

Autor:

Eneida Puerta

## Experiencias vitales y formas de afrontamiento de jóvenes ante situaciones problemáticas Relatos de vida. Medellín 2011

### Resumen:

La población joven de Medellín actualmente enfrenta estresores de diversa índole, conductas de riesgo como consumo de sustancias psicoactivas, sexualidad insegura y violencia de todo tipo. Basados en un enfoque de resiliencia para estudiar e intervenir las conductas de riesgo, esta investigación tuvo como objetivo comprender las experiencias vitales y las formas de afrontamiento ante las situaciones problemáticas de hombres de 18 a 20 años de la ciudad. Desde un enfoque cualitativo, y usando el método biográfico se realizan relatos de vida de cuatro jóvenes (dos resilientes, un control y un joven con conductas de riesgo), expuestos a violencia barrial y ubicados en el estrato 2. Los hallazgos indican que la estrategia de afrontamiento más común entre los participantes fue la búsqueda de apoyo social, mientras que la actitud activa frente a la vida y el futuro es el afrontamiento característico de los resilientes, aspecto identificado en la literatura disponible.

### Introducción

Los jóvenes de Medellín han estado expuestos a múltiples adversidades y condiciones de riesgo, sin embargo algunos han tenido posibilidades de acceder a la educación superior, a formas de participación social y cultural, estrategias que los han mantenido por fuera del conflicto y que han generado conductas sociales más favorecedoras.

El conocimiento de cómo estos jóvenes han enfrentado las adversidades de una forma positiva, en contraste con aquellos que lo hacen sin preservar su vida y la de otros, es objeto de interés de un enfoque basado en la resiliencia. Esta, es conceptualizada como "La capacidad de las personas para desarrollarse psicológicamente sanas y exitosas, a pesar de estar expuestas a situaciones adversas que amenazan su integridad" (Rutter, 1993 citado en Palomar y Gómez

2010). Para Lösel, Blieneser y Köferl, 1989, (citados en Munis, et al 1997) se trata de un enfrentamiento positivo, ante eventos de la vida severamente estresantes y acumulativos.



Imágenes tomadas por Ciudad Comuna, Medellín 2013

Este boletín es producto de la investigación Experiencias Vitales y formas de Afrontamiento de Jóvenes ante Situaciones Problemáticas, Relatos de Vida, Medellín 2011

Investigadores:

ELIANA MARÍA ALZATE GUTIÉRREZ  
ENEIDA PUERTA HENAO  
NATALIA VALENCIA SOTO  
JOHAN FERNEY TORO

Asesora:

ERIKA MARÍA MONTOYA VÁSQUEZ

Objetivo:

Comprender las experiencias vitales y las estrategias de afrontamiento ante las situaciones problemáticas de un grupo de hombres entre los 18 y 20 años de la ciudad de Medellín. Los relatos serán contrastados, identificando las estrategias y características que favorecen la resiliencia, de tal forma que se pueda aportar insumos a las instituciones que trabajan con y por los jóvenes y al proyecto: "Caminos hacia la resiliencia" del cual este estudio hace parte.

## 1. Los narradores y sus experiencias vitales

### 1.1. Resiliente 1(R1): Ser negro es más sabroso: Bueno sociable y en especial Alegre

La vida de R1 empieza a constituirse en un municipio de Antioquia, allí permanece durante los 12 años en compañía de su padre y dos hermanos, en sus palabras “mi infancia no ha sido ni la mejor ni la peor”, a los cuatro años su madre viajó a Medellín; pese a esta separación, a la continua discriminación y comentarios ofensivos de sus compañeros, R1 recuerda lo bueno y aprende que “uno tiene que buscar su bienestar”. Toma la decisión de dejar el pueblo para instalarse en Medellín donde ha vivido las experiencias más significativas, como ser personero, lo que le permitió reencontrarse con su origen afro, descubrir el amor por la gente y enamorarse del

baile. Se define como: “Bueno, sociable y en especial alegre”, a lo que hay que agregar su calidez y liderazgo; siente que “hay que ser más grande que el más grande de los problemas” y que “si usted se ríe goza más la vida”. Acercarse a los adultos es la estrategia de afrontamiento que utiliza para resolver las situaciones difíciles. Su familia aunque fragmentada es funcional, se siente orgulloso de sus padres, tiene metas claras, sueña con casarse, ser un bailarín profesional y terminar su carrera



### 1.2. Resiliente 2 (R2): Mi vida yo la construyo a partir de mis metas y sueños.

Es un joven de 19 años que vive en uno de los barrios de las laderas de Medellín, con un marcado interés por la búsqueda de conocimiento, la participación social y cultural, aspectos que han aportado a su desarrollo personal. La crianza del joven estuvo a cargo de sus padres y abuela, a quien recuerda con tristeza por su muerte y con profundo cariño. Su posición económica lo ha hecho consiente de la desigualdad social, así decide estudiar una carrera profesional que le

permite desarrollar su interés por las problemáticas sociales del país, y a la que le dedica la mayor parte de su tiempo; sus estudios se complementan con la participación en escenarios sociales en los que conforma y promueve grupos juveniles. Es un joven que piensa en su futuro, planteándose metas claras y acordes a sus capacidades y los recursos que puede encontrar en el medio. La confrontación con la norma, como medio para defender sus derechos, le ha llevado a fortalecer su capacidad de argumentación y de lucha por sus ideales, características que se manifiestan constantemente en su relato.



### 1.4. Control 1 (C1): Yo toda la vida he sido muy tranquilo

Joven de 20 años, estudiante de una universidad pública. A través de su familia, ha consolidado su personalidad y el respeto como el valor más importante en su vida, C1 siente una profunda admiración por sus padres,

los cuales le brindan un apoyo constante. Es un joven que “siempre he tenido una inclinación hacia lo bueno”, es decir, se rodea de personas y ambientes sanos, que no incitan a conductas de riesgo. Considera importante pensar a futuro y tener metas, como terminar su carrera y conformar una familia. La tranquilidad, se ha constituido en una estrategia para enfrentar los problemas, de tal forma que no les otorga un carácter trascendente y los asume como una experiencia más de la

vida; la estrategia que más lo caracteriza es la búsqueda de apoyo social, la cual se refiere a compartir el problema con otros y así buscar una solución. Este joven posee características resilientes, como la búsqueda de apoyo social, humor frente a las situaciones adversas de la vida y una ética para comprometerse con valores como el respeto; pero no manifiesta una pasión clara hacia lo que hace y sobre lo que le acontece.



### 1.3. Joven con conductas de riesgo: (A1):

#### La encrucijada de mi vida entre la violencia y la supervivencia.

Joven de 18 años que ha vivido en un contexto de violencia, su barrio le representa un lugar seguro para vivir, allí satisface sus necesidades y comparte con sus amigos su pasión: ser barrista y ver jugar al atlético nacional, ésta última actividad transmitida por su padre. Casi la totalidad de su vida se construye alrededor de esta pasión, su familia verdolaga le hace adquirir una identidad y ser quien es. No terminó su bachillerato por hacer parte de una banda; sus relatos develan una encrucijada, la violencia como una opción para la

supervivencia y una moral con mezcla de miedo que lo lleva a optar por otros caminos para solventar sus dificultades y necesidades. Después de “sentir la muerte encima” y de perder a su amigo de forma violenta, decide retirarse de la banda. Sus discursos cortos, concretos, y descriptivos muestran que es un joven que vive el momento, no se preocupa por tejer lazos con el futuro.



## Contraste de relatos

### Actitud frente a la vida:

Los resilientes y el joven control suelen mostrar una actitud positiva, ven a las adversidades como experiencias que los enriquecen; A1 ve la adversidad como un obstáculo. Aunque en C1 no exista una pasión tan clara, -como el baile para R1, la lectura y el mundo social para R2-, si tiene un gusto por el estudio, por los ambientes tranquilos y como A1 por el fútbol. Los resilientes se muestran como los actores de su vida, además de una actitud reflexiva frente a la misma, esta última característica menos visible en A1, el cual aparece como espectador de su propia vida; C1 muestra una moderada tendencia a la introspección aunque no tan marcada como los resilientes.

### Posición frente al futuro:

Los resilientes visionan sus metas y proyectos hacia el futuro, su presente es la construcción del porvenir que ellos mismos deciden y en el que aparecen sus sueños realizados. El control manifestó la importancia que tienen los sueños pero no dejó entrometer en su discurso cómo alcanzarlos. Por el contrario, A1 pone su tiempo en el presente y no le interesa construir futuro, tampoco manifestó interés por tener sueños, ni en casarse pero sí en tener un hijo. Todos los demás manifestaron deseos de tener una pareja sentimental e hijos.

### Una forma diferente de vivir los gustos:

El estudio y el baile son posibilidades de superación en los jóvenes resilientes al igual que son fuentes generadoras de alegría, como el fútbol para A1, por su parte C1 vive el estudio y el fútbol, con tranquilidad, rechaza la violencia y pasiones desmedidas que se presentan entre las barras. Para R1 “el baile es alegría, es ganas de vivir, y refleja lo que guarda en el corazón”; y R2 encuentra en el estudio la mayor posibilidad de obtener éxito. La fuente de felicidad para los resilientes depende de sí mismo, para A1 es producto de un otro externo, el Atlético Nacional, y en C1 se entremezclan las dos opciones.



## Contraste de relatos

### Las relaciones con la comunidad y los pares:

Las relaciones con la comunidad y los pares: Las relaciones interpersonales se convierten para R1 y C1 en un apoyo social para enfrentar los problemas, buscan personas confiables que perciben pueden ayudarles, en R1 hay interés en buscar apoyo en figuras mayores y en C1 en los pares. En A1 se observa una actitud similar con sus amigos del “combo” a quienes permite gobiernen algunas de sus acciones. Un elemento común en los jóvenes, es el interés de ayudar a los otros, en los resilientes se presenta en acciones para toda su comunidad, mientras que los otros dos jóvenes, buscan ayudar a personas cercanas.

### La familia:

Resiliencia y fuente de aprendizaje, cumple un papel importante en los relatos de estos jóvenes. En R1 y C1: el padre representa la norma, la firmeza y la responsabilidad, y la madre protección y afecto. Por su parte R2, creció con las normas de la madre, los consejos del padre y la complicidad de la abuela, quien lo protegía. En el relato de A1 la familia aparece bajo la expresión, “mi familia es un amor”, tiene unos padres que le apoyan y se preocupan, pero que no han puesto límites a los comportamientos que estos mismos rechazan en su hijo. Retribuir a las familias el esfuerzo, la formación y el apoyo que les han brindado es un elemento común en los cuatro jóvenes.

### La universidad:

La mayor posibilidad, un plan b y algo imposible: C1 se encuentra cursando el séptimo semestre de su carrera, tiene un buen promedio, manifiesta gusto por el estudio, y reconoce su capacidad para adquirir y transmitir conocimientos. R2 cursa cuarto semestre el estudio es la mayor fuente de conocimiento y estrategia para enfrentar los problemas de la vida. R1 divide su tiempo entre las prácticas de baile y las clases de la Universidad, terminar su carrera será un plan B para sobrevivir en el futuro. Para A1, la universidad no está en sus planes, estudiar una carrera es muy caro y salir de su barrio es poner su vida en peligro.

## Conclusiones

- Los jóvenes utilizan estrategias de afrontamiento distintas con diferentes resultados, pero sólo aquellas que preservan la calidad de vida con el menor daño posible a sí mismo y a los otros, favorecen la opción resiliente.
- La estrategia de afrontamiento más común entre los participantes fue la búsqueda de apoyo social, mientras que la actitud activa frente a la vida y el futuro es el afrontamiento característico de los resilientes, aspecto identificado en la literatura disponible.
- La alegría, altruismo, liderazgo, perspicacia, autonomía, el deseo de reconocimiento, y el amor por la gente, son las características que identifican a los jóvenes resilientes de esta investigación.
- Aunque se identifique a la adolescencia en sí misma como un periodo de adversidad, también debe considerarse como una etapa en la que pueden desarrollarse habilidades, capacidades y estrategias de afrontamiento que favorecen la opción resiliente.

Resiliencia Superar Futuro  
Trabajar Estudiar Reir Altruismo Liderazgo  
Capacidad Sentir Luchar Reto Afrontamiento  
Integridad Adversidades Vivir

## **Proyecto: Caminos a la Resiliencia**

**Este proyecto se desarrolla de manera conjunta  
entre los países:**

**Canadá, China, Sudáfrica, Nueva Zelanda y  
Colombia.**

**Financiadores: International Development  
Research Centre (IDRC) de Canadá y la Facultad  
Nacional de Salud Pública.**

**Si desea más información del  
proyecto Caminos a la Resiliencia  
puede contactarse a través:**

**Teléfono: 2196868  
Dirección: Calle 62 Nro. 52-59**

**Correo Electrónico:  
resiliencia.joven@gmail.com**

**Página Web:  
<http://previva.udea.edu.co>**

**Diseñado por:  
Leyner Camilo López**

**E-mail:  
leynerclopez@gmail.com**