

Anexo 2, Tabla 2: Ejemplo de tabla de consistencia, segundo análisis**Subcategoría:** 1.2. Vivencia de la separación

H1	En relación con la vivencia de la separación H1 menciona que un elemento que influyó en esto es el siguiente: “dio por un hecho que yo siempre iba a estar ahí, sin importar cómo fuera, yo siempre iba a estar al lado de ella, y ahí fue cuando yo dije que yo no quería esto para mi vida.” (H1, 12 de octubre de 2020). La separación de la pareja no es un hecho aislado, más bien es un proceso que concluye con la decisión de la ruptura, en relación con esto H1 menciona la siguiente frase: “El último año me comporte igual, y se llegó a un punto donde yo tuve que decir: ¿Quiero esto para mí durante toda la vida? Y entonces me dije, es que para estar así prefiero estar solo. Entonces fue cuando yo le planteé, yo le dije a ella, vea yo mejor me voy a ir, pero esto no fue de un día para otro, esto fue un proceso de 3 años” (H1, 12 de octubre de 2020).
H2	H2 sobre la vivencia de la separación, hace una relación a que no se puede estar con una persona sin primero estar bien consigo mismo: “yo puedo querer ser feliz con una persona pero si yo no soy feliz, no hay forma en la que yo pueda ser feliz con otra persona, todo empieza desde nosotros mismos y eso es lo que a veces nos cuesta, a mí me costó mucho aprender y todavía lo aprendo y todavía entreno todos los días para mejorar esa situación.” (H2, 12 de junio del 2020). Añadiendo a la vivencia de la separación, H2 externa que su decisión de por fin dar el paso adelante en torno a su separación, fue el darse cuenta que esa relación no era saludable para su vida, tomándose como prioridad su bienestar, donde lo externa de la siguiente forma “al fin y al cabo parecía que éramos compatibles , pero no lo éramos, o por lo menos para mí no era saludable, y si la mae quería seguir viviendo ese mundo que pensaba que tenía derecho a todo, bueno, allá ella, yo me dedique a ser feliz” (H2, 12 de junio del 2020).
H3	Según H3 en relación a la la vivencia de su separación, él tenía sentimientos de perdedor y de enfermo “yo llego muy marcado al WEM por dos cosas: primero como perdedor, por haber perdido un matrimonio, y segundo como enfermo, yo me considero un enfermo ehheh un degenerado por el asunto de la masturbación.” (H3, 14 de junio del 2020). Según H3 en relación a la la vivencia de su separación, él tenía sentimientos de perdedor y de enfermo “yo llego muy marcado al WEM por dos cosas: primero como perdedor, por haber perdido un matrimonio, y segundo como enfermo, yo me considero un enfermo ehheh un degenerado por el asunto de la masturbación.” (H3, 14 de junio del 2020).

	Menciona que a la hora de una separación, el participante obtuvo las siguientes reacciones: “yo me sentí más libre, más tranquilo porque ya no, no hay nada que esconder, las cosas fluyen, entonces ya no se me, no sé me daba... Y lo retomé pacíficamente, que pude seguir hablando, no tome nada con odio, ni a nadie con odio, si maduramente, por los años e hijos que tengo.”
H4	“Si uno de los aprendizajes principales, creo yo o veo yo es tratar de hablar. Si ya se sabe que la separación mía, es tratar de hablar cordialmente, sentarse poder hablar, si hay la necesidad, si no la tiene perdonar, pues que no la perdone pero que no la agarre con uno... Entonces lo mejor es la comunicación y ojalá la cordialidad de que se amaron, y se recuerden que se amaron. No que, que se amaron y ahora se odian, se separan y se odian y se aborrecen, sabiendo que hay hijos de por medio.” (H4, 14 de octubre del 2020) H4 menciona esto como base de su proceso, una vez finalizado.
H5	El participante, H5 menciona su sentir al momento en que se efectuó la separación, haciendo énfasis a que fue un proceso realmente difícil “devastado, fue demasiado demasiado difícil, es más fue algo que me costó mucho”. (H5, 9 de agosto del 2020). Adicionalmente, el participante menciona que ha visualizado muchos avances en relación a su estado, sin embargo, también se contradice al mencionar que es algo que considera nunca podrá superar, debido a las enseñanzas que esto le dejó he visto muchos avances, "yo pienso que uno nunca termina de superar algo así, digamos, cuesta mucho, es como que todas las malas experiencias dejan secuelas, buenas y malas pero dejan secuelas" (H5, 9 de agosto del 2020). Por otro lado, se da la visualización del progreso mencionado por el participante, el cual llegó en momentos específicos. “Entonces yo mismo me decía “no yo tengo que seguir, tengo que seguir” no era por demostrarle a ella ni a nadie nada, era por mí mismo, y yo demostrarme que podía salir bien, entonces creo que fue algo también por orgullo propio.”
H6	Como parte de su vivencia de separación, el participante H6 menciona que fue un proceso en el que se quedó únicamente con el cariño de sus hijos, se sentía muy recargado e insatisfecho con su vida, hasta el punto de llegar a considerar el suicidio, como señala en la siguiente frase: “me fui quedando solamente con el amor de mis hijos, o sea, no hubo complementariedad, no hubo compartir actividades del hogar, hubo recarga, tenía igual doble jornada laboral, dormía muy poco, mi dinero era exclusivamente para todos los gastos no me quedaba nada para mi, entonces al final todo el proceso se vino dando al punto en el que yo dije que esto no era vida. Y te lo voy a resumir en una frase muy sencilla, si yo no me hubiese separado, yo me hubiera suicidado” (H6, 22 de octubre del 2022).
Nivel 1	Dentro de la vivencia de la separación, uno de los visibles aspectos afectados ante el evento fue el autoestima de los entrevistados, esto se puede visualizar por ejemplo con lo aportado por H5, el cual expone su sentir durante este periodo: “devastado, fue demasiado demasiado difícil, es más fue algo que me costó mucho” (H5, 14 de
Análisis	

**descriptivo
general**

junio del 2020), en relación a esto, H3 señala que su percepción propia fue la siguiente: “yo llego muy marcado al WEM por dos cosas: primero como un perdedor por haber perdido un matrimonio, y segundo como un enfermo, yo me considero un enfermo ehh un degenerado por el asunto de la masturbación.” (H3, 14 de junio del 2020).

Mientras que por otro lado, H6 recuerda este evento de la siguiente manera: “me fui quedando solamente con el amor de mis hijos, o sea, no hubo complementariedad, no hubo compartir actividades del hogar, hubo recarga, tenía igual doble jornada laboral, dormía muy poco, mi dinero era exclusivamente para todos los gastos no me quedaba nada para mí entonces al final todo el proceso se vino dando al punto en el que yo dije que esto no era vida. Y te lo voy a resumir en una frase muy sencilla, si yo no me hubiese separado, yo me hubiera suicidado” (H6, 22 de octubre del 2022)

Así mismo, H1 expone una situación similar a la anterior, en donde ambos participantes pensaron en la priorización de sus necesidades en un punto específico de su trayecto con su pareja: “...dio por un hecho que yo siempre iba a estar ahí sin importar cómo fuera, yo siempre iba a estar al lado de ella, y ahí fue cuando yo dije que yo no quería esto para mi vida” (H1, 12 de octubre de 2020).

Nuevamente, H1 señala que su experiencia más dolorosa fue al iniciar este proceso nuevamente “la parte fea es dolorosa que lleva a una ruptura que uno llega extrañar a esa pareja, que vienen los recuerdos, que tal vez a veces uno se siente solo.” (H1, 12 de octubre de 2020). Bajo esta misma línea, H5 aporta que posterior a la separación su interés por salir los fines de semana y socializar, cambió considerablemente: “pero si, como que después de eso cambió y yo me encerré un poco en mí mismo y con el tiempo la soledad hace falta, hoy por hoy no siento que sea como un ogro pero no me hace falta relacionarme mucho” (H5, 9 de agosto del 2020); en relación con esta frase, H1 también añade: “la parte fea, dolorosa que lleva una ruptura que uno llega a extrañar a esa pareja, que vienen los recuerdos, que tal vez a veces uno se siente solo”. (H1, 12 de octubre de 2020).

Por su parte, H2 menciona que en su relación a cabo al priorizar su bienestar: “al fin y al cabo parecía que éramos compatibles, pero no lo éramos, o por lo menos para mí no era saludable, y si la mae quería seguir viviendo en ese mundo que pensaba que tenía derecho a todo, bueno, allá ella, yo me dedique a ser feliz”. (H2, 12 de junio del 2020).

La finalización de la relación de H6 con su pareja, fue similar a la del participante anterior, donde menciona que visualizó sus necesidades integrales: “entendí por lo cual terminé mi relación fue que perdí mi esencia, me perdí yo, entonces no reía, me encorvé, me sentía muy viejo, me sentía un hombre de 50 años en un cuerpo de un mae de 30...32 años.” Agrega además: “yo me fui porque yo quise irme, porque ya esa persona no me aportaba algo positivo en mi vida, por salud mental me fui.”(H6, 22 de octubre del 2022).

Fuente: Elaboración propia.

Anexo 3, Tabla 3: Ejemplo de tabla de consistencia, tercer momento de análisis (análisis interpretativo)

Sub- categorías	Nivel 1 Análisis Descriptivo Integrado	Nivel 2 Análisis Interpretativo
Subcategoría: 1.2. Vivencia de la separación	Dentro de la vivencia de la separación, uno de los visibles aspectos afectados ante el evento fue el autoestima de los entrevistados, esto se puede visualizar por ejemplo con lo aportado por H3, el cual expone su sentir durante este periodo: “devastado, fue demasiado difícil, es más fue algo que me costó mucho” en relación a esto, H3 señala que su percepción propia fue la siguiente: “yo llego muy marcado al WEM por dos cosas: primero como un perdedor por haber perdido un matrimonio, y segundo como un enfermo, yo me considero un enfermo ehh un degenerado por el asunto de la masturbación.” (H3, 14 de junio del 2020). Mientras que por otro lado, H6 recuerda este evento de la siguiente manera: “me fui quedando solamente con el amor de mis hijos, o sea, no hubo complementariedad, no hubo compartir actividades del hogar, hubo recarga, tenía igual doble jornada laboral, dormía muy poco, mi dinero era exclusivamente para todos los gastos no me quedaba nada para mi entonces al final todo el proceso se vino dando al punto en el que yo dije que esto no era vida. Y te lo voy a resumir en una frase muy sencilla, si yo no me hubiese separado, yo me hubiera	Dentro de la vivencia de separación, los participantes hicieron referencia al proceso que se dio; al respecto, H5 y H6 concuerdan en que primero se trató de un periodo en el que notaron cambios progresivos en el comportamiento de sus parejas, los cuales reflejan una falta de interés, pérdida de afecto y distanciamiento. Al respecto H6 menciona lo siguiente: <i>“es un proceso en el cual vos te vas dando cuenta cómo las cosas no iban funcionando... y... poco a poco la relación va enfriándose, lo que llamamos “se va enfriando”, vas perdiendo el interés, vas perdiendo afecto”</i> (H6, 22 de octubre del 2022). En relación con lo anterior, autores como Vargas (2016) y García e Ilabaca (2013) mencionan que dentro de los beneficios que tiene el estar en pareja se encuentran la protección mutua, sentimientos de aceptación, amor y confianza, seguridad; haciendo que las personas se sientan aceptadas y amadas; sin embargo, cuando se pierden estos beneficios dentro de una relación de pareja se puede detonar una crisis. En el caso de los participantes fue evidente como poco a poco se fueron perdiendo los beneficios mencionados anteriormente, lo cual es un indicio de que la relación de pareja no está aportando bienestar a ambas personas. Asimismo, como parte del proceso de pérdida de los beneficios de la relación de pareja, los participantes H2 y H3 expresan que desde sus experiencias se empiezan a evidenciar con mayor frecuencia diferencias de pensamiento que contribuyeron al distanciamiento. En el caso de H2 también señala el peso que

suicidio” (H6, 22 de octubre del 2022).

Así mismo, H1 expone una situación similar a la anterior, en donde ambos participantes pensaron en la priorización de sus necesidades en un punto específico de su trayecto con su pareja: “...dio por un hecho que yo siempre iba a estar ahí sin importar cómo fuera, yo siempre iba a estar al lado de ella, y ahí fue cuando yo dije que yo no quería esto para mi vida” (H1, 12 de octubre de 2020).

Nuevamente, H1 señala que su experiencia más dolorosa fue al iniciar este proceso nuevamente “la parte fea es dolorosa que lleva a una ruptura que uno llega extrañar a esa pareja, que vienen los recuerdos, que tal vez a veces uno se siente solo.” (H1, 9 de agosto de 2020) Bajo esta misma línea, H5 aporta que posterior a la separación su interés por salir los fines de semana y socializar, cambió considerablemente: “pero si, como que después de eso cambió y yo me encerré un poco en mi mismo y con el tiempo la soledad hace falta, hoy por hoy no siento que sea como un ogro pero no me hace falta relacionarme mucho” (H5, 9 de agosto del 2020); en relación con esta frase, H1 también añade: “la parte fea, dolorosa que lleva una ruptura que uno llega a extrañar a esa pareja, que vienen los recuerdos, que tal vez a veces uno se siente solo”. (H1, 12 de octubre de 2020).

Por su parte, H2 menciona que en su relación a cabo al priorizar su bienestar: “al fin y al cabo parecía que éramos compatibles, pero no

tuvieron las diferencias en cuanto a hábitos, como por ejemplo el fumado, al mencionar “yo cometí el error de cuando éramos novios de decirle que yo no quería que ella fumara, ella fumaba y yo no quería que fumara y que si ella se quería casar conmigo tenía que dejar el cigarro y claramente lo dejó para casarse y después de casados ya volvió con el cigarro, entonces eso yo no lo perdonaba” (H2, 12 de junio del 2020)

En el caso de H3 menciona que habían diferencias en cuanto a la manera de vivir la sexualidad, al plantear: “(...) *las sexualidades eran muy diferentes, ella me vio masturbándome y viendo pornografía y fue el fin del mundo. O sea ella inició una lucha, o una cruzada, para desprestigiarme, para llevarme a psicólogos a que me sanarán porque eso era malo. Y por mucho tiempo lo satanizan y yo me cree todo un conflicto, verdad. Y eso empezó a decaer, decaer y decaer, decayó económicamente y decayó en problemas. Hasta que ella en algún momento tomó una decisión de tener una relación paralela*” (H3, 14 de junio del 2020).

Lo anterior, corresponde a los planteamientos de Villegas y Mallor (2012) quienes señalan que las diferencias pueden causar pérdida de la estabilidad en el vínculo, dependiendo de la gravedad de la situación. En este caso, la conducta de masturbación del participante H3 generó una crisis en la pareja, la cual, de acuerdo con su vivencia no permitió la reorganización del vínculo; generando distancia, hasta llegar al punto en el que su ex pareja decide iniciar una nueva relación, llevando a la muerte del vínculo, desapareciendo por completo con la decisión de la separación.

Es importante rescatar que las crisis que llevan a una separación de pareja son distintas en cada caso; al respecto Papalia



lo éramos, o por lo menos para mí no era saludable, y si la mae quería seguir viviendo en ese mundo que pensaba que tenía derecho a todo, bueno, allá ella, yo me dedique a ser feliz” (H2, 12 de junio del 2020).

La finalización de la relación de H6 con su pareja, fue similar a la del participante anterior, donde menciona que visualizó sus necesidades integrales: “entendí por lo cual terminé mi relación fue que perdí mi esencia, me perdí yo, entonces no reía, me encorvé, me sentía muy viejo, me sentía un hombre de 50 años en un cuerpo de un mae de 30...32 años.” Agrega además: “yo me fui porque yo quise irme, porque ya esa persona no me aportaba algo positivo en mi vida, por salud mental me fui.” (H6, 22 de octubre del 2022).

(2012) menciona algunas circunstancias por las que las parejas en edad intermedia optan por separarse: el abuso físico, verbal, emocional o sexual; diferencias importantes de valores o estilos de vida en esta etapa; desamor; infidelidad o también las expectativas profanadas.

En los casos anteriores es notoria la presencia de diferencias de valores y estilos de vida; por su parte, los participantes H2 y H6 comparten que dentro de las causas de la separación se encontró la presencia de violencia, faltas de respeto y pérdida de amor. Por su lado, H2 señala que vivió violencia psicológica por parte de su pareja al mencionar: “*di yo le entregaba mucha atención a mi hijo y disfrutaba mucho el compartir con él y eso le afectó mucho a ella y ahí empezaron los reclamos, empezó el desamor... empezamos a desenamorarnos mucho, empezaron los gritos, violencia verbal y empezó ahí en decadencia la relación, se fue muy muy en decadencia la relación*” (H2, 12 de junio del 2020).

Fuente: Elaboración propia.