

Diciembre, 2019

***UNA MIRADA A LA FAMILIA EN PROCESO DE SEPARACIÓN O DIVORCIO
DESDE EL ABORDAJE SISTÉMICO: REPERCUSIONES EMOCIONALES EN EL
MENOR***

A look at the family in the process of separation or divorce from the systemic approach:
emotional impact on the minor

Daniris Orozco Rincón*

Psicólogo en formación, Fundación universitaria del Área Andina.

Dorozco8@estudiantes.areandina.edu.co

Resumen

Durante mucho tiempo la separación o el divorcio fue concebida bajo una visión fatalista, relacionada con los conceptos de “fin” o “terminación”, que a su vez suscita muchos sentimientos y pensamientos relacionados con frustración, negación, ira, entre otros detonantes que de no ser identificados y abordados a tiempo podrían hacer de este proceso un campo de batalla legal, psicológico y en el peor de los casos traer graves consecuencias emocionales y conductuales al menor involucrado.

No en vano trastornos del sueño, comportamientos disruptivos e incluso anti-sociales, enuresis, ecopresis entre otros hacen parte del motivo de consulta del menor involucrado en la separación de sus progenitores, de ahí radica la importancia de conocer cómo se configura la psique del niño de acuerdo a la etapa del ciclo evolutiva en el que se encuentre para poder dimensionar la concepción del mundo externo que este introyecte en su realidad subjetiva, es decir, la manera cómo el chico o adolescente capte o asimile el proceso

de divorcio de sus padres es fundamental para su calidad de vida a corto y largo plazo.

El siguiente artículo hace una reflexión que va desde lo general, partiendo de los diferentes conceptos de familia, pareja, la noción de divorcio según diferentes autores, las etapas que lo caracterizan, los distintos tipos de separación implicados en el divorcio; a lo más específico que es el abordaje sistémico de la separación o divorcio, primeramente haciendo una

introducción de los orígenes de dicho enfoque y su utilidad, y posteriormente revisando las consecuencias emocionales derivadas del divorcio en los hijos/as. Así como también se revisa la concepción e importancia que la terapia sistémica le brinda a la participación de todos los miembros de la familia dentro del abordaje terapéutico y consigo se exponen las actitudes terapéuticas y no-terapéuticas dentro del manejo sistémico.

Palabras clave

Familia, pareja, separación, divorcio, terapia sistémica, Emociones en el menor.

Abstract

For a long time theseparationordivorcewasconceivedunder a fatalisticvision, related to theconcepts of "end" or "termination", which in turnprovokesmanyfeelings and thoughtsrelated to frustration, denial, anger, amongothertriggersthat de Notbeingidentified and approached in time couldmakethisprocess a legal, psychologicalbattlefield and in theworst case, bringseriousemotional and

behavioralconsequences to theminorinvolved.

Notsurprisingly, sleepdisorders, disruptive and even anti-social behaviors, bedwetting, ecopresisamongothers are part of thereasonforconsultation of thechildinvolved in theseparation of theirparents, hencetheimportance of knowinghow to configure

the child's psyche according to the stage of the evolutionary cycle in which it is to be able to dimension the conception of the external world that this introjects into its subjective reality, that is, the way in which the boy or adolescent captures or assimilates the process of divorce of his parents is fundamental for its quality of life in the short and long term.

The following article makes a reflection that goes from the general, starting from the different concepts of family, couple, then the notion of divorce according to different authors, the stages that characterize it, the different types of separation involved in the divorce; to

the most specific that is the systemic approach to separation or divorce, firstly making an introduction of the origins of said approach and its usefulness, and subsequently reviewing the emotional consequences derived from divorce in children. As well as the conception and importance that systemic therapy gives to the participation of all family members within the therapeutic approach is reviewed and with it the therapeutic and non-therapeutic attitudes within the systemic management are exposed.

Keywords

Family, Couple, Separation, Divorce, Systemic Therapy, Emotions in the child.

Introducción

Para hablar del enfoque sistémico aplicado al tema del divorcio o separación en la familia, es absolutamente necesario esclarecer conceptos como lo son el de familia, sus diferentes etapas, divorcio o separación, las diferentes fases según diversos

autores por las que este pasa. A modo de reflexión se esboza de manera integral cómo la pareja asume el proceso de separación, cómo es percibida esta por los hijos, los efectos de este en los menores, sus efectos psicolegales y sobre todo se hace

especial énfasis en el abordaje sistémico ante las repercusiones emocionales, según la edad y los recursos de afrontamiento que tiene el menor ante el proceso de separación o divorcio dentro del contexto familiar.

Además, a modo de conclusión se explica detalladamente las bondades a largo plazo que tiene el hecho de intervenir de manera sistémica al núcleo familiar dentro de esta crisis no-normativa como lo constituye divorcio.

Aunque la ruptura matrimonial ha alcanzado tasas tan altas que va camino de convertirse en una etapa normativa del ciclo vital de la familia occidental (Pinsof, 2002), a la que se verán enfrentadas un porcentaje muy alto de familias, sigue siendo una experiencia traumática en la mayoría de los casos. Desde el punto de vista clínico, se considera incluso que un divorcio tiene un potencial traumatizador comparable incluso a la muerte de un familiar, por cuanto produce también fuertes sentimientos de pérdida y lleva a aparejados cambios profundos en las relaciones interpersonales y en el sentido de identidad. (Amato y Cheasdle, 2005) manifiestan que “De hecho, el divorcio supone una transición importante para todo el sistema familiar,

que afecta no sólo a una, sino generalmente a dos e incluso a cuatro generaciones”. (p. 2)

Por todo lo anterior resulta interesante y necesario estudiar las variables que intervienen en este proceso, que de no ser llevado de manera asertiva y manejado con herramientas y técnicas adecuadas ya sea por parte de familiares y/o profesionales, podría causar daños irreparables en la salud mental del menor.

Es necesario empezar diciendo que el problema del divorcio es el problema del matrimonio en sí. Depende del valor que se le conceda y de la aceptación y concesiones que implique. Podría considerarse como un problema personal entre adultos con la intención de resolver conflictos correspondientes a un desacuerdo y a una inadaptación familiar. El matrimonio tiene problemas mucho antes de su separación. Mardomingo (1994) citado por Raheb (2000) expresa que: Las disputas representan muchas veces una forma de desplazamiento de los propios conflictos de los padres, exponiendo reproches y acusaciones mutuas. Por otra parte, estas disputas pueden manifestar la incompetencia real de los padres para afrontar el cuidado y

crianza de los hijos. A veces no existe unificación de criterios en cuanto a su educación, pudiendo ser esto motivo de discusión frecuente, lo que explica que muchos niños se sientan responsables del divorcio de sus padres, y es aquí donde se centra el motivo de reflexión

Reflexión

Gottman (1994) citado por Raheb (2000) plantea que: una ruptura matrimonial no suele ser un fenómeno repentino y aislado, sino más bien un proceso que se prolonga en el tiempo, generalmente a lo largo de años, es decir antes de oficializarse el divorcio como tal, la pareja pudo haber estado estancada en un círculo vicioso por salvaguardar su relación y se pudieron haber detectado señales que serían predisponentes ante el fallo final como lo es el divorcio.

En cualquier caso, es importante entender que el efecto potencialmente negativo que una ruptura de pareja tiene sobre los hijos no reside solamente en la separación o del divorcio propiamente dicho, sino también en la exposición del menor a ese proceso insidioso y prolongado de desafección, enfrentamiento soterrado o franco

de las siguientes páginas las cuales ilustran la situación que vive el menor dentro del “campo de batalla” muchas veces creado por sus padres y se exponen de igual manera las vicisitudes que los chicos deben dentro de dicho proceso.

conflicto matrimonial que generalmente les precede.

Qué es la pareja

Una primera necesidad surge al querer establecer qué es una pareja. Usamos aquí la palabra pareja para definir una relación significativa, consensuada, con estabilidad en el tiempo, con un referente obvio, cual es el matrimonio; pero existen parejas humanas que no coinciden con los límites que aquel impone. En la literatura médica se aplica muchas veces la expresión pareja matrimonial. Caillé (1992) afirma que “En la cultura actual, en particular, la estructura de la pareja parece querer ser tan proteiforme que elude toda posibilidad de descripción”. (p.176). Sin embargo, se exponen definiciones como la de Raheb (2000) La pareja humana no es pareja, en el sentido de no ser igual; supone la diferencia.

La pareja en Colombia

Algunos aspectos históricos que se deben tener en cuenta se asocian con el estudio de 1997 sobre las relaciones de pareja, inicialmente inmersos en el análisis de la estructura familiar. Gutiérrez de Pineda (1997) estableció los complejos culturales existentes en Colombia y las tipologías familiares correspondientes. En la actualidad se deben redefinir sus características por procesos que incluyen las migraciones, los cambios culturales, la secularización, las uniones de integrantes de diversas regiones, etc. En cuanto a la pareja, deben incluirse nuevos aspectos emergentes como son las parejas sin hijos, las uniones posteriores a separaciones o viudez, etc.

En el aspecto legal se encuentra que

En Colombia se ha presentado una mayor aceptación de parejas que no consideran el matrimonio. La Constitución Política de 1991 ha supuesto un mayor reconocimiento de libertades y estilos de vida diversos. Estas consideraciones de cultura, política, etc. constituyen una fuerza contextual evidente en la terapia y en las actuaciones del terapeuta que debe estar atento a definiciones cambiantes (Guerrero, 2008, p. 178).

Previamente definido el concepto de pareja, resulta imprescindible traer a

colación el significado de familia, la familia constituye un subsistema social,

Un sistema social, consiste en una pluralidad de actores individuales que interactúan entre sí en una situación que tiene, un aspecto físico o de medio ambiente, actores motivados por una tendencia a obtener un óptimo de gratificación y cuyas relaciones con sus situaciones incluyendo a los demás actores están mediadas y definidas por un sistema de símbolos culturalmente estructuradas y compartidas (Parsons, 1966, p.27).

Esta definición como puede apreciarse se aplica perfectamente a lo que constituye el sistema familiar. Si se observa en general, la familia representa un conjunto de personas unidas por lazos afectivos, de sangre o algún tipo de lazo afín.

En definitiva, una de las funciones más importantes que cumple la familia es el proceso de socialización de los hijos.

Previamente descritos los conceptos de pareja y familia, pasaremos a ilustrar la noción de divorcio según diferentes autores, etapas, consecuencias a nivel de pareja e hijos y su abordaje de manera sistémica.

El divorcio como proceso

Kaslow (1988) citado por Bolaños (1998) propone un modelo explicativo

de las fases que componen una ruptura (divorcio), al que define como ecléctico y dialéctico, y denomina "diacléctico".

Con él pretende integrar diferentes interpretaciones, ofreciendo un esquema sintetizador de etapas y estadios, así como de los diferentes sentimientos y actitudes asociados a cada uno de ellos.

El modelo, esquemáticamente resumido, es el siguiente:

A. PRE-DIVORCIO: UN PERIODO DE DELIBERACION Y DESALIENTO.

I. Divorcio emocional. Hace referencia al deterioro de la relación y al aumento de la tensión que conducen a la ruptura.

***Sentimientos:** Desilusión, insatisfacción, alienación, ansiedad, incredulidad, desesperación, temor, angustia, ambivalencia, shock, vacío, enojo, caos, inadecuación, baja autoestima, pérdida.

B. DIVORCIO: UN PERIODO DE COMPROMISOS LEGALES.

II. Divorcio legal. Legitima la separación y regula sus efectos.

***Sentimientos:** Depresión, separación, enojo, desesperanza, autocompasión, indefensión.

***Actitudes:** Negociación, gritos, teatralidad, intentos de suicidio, consulta a un abogado.

C. POST-DIVORCIO: UN PERIODO DE EXPLORACION Y REEQUILIBRIO.

VI. Divorcio psíquico. Consecución de independencia emocional y elaboración psicológica de los efectos de la ruptura.

***Sentimientos:** Aceptación, autoconfianza, energía, autovaloración, entereza, tonificación, independencia, autonomía.

***Actitudes:** Recomposición de la identidad, búsqueda de una nueva relación estable, adaptación al nuevo estilo de vida, apoyo a los hijos para aceptar el divorcio y la continuidad de las relaciones con los dos padres.

En este orden de ideas resulta muy pertinente ilustrar a grosso modo las diferentes teorías con sus respectivos autores que nutren el sustento teórico del divorcio como proceso:

La "teoría del apego y del duelo" de Bowlby (1960, 1961) también ha sido utilizada como modelo explicativo de las dificultades para decidir una ruptura de pareja (Brown y col. 1980; Stephen, 1984). Las personas tienen una tendencia natural a establecer vínculos afectivos con los otros, y a

mostrar algunos problemas emocionales cuando dichos lazos se rompen. El duelo es el consiguiente proceso psicológico puesto en marcha ante la pérdida de un "objeto" amado, y transcurre en cuatro fases: negación, protesta, desesperación y desvinculación. (Bolaños, 1998, p. 4).

La "teoría de la disonancia cognitiva" (Festinger, 1957) describe un estado psicológico desagradable (la disonancia) que conduce a los individuos a reducirlo mediante estrategias como el cambio de actitudes, de opinión y de conducta, así como la búsqueda de la información consonante o la evitación de la información disonante (Jorgensen y Johnson, 1980). Cuando en una relación de pareja aparecen indicios que amenazan su continuidad, es fácil que surjan actitudes negadoras en uno o ambos cónyuges encaminadas a mantener la estabilidad, al mismo tiempo que intentos autoconvencedores de que todo está bien. Solamente cuando la pérdida de complicidad emocional es innegable, uno de los dos puede llegar a un punto de no retorno que hace la ruptura inevitable. (Bolaños, 1998, p. 4).

Desde el modelo de los "procesos de toma de decisiones" (Janis y Mann, 1977) se postula que la decisión última de la ruptura es la salida final a una larga serie de pequeñas decisiones previas. Estas pueden haber sido tomadas mediante una estrategia "satisfactoria" o mediante una estrategia "óptima". La primera tiene en consideración un único

factor relevante a la hora de valorar qué acción tomar. La segunda tiene en cuenta todos los factores relevantes y, en realidad, es un ideal teórico difícil de conseguir. (Bolaños, 1998, p. 5).

Además, como lo indica Fernandez (2010) Las familias en proceso de separación o divorcio con frecuencia tienen que afrontar una serie de factores estresantes de tipo emocional, relacional y económico, antes y después del divorcio

Weintraub y Hillman (2002) citados por Fernández (2010) señalan distintos tipos de separación implicados en un proceso de divorcio:

-Separación legal: se da con el trámite a nivel de las instituciones judiciales, que certifican aquellas cuestiones referidas a divorcio, como custodia, régimen de visitas, etc.

-Separación económica: implica la división de bienes y además adaptarse a la nueva situación asumiendo un ingreso independiente de la expareja para lograr cubrir las necesidades del hogar.

-Separación de los padres e hijos: separación del progenitor que sale del hogar, así como el custodio que sale a

trabajar más debido a la nueva situación.

-Separación emocional: cada miembro de la expareja empieza a visualizarse y a sentirse fuera del vínculo emocional que le unía con el cónyuge.

-Separación social: implica reestructurar los vínculos con la familia política del cónyuge y con los amigos en común.

Por tanto, muchas de las diferencias de adaptación son atribuibles a la forma en que maneja la familia el proceso de separación y/o de divorcio.

Y, por último y no menos importante otro factor condicionante según este mismo autor la custodia de los hijos. Por regla general la custodia suele recaer en la madre. El contacto con otro progenitor debe estipularse como régimen de visitas.

Aquí entra el hecho de que la madre tenga que salir a trabajar, además de atender las tareas de cuidado y educación de los hijos, aparecen entonces situaciones de tensión.

Fernández (2010) aduce que “este hecho se conoce como feminización de la pobreza. Por lo tanto, la custodia compartida satisface los deseos de los

padres de ofrecer a sus hijos un ejercicio parental de ambos con carácter de igualdad”. (p. 9). Además, los efectos de esta custodia a largo plazo son positivos si se mantiene la neutralidad. Por lo que, las madres se encuentran menos cargadas con las responsabilidades de cuidar a los hijos.

Estos hechos estresantes descritos anteriormente, pueden provocar un malestar emocional, creándose una mayor prevalencia de sintomatología depresiva en estas situaciones, lo que va a tener su impacto en el funcionamiento familiar.

El proceso del divorcio y su consecuencia en los hijos

Como lo manifiesta Gorvein (1996): La familia que funciona adecuadamente tiene la capacidad de adaptarse y mantener su sentimiento de identidad a lo largo de todo este proceso de cambios, respetando y promoviendo a la vez el crecimiento y la diferenciación de todos y cada uno de sus miembros. (p.36)

A lo largo del desarrollo del grupo familiar, se van dando nuevas necesidades básicas, roles, funciones, cambios en las pautas de interacción, que caracterizan cada ciclo vital.

Las distintas etapas que se pueden distinguir son: 1) etapa de constitución de la pareja; 2) etapa de procreación, nacimiento y crianza de los hijos; 3) etapa de entrada de los hijos a la institución escolar; 4) etapa de adolescencia; 5) etapa del casamiento y/o salida de los hijos del hogar; 6) etapa de senescencia. (Gorvein, 1996, p.39).

Cada una de estas etapas llevan involucrado un proceso diferente, la asunción de roles muy diversos, y exige sobre todo gran capacidad de adaptación para mantener el equilibrio del sistema familiar. En realidad, ellas no constituyen de por sí crisis que puedan afectar al sistema, son simplemente distintos momentos en la evolución de la familia funcional.

Muchas veces cuando se entra o se sale de alguna de esas fases, pueden producirse situaciones de crisis, o de cambios bruscos, en lo cuantitativo y en lo cualitativo, entonces pueden sucederse desestructuraciones y nuevas estructuraciones de todo el sistema familiar.

Cuando hay elasticidad y plasticidad en el sistema la adaptación es mayor; cuando hay rigidez, se corre el riesgo de la ruptura, de la entrada en la disfuncionalidad y de la tendencia a la desviación.

Estos cambios afectarán a toda la familia, por ello es un proceso que comienza con una escalada de angustia en el matrimonio que suele alcanzar la cima durante la separación legal, luego demora en reacomodarse tras algunos años de transición y desequilibrio hasta que los adultos están preparados nuevamente para enfrentar y aceptar sus nuevos roles y relaciones.

Frecuentemente, aún después de divorciados, los cónyuges quedan con problemas no resueltos entre ellos, que forzosamente recaen sobre sus hijos. Los sentimientos de ira, humillación y repudio muchas veces continúan creciendo con el tiempo, y más aún minando en las esferas de la vida del menor que posteriormente se convertirá en adulto.

La patria potestad, la guarda y custodia y el régimen de visitas son conceptos legales que pasan a formar parte del vocabulario y de la vida familiar tras la ruptura. Cuando los padres no han podido ponerse de acuerdo sobre la forma de regular la continuidad de las relaciones con sus hijos, derivan al juez la responsabilidad sobre una decisión tan crucial. (Bolaños, 1998, p.20)

Muchas veces ocurre la circunstancia de que, si las medidas adoptadas no resultan eficaces o apropiadas para una

de las dos partes, o para las dos, es la propia Justicia quien debe también cargar con la responsabilidad del fracaso. Esta proyección de poder y de culpa es la "trampa" que muchas parejas le plantean al juez, haciéndole creer que no son capaces de resolver por sí mismas y que solamente él puede aportar una solución.

En ocasiones, los niños expresan sus preferencias hacia uno de los padres. Si los padres no pueden decidir, los hijos están aún menos preparados para ello. Pero la realidad es que su opinión adquiere un elevado grado de trascendencia desde el momento en que se hace explícita en el juzgado. Sin saberlo, su voz puede inclinar el equilibrio de la balanza hacia uno u otro lado, con importantes consecuencias para todos los miembros de la familia, incluido él mismo. Bolaños (1998) expresa que a veces los niños tienden a sentirse responsables de la ruptura. Si además deciden, asumen también el peso de sus consecuencias. Por otra parte, su opinión siempre estará mediatizada, en mayor o menor grado, por el conflicto en el que están inmersos y por las presiones afectivas de los padres. En determinados casos es fácil apreciar cómo el niño adquiere un papel

protector del padre al que siente como más débil, el perdedor o el abandonado, ejerciendo una función defensora que no le corresponde. Esta función puede llevarle incluso a rechazar cualquier contacto con el otro padre, es decir el menor constantemente se mueve en una ambivalencia de sentimientos, emociones y actitudes entre ambos padres.

Normalmente, el comportamiento del niño da pie al inicio de procedimientos de ejecución de sentencia que ofrecen una difícil resolución. Una respuesta judicial que presione al padre custodio o que obligue al menor, puede agudizar el rechazo. Los dos verán justificada su actitud ante las iniciativas legales "agresivas" que ha promovido el padre rechazado. Por el contrario, una actitud judicial pasiva seguramente incrementará las acusaciones paternas, quien además descalificará a la Justicia por su falta de contundencia. El problema tiende a cronificarse porque nadie está dispuesto a modificar su posición.

A este respecto es importante conocer entonces Algunos factores predictivos de la aparición de conflictos en las visitas, extraídos de la clínica, han sido resumidos por Hodges (1986), y pueden

suponer un importante instrumento preventivo:

*Utilización de los hijos en el conflicto marital.

*Una causa del divorcio fue el inicio de una nueva relación afectiva por parte del padre que no tiene la custodia.

*Los desacuerdos sobre el cuidado de los hijos han sido un contenido importante en el conflicto que llevó a la ruptura.

*El conflicto marital ha sido generado por un cambio radical en el estilo de vida de uno de los padres.

*Cuando una de las quejas en el conflicto marital es la irresponsabilidad crónica de uno de los padres.

*Cuando el nivel de enojo es extremo.

*Cuando hay una batalla por la custodia.

*Cuando uno o ambos padres presentan una psicopatología que interfiere con su actividad parental.

Ante las estrategias de afrontamiento frente a estas adversidades los miembros de las familias según Jiménez, Amaris y Valle (2012) buscan, en primera instancia, las posibles

soluciones que puedan dar compañeros, vecinos y conocidos, o tal vez exploran las posibles soluciones dadas en circunstancias ajenas, para luego aplicarlas en sus familias, según la situación. Se destaca que la segunda estrategia más utilizada es la reestructuración, le sigue el apoyo espiritual, lo que evidencia una tendencia familiar que indica que el refugio en los curas, sacerdotes, brujos o lo que actué como posible guía espiritual es una de las últimas instancias para resolver situaciones conflictivas, pero tampoco se descarta como estrategia para afrontar una crisis

Y es de resaltar que en esta revisión se determinó que

Por último, buscan muy poco la ayuda profesional y/o de servicios sociales; esto puede tener una explicación coherente si se tiene en cuenta que socialmente se fomenta el mito de los “secretos familiares”, esperando hasta último momento para solicitar ayuda profesional o buscar la orientación pertinente ante las instancias competentes. Se observa entonces que la estrategia menos utilizada, antes de la evaluación pasiva, es la movilización familiar. (Jiménez, Amaris y Valle, 2012, p.107).

La estrategia más utilizada en las familias la constituye el apoyo social, lo cual refleja el importante papel que

juega el apoyo en vecinos y amigos en la mediación entre los efectos de una situación estresante y la salud mental en los procesos de afrontamiento. Esto se ve más detalladamente en la influencia que tiene la percepción del apoyo emocional en los procesos de afrontamiento para amortiguar los efectos estresantes de una situación nociva.

A partir de lo planteado anteriormente se puede concluir que las familias en proceso de separación privilegian el apoyo social como estrategia principal en sus vidas. Se corroboró que los miembros de estas acuden a parientes, amigos y personas que experimentan o han experimentado dificultades similares para sentirse seguros y apoyados en medio de la crisis.

(Jiménez, Amaris y Valle, 2012, p.107) concluyen que se evidenció que el afrontamiento individual de cada miembro es importante y parece estar en estrecha relación con las estrategias que las familias siguen en momentos de crisis. Para el caso, la más utilizada fue apoyo social, por el vínculo emocional y social que los miembros de la familia tienen entre sí, la importancia en la toma de decisiones y el manejo de los conflictos y dificultades, lo mismo que

la influencia de los amigos en algunas decisiones.

La crisis familiar que se abordó en esta revisión (separación de los padres) es de carácter no normativo, tiene un impacto más desfavorable en la familia y un costo mayor para la salud de sus hijos, tal como lo plantea Kirchner (2003). Estas familias, mediante el uso de sus estrategias, se esfuerzan en utilizar sus recursos y mecanismos bio-psico-sociales ante la situación de estrés que les genera el proceso de divorcio, enfrentan un desafío que requiere ser superado y las estrategias ayudan a minimizar el impacto que produce la separación.

Como hemos mencionado en varias ocasiones existen implicaciones específicas de la separación o divorcio en el conflicto en la conyugalidad y la parentalidad, y además afectan de manera significativa en la vida de los menores.

Easterbrooks y Ende (1988) citados por Fernandez (2010) plantean que: Los conflictos parentales afectan a las prácticas de crianza de tres maneras distintas. Por lo que, en el periodo inmediato a la separación se suele producir un deterioro de las prácticas de crianza, caracterizándose éstas por la irritabilidad, la coerción, y un menor

afecto y control. En primer lugar, el conflicto matrimonial puede llevar a un incremento del estrés de la madre, debido a la menor implicación del padre en la crianza. En segundo lugar, los conflictos parentales pueden ocasionar la aplicación de unas estrategias de disciplina más negativas. El mantenimiento de relaciones violentas con el cónyuge puede llevar también a un estilo de disciplina más negativo. Y, en tercer lugar, los conflictos pueden dar lugar también a inconsistencia en las prácticas de crianza en la comunicación y los desacuerdos sobre la crianza que da lugar a diferentes estilos educativos entre ambos progenitores; y, los conflictos matrimoniales pueden hacer que un mismo progenitor utilice diferentes prácticas de crianza sin el acuerdo del otro. De las prácticas de crianza ineficaces se concluye que aumentan la probabilidad de que los adolescentes hijos de divorciados se comporten de manera impulsiva, desafiante, y se sienten atraídos por actos de carácter delictivo.

El subsistema familiar es fundamental para el desarrollo y socialización de los hijos, para que el proceso de la separación y/o divorcio se pueda afrontar de la mejor manera posible y

las consecuencias en los hijos se desarrollen dentro de la normalidad en este proceso de duelo. Dicho proceso se caracteriza por una serie de etapas que pueden tardar de 2 a 5 años según Johnson y Rosenfeld citados por Fernandez (2010): conmoción, negación, ira y convenio, en el que los hijos intentan negociar con sus padres para que la situación vuelva a ser la que era, y aceptación, donde los hijos aceptan la pérdida y logran visualizar lo positivo y negativo de su situación.

Abordaje sistémico en proceso de separación o divorcio

Modelo sistémico

Como lo expresan Feixas, Muñoz, Campañ y Montesano (2016) “El modelo sistémico surgió en los años cincuenta al mismo tiempo que la terapia familiar como un marco conceptual para abordarla, para comprender la complejidad de fenómenos interrelacionados que ocurren en su seno. Sin embargo, desde hace ya muchos años no se puede sostener la identidad entre modelo sistémico y terapia familiar”. (p. 4). Por un lado, el modelo sistémico se puede aplicar a muchos otros formatos de la intervención, además del familiar. Por otro lado, existen otros modelos que han desarrollado un formato de intervención familiar.

De ahí que en esta misma línea de investigación se proponga como objetivos generales de la terapia sistémica aplicado a la pareja sean los siguientes:

Los objetivos generales de la terapia de pareja son:

- Manejar la queja motivo de consulta, que en muchas ocasiones requiere una mayor exploración.
- Promover un cambio que favorezca la metacomunicación y que siempre respete los valores y creencias de sus integrantes
- Permitir redefiniciones y evitar las interacciones rígidas.
- Aunque no se reconoce como un objetivo general, intentar mantener la definición de los integrantes como pareja luce coherente con la expectativa de los miembros que la organizaron dentro de un proyecto vital compartido.
- De no ser posible, mantener la unión o procurar una separación con el menor grado de traumatismo, este último objetivo va apuntado más que todo a preservar la salud mental del menor en todo este proceso.

Así mismo, es posible desarrollar un enfoque centrado en la queja o problema, no solamente en un síntoma o diagnóstico. Esto da a la pareja un lugar

propio, independiente de otros sistemas, pues, como se mencionó al principio del texto, no se trata únicamente de un subsistema familiar.

Por lo tanto, permite incluir elementos, como registros, diarios, prescripciones, rituales y ordalías, para continuar entre sesiones con el trabajo terapéutico, lo que les da a los participantes mayor responsabilidad en el cambio. Igualmente, permite realizar el seguimiento a los cambios y evidenciar la característica dinámica de este grupo humano. (Feixas, Muñoz, Campañ y Montesano, 2016, p. 181).

En este orden de ideas es supremamente valioso conocer las características que debe poseer el terapeuta dentro del proceso de abordaje:

Un terapeuta de pareja debe estar dispuesta a abandonar los prejuicios frente a las interacciones entre los participantes, a los diferentes modos de convivencia (que pueden chocar con sus propios valores) e, incluso, a los motivos de consulta novedosos. Se debe ser respetuoso de los valores y creencias, al igual que tener especial sensibilidad con respecto a temas como la etnia y el sexo. Para fracasar como terapeuta Guerrero (2008) recomienda:

- Sea pasivo.
- Sea ambiguo (vago).
- Imponga sus valores y creencias.

Busque las causas. • Concéntrese en lo intangible. • Réstele importancia a los cambios. • Concéntrese en la técnica.

El entrevistador dentro del modelo Familiar sistémico tiene como tarea detectar especialmente, cuatro factores de la estructura familiar abordados. A este respecto Montalvo, Espinosa, y Pérez (2013) citados por Guerrero (2008) sostienen que: El primero es la estructura, el cual se refiere a los patrones interactuantes de un sistema así como sus elementos influyentes de ella, sus límites, formas de poder, así como posibles alianzas entre otras centralidad; además de analizar las características socioculturales, y los principales problemas, como las dificultades existentes en los diversos subsistemas, en cada etapa del ciclo vital tanto al interior como en el exterior del sistema familiar; así como los síntomas que implican aquellas conductas problema, emociones negativas estados de ánimo disfuncionales, etc., que pueden surgir en los miembros de la familia al presentar dificultades en las etapas del ciclo familiar, también es importante señalar que El terapeuta no lo domina, ni lo sabe todo pero es generador de nuevas perspectivas familiares, así

como también lo corrobora Fernández (2010) El objetivo del trabajo de la intervención de los profesionales es contribuir a que los miembros de la familia adquieran mayor seguridad en el control de sus vidas y de las vidas de sus hijos. Se tiene que pasar del “campo de batalla” a cooperar en relación con el ejercicio parental como objetivo primordial.

Técnicas y estrategias de la terapia sistémica frente al proceso de separación o divorcio

El principal método de la Terapia Sistémica es la narrativa cuyo objetivo se centra en escuchar lo que el sujeto narra, y la forma en que el síntoma le afecta, sin embargo el terapeuta toma en cuenta que lo que la persona narra o es del todo solo su perspectiva sino que también influyen factores socioculturales; entre las técnicas más utilizadas de esta terapia encontramos la externalización que consiste básicamente en que los consultantes sean capaces de asignar un nombre a sus propios síntomas para recuperar la autonomía; el terapeuta utiliza la narrativa externalizada durante el procedimiento psicoterapéutico.

Otra de las técnicas aplicadas desde esta terapia como lo indica Quevedo y Valencia (2016) “son las cartas terapéuticas, en la cual el terapeuta tiene la tarea de identificar el momento idóneo para emplear las técnicas donde el consultante narra en una hoja de papel, durante la sesión o en su vivienda, una historia que le permita exteriorizar su problemática”. (p.17).

Finalmente, como lo expresa Ramón (2014) citado por Quevedo y Valencia (2016): Es indispensable que la familia y cada uno de sus integrantes se propongan la ejecución de un proyecto de vida sólido, sustentado en el logro de metas y aspiraciones; para ello se debe partir del autodescubrimiento, la cohesión del sistema y el apoyo mutuo de los subsistemas familiares, de tal manera que los logros sean a partir del planteamiento de sus propias necesidades y deseos, seguidamente establecer metas a corto, mediano y largo plazo, articulando y planificando su vida.

Además, en toda propuesta de intervención es imprescindible mantener una comunicación constante y abierta con los centros escolares, para realizar un trabajo conjunto y dar seguimiento al niño/a en el aula;

explicar los sentimientos que los hijos suelen experimentar ante una separación y cuál es la forma que utilizan para expresarlos. También es importante que los padres expliquen conjuntamente aspectos de la separación, así como hacerles entender que la separación es definitiva, para que no haya la posibilidad de crear “falsas esperanzas”.

Por supuesto, es muy importante en casos de separación y/o divorcio prestar atención a escuchar la voz de los/as hijos/as. Con algunos niños, es posible sacar a la luz la historia mediante preguntas directas, pero a menudo es conveniente hacer uso de narraciones o de materiales de juego y dibujos con el fin de facilitar que ellos expresen sus vivencias reales a través de historias “imaginarias”. Nuestra experiencia como profesionales nos indica que lo que narran los niños por medio de cuentos, dibujos y materiales de juego está relacionado con sus propias vivencias. (Fernández, 2010, p. 60).

Como hemos mencionado anteriormente, la etapa evolutiva absolutamente crucial para entender el momento por el que están pasando en el proceso de la separación o divorcio. Además, hay que tener en cuenta la etapa evolutiva del menor a la hora de trabajar con ellos/as y sus progenitores.

A continuación, se detallan 3 momentos cruciales como lo manifiesta Fernández, (2010)

En la etapa preescolar, cuando los niños son muy pequeños, es importante utilizar un lenguaje sencillo y claro con ellos. Es importante dar una explicación clara que evite que se sientan de alguna manera responsable de la decisión.

En la etapa escolar, a medida que los niños crecen y se desarrollan, su nivel de comprensión y de curiosidad aumenta considerablemente. A nivel escolar pueden sentirse desconcertados por las razones de la separación. En muchos casos, tendrán oportunidad de hablar de ello con uno o con ambos, pero, en otros casos, se encontrarán atrapados en un problema de lealtades como se comentaba en las páginas anteriores que puede impedirles hacer preguntas, hablar de las cuestiones que les preocupan o expresar sus sentimientos abiertamente.

Y por último **En la adolescencia**, se debe tener en cuenta que se encuentran en dos procesos posiblemente estresantes, uno puede ser la etapa del ciclo vital que están pasando como es la adolescencia, una etapa difícil también para sus padres por todo lo que ello

conlleva; y otro el proceso de separación o divorcio, que hace que todos los factores de la etapa propia de la adolescencia se vivan más intensamente. Por lo que algunos adolescentes recurren a comportamientos extremos para manifestar su estrés en relación con lo ocurrido en la familia, como que uno de los padres se vuelva a casar, convivir con hermanastros, etc, es en esta etapa donde hay que poner especial interés y como terapeuta saber responder a la dicotomía que presenta el adolescente frente al proceso de separación vivido.

Para concluir este apartado, Garrido (2016) plantea que en definitiva desde la Orientación y Terapia Familiar sistémica se deben seguir los siguientes ideales:

Todas las familias e individuos tienen lados fuertes y recursos que pueden ser utilizados en los momentos de crisis. Como profesionales de la Pediatría es más adecuado estar atentos a lo que funciona, conseguir ver las capacidades de las familias que llenarnos en poco tiempo de dificultades, incapacidades y desesperanzas. (Garrido, 2016, p. 54).

Los sentimientos de los profesionales ante las situaciones de divorcio son una

guía clave para conectar con las familias. Cada profesional debe estar

atento a sus emociones y explorar sus propios mitos y vivencias sobre el divorcio en las familias. A este respecto Garrido, (2010) plantea que: “Al trabajar con menores en situaciones de divorcio es muy importante no olvidar que los mayores también fueron menores en alguna ocasión, y que a veces se comportan como “menores atemorizados, rechazados o confundidos”. (p. 54).

Como profesionales es necesario evitar construir historias que imputan culpas.

Y por último y no menos importante se encuentra el hecho de poder

Favorecer un clima que facilite la recuperación de la ilusión y desarrollar la capacidad de encontrar nuevas metas. El dolor por las pérdidas requiere que los profesionales podamos acompañar a las familias, aunque sea en intervenciones breves. En muchas ocasiones sirve una mirada de aceptación y sentir toda la impaciencia, desesperación y tristeza que sienten los miembros de la familia que están en proceso de divorcio. Saber que estamos limitados por el contexto de nuestro

trabajo nos hace más fuertes y eficaces. (Garrido, 2016, p. 54).

Debe invertirse en su totalidad el tiempo que se tiene disponible en la búsqueda de alternativas útiles. Por ejemplo: si se tienen varias familias en proceso de divorcio podríamos citarles juntos y en dos o tres sesiones de grupo podríamos ayudarles a compartir los problemas físicos y de adaptación de sus hijos al divorcio. Otro ejemplo pertinente es el de iniciar redes de apoyo poniendo en contacto a familias que hayan atravesado por la misma situación para que sirvan de apoyo a otras familias. La meta general es entonces, estar atentos a los menores implicados dentro de dicho proceso, y ayudar ambos padres a conservar y mejorar las interacciones y vínculos con los hijos, así como también disminuir los niveles de inseguridad, y hacer que el menor comprenda que ninguno de sus progenitores ha desaparecido, sino más bien entender que ahora se relacionarán de manera distinta bajo acuerdos familiares o legales, pero que el vínculo hijo-progenitor será siendo el mismo.

Conclusiones

Luego de confrontar hipótesis, teorías y revisar modelos explicativos sobre el proceso de divorcio, sus diferentes connotaciones según autores especialistas en el tema, las repercusiones emocionales en el menor de acorde a su ciclo evolutivo e ilustrar el proceso de intervención desde la terapia sistémica se puede expresar que de acuerdo con Beyebach (2009) En contraste con el conflicto y el litigio, la colaboración entre los padres favorece el bienestar del menor al proporcionarle un entorno seguro en el que seguir queriendo a ambos progenitores, sin que querer a uno implique traicionar al otro. Se ha logrado analizar cómo la colaboración parental puede verse dificultada por las dificultades emocionales de los progenitores ligadas a la ruptura, y señalado que un apoyo psicoterapéutico adecuado puede ayudar a que los ex cónyuges recuperen el

Como conclusión final de todo lo anterior se puede decir que en la actualidad debe derrumbarse el mito de que la disolución marital constituye un proceso unidimensional; por el contrario, hay que abordarlo desde una perspectiva integradora de cambio familiar. Por lo que este proceso es el

equilibrio personal y la perspectiva como padres, lo cual permite anular la visión fatalista frente al divorcio que en la sociedad occidental predomina, síntomas bien adoptar la concepción de familia reestructurada donde busquen preservarse las funciones parentales.

En este punto se pretende destacar también que una historia integrada como la denomina Beyebach (2009) acerca de la separación no tiene por qué coincidir con la “verdad” (y mucho menos con la “verdad judicial”). Es posible que el divorcio se haya precipitado por la infidelidad de la madre o la del padre. Quizás sea cierto que el padre haya mostrado desde siempre un total desapego hacia la familia. Sin embargo, lo que el niño necesita no es “La Verdad”, sino una verdad que le permita salvaguardar su propia identidad.

resultado de procesos disfuncionales, conflictos parentales o problemas que los hijos ya tenían antes del divorcio.

La necesidad de trabajar con familias que se están reestructurando posterior a la ruptura del vínculo de la pareja, como lo plantea la teoría sistémica, es

esencial, como una forma de prevenir secuelas negativas en los niños/as, y como una alternativa para asegurar el cumplimiento de sus derechos.

En resumen, no hay dos familias a las que una situación de separación y divorcio repercuta de la misma forma en los miembros que la constituyen ni en las relaciones que establecen entre ellos.

Referencias bibliográficas

- Amato, P.R., y Cheadle, J. (2005). Thelongreach of divorce: divorce and childwell-beingacrossthreegenerations. *Journal of Marriage and Family*, 67, 191-206.
- Beyebach, M. (2009). La repercusión sobre el menor de los procesos de ruptura matrimonial: aspectos emocionales y relacionales. Recuperado de file:///C:/Users/Carmen/Downloads/PROYECTO%20DANIRIS/RpercusionesMenorDivorcio.pdf
- Bolaños, I. (1998). Conflicto familiar y ruptura matrimonial. Aspectos psicolegales. En Marrero, J.L. (Comp.) *Psicología Jurídica de la familia*, Madrid: Fundación Universidad Empresa, Retos jurídicos en las Ciencias Sociales.
- Feixas, Muñoz, Compañ y Montesano (2016). Recuperado de file:///C:/Users/Carmen/Downloads/PROYECTO%20DANIRIS/Modelo_Sistemico_Enero2016.pdf
- Fernández, M. (2010). Las víctimas inocentes de la separación o divorcio. Consecuencias en los hijos/as. Recuperado de <https://www.avntf-evntf.com/wp-content/uploads/2016/11/FernandezMaiderTrab3BI1415.pdf>
- Garrido, M (2016). El trabajo con las emociones de las familias y los profesionales ante las situaciones del divorcio. En: AEPap (ed.). *Curso de Actualización Pediatría*. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; 2016. p. 45-55.
- Gorvein. S. (1996). "Matrimonio, familia y divorcio": Tres momentos del ciclo vital familiar. Recuperado de

Es importante tener en cuenta el lugar del hijo/a, así como escuchar su voz. Debido a que en muchos casos el conflicto parental hace difícil una intervención sistémica, por lo que el objetivo primordial es velar por la seguridad del menor y crear un espacio seguro para los hijos, de ahí la importancia de tener en cuenta al hijo/a.

- file:///C:/Users/Carmen/Downloads/PROYECTO%20DANIRIS/Dialnet-MatrimonioFamiliaYDivorcio-5617387.pdf
- sistémico familiar en adolescentes con padres que afrontan un divorcio en malos términos. (Tesis de Psicología). Universidad Técnica de Machala, Ecuador
- Guerrero, R. (2008). Terapia de pareja: abordaje sistémico. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 37(1), 175-186.
- Pinsof, W. (2002). The death of "till death do us apart": the transformation of pair-bonding in the 20th century. *Family Process*, 41, 135-158.
- Gutiérrez de Pineda V. La familia en Colombia: trasfondo histórico. 2a ed. Medellín: Ministerio de Cultura-Universidad de Antioquia; 1997.
- Raheb, C. (2015). El niño y las vicisitudes de separación o divorcio. Recuperado de <https://es.scribd.com/document/367631818/Les-Turas>
- Hodges, W. (1986). *Interventions for children of divorce*. John Wiley & Sons, New York
- Jiménez, Amarís y Valle (2012). Afrontamiento en crisis familiares: El caso del divorcio cuando se tienen hijos adolescentes. *Salud Uninorte*. 28(1), 99-112.
- Kirchner T. Estrategias de afrontamiento y nivel de psicoterapia en jóvenes presidiarios. Relación con el tiempo de reclusión y situación penitenciaria. *Revista de Acción Psicológica* 2003; 2 (3): 199 - 211.
- Parsons, T. (1966). *El sistema social*, biblioteca de política y sociología. revista de occidente, Madrid.
- Quevedo (2016). Un análisis de la autoestima desde un enfoque