

*Entre intersecciones, momentos y la sorpresa del  
suspender lo obvio*

*Una autoetnografía sobre resiliencia*



*Autora: Nayaded Marrero González*

*Tutora: María del Carmen Muñoz de Bustillo Díaz*

*Trabajo de Fin de Grado de Psicología.  
Facultad de Ciencias de Salud. Sección de  
Psicología y Logopedia  
Universidad de La Laguna (2017-2018)*

**Resumen:**

Este trabajo, muestra las reflexiones de una estudiante de psicología y hermana de “Te” sobre una experiencia de resiliencia vivida en su familia. Este texto despliega, a través de un método autoetnográfico (Ellis, 2004) el poder narrar y reflexionar, lo que siento, pienso y hago (auto), respecto a los sentimientos, pensamientos y que hacer de, en este caso, mi hermana (etno), a través de una grafía evocadora (Blanco, 2012). Se presentan las reflexiones, tensiones y saberes que han surgido a lo largo de este trabajo que van entretejiéndose desde mis historias, desde compartir saberes de resiliencia y desde la valentía que tuve para abordar un trabajo así, desde como viví la conversación con mi hermana (Anderson, 2012) en dónde “suspender lo obvio” abrió otros significados. Entre estos aparecieron saberes de resiliencia y no resiliencia, dónde la adversidad se define desde lo inesperado, saltando por encima de por qué y para qué, donde “ser una buena madre” define a esta vivencia y, donde se celebra esta nueva intersección (Gergen, 2015) con “Te”.

**Palabras claves:** Resiliencia, Método autoetnográfico, Suspender lo obvio, Conversación Dialógica, Adversidad

**Abstract:**

This work, shows the reflections of a psychology student and sister of “Te” on resilience experience in her family. This text unfolds, through an autoethnographic method (Ellis, 2004) to be able to narrate and reflect, what I feel, think and do (auto), about the feelings, thoughts and tasks of, in this case, my sister (etno), through an evocative spelling (Blanco, 2012). Present the reflections, tensions and knowledge that have emerged throughout this work, that are interwoven from my stories, from sharing knowledge of resilience and from the courage to tackle a job like that, from how I lived the conversation with my sister (Anderson, 2012) where “suspend the obvious” opened another means. Among this appeared knowledge of resilience and not resilience, where the adversity is defined from the unexpected, jumping over why’s and for what’s, where “by a good mother” defined this experience and, where this new intersection is celebrated (Gergen, 2015) with “Te”

**Keywords:** Resilience, Autoethnographic Method, Suspend the obvious, Dialogic Conversation, Adversity

<b>Índice:</b>	<b>Págs.</b>
<b>I. Desde mis historias, desde saberes y la valentía de enfrentarme a una autoetnografía sobre resiliencia .....</b>	<b>3</b>
❖ Desde mis historias .....	3
❖ Desde saberes resilientes, descubriendo los para qués .....	5
❖ Desde la autoetnografía. Entre chapoteos de pececillos autoetnográficos.....	7
<b>II. Nuestros saberes en la intersección de mujeres expertas que conversan sobre resiliencia.....</b>	<b>10</b>
❖ Cómo conversar. Algunas nociones .....	10
❖ Tomando decisiones. ¿Cómo iniciar nuestra conversación? .....	11
❖ Nuestros saberes en la intersección de dos mujeres, sobre resiliencia y no resiliencia .....	13
• Descorchando momentos, celebrando intersecciones .....	13
• Sobre la ausencia de los por qué y para qué y la sorpresa de suspender lo obvio .....	14
• ¿La adversidad disfrazada de lo inesperado? .....	15
• ¿Eres resiliente? No sé...Lo llamo ser una buena madre.....	16
• Bailando entre conocidos y desconocidos: los otros que nos sostienen.....	17
• Desde tradiciones que me habitan al aprendiz en el arte de conversar.....	19
<b>III. Una inmersión en la autoetnografía, desde mis historias, mis mares y la sorpresa de lo inesperado .....</b>	<b>19</b>
<b>IV. Referencias.....</b>	<b>20</b>

# I. Desde mis historias, desde saberes y la valentía de enfrentarme a una autoetnografía sobre resiliencia

## Desde mis historias

*Las personas estamos básicamente constituidas por una multiplicidad de relaciones; algunas de las cuales dejan residuos que se materializan, mientras que otras solo susurros de posibilidad (Gergen, 2015)*

Me parece fascinante estar escribiendo las primeras líneas del trabajo con el cual voy a terminar cuatro años de experiencias, de aprendizajes, de sensaciones... En definitiva, enfrentarme a lo que llevo cuatro años esperando con más ganas que nunca.

Soy una estudiante de Psicología de 22 años, la cual recuerda aún el momento que decidió ser psicóloga. Muchos entran por vocación, quizás por curiosidad, pero la verdad que mi caso fue como sigue; siendo alumna de Bachillerato un profesor me dijo: “¿Te has planteado estudiar alguna vez Psicología?, porque de verdad creo que sirves para eso”. Desde ese momento algo en mí cambió, mis esquemas sobre lo que yo quería se rompieron y es que me hizo pensar: “Quizás tenga razón” y aquí estoy cuatro años más tarde, con la convicción y la pasión que la psicología ha aportado a mi vida, permitiéndome vivir y ser desde ella, construyendo así la Nayaded psicóloga que siento que soy.

Por circunstancias que da la vida, *porque la vida te da sorpresas, sorpresas te da la vida (Canción de Rubén Blades)*, algunas mejores otras peores, y quizás porque una de esas “peores” es la que da sentido a este trabajo, puede que tal vez ha hecho este camino un poco más complicado, pero logré llegar y aquí me encuentro aterrizando en el momento de enfrentarme al temido Trabajo de Fin de Grado (a partir de ahora Tfg, ¿vale?). *¿Temido, por qué?*, se preguntarán las personas que no son alumnos y alumnas o los que no son la alumna Nayaded que soy. Siendo franca, creo que he tenido pesadillas con éste desde que me embarqué en la aventura de estudiar una carrera universitaria, pues muchas personas de mi alrededor, mayores, no paraban de nombrar lo difícil que les resultaba. Pareciera, como si tratara de una prueba iniciática que me daba acceso al mundo profesional.

Recordando esa reunión de elección sobre el Tfg, digamos que esas reuniones con las profesoras “Án”, “Do” y “Ma”, tutoras y acompañantes de estos trabajos, eran y son diferentes, pues sólo ellas logran sacar lo mejor de cada una de las personas, empoderándonos (*y es que me super incluyo en este punto*) y haciéndonos ver que somos capaces de todo.

Quiero que quede en constancia que mi pobre cabeza ese día, salió inundada de dudas, miles y miles de preguntas rondaban acerca de los temas que podría elegir, como podría enfocarlo y con quién...



Después de tener las primeras reuniones con nuestras tutoras, llegó el día, el gran día, donde tendríamos que tener un tema claro y es que fue en **un INSTANTE** (*lo escribo así, para reflejar lo inesperado que fue el que se me ocurriera ese tema*), cuando decidí lanzarme a indagar en mi curiosidad sobre una experiencia que viví en el tercer año de la carrera junto a mi hermana. Y es aquí, donde mi historia se despliega, como alas de mariposa, la mariposa del ser relacional al que Gergen (2015) apela, dando espacio y aire a la intersección que yo, Nayaded, soy junto con mi hermana "Te". Ésta fue la que me dio el impulso necesario para llegar al tema que presento en este trabajo, por lo que esta decisión convoca a hablar también de Nayaded con su hermana.



A parte de estudiante de Psicología, también existe Nayaded, esa chica que forma parte de una familia humilde, trabajadora y luchadora. Una familia que siempre ha permanecido unida, dónde junto a mis padres se encuentra mi hermana. Mi hermana, "Te", y yo, siempre hemos tenido una buena relación y quizás la confianza entre ambas ha aumentado con el paso de los años y con la maduración de las dos, y aunque me cueste admitirlo, creo que más con mi maduración que con la de ella. Mi hermana, sensible, tímida y muy callada, vamos, lo que viene siendo el lado opuesto a lo que yo soy...Fue madre por segunda vez del pequeño "Ga", madre, que bonito suena, ¿verdad? Y esto, hizo que desplegara un ala más de esa mariposa del ser de Nayaded, el ala de mí mismo descubrimiento como tía, aquella a la que se la cae la "baba" por sus sobrinos. El pequeño de la familia, "Ga", se había adelantado un mes, por lo que era un bebé ochomesino lo que viene siendo prematuro, sin embargo, nos

dijeron que estaba en un buen peso y que no haría falta el llevarlo a una incubadora.

Y de repente...

...todo se nubló en nuestras vidas, como si una tormenta se acercara y como toda tormenta trajese nubarrones, de esos que son de color gris casi negro y oscurecen todo. Al paso de unos minutos, los médicos nos comunicaron que "Ga", tenía un pequeño problema al respirar, que lo tendrían que trasladar de inmediato a la UVI para poder seguir llevando un control y averiguar cuál era el problema...

... Yo me preguntaba una y otra vez ¿por qué él?,

... Yo me preguntaba una y otra vez ¿por qué él?,

... Yo me preguntaba una y otra vez ¿por qué él?,

sí era tan pequeño, inocente, inofensivo...No creía que se mereciera pasar por una situación como esa teniendo a penas horas de nacido. Parece paradójico, cómo yo una estudiante de Psicología, a la que ya le fascinaba el término Resiliencia... se cuestionaba una y otra vez el ¿por qué?, ¿por qué él?, ¿por qué a nosotros?

### **Desde saberes resilientes, descubriendo los para qué.**

*La resiliencia pone a funcionar lo mejor de nosotros lo que nos lleva a producir más humanidad (Cyrllunik, 2001)*

Resiliencia, palabra que puede causar en nosotros miles de pensamientos acerca de su significado, en mi caso, yo la entendí gracias a mi querida profesora "Án". Ella, que siempre nos hablaba con pasión, explicaba que la resiliencia era la capacidad que tenían las personas para superar una situación y, además, salir fortalecidos de la misma y que para ello es muy importante cambiar el ¿por qué me pasa esto? por un ¿para qué me pasa? Y sí, yo, sabiendo esto...seguía *¡¡sin saber qué hacer con mis tantos por quésss!!*

A estas conversaciones de clases nos trajo las voces de Wolin y Wolin (1993), que describen la resiliencia como la capacidad de sobreponerse, de soportar las penas y de enmendarse a uno mismo. ¿Enmendarse?, suena como arreglarse, meternos en camino o así lo entiendo yo y es que, realmente, de eso se trata, de fortalecernos, de aprender y de seguir con nuestros caminos, como también expresan Henderson y Milstein, (2003) Y hablamos, escuchamos, construimos en clase historias que hablaban de gente resiliente,

expresando como ésta no es solo una característica de las personas, sino también de familias, de entornos, de palabras. Y, mientras buscaba información para mis trabajos, descubrí a Cyrulnik (2001), para él la resiliencia cuenta con factores como la introspección, tener una buena autoestima, un buen autoconocimiento, independencia, capacidad para relacionarse, creatividad, humor, resaltando también la importancia que tiene el tutor resiliente,

“¿tutor resiliente?, pero... ¿esto qué es?”, preguntarán.

El *tutor resiliente*, es una persona que nos acompaña de manera incondicional, convirtiéndose en un sostén, administrando confianza e independencia por igual, a lo largo del proceso de resiliencia (Puig y Rubio, 2010). Sin embargo, también podemos tropezárnoslo en una actividad, en una situación e incluso en algo tan peculiar como una canción.

Además, complementando a Cyrulnik (2001), aparece la capacidad de tener pensamiento crítico y la resiliencia comunitaria “vamos, aquella relacionada con la sociedad” (Melillo y Suarez Ojeda, 2001). Por lo que, si nos basamos en esto, diversos estudios e investigaciones nos llevan a descubrir que los factores protectores que promueven la resiliencia se pueden estructurar en: factores personales, relacionales-afectivos e institucionales-comunitarios (García y Torbay, 2010)

Y es que siendo sincera, todo esto, lo descubrí más en profundidad en el momento de mis prácticas externas, *¿por qué en mis prácticas externas?*, porque pude experimentar tener contacto con personas que también sabían llevarme a lo que la resiliencia es. Esto, me traslada a uno de mis internos llamémoslo “siete” (“se preguntarán el por qué su nombre, y la verdad es que su grupo favorito es *7 notas 7 colores*”), que siempre me decía:

*Yo soy una persona resiliente, porque yo he aguantado la muerte de mi madre y estar 15 años dentro de una cárcel, y esto, me ha ayudado a darme cuenta de que tengo que mejorar y no hundirme*

Estas palabras, me las repetía constantemente, y es que, *¡tenía razón!*, cada uno mira la resiliencia desde su punto de vista y como él decía “yo soy resiliencia”, pues, al fin y al cabo, de eso trata la resiliencia, de ser, de afrontar, de superar y de crecer como personas en cada una de los “tragos” por los que la vida nos hace pasar.

Como he querido expresarme acerca de lo que la resiliencia significa, si se dan cuenta, yo después de saber todo lo que la resiliencia nos enseñaba, no era capaz de cambiar mis *por qué*s por un *para qué*.

Y, con este pensamiento, emergió con fuerza la figura de mi hermana “Te”. Ella, que para mí es un claro ejemplo de resiliencia, y ante esta admiración que experimenté al verla vivir la historia del nacimiento de “Ga”, quizás podría ilustrarme, enseñarme algo sobre esos *para qué*s del que habla la resiliencia, ¿ella se definiría como una persona resiliente? O, ¿qué podría contarme?

Y..., en este deseo de aprender y reflexionar junto a ella se despliega un ala más de esa mariposa de Gergen (2015). En este caso, en una intersección que tengo que estrenar con mi hermana, “Te”, la intersección de dos mujeres expertas (*o no*) que reflexionan desde su contexto familiar, profesional y desde sus identidades (como madre, tía, hermana, psicóloga...) sobre resiliencia. ¿Qué nos podría servir de ayuda para conseguir inaugurar esta nueva forma de “ser y de estar” juntas?, pues quizás esta autoetnografía nos acerque a ese deseado lugar.

### **Desde la autoetnografía. Entre chapoteos de pececillos autoetnográficos.**

*El mar no tiene caminos, el mar no tiene explicaciones.  
(Alessandro Baricco)*

Siendo sincera, en mis planes no estaba hacer un trabajo con esta valía, porque la verdad no sabía ni que existían... Cuando mi tutora de TFG “Ma”, me propuso hacer un trabajo autoetnográfico, lo primero que pensé fue *¿eso qué es?*, miles de dudas rondaron mi mente, lo busqué en Google, pregunté a compañeros de clase y la verdad que solucionarme poco, porque seguí sin tener idea hasta que “Ma” me lo explicó. Aunque siendo realista, después del *¿eso qué es?*, vinieron las preguntas de *¿seré capaz?*, *¿cómo se empieza?*, *¿cómo se enfoca?* Y así un oleaje de preguntas interminable a las que me enfrentaba con un sentimiento agri dulce de miedo y ganas a la vez.

Comenzaron las lecturas acerca de los trabajos autoetnográficos y fui descubriendo un mundo totalmente distinto al que me imaginaba, cada trabajo y cada artículo que leía me iban acercando a un mar que desconocía al completo, que llamaba mi curiosidad y el cual era completamente diferente a lo que hasta el momento conocía. A medida que iba chapoteando, en el azul cristalino de su color, me transmitía el poder y la seguridad necesaria para creer que era capaz de hacerlo,

*De pie delante del mar*

*Maravillado de la propia maravilla:*

*Yo soy un universo de átomos*

*Y un átomo en el universo (Richard Feynman)*

que éste sería un medio útil (Blanco, 2012) para presentar y hablar de las reflexiones, saberes e ideas que en ese encuentro junto a mi hermana surgirían. Me resultaba tan fascinante hacer un trabajo tan personal y donde podría abrirme sin miedo al qué dirán, que lo cogí con más fuerzas que nunca.

Entre los chapoteos, en este cristalino mar, conocí a una sirena, la causante de que me alejara de la orilla y me adentrara un poco más para conocerlo (“siempre con cautela, claro”). Se llamaba Carolyn Ellis, me contó que para ella “esta manera de trabajar era unos de los caminos por excelencia para lograr entender el significado de lo que la gente piensa, siente y hace” (Ellis, 2004; p.68).

Quizás, en este momento se pregunten el *¿por qué me evoca la autoetnografía la imagen de un mar cristalino?* Y es que, el mar es capaz de transmitirme serenidad y fuerza en aquellos momentos en los que necesitaba de eso, puedo definirlo quizás como una manera de evadirme y abrir los ojos hacia horizontes que me planteaban nuevos retos, como por ejemplo enfrentarme a este trabajo.

Con mis gafas de buceo y con ganas de zambullirme en las zonas del mar dónde aun lograba hacer pie (“pues como dije antes, siempre con cautela”), fui avistando a diferentes autores, estos, se presentaron como “pececillos”, algunos eran más vistosos y otros no tanto, pero de cada uno me llevé un aprendizaje y ejemplos diferentes sobre cómo llevar a cabo una autoetnografía.

El primero que encontré era de color amarillo, con destellos entre rosados y violetas, me avisaba de lo altamente personalizadas que eran las autoetnografías, que tenían textos reveladores, donde los autores hablan de su propia experiencia vivida, relacionando así lo personal y lo cultural (Richardson, 2003).

Otro de estos “pececillos” era de color verde, de ese verde que dice “esperanza” (“que digamos era lo que me quedaba por tener, esperanza...”) y que tanto me recordaba a la canción de Diego Torres:

*Saber que se puede, querer que se pueda,  
quitarse los miedos, sacarlos a fuera  
pintarte la cara color esperanza, tentar al futuro  
con el corazóooooon....*

("sigamos"), éste me señalaba que en su trabajo fue capaz de brindar al lector la posibilidad de percibir las tensiones con las que se había encontrado a lo largo de todo el proceso de su tarea como investigador (Noy, 2003), podría atreverme a decir que este "pececillo" de nombre Noy, me ayudó a comprender que los puntos de reflexión también podrían llegar a ser dudas, de no claridades, de preguntas e, incluso contradicciones, pero que para todas había lugar y que debían estar.

Dos "pececillos" más que nadaban juntos, llamaron mi atención, pues eran de color azul, de esos azules brillantes, fueron aquellos que, a través de su trabajo, me brindaron un ejemplo de cómo podría enfrentarme a una autoetnografía (Feliu y Gil, 2011).

Entre todos los "pececillos" que fui tropezándome por mi camino, uno de ellos fue mi mayor fuente de inspiración, digamos que era de un color naranja "chillón" con manchas negras, y sí, todos tenemos en mente un pez como el pequeño "Nemo", se preguntarán el porqué de esta comparación y es que como "Nemo" ella también estuvo pérdida en este mar, en el momento de tener que enfrentarse a una autoetnografía, expresando:

*y bueno algo tan nuevo me hacía sentir pérdida, me asustaba...*

*(León, 2015, pág 4)*

básicamente sintió lo mismo que yo sentí y aliviada por esto, fue de las primeras veces que siendo sincera me sentí comprendida. Y es que, se perdió, y me encontró, y me guio, desde su loca, pero poética escritura en cómo redactar y estructurar este trabajo. Por todo esto, gracias Nemo (*"¡¡te debo una bien grande!!"*)

Y, ante ese tal vez, formulado más arriba, acerca de si la autoetnografía nos daría un espacio a "Te" y a Nayaded para relatar sus experiencias y reflexiones (auto) desde su contexto familiar, profesional e identitario de madre, tía, hermanas y psicóloga (etno), sobre la resiliencia, las respuestas en sí, esperando que en la escritura personal y evocadora (grafía), expresando a su vez los pensamientos y sentimientos como nos sugería Ellis (2004)

## II. Nuestros saberes en la intersección de mujeres expertas que conversan sobre resiliencia

### Cómo conversar. Algunas nociones...

*“Uno busca a alguien que le ayude a dar a luz sus pensamientos, otro, a alguien a quien poder ayudar: así es como surge una buena conversación.”*

*F.W. Nietzsche*

La única intención de este trabajo es mantener una conversación con la que aprender, reflexionar junto a “Te” y, a través de ella, sobre esa resiliencia que creo que estuvo presente en lo que pasó, y vivimos con el nacimiento del pequeño “Ga”. Entender su punto de vista, su mirada o quien sabe, simplemente terminaremos compartiendo nuestras opiniones de la experiencia que ambas (“desde puntos de vista diferentes”). Pues la autoetnografía, como he dicho antes, al fin y al cabo, nos permite conocer de una manera mucho más cercana y personal las experiencias, pensamientos y sentimientos que afloraron en un determinado momento en cada una.

Y... ¿cómo lograr conversar para que esto sea posible?, esta pregunta rondaba en mi cabeza durante las 24 horas del día (“créanme que es cierto”), desde el momento que supe que tendría que tener esta conversación con mi hermana. Conversación que realmente deseaba mantener desde esa intersección de mujeres expertas que quería estrenar. Esta idea me invitaba al desafío del...

*... ¿cómo hacerlo?...*

de manera que pudiera convocar a esa Nayaded junto a “Te”, que quieren hablar como mujeres expertas en saberes y poder mantener alejada a la Nayaded que era hermana pequeña y psicóloga.

En esta aventura, tuve la suerte, de tropezarme con Anderson (2012), y digo tropezarme porque me la encontré escondida en la Tesis de Rodríguez (2017). En ambas pude avistar algunas nociones que me inspirarían y me ayudarían a crear este nuevo espacio, llamémoslo conversacional, entre mi hermana y yo, diferente al de otras veces. Estas nociones y actitudes son:

- *Naya*, usa el **no saber**, pues es fundamental para poder mantener una conversación apoyada en el análisis continuo de la propia experiencia tal cual la narra la otra persona, dejando de lado nuestro rol de entrevistador

- *Naya*, intenta **suspender lo obvio**, debes invitar a participar en el diálogo, sacando a “relucir” las dudas, las creencias, las opiniones, las contradicciones y los diferentes valores que surjan.
- *Naya*, mira a tu hermana desde una **curiosidad genuina**, potencia su opinión, que se crea que la suya tiene la misma importancia que la tuya. Pues, de esta manera lograrás preguntas que surjan a lo largo de la conversación y que te servirán de ayuda para poder continuarlas.

*(Curioso es, qué escribiendo estas líneas, no paraban de venirme a la cabeza la imagen de mi madre diciéndome esos pasos)*

Y cuando ya iba imaginando como podría fluir la conversación que iba a mantener junto a “Te”, apareció DeFehr (2008), que susurra:

- *DeFehr*: *Naya*, invita al otro a tener un papel de experto
- *Naya*: Experto, ¿pero de qué?, esa palabra me resuena como a algo teórico o profesional
- *DeFehr*: Hay que darles papel de experto en sus narrativas de dificultades, historias, experiencias, problemas....

Y es que, situándome después de estas palabras, esto me sería muy útil para poder aprender y reflexionar sobre cómo vivió ella el nacimiento de “Ga”. Y con este desafío, ya les adelanto, será un elemento de mi aprendizaje.

## **Tomando decisiones. ¿Cómo iniciar nuestra conversación?**

*Ahí viene la psicóloga a entrevistarme (“Te”)*

Teniendo en cuenta todas estas pautas que me brindaban, empecé a cuestionarme como podría empezar la conversación, dónde me gustaría o que me gustaría preguntar.

Además, quiero compartir lo que cuesta, quitarse el role de entrevistador, pues es que lo llevo puesto de formación profesional...Tantos años estudiando, tantos años dando entrevistas que si: estructuradas, semi-estructuradas, no estructuradas...Que a una se le olvida el poder mantener una conversación libre, fluida y sin un guion, sin preguntas sesudas, ni preguntas cerradas.

Puedo atreverme a decir, que mis mayores luces en este camino son gracias a “Ma”, pues a parte de confiar locamente en mí, me ha guiado, me ha empoderado y ambas hemos compartido sin fines de conversaciones, donde

hablamos de cómo podría ser, cómo podría comenzar, como podría preguntar...

En estos puntos, ambas llegamos a la conclusión de que era mejor dejar que la conversación fluyera, que nos guiase a donde ella quisiera, y que para conseguir esto, la mejor manera de iniciarla era expresándole a “Te” mi admiración hacia ella comenzando con un *¿qué podrías contarme acerca de lo que viviste?* pues como Noy (2003) comenta, las dudas y las contradicciones, tenían su lugar y debían estar, lo que viene siendo, no tener miedo a que saliera algo opuesto a lo que tenía en mente, pues de eso puede que se trate.

¿Dónde? El dónde se quedó ahí, en el aire, porque la verdad, que en ningún momento se nos ocurrió un sitio concreto para llevarla a cabo, quizás porque el sitio no es tan importante (“desde mi humilde opinión”) como aprender a quitarme la formación profesional de entrevistadora que llevo encima... Pues, al fin y al cabo, el lugar es lo de menos, siempre y cuando, nos ayude a tener una conversación íntima y fluida.

En ocasiones, sí que me imaginé como sería la conversación o quizás como me gustaría que fuese, mi hermana y yo en la sala, charlando de nuestras cosas, con nuestras miradas cómplices...

*“¿Y cómo fue?, ahí va...”*

Ambas, en mi cama, si quizás suene un poco raro, pero era el único sitio disponible en toda la casa, el único lugar donde mantener una tranquila conversación con “Te” y es que vamos a ver, admitamos que realmente la cama es el lugar más cómodo que hay en todo el mundo si no, no dormiríamos ahí...

Bueno, ahora que estamos en situación, ahí estábamos las dos, dispuestas a lanzarnos a esta aventura, a mantener una conversación, a desahogarnos o llámese como quiera cada uno.

Y sentadas...

Le pregunto: *¿cómo definirías ese momento de tu vida?,*

*¿cómo te sentiste?*

Y comenzamos a conversar...



## **Nuestros saberes en la intersección de dos mujeres, sobre resiliencia y no resiliencia**

Y finalizamos la conversación, y yo volví a mi bucle, ¿a cuál?, al de las preguntas.

*...Y ahora, ¿qué hago con esto?*

*...Y ¿cómo lo enfoco?*

*...Y ¿cómo empiezo?*

Como pueden ver, lo que prima en este trabajo y en mi vida en general son las dudas, pero es que no está mal tener dudas, pues te abren muchos caminos, puntos de vista diferentes, opiniones, creencias erróneas (o quizás no tan erróneas). No sé, pero... son las dos de la mañana y no he dormido nada, pensando en cómo empezar a redactar todo esto (*imagínenme cantando Obsesión de Aventura*). Imagino que, en este apartado, como me sugiere la autoetnografía tendrán cabida las diferentes alas de la mariposa que constituye el ser relacional que soy (hermana, hija, psicóloga...) en una suerte de aleteo por determinar...

Y, sé, que esto lo puedo enfocar de varias maneras, unas más locas (“similares a mí) y otras un poco más sosegadas (“pensando en mi hermana, Te”) y es que “¿por qué no poder hacer un mix, donde mezcle características de ambas?”

*Y... 1,2,3 Juan, Periquito y Andrés...*

- **Descorchando momentos, celebrando intersecciones**

Me gustaría comenzar estos saberes, por celebrar esta nueva intersección entre “Te” y Yo. Nunca llegue a imaginarme que mi hermana fuese capaz de abrirse tanto conmigo, despojándose de esa timidez que siempre había visto. De igual manera, esto me ha hecho ver la buena compenetración que ambas tenemos, la confianza que nos depositamos y, como no, lo mucho que quiero, valoro y aprecio el que mi hermana esté bien y se sienta cómoda hablando de algo así conmigo:

*“Te”: Estos minutos de conversación contigo me han ayudado para desahogarme y quizás, comentar cosas o sentimientos que necesitaba compartir con alguien de mi entorno*

Las palabras con las que mi hermana me obsequió en ese momento me hicieron reflexionar sobre aspectos que Anderson (2012) y DeFehr (2008), me

enseñaron sobre el arte de conversar. Digo arte, porque descubrí que para mí lo es, pues no es tan fácil como se podría pensar, al principio me sentía nerviosa, tensa, sin saber muy bien que decir o hacer, pero es cierto, que toda esa tensión a medida que la conversación avanzaba iba disminuyendo, pues cada vez me sentía más *a gusto* hablando con mi hermana como si esta conversación no hubiese tenido un fin, simplemente dos mujeres que se quieren que hablan sobre algo que ocurrió en sus vidas...

En esta nueva intersección, al menos para mí, descubrí una Naya, que pudo ser mejor oyente, una Naya que tuvo una actitud más pasiva y algo dispuesta a sorprenderse pues, aprendí *un poquito* a suspender lo obvio, no al completo, pero por algún lado se empieza ¿no?

*Y todo esto, nos abrió o me abrió, mejor dicho... ¿A dónde?, a dejarme llevar, para revelar el sinfín de posibilidades que puede haber...*

No sé qué pensará “Te” de si esa expresión que ella uso “ahí viene la psicóloga a entrevistarme” (“Te”) se disolvió, más o menos, en la conversación que ambas tuvimos (*creo que tendré que preguntárselo...*)

- **Sobre la ausencia de los por qué y para qué y la sorpresa de suspender lo obvio**

A esa Naya psicóloga, que tanto le preocupaba el *por qué*, y que tiempo después descubrí lo necesario que era, según nos cuenta la resiliencia, cambiarlo por un *para qué*, la conversación con “Te” me hizo abrir los ojos de otra manera. Me percaté de que sí, en la teoría todo es muy sencillo, es todo digamos que muy “de color de rosa”, pero con los pies muy firmes en el suelo caí en la cuenta de que a mi hermana no le preocupó eso, que ni siquiera se lo había planteado. En la conversación no salió ese ¿por qué a él?, que muchas veces me planteé y es que... en ese pequeño momento que ambas tuvimos ¡ja mí también se me olvidó preguntarle sobre los para qué y los porqués...! (*es por eso por lo que me gustaría que no se olvidarán de este pequeño despiste mío*)

Tener esta conversación me nutrió a nivel académico y personal pues, al conversar con mi hermana, significó, ser consciente en ese momento de lo que había supuesto esa situación para ella, pues mi egoísta pensamiento y yo, creíamos que ella había sentido lo mismo que sentimos todos y no, no fue así...

*“Te” me dice: yo sabía que iba vivir un momento difícil con el niño porque el niño tuvo deficiencias durante el embarazo, pero no sabía que iba a tener un problema de pulmón que actualmente le sigue afectando*

Además, yo, pensaba y pensaba y me reiteraba en mi pensamiento...de que mi hermana me iba a decir que para ella fue una situación dura y es que, tenía bastante claro (*¡vaya, vaya con eso de Suspende lo Obvio...!*) de que mi hermana no me iba a decir que fue algo que le tocó vivir y ya... y es que **¡ZAS!**, rompió mis esquemas totalmente cuando me dijo:

*“Te”: Es un problema que no supe qué iba a vivir en cierta manera, sino que fue así y así sucedió...*

Y, ahora, me surge la necesidad de reflexionar, cómo suspender lo obvio me abre otras posibilidades, otros significados y, me permite transportarme a otros mundos de significados que son útiles para las personas. Me atrevo a decir que, “Te” me abrió el mundo del “así sucedió”, un mundo que no es controlado, ni explicado que no busca las causas y los efectos, simplemente el vivir (*¡ay madre, que apertura...!*)

Esta apertura, me lleva a otra reflexión y me pregunto: *¿La resiliencia, habla, explica o nombra el vivir ese presente?*, busco en mi mente, busco en mis apuntes y no encuentro algo parecido a las palabras, a la idea que “Te” me plantea y no encuentro nada.

Este saber, que de nuestra conversación brotó y que interpela a la noción de resiliencia que tengo yo, quizás podría ampliarla, pues “Ma”, me habla de una autora, Sheila McNamee, que habla de algo llamado “La presencia radical”, esto me suena a estar así, aquí, en el presente y muy presente...en todo lo que toca y nos sucede (*no sé, tendré que leerla...*) y, ahora me planteo: *¿se enlaza esta idea con la resiliencia?, ¿se podría enlazar?, ¿tiene que enlazarse?, quién sabe...*Y esto, también, me recuerda, me lleva, me evoca a la famosa frase *Carpe Diem*, pues se trata de vivir el presente (*bueno o malo, eso no importa*), vivirlo y a lo que suceda... pues también es vida.

- **¿La adversidad disfrazada de lo inesperado?**

Inmersas en la conversación, preguntándole lo que supuso para ella esa situación, me di cuenta de que para ella la adversidad, en este caso fue lo inesperado, lo que aparece y no esperas que lo haga....

*“Te” me dice: Para mí fue lo peor, porque yo iba mentalizada de que el niño iba para la incubadora, pero en el momento del parto el pediatra me*

*dijo que Gael estaba bien y que me lo podría llevar... entonces eso fue un impacto grande el que pasado 15 minutos viniera otra pediatra y me dijera que el niño estaba en una incubadora porque había tenido un neumotórax al nacer, un neumotórax es un problema en un pulmón*

Y pienso: *¿Cómo definir la adversidad?, ¿cuántos significados tendrá?*, pues para mí, la adversidad es una etapa, un mal momento de tu vida, donde solo suceden hechos que nos hacen el camino más difícil, pruebas que nos pone la vida para saber sacar la fuerza de donde no la tenemos muchas veces... Sin embargo, quizás lo que mi hermana compartió conmigo y lo que yo estoy compartiendo con ustedes, no sea algo más que un mero complemento de lo que entendemos o mejor dicho, entiendo de lo que supone la adversidad, pues ella habla de la adversidad como algo inesperado y no como una etapa de dificultades que suponía que "Ga" fuera prematuro... Y a mi mente vuelve, esa canción de Rubén Blades, *la vida te da sorpresas, sorpresas te da la vida*.

- **¿Eres resiliente? No sé... Lo llamo ser una buena madre**

Tenía la seguridad de que ella, cuando oyera lo que supone la resiliencia me contestaría que sí, que ella se considera resiliente, presentía que su contestación sería "esa definición me va como anillo al dedo", pues no...

Ya ven que mi sexto sentido, el que ahora podría denominar "el sentido que no suspende lo obvio", está siendo desafiado por "Te", y esas sacudidas me dan señales de que me dejé llevar por la conversación y por eso me colocó en otro lugar la contestación que Te me brindó:

*"Te": Lo llamo una persona que afrontó con madurez ese problema y que supo tener la fuerza suficiente para aguantar día y noche en el hospital estando con su bebé, no sé qué nombre podría ponerle, pero... pues no sé, me considero una buena madre.*

Estas palabras, podrían llevarme a buscar, identificar factores resilientes, pues en ellas, esa Nayaded psicóloga y amante de la resiliencia, encuentra algunas resonancias con algunas frases de conocidos autores como Cyrllunik (2001), donde habla de poner a funcionar lo mejor de nosotros, de producir más humanidad ...

Y, sin embargo, desisto de ello. Lo decido por respeto a ella, a su historia y nuestra conversación, ya que ella en ningún momento le parece su historia como una historia de resiliencia, sino le pone el nombre de ser buena madre. Y con ello me lleva, nos lleva a reflexionar sobre la maternidad.

Y... ¿Qué es ser buena madre para ella?

“Te” dice: *Me considero una buena madre, que muchas yo me di cuenta de que, en neonatos muchas madres dejaban la leche materna y se iban y no estaban ni una hora con él bebe, entonces yo no considero que ningún trabajo sea más importante que un niño ni cualquier otra situación que no te permita estar en el hospital, ya no 24 horas sino al menos el tiempo que el niño necesita para el contacto de piel con piel.*

En estas palabras que “Te” me regala de lo que para ella es ser buena madre, una madre que supo anteponer a sus hijos por encima de cualquier otra situación como puede ser un trabajo, un compromiso o cualquier otra situación que no fuese estar con su bebé en esos momentos dónde necesitaba a su madre.

Y, todo este sentido de la maternidad, me conecta con mi otro yo, la Nayaded de otra familia que entiende la maternidad como un amor incondicional, algo que nos enseña a madurar y que vive el ser madre como algo bonito, maravilloso, como un regalo, alguien que viene a nuestras vidas para quedarse, que cómo dice nuestra madre: *“la gente va y viene, pero un hijo es para toda la vida”* y estas sabias palabras me remontan a “desde mis historias”, donde formulé: *madre, que bonito suena, ¿verdad?*

- **Bailando entre conocidos y desconocidos: los otros que nos sostiene**

*Las personas que realmente nos quieren nunca nos abandonan*

*(J.K. Rowling)*

Desde los comienzos de la conversación que tuve con “Te” y a medida que nos movíamos dentro de ésta como si bailásemos en ella, siempre me recalcó la importancia que tuvo para ella en ese momento el apoyo de sus familiares,

“Te” me dice: *A parte, en mi caso que también tengo a Silvia tenía que estar también pendiente a Silvia, aunque contaba con la ayuda de familiares, pero la experiencia no es muy buena cuando el niño es prematuro.*

Aquí entro, de nuevo, en mi intersección como Nayaded, miembro de una familia humilde. Para mí, que mi hermana me dijese eso, me trasporta a ese momento, donde cada uno de nosotros dio lo mejor de sí para que ella se sintiera así, apoyada, respaldada y sin tener ningún sentimiento de que le faltaba ayuda. Puig y Rubio, (2010) hablan de una compañía de manera

incondicional, convirtiéndose en un sostén, administrando confianza e independencia. Todo esto hace que me sienta orgullosa de la unión que tuvimos y tenemos en ésta, mi familia, además de ver como logramos algo que para nosotros es muy importante, pues sus palabras lo dicen todo.

*“Te” me dice: Silvia en ese momento, no es que pasara a un segundo plano, pero sí que con la ayuda de mis familiares fue más fácil porque no tenía que estar pendiente de sus comidas, de sus baños, de su educación, de las cosas del cole, sino que ustedes me ayudaron y fue todo más fácil porque podía estar pendiente sin tener la preocupación de que Silvia podría tener alguna carencia.*

En el momento en el que mi hermana hace referencia a sus familiares diciendo explícitamente “me ayudaron”, sentí algo muy reconfortante que no puedo explicar con palabras.

Además, de nosotros “Te” también hace referencia a alguien que le apoya posterior al parto y a esta situación:

*“Te”: A ver, después de todo lo que paso tuve una depresión postparto pero ahora mismo estoy yendo a una psicóloga porque aún me quedan muchos recuerdos que, al recordarlo me afectan, pero estoy mucho mejor que los meses posteriores al parto.*

Antes de nada... estas palabras me recuerdan a *pasito a pasito, suave, suavcito (Despacito-Luis Fonsi)*, pues para ella es algo que ha ido mejorándolo con el tiempo y poco a poco... Aunque ella no le dé, quizás la importancia que merezca el término “depresión postparto”, yo quiero darle luz, porque sí, porque lo veo necesario y porque me apetece, pues me parece increíble que mi hermana sea valiente y sensata al hablar de ese término tan abiertamente y reconozca que la psicóloga le ha ayudado a mirar hacia adelante, a mejorar y a superar esos recuerdos que poco a poco van dejando de afectarle.

Y es ahora cuando se me ocurre una pregunta... ¿seremos los psicólogos tutores resilientes?, tal y como “Te” lo dice parece que sí, pero esto me trae recuerdos al momento de mis prácticas, recordemos a “siete” (*ya se los presenté...*), tanto él como alguno de sus compañeros, cuando les preguntaba quién era su tutor resiliente ellos nos nombraban a mi compañera y a mí, pues decían que los ayudábamos a valorar las cosas que tenían, a mirar hacia adelante, hacia un futuro mejor... (*¡Ay, que buenos momentos con mis chicos...!*)

- **Desde tradiciones que me habitan al aprendiz en el arte de conversar**

Si creo que algo merece la pena, es hacer una reflexión de cómo me sentí, llevé, hice esta conversación con mi hermana, pues todo lo que tenía planeado para ese momento se fue “al garete”. ¿Por qué?, iba con los nervios a flor de piel, no sabía cómo mi hermana iba a responder, iba a reaccionar ante mi curiosidad y las dudas que tenía. Eran tal los nervios que con lo habladora que soy, me costaba articular palabra...Se me olvidó ser curiosa, preguntarle por cosas que yo, leyendo y escuchando su conversación ahora pienso: ¿Por qué no le preguntaste esto?, ¿por qué no le dijiste eso? Y esto, aunque no lo crean me extraña, pues yo, Nayaded, en todas sus interacciones (*menos en esta*), no tiene por costumbre estar tan nerviosa, pero bueno como se suele decir para todo hay una primera vez y que mejor que esta.

*Y que rápido me acostumbré...* A medida que avanzaba la conversación, sentía que mi papel de psicólogo era inexistente, pues siguiendo un poco con los consejos que Anderson (2012) y DeFehr (2008) me brindaron me ayudaron para ir guiándome en este arte, fui suspendiendo lo obvio poco a poco, cosa que me ayudo, porque aprendí a tener una escucha mucho más activa. Además, siempre llevándome por el no saber, para poder estar muy atenta a lo que ella me decía y teniendo una curiosidad, que me permitía seguir la conversación. Y si algún consejo sobre como conversar, aparte de seguir los consejos de DeFehr y Anderson, es llevarla lo más tranquilos, serenos y dejando que la conversación fluya como tiene que fluir.

### **III. Una inmersión en la autoetnografía, desde mis historias, desde saberes y la sorpresa de lo inesperado**

*No todos los que andan sin rumbo fijo se pierden*

*(J.R.R. Tolkien)*

Decidí enfrentarme a este trabajo por la curiosidad que tenía hacia la situación que vivió mi hermana en el nacimiento de “Ga”, esto lleva a comenzar por explicar **mis historias**, mis orígenes, quien soy yo en mis intersecciones, en toda esencia, en todos los campos...

Esto hizo tropezarme con un sinfín de aprendizajes, de saberes, dónde pude ir **chapoteando por diferentes** partes de un mar que desconocía, llevándome autores como Ellis (2004), Anderson (2012), DeFehr (2008) y como no, mi

pequeño Nemo (León, 2015), pues si no llega a ser por él, me hubiese costado mucho más encontrarme.

Además, tuve la suerte de poder tener una conversación profunda, tranquila y con muchos saberes de mi hermana, de sus sentimientos, de sus pensamientos, **descorchando momentos, celebrando la intersección** que somos, fuimos y seremos, porque creo que tendremos más conversaciones sorprendentes, descubridoras como ésta...Dónde para mi sorpresa, fue inesperado cada una de las palabras que mi hermana me regaló (porque para mí fueron un regalo) me colocaron en otro lugar, en otro punto de vista, en donde los por qué y para qué no fueron importantes, en dónde el Carpe Díem le hace guiños a la resiliencia, en donde suspender lo obvio se convierte en puerta a otros mundos, en dónde el apoyo, el cariño de los otros nos sostienen, en donde conversar se hace *arte*... En lugares que me hacen crecer un poco más, ...

*Y, ¿qué me llevo de todo esto?...*

Me llevo mi valentía, la de enfrentarme a algo que desconocía, por atreverme a saciar la curiosidad que tenía y la de superar este trabajo. Me llevo el orgullo que me ocasiona este trabajo, cada aprendizaje, cada reflexión, pues, aunque explicito todos mis pensamientos, sentimientos y emociones, es un gran esfuerzo introspectivo el que tengo que hacer. Me llevo la suerte de haber compartido este trabajo con mi tutora “Ma”, ¿suerte?, sí, porque sin ella esto no hubiese sido posible, gracias, gracias por apoyarme, por darme fuerzas, por no dejar que me rindiese y sobre todo gracias por ser tú, mi tutora de Tfg, que *suerte que el destino nos tropezase...*

¿Y que más me llevo?, me llevo sabor a “sal” en mi boca, una experiencia que me quedará para toda la vida me llevó haber escuchado a mi hermana, darle voz a su experiencia y compartir un poco de lo que es ella, soy yo y lo que nos rodea a ambas.

Gracias,

Gracias a mis padres, a mi hermana, a mis sobrinos

Gracias a ti “Ma”, a “Án”, a “Do”

Gracias a todos los que me han acompañado en este camino...

*Una vez más gracias...*

#### IV. Referencias:

- Adams, T. y Ellis, C. (2012). Trekking through autoethnography. En S. Lapan, M. Quartaroli, y F. Riemer, F. (eds): *Qualitative Research: An introduction to Methods and Design* (pp, 189-2012). San Francisco CA: Jossey-Bass.
- Anderson, H. (2012). Relaciones de colaboración y conversaciones Dialógicas: Ideas para una práctica sensible a lo relacional. *Family Process*, 51 (1), 1-20.
- Blanco, M. (2012). ¿Autobiografía o autoetnografía?. *Desacatos*, 38. 169-178.
- Cyrlunik, B. (2001). *Los patitos feos. La resiliencia*. Barcelona: Gedisa.
- DeFehr, J. (2008). Transforming Encounters and Interactions: A Dialogical Inquiry into the Influence of Collaborative Therapy In the Lives of its Practitioners (Tesis Doctoral). Universidad de Tilburg, Tilburg, Países Bajos.
- Ellis, C. (2004). *The Ethnographic I: A Methodological Novel About Autoethnography*. California: Altamira Press.
- Feliu, J. y Gil, A. (2011). El Fracaso: Sin sabores sobre escritura y ciencia *Revista Umbral*, 5, 31-50.
- García, M.D (2010). Conversaciones liberadoras en la intervención psicosocial: resiliencia y terapia narrativa en acción. *Servicios Sociales y Política Social. Trabajo Social Comunitario*, 91, 67-78.
- García, M.D y Torbay, A. (2012). Resiliencia y Universidad. Metamorfosis del Potencial Humano. En A. Forés y J. Grané. *La resiliencia en entornos socioeducativos*. (122-145) Madrid: Narcea.
- Gergen, K. (2015). *El ser relacional: más allá del Yo y de la Comunidad*. Bilbao, España: Desclée De Brouwer.
- Henderson, N. y Milstein, M. (2003). *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires: Paidós.
- León, J. (2015). *Las prácticas externas: Autoetnografía de una alumna de máster universitario* (Trabajo de Fin de Máster). Universidad de La Laguna.
- Melillo, A. y Suárez Ojeda, E. (2001). *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós.

- Noy, C. (2003). La escritura de transición: Reflexiones en torno a la composición de una disertación en metodología narrativa [54 párrafos]. Forum Qualitative Sozialforschung/Forum: Qualitative Social Research, 4(2), Art, 39 Recuperado en: <<http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/712/2563>>. Date accessed: 09 July 2018.
- Puig, G. y Rubio, J.L. (2010). *Tutores de resiliencia: Dame un punto de apoyo y moveré mi mundo*. ADDIMA Asociación para la Promoción y desarrollo de la Resiliencia.
- Richardson, L. (2003). Writing. A Method of Inquiry. En Norman Denzin e Yvonna Lincoln (eds.), *Collecting and Interpreting Qualitative Materials*, California: Sage.
- Rodríguez, S. (2017) *Las relaciones para los jóvenes con medidas judiciales: una investigación colaborativa sobre sus significados y sentidos* (Tesis doctoral) Universidad de La Laguna, España.
- Torbay, A. (2010). En busca de la mirada resiliente en comunicación. *Contexto. Revista de Comunicación de la Universidad de La Laguna*. 2(30)
- Wolin, S. y Wolin, S. (1993). *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity*. Nueva York: Illard Books.