mente. Pero de eso no te das cuenta. Yo cuando algo que me apasiona, esas cosas me darían igual, porque me sentiría segura. Yo creo que mi vida estaba vacía, no estaba a gusto con mi vida. Siempre me he sentido deprimida, desde la adolescencia en adelante, de pequeña no. (Silencio) bueno aún estoy a tiempo, aún estoy a tiempo de empezar a vivir las cosas, no hace mucho que empecé pero he empezado a vivir.

Y tu padre, ¿Estuvo mucho tiempo viviendo afuera en Madrid, no?, ¿Eso provocó los problemas?

¡Qué va, si cuando mi padre estuvo afuera estábamos mejor! Mis padres siempre discutían, entonces cuando mi padre no estaba, yo por fin pude conocer....

¿A qué años fue?

Pues de los quince a los veinticinco. Fueron diez años más o menos.

Fue cuando me di cuenta de que mis padres eran maravillosos por separado. Porque a mi madre siempre la había visto enfadada, amargada. Le llegaba a coger manía Sobre todo en la época que quería salir, mi madre me amargaba la existencia, uf como la odiaba. No tenía vida propia y lo que hacía era joderme, JODERME, la existencia. Mira, lo que he dicho antes, lo que yo hacía con mis novios, mi madre lo hacía conmigo, JODERME LA EXISTENCIA. No era feliz ella, pues voy a joder a esa.

¿Y qué te hacía?

Nada, joderme la existencia. Si salía y me lo pasaba bien, mal. Pero, si me...bueno...es que ya está, todo le parecía mal. Se quedaba tranquila cuando me echaba novio.

Porque tus padres, ¿A qué edad se conocieron?

Llevan toda la vida juntos. No han tenido otras relaciones. Se conocieron a los quince años. Y se casaron a los 20. Si tendrán ahora sesenta y pico...Toda la vida juntos, llevan. Si mi padre está lejos, mi madre es un cielo, pero si está mi padre, mal. Es muy buena, divertida y bailonga. (Silencio)

Entonces, ¿Qué balance harías de cada una de las etapas e tu vida?

La infancia, muy buena, feliz, con mis arrebatos, tenía muy mala uva. Cogía berrinches muy gordos. Lo llevamos dentro. Con las discusiones de fondo siempre.

Vale, ¿Entonces ese sería tu balance de la infancia?

Sí.

Vale, ¿De la juventud, hasta los veinte años?

Hasta los dieciséis muy feliz y luego a etapas. Yo he sido una persona que cuando he sido feliz, lo he sido mucho, y me duraban muy poco, y los momentos tristes, eran muy duros y me duraban mucho.

¿Y de los 20 a los 25?

Un desastre. Muy triste, muy deprimida. (Silencio) (Silencio) (Silencio)

Y, a partir de los veinticinco, y creo que conocer a mi ex novio X, fue algo muy bueno. Aunque siempre estaba triste, él me marcó mucho. Hizo que empezara a hacer lo que me gustaba, que me enfrentara a lo que me daba miedo.

Hasta los treinta que me di la hostia más gorda, cuando me dejó mi ex novio E. Digamos que ha sido también,...no sé, a raíz de ese momento me replanteé mi vida, que los años pasaban, que la vida pasaba y que solo lloraba día tras día. Me marco, porque desde los treinta y uno, he conseguido estar sin pareja, me he descubierto a mí misma. He abierto mi cabeza, so más liberal. Antes contaba los días que no lloraba y ahora solo los que lloro. Y aun serán menos.

Ahora que me encuentro en un parón de mi vida por mi hernia cervical, va a suponer un antes y un después en mi vida. Tengo muchas ganas, cosa que antes no me pasaba.

Yo nunca he vivido el presente por estar recordando el pasado y por estar preocupándome por el futuro, es verdad. Y ahora estoy en el punto de empezar de cero, de conocer a gente, de vivir el presente, tengo ganas de todo menos de llorar y de que mis padres vivan muchos más.

¿Lo de tus padres te sigue afectando?

Sí, mucho. Sí que me afecta porque lo noto. Lo noto en la lesión que tengo en la mandíbula y todo. Me alteran si discuten entre ellos. Además ahora, por fin me tratan como una persona madura y ya no se meten en mi vida, que ya era hora.

¿Te parece como que ellos te siguen considerando como su niña?

Si, e otro día me empezaron a decir cosas y yo bromeé como que tenía un chupete en la boca. Es que me tratan como un bebé. Pero los quiero mucho, más me pena, el día que les pase algo, lo que más me duele es que se mueran sin haber sido felices. Además es que yo opino que nunca es tarde, que yo todavía puedo ser feliz, que pedo cambiar mi vida. Los que

sentimos, padecemos. Me gustaría que mis padres se dieran la oportunidad de ser felices, sé que ello me dirían que son felices así pero yo sé que no lo son.

Mis padres están jubilados, a los veinte, mi madre dejó de trabajar y mi padre trabajaba. Era el hombre de la casa. Como era policía, pues ella dejó de trabajar.

Y, ¿Cómo hitos importantes en tu vida?, ¿Qué destacarías?

Mi primer amor, no mi primer novio, sino la primera vez que sentí algo por alguien. Con nueve años, me dio un flechazo, ya era obsesiva a esa edad, escribía todo lo que me pasaba con él, y eso que lo veía cuatro veces al año. Por ejemplo, tocaba una baraja de cartas y la guardaba como oro en paño sin tocarla. De los nueve a los dieciséis duro mi obsesión.

Mis hitos siempre han sido por amor. Otro que recuerdo es cuando me dejó un novio de Vitoria, lo pasé fatal. Tenía veinte años, me quería morir, me daban ataques de ansiedad.

Luego también me marcó los tres años que estuve con el de Santander, porque yo tenía mis problemas y él los suyos, si no me mataba yo, me mataba él. Alucino con como soy yo, como puede aguantar tanto maltrato.

Otro hecho fue conocer a mi ex A, era muy bueno, él fue algo muy positivo en mi vida y lo sigue siendo.

Otro fue mi ex P, cuando me dejó ya fue la gota que colmó el vaso en mi vida. Sé que todos los problemas que tengo ahora, me vienen del estilo de vida que lleve durante ese año, no dormía, bebía, me sobrecargué de deporte...

Yo pienso que en esta vida, todos decidimos lo que pasa en nuestra vida. Yo no le echo la culpa a nadie de lo que me ha pasado, perdono es lo que hace que tu vida sea de una manera o de otra. Lo de este chico, fue la hostia más gorda pero hizo que yo cambiara mi actitud, intento que mi vida sea mejor, intento cambiarla, intento... ¡Qué mi vida sea mejor!

Y por último, el hecho más importante de mi vida fue el dedicarme al baile, por fin, el primer día que me subí a un escenario a cumplir mi sueño, me sentí muy feliz.

Entonces así como balance general, ¿Dirías que te vas sintiendo mejor con los años?, ¿Que tú has luchado por conseguirlo?

Si, una de las cosas que se me ha olvidado, lo de la falta de amigas. Sé que con una buenas amigas, me hubiese apoyado en ellas, hubiese salido de fiesta a los veinte años y no ahora a los treinta y cinco...Sabes que yo cuando estoy triste es porque quiero recuperar esos momentos y que mis amigas son mayor. Pero bueno, ahora he ido haciendo más amistades y poco a poco mi vida va cambiando, y me doy cuenta de que no estoy tan sola. Tengo que plantearme muchas cosas, sí, sí.

1.1.4 Análisis de los resultados:

Para realizar el análisis de los resultados de las entrevista biográficas, he tenido en cuenta, unas variables para realizar la comparación (Sampson y Laub, 1993, 23; en Corbetta, 2010). A continuación, voy a ir enumerando cada una y efectuando la comparación de los resultados:

Variables:

Estructurales:

Situación económica: En dos de los casos, la situación económica se correspondía con una burguesía de clase media. En uno, de clase media- alta.

Disgregación familiar: en dos de los casos se dio la separación de los progenitores, lo que proporcionó una sensación de alivio para las usarias.

En el tercer caso, no se ha dado físicamente pero afirma que la relación entre ellos es de desapego, ausencia de muestras de cariño, elevado tono de voz y faltas de respeto mutuas de manera constante.

Conducta desviada en los progenitores:

En los tres casos, se han dado situaciones de conducta desviada de los padres, siendo tres pertenecientes a adicciones, ludopatía, drogodependencia y alcoholismo, y una a trastornos mentales.

Procesales:

Situación familiar

Relación con los padres:

En los tres casos, se manifiesta que durante la infancia y adolescencia, tenían sentimientos y sensaciones negativas hacia sus progenitores.

En dos de los casos, en los que los padres que mantenían cierta relación con los descendientes, ambos casos afirman que la relación era negativa dándose relaciones tormentosas, con cierto carácter violento (verbal y físico) y dañinas.

En el tercer caso, la usuaria manifiesta haberse sentido muy triste y muy sola.

Relación de los padres entre ellos:

Las tres manifiestan que sus progenitores siempre estaban discutiendo y se estaban intercambiando palabras malsonantes.

Relación, en la actualidad, y sentimientos hacia sus padres:

Dos de ellas afirman el tener relación con sus padres, en un caso, solo con la madre.

Las tres manifiestan que el mantener relación con ellos les desestabiliza mucho por su forma de ser y su conducta, además de las conversaciones que mantienen.

Relación con los hermanos, en caso de tenerlos:

Uno de los casos, dice saber que tiene hermanos pero que no los conoce y los otros dos casos, dicen tener relación con ellos, pero con cierta distancia, no existe cercanía y afinidad fraternal.

Amigos:

Uno de los casos manifiesta no mantener amistades, culpándolas de no saber afrontar sus problemas psicológicos.

Los otros dos casos dicen tener muchas amistades y sentirse muy arropadas.

Relaciones sentimentales:

Uno de los casos manifiesta el haber tenido pareja estable siempre, afirma que parece no sentirse sola porque las amistades le daban de lado.

Los otros dos casos, manifiestan haber tenido relaciones más de tipo esporádico que estables y que las estables han sido de cierto carácter violento.

Situación en el entorno escolar:

Las tres manifiestan el haber sido malas estudiantes al llegar la adolescencia. Todas abandonaron sus estudios aunque dos de ellas luego continuaron. Dos manifiestan el haber sufrido acoso escolar y manifiestan que esto les ha marcado mucho.

Sentimientos internos:

En este aspecto, todas manifiestan recordar su infancia sintiéndose muy tristes. Dicen haber llorado mucho y que a pesar de tener gente a su alrededor en dos casos, luego en soledad estaban muy mal. A día de hoy, dos de ellas dicen sentirse bien consigo mismas, aunque a veces son conscientes de que su comportamiento en determinadas ocasiones se torna violento.

1.2 Anexo 2: Fichas¹

Tipología de emociones de Goleman, 1996 (Cuadrado y Pascual, 2012)

Ira: rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, tensión, irritabilidad, hostilidad, enojo, celos, envidia e impotencia.

Tristeza: depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, melancolía.

Ansiedad: angustia, desesperación, inquietud, estrés, nerviosismo.

Miedo: temor, horror, pavor, pánico, desasosiego, susto, fobia.

Alegría: felicidad, entusiasmo, euforia, gozo, contento, satisfacción, placer.

Afecto: amor, cariño, ternura, simpatía, aceptación, cordialidad, confianza, afinidad, respeto, devoción, veneración, enamoramiento, gratitud, compasión.

Vergüenza: culpa, remordimiento, timidez, humillación, arrepentimiento.

Para edades de 6, 7 y 8 años, las emociones que se expresarán serán las de color azul, dada la complejidad del resto.

¹ Extraídas de: Cuadrado, M. y Ferris, V. (coord.). (2009). *Educación emocional: Programa de actividades para la Educación secundaria Obligatoria* (4 ed.). Madrid: Wolters Kluwer España S.A.

Ficha “Ahora me siento”

Nombre	¿Cómo me siento? ¿Por qué?
Sesión 1	
Sesión 2	
Sesión 3	
Sesión 4	
Sesión 5	
Sesión 6	
Sesión 7	
Sesión 8	
Sesión 9	
Sesión 10	
Sesión 11	
Sesión 12	
	¿Qué emoción es la que más has sentido en Octubre?
	¿Qué emoción es la que más has sentido en Noviembre?
	¿Qué emoción es la que más has sentido en Diciembre?

Nombre

Ficha: ¿Quién es responsable de mis sentimientos?

Suceso te provocó decepción

Reacción que tuviste

Quién fue el culpable

Sentimientos que tuviste

Ideas alternativas

Nombre

Cuestionario ¿La fuerza de la ira!

¿Son tus situaciones de ira similares a las de tus compañeros?

¿Crees que ellos también se hubieran enfadado en tu situación?

¿Crees que algunas cosas producen enfado a unos y a otros no?

Las razones por las cuales te enfadas, ¿son similares a las de tus compañeros?

En las situaciones comentadas, ¿Has sentido ira? ¿Y en la dramatización?

¿Sueles sentirte enfadado?

¿Es la ira un sentimiento positivo o negativo para ti?

La próxima vez que te sientas enfadado y decidas no estarlo, ¿Crees que podrás conseguirlo?

