



**Mi Universidad**

**Tesis**

*Nombre del Alumno: Citlali Jazmín Catemaxca Escobedo*

*Nombre del tema: Impacto en el desarrollo de la conducta a raíz de la separación de los padres en niños de 4-6 años*

*Parcial: II*

*Nombre de la Materia: Seminario de tesis*

*Nombre del profesor: Alejandra Torres López*

*Nombre de la Licenciatura: Psicología*

*Cuatrimestre: 9no*



Impacto en el desarrollo de la conducta a raíz de la separación de los padres en niños de 4-6 años,  
Comitán de Domínguez, Chiapas.

# CAPITULO I

## PROTOCOLO DE INVESTIGACION

### 1.1 PLANTEAMIENTOS DEL PROBLEMA

Los divorcios o separación de pareja se han presentado con mayor frecuencia en la actualidad a nivel mundial debido a desacuerdos, choque de cultura, maltrato, falta de interés, tener el compromiso a una edad corta, lo que llega a influir en la responsabilidad de las decisiones que se tomen que son las principales causas para que se tome la decisión de terminar el compromiso.

La Estadística de Divorcios, se produce información que procede de los registros administrativos de los Juzgados de lo Familiar, Mixtos y Civiles, así como de las oficinas del Registro Civil. En México, durante 2022 se registraron 166 766 divorcios.

Los trámites pueden ser administrativos:

Los datos indican que 90.5 % (150 945) se resolvió por la vía judicial y 9.5 % (15 821), por la vía administrativa. Los divorcios en el país se incrementaron en los últimos años.

La tasa nacional de divorcios por cada mil habitantes de 18 años o más pasó de 1.39 en 2013 a 1.86 en 2022. El año 2020, que coincidió con el inicio de la pandemia por la COVID-19, presentó una disminución respecto a 2019, la pandemia desarrollo la convivencia cambiara drásticamente debido a que la mayoría de la población no tuvo interacción con más personas lo que ocasionó que las parejas se conocieran más e interactuaran lo que provoco a la larga problemas, desacuerdos entre ellos, por no tener ese contacto tan íntimo con su pareja, algunas parejas buscaron ayuda psicológica pero al no haber compromiso de ambas partes no funciono y lo más saludable para ellos y sus hijos fue la separación o bien el divorcio.

En el estado de Chiapas la separación es muy compleja, es común que si la mujer está inconforme con la pareja o ex pareja denuncia falsamente y los jueces no permiten al padre ver al menor, cuando el interés o los derechos del menor debe ser una prioridad, no se permite la sana convivencia a favor del menor, las restricciones son para que el

padre no se acerque a la madre, ni al menor, hay más privilegios a favor de la madre, no vivimos en una sociedad igualitaria o en igualdad de derechos.

En Comitán de Domínguez, Chiapas el divorcio o separación de pareja es un tema laborioso debido a que la mayoría de las familias tienen costumbres muy arraigadas y no es bien visto que alguna pareja tome la decisión de terminar su compromiso, eso se influye más por los abuelos y padres de la pareja involucrada, porque sienten que esa educación y valores no les enseñaron, así que no lo aceptan y la pareja se reprime en ocasiones ante su decisión por los malos comentarios que reciben y sienten que sus hijos no tendrán una buena educación y su familia se habrá terminado.

El divorcio o la separación de pareja es un acontecimiento en el que están involucrados muchos sentimientos, especialmente de dolor, que impacta no sólo a la pareja, sino a toda la familia que formaron como los hijos, quienes tienden a presentar desorden en el comportamiento y conducta que suelen presentarse como problemas de aprendizaje, dificultades escolares, conductas regresivas y comportamientos repetitivos, falta de rendimiento, aislamiento, por la edad se concretan las consecuencias y reacciones que los niños experimentan ante la situación de separación y cómo condicionan el desarrollo evolutivo.

En la mayoría de los niños su mal comportamiento y conducta se ve reflejada en el área educativa, debido a que puede presentarse resistencia a la hora de recibir instrucciones, dificultad de para reconocer figuras de autoridad, aislamiento o agresión hacia sus compañeros, falta de respeto hacia sus docentes, familiares y hasta para los padres, porque ahora ya no tienen esa seguridad para poder interactuar con los demás.

El pensamiento positivo versus el catastrófico de un niño puede ser un factor determinante en la forma en que el niño sigue adelante después del divorcio, los padres pueden tener una gran influencia para ayudar a los niños a evaluar de manera realista las situaciones y evitar patrones de pensamiento catastróficos que asumen lo peor de las situaciones.

Constantemente los niños tienen pensamientos recurrentes de que ellos son los culpables de la separación de sus padres y quieren asumir la responsabilidad de la

posible reconciliación de sus padres, tienen y sienten la ilusión de que sus padres volverán a estar juntos como lo solían estar antes.

También suelen tener problemas en la mayoría de veces para tener interacción con sus padres luego de tener un cambio muy drástico en su día a día, pues salieron de su zona de confort y ahora les toca convivir con sus papas por separado esto no suele ser permanente pero si temporal mientras los padres resuelven sus diferencias si es que las presentan.

Algunos niños suelen tomar roles y actitudes que no les corresponde como por ejemplo en la mayoría de casos los niños están pendiente de las actividades que realiza mama, con quien se relaciona y ellos quieren tomar el papel de "papa" y no permiten que su mama tenga amigos pues la empiezan a celar de una manera no adecuada, pues el niño piensa que alguien más tomara el papel de su de su papa y robara el cariño que su mama le tiene a él, lo mismo llega a pasar con las niñas esto va a depender de con quien pase mayor tiempo el niño y con quien tenga mayor contacto.

Por ello es importante explicar al niño la situación por la cual está pasando toda la familia y no tenga más conflictos de los que ya pasando en ese momento se le debe hacer entender a los hijos que aunque la relación de pareja que tenían terminó, su convivencia, el cariño seguirá ahí.

En el contexto social los niños tienen repercusiones en su comportamiento, debido al cambio que ha tenido recientemente en su vida no sabe cómo relacionarse con sus padres, abuelos, primos, tíos, docentes, amigos, conocidos.

Aquí suelen preguntarse decir quién es el bueno o malo, respecto a quien lo consiente mas, quien le compra lo que desee, quien no le llame la atención estos son algunos factores por el cual el niño decide con quien estar y convivir.

Al que se le categoriza como malo es el padre que le pone limite, le llama la atención, que le incite a ser más independiente, que le implemente actividades dentro y fuera del hogar, que respete las reglas y el padre bueno es aquel que lo deja hacer lo que él quiera

y le dice si siempre, esto provoca que el niño tenga problemas al reconocer que es lo correcto tanto dentro y fuera de su hogar.

Si al niño no se le marcan límites en el tiempo preciso, a la larga tendrá repercusiones, las cuales con dificultad se puedan llegar a modificar, considerando que desde que notaron su mal comportamiento y conducta no hicieron algo para ayudar a disminuirlas, por no tomarle la importancia que se debía por tomar otras cosas como prioridad, porque el cariño y la atención que le hacía falta al niño alguno de los dos, no se lo dieron como él hubiera querido.

Y aquí otro factor el cual puede llegar a influir en la inadecuada conducta y comportamiento, pues por la falta de atención de ambos padres hacia el niño, él hará acciones que no son bien aceptadas su entorno, por el hecho de que el niño discute con adultos o se niega a cumplir sus reglas u instrucciones que le dan.

## 1.2 PREGUNTAS DE INVESTIGACION

1. ¿Qué es la familia?
2. ¿Cuáles son los tipos de familia?
3. ¿Qué requisitos debe tener una familia funcional o estable?
4. ¿Cuál es la importancia de tener una familia promedio?
5. ¿Qué características debe de tener una familia?
6. ¿Qué integrantes forman una familia?
7. ¿Cuáles son los roles dentro de la familia?
8. ¿Qué papel juega la familia en el niño?
9. ¿Cuáles son los términos para formalizar una relación?
10. ¿Qué motivos incitarían al divorcio familiar?
11. ¿Que implica divorciarse?
12. ¿Qué importancia tiene el estado civil para desarrollar un divorcio familiar?
13. ¿Cuáles son las consecuencias del divorcio familiar?
14. ¿Qué razones se deben tener para tener en cuenta para el divorcio?
15. ¿Cuál es la manera adecuada de llevar el proceso de divorcio?
16. ¿Quiénes llegan a ser los más afectados tras el divorcio?
17. ¿Cómo influye la separación de los padres en la vida de los niños?
18. ¿Cómo se puede reflejar la inconformidad de los niños tras la separación familiar?
19. ¿En qué áreas se ve afectado el niño a raíz del divorcio?
20. ¿Cómo puede llegar a cambiar la rutina de los niños después la separación de los padres?



### 1.3 OBJETIVOS

Objetivo general:

- Conocer los diversos cambios de conducta y comportamientos inadecuados en los niños, debidos a la separación de sus padres.

Objetivos específicos:

- Identificar los cambios de conducta y comportamientos inadecuados en los niños.
- Investigar cuales son los detonantes que provocan malas conductas y comportamientos en los niños.
- Analizar las reacciones de los niños en distintas situaciones con sus padres.
- Concluir que influencia (Social, escolar o familiar) le afecta más al niño tras la separación de los padres.

## 1.4 JUSTIFICACION

### RELEVENCIA SOCIAL:

La separación de los padres conlleva un proceso en ocasiones un tanto complicado pues los que se ven afectados son todos los miembros de la familia, como la pareja e hijos la relación que mantienen con otras personas como amigos, compañeros de trabajo, conocidos y familia también presentara cambios notorios en la interacción pues ahora la convivencia se volverá por separado por el momento hasta que la familia que está afectada directamente este más estable emocionalmente, porque surgirán comentarios negativos hacia la familia.

### TEORICA:

La creación de amigos imaginarios por parte de los niños (AI) es un fenómeno que se comenzó a estudiar desde finales del siglo XIX. La comunidad psiquiátrica en esta época analizó el interesante fenómeno de los AI en niños institucionalizados.

Svendsen (1934) quien consideró que un AI es “un personaje invisible, nombrado y referido en conversaciones con otras personas, con el cual el niño juega directamente o por lo menos durante algunos meses, que tiene un aire de realidad para el niño, pero no tiene aparentemente ninguna base objetiva”

### METODOLOGICA:

La separación de los padres tiene distintos factores por los cuales se pueden presentar alguno de ellos son la infidelidad que se da porque alguno de los dos no está conforme con su pareja y busca a otra persona para que le de ese cariño, atención o placer sexual que está ausente con su pareja, la falta de comunicación se vuelve nula por desacuerdos, inconformidades, inseguridades, la idealización y la falta de interés en las cosas personales, la costumbre suele darse por la falta de iniciativa por implementar actividades nuevas en la relación, desaparece esa emoción de sorprender a la pareja, le buscas defectos a tu pareja para iniciar alguna discusión, no reconoce los gestos amables que alguno hace hacia el otro.

### INSTITUCIONAL

La escuela fomenta que los alumnos de la carrera de psicología implementen las herramientas que nos brindan como la investigación que es un proceso que se debe de hacer para la recopilación detallada de los datos adecuados para poder exponer el descubrimiento que se realizó, la observación nos ayuda a identificar y prestar más atención a los detalles que se presenten en la investigación que se realiza, también generar conocimiento día a día.

## PERSONAL

Esta investigación se realizó para poder ayudar a los padres, docentes, profesionales a entender por qué los niños son unos de los principales afectados tras la separación de los padres, pues tienen cambios negativos en su comportamiento y conducta, así mismo se ven afectados en la relación familiar, escolar, social y eso se ve reflejado en las acciones que tienen hacia los demás o con quienes se sienten inseguros.

## 1.5 HIPÓTESIS

La separación de los padres, provoca conductas y comportamientos inadecuados.

Dependiente: Separación de los padres.

Independiente: Conductas y comportamientos inadecuados.

## 1.6 METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

Paradigma: Humanista.

El impacto en el desarrollo de la conducta a raíz de la separación de los padres en niños, tiene una gran influencia en la vida en un futuro de los niños, el paradigma humanista fue una respuesta al paradigma psicoanalítico y conductista así surge el enfoque humanista de Abraham Maslow y Carl Rogers.

Junto a otros investigadores, abordan esta teoría que se fundamenta en enfatizar el valor, la dignidad, la autonomía y la libertad de las personas para potenciar sus capacidades.

El paradigma humanista se caracteriza por:

- Fomentar el desarrollo de una persona libre, autónoma y sana.
- Valorar el reconocimiento y el conocimiento personal para asegurar el bienestar del individuo.
- Enfocan sus ideas en los factores subjetivos. Por ejemplo: la imagen personal o la autoevaluación.
- Aceptar el desarrollo individual de cada persona.
- Se estudia al ser humano como entidades completas.

Este paradigma considera que el pasado afecta al desarrollo de la personalidad y otorga relevancia a la capacidad humana de elegir y tomar decisiones, es decir, a su libertad, los humanistas tratan de incluir en el estudio el valor de satisfacer necesidades psicológicas y no solas las físicas del ser humano, tales como la autoestima, aprobación social, creatividad.

Abraham Maslow y Carl Rogers con sus teorías nos explican que la infancia tiene una gran repercusión en la vida adulta, por ello tener las técnicas y método ayudan a los padres, docentes y personas que tienen un papel en la vida de los niños y así es importante tener un buen desarrollo para poder establecer relaciones, vínculos y una integración adecuada en la sociedad.

En la educación se basa en la pedagogía como la disciplina capaz de transformar al individuo en un ser libre, autónomo y sano.

Sano en el sentido de lograr una percepción superior de la realidad, aceptándose a sí mismo, a la naturaleza y a las demás personas, con capacidad de enfrentar y superar los problemas de la vida, sin miedo a los cambios.

Sus objetivos se dirigen a estimular la individualidad de cada estudiante y a reconocerlos como personas únicas mediante métodos flexibles, encaminados a desarrollar sus capacidades. En este sentido, el profesor deberá facilitar o promover contextos donde el aprendizaje se dé a través de la propia experiencia del estudiante.

Si no se presenta una infancia agradable el menor tendrá afectaciones en su desarrollo de la adolescencia pero en donde tendrá un mayor impacto negativo será en su vida adulta.

Las técnicas de recolección de datos:

Son un apoyo que nos facilitan la obtención de información y entre ellas están las:

- Encuestas:

La encuesta se aplica ante la necesidad de probar una hipótesis o descubrir una solución a un problema, e identificar e interpretar, de la manera más metódica posible, un conjunto de testimonios que puedan cumplir con el propósito establecido.

Así mismo es una recolección de datos que se obtiene mediante consulta y como tiene finalidad conocer la opinión de las personas acerca de algún tema en particular o también poder contar con mayor información respecto del tema eso con ayuda de preguntas cerradas o abiertas, esto va a depender de nuestro objetivo por el cual la estamos realizando y lo que buscamos saber.

- Sitios web:

Es un espacio donde la información, el contenido y los servicios se presentan y se hacen accesibles para los usuarios a través de un navegador web, es utilizado para diversos fines, como compartir información, esta técnica nos brinda información de una manera más practica pues en la actualidad es muy popular buscar información, tareas, dudas, vídeos entre más cosas por distintos sitios web.

El cual contiene toda la información que una persona o empresa quiere difundir a través de internet. Los sitios web están compuestos por páginas que suelen estar enlazadas a un menú general y su contenido gira en torno a un tema central.

Por lo que hoy en día la mayoría de la población tiene acceso a internet lo que hace que la información esté al alcance de todos y se puede manipular dependiendo el objetivo de la investigación.

- Libros:

Es un texto es un escrito de carácter informativo que tiene como propósito principal presentar una síntesis de los contenidos que el autor del texto original transmitió a través del escrito.

Son un recurso imprescindible para un proceso formativo, les permite imaginar, descubrir, viajar y conocer sobre el mundo que nos rodea.



Esta técnica nos permite tener un panorama diferente de las cosas pues este se utilizaba con mayor frecuencia en el pasado en la actualidad se utiliza en menor cantidad, pero sin embargo aún juega un papel importante en las investigaciones.

## Método: Mixto

El método el mixto se conforma de dos tipos de métodos uno de ellos es el cualitativo que consiste en la recopilación de información teórica dentro de la investigación y busca la comprensión profunda de un fenómeno dentro de su entorno natural recolectamos datos a través de sitios web y libros.

Lo cuantitativo es el conjunto de estrategias de obtención y procesamiento de información que emplean magnitudes numéricas y técnicas formales o estadísticas para llevar a cabo su análisis, siempre enmarcados en una relación de causa y efecto.

Las principales áreas de enfoque son los individuos, las sociedades y las culturas, la suposición de este método de investigación se enfoca en que el conocimiento es más subjetivo que objetivo.

Se basa en datos números obtenidos de la información teórica que obtuvimos en la investigación realizada o en las encuestas que aplicamos para obtener información lograr nuestros objetivos.

Los métodos cuantitativos de investigación son útiles cuando existe en el problema a estudiar un conjunto de datos representables mediante distintos modelos matemáticos. Así, los elementos de la investigación son claros, definidos y limitados, los resultados obtenidos son de índole numérica, descriptiva y, en algunos casos, predictiva.

## Investigación: Documental

La investigación documental incluye obtener, seleccionar, compilar, organizar, interpretar y analizar información para realizar un proyecto sobre un determinado tema de estudio esto permitirá obtener datos a partir de diversos documentos, organiza coherente de los datos obtenidos y reinterpretación de diversos aspectos del campo en que la estás aplicando.

Nuestra investigación es documental pues nos da la facilidad de recolectar, recopilar y seleccionar información de nuestras encuestas, sitios web y libros, esto con la finalidad de obtener y fundamentar el inicio y finalización de la investigación.

## Ubicación de la investigación:

Materia: Identificar el desarrollo de la personalidad del menor

Campo de estudio: Proyecto es enfocado en la personalidad del menor con la edad de 4 a 6 años

Área: Personal de salud mental, para el proceso psicoterapéutico individual y familiar del niño

## INSTRUMENTO MEDIBLE

NOMBRE: \_\_\_\_\_ EDAD: \_\_\_\_\_

SEXO: \_\_\_\_\_ OCUPACION: \_\_\_\_\_ FECHA: \_\_\_\_\_

INSTRUCCIONES: LEE CON ATENCION LAS SIGUIENTES PREGUNTAS Y RESPONDE DE MANERA HONESTA

1. ¿La familia es importante para un buen desarrollo del niño?  
A) Muy importante B) Importante C) Razonablemente importante D) Poco importante E) Sin importancia
2. ¿Existen requisitos para formar una familia estable o funcional?  
A) Muy frecuente B) Frecuentemente C) Ocasionalmente D) Rara vez E) Nunca
3. ¿Qué tan importante es que el amor y la confianza sean fundamentales en la familia?  
A) Muy importante B) Importante C) Razonablemente importante D) Poco importante E) Sin importancia
4. ¿Son importantes los integrantes que forman una familia para su desarrollo e integración?  
A) Muy importante B) Importante C) Razonablemente importante D) Poco importante E) Poco importante F) Sin importancia
5. ¿Los roles familiares se desarrollan de acuerdo al orden familiar y su estructura?  
A) Muy frecuente B) Frecuentemente C) Ocasionalmente D) Rara vez E) Nunca
6. ¿El divorcio tiene consecuencias en la familia?  
A) Muy frecuente B) Frecuentemente C) Ocasionalmente D) Rara vez E) Nunca
7. ¿El papel familiar es importante para el niño para su integridad moral?  
A) Muy importante B) Importante C) Razonablemente importante D) Poco importante E) Sin importancia
8. ¿Qué tan común es delimitar las intenciones en las relaciones interpersonales antes de formalizar?  
A) Muy frecuente B) Frecuentemente C) Ocasionalmente D) Rara vez E) Nunca
9. ¿Qué tan importantes es el divorcio familiar en su integración personal?  
A) Muy importante B) Importante C) Razonablemente importante D) Poco importante E) Poco importante F) Sin importancia

10. ¿La infidelidad es un motivo para incitar al divorcio familiar?  
A) Muy frecuente B) Frecuentemente C) Ocasionalmente D) Rara vez E) Nunca
11. ¿Es importante tomar en cuenta la decisión personal para divorciarse?  
A) Muy importante B) Importante C) Razonablemente importante D) Poco importante E) Sin importancia
12. ¿La forma de llevar el proceso de divorcio influye en la vida del niño y su socialización?  
A) Muy frecuente B) Frecuentemente C) Ocasionalmente D) Rara vez E) Nunca
13. ¿Qué tan rutinario es cambiar el día a día del niño, a raíz de la separación de sus padres?  
A) Muy frecuente B) Frecuentemente C) Ocasionalmente D) Rara vez E) Nunca
14. ¿Con que frecuencia se ven afectadas las áreas interpersonales en el niño y su entorno?  
A) Muy frecuente B) Frecuentemente C) Ocasionalmente D) Rara vez E) Nunca
15. ¿Se ve reflejada la inconformidad de los niños tras la separación familiar?  
A) Muy frecuente B) Frecuentemente C) Ocasionalmente D) Rara vez E) Nunca
16. ¿Qué tan frecuente influye la separación de los padres en la vida de los niños?  
A) Muy frecuente B) Frecuentemente C) Ocasionalmente D) Rara vez E) Nunca

## 1.7 MARCO TEORICO

Diferencias entre separación y divorcio

### **La Separación Matrimonial**

En el caso de la separación, lo primero que se debe tener claro es que **no se produce una disolución del vínculo matrimonial**, que se mantiene intacto.

Además, para hablar de **separación legal** es necesaria una sentencia que fije ciertas medidas que producen efectos frente a terceros. Otro caso es el de la **separación de hecho**, en la que no se ha pasado por los tribunales para formalizar esa nueva realidad. En el caso de la separación, **los cónyuges no pueden volver a contraer matrimonio**, dado que el vínculo matrimonial previo sigue existiendo.

### **El Divorcio**

Al contrario, cuando hablamos de divorcio hablamos de la disolución del vínculo del matrimonio, por lo que sus efectos son más amplios. Tras el divorcio los cónyuges pueden volver a contraer matrimonio entre sí o con otras personas.

**Los cónyuges divorciados pueden contraer nuevo matrimonio civil**, pero no por la Iglesia. Para poder volver a casarse por la Iglesia habría que solicitar la nulidad eclesiástica. Cada religión, en general, impondrá sus propias condiciones para anular el matrimonio.

¿Qué medidas se regulan en la separación o divorcio?

Tanto en el divorcio como en la separación, haya o no acuerdo previo, deberán regularse necesariamente las siguientes medidas:

- Patria potestad de los menores
- Guarda y custodia de los hijos menores
- Régimen de visitas y comunicaciones con los hijos menores
- Uso y disfrute de la vivienda familiar
- Pensión de alimentos a favor de los hijos comunes
- Pensión compensatoria
- Pensión regulada en el artículo 1438 Código Civil en el régimen de separación de bienes
- Contribución a las cargas del matrimonio

El ciclo evolutivo de una pareja puede ser categorizado en diferentes etapas, definidas por las características individuales, familiares y sociales sobre las que se asienta su desarrollo. En el estudio de la pareja occidental de nuestros días, existe un cierto consenso respecto a las fases más clásicas que definen este proceso; pero todavía persisten controversias que hacen referencia a evoluciones más actuales del modelo familiar.

La separación, ruptura, divorcio o disolución del matrimonio (utilizaremos estos términos indistintamente) es uno de esos fenómenos. Arraigada socialmente en algunos países desde hace varias décadas, en otros como el nuestro aún supone una innovación legal relativamente reciente.

Así, es posible entender que haya posturas que oscilen entre valorar la ruptura conyugal como un paso más en el crecimiento adaptativo de una familia, como el final de la misma o, más bien, como un episodio degenerativo que dificulta el desarrollo de los miembros que la sufren. En cualquier caso, la separación de una pareja constituye una crisis de transición cuyo resultado suele definir una realidad familiar probablemente más compleja, aunque no por ello necesariamente más perjudicial.

Determinadas dosis de conflicto son necesarias para dar este paso, un conflicto que en función de los casos, puede hacer las veces de motor o de freno del proceso. Siguiendo a Milne (1988), puede ser productivo cuando conduce a una solución creativa que podría haber pasado desapercibida de no existir la disputa. Puede ser funcional cuando provoca la distancia emocional necesaria entre dos individuos dolidos. En cambio, el conflicto es destructivo cuando conlleva tensión prolongada, produce hostilidad crónica, reduce drásticamente el nivel de vida, perjudica el bienestar psicológico o destruye las relaciones familiares".

La ruptura genera dolor en todos los miembros de la familia, y afecta especialmente a los hijos, cuando los hay. Pero sus efectos no deben ser concebidos únicamente como perniciosos.

Son necesarias tareas de adaptación en padres e hijos que permitan "llorar las pérdidas ocasionadas, al mismo tiempo que hacer frente a los numerosos y radicales cambios con capacidad para negociar y reorganizarse, de forma que se salvaguarde el desarrollo de todos" (Isaacs, Montalvo y Abelsohn, 1986).

Esta doble tarea requiere de la pareja un esfuerzo importante, dirigido de forma primordial a un aislamiento suficiente del conflicto conyugal, que permita garantizar la

continuidad de las funciones parentales y evitar que los hijos queden atrapados en el interior de las desavenencias, al mismo tiempo que éstas se van resolviendo.

El divorcio como crisis. Pittman (1990) propone que una crisis se produce cuando una tensión (una fuerza que tiende a distorsionar) afecta al sistema familiar, exigiendo un cambio en su repertorio usual, y permitiendo, además, la entrada de influencias externas de una forma incontrolada.

Este autor describe cuatro categorías de crisis:

1. Desgracias inesperadas. Son sucesos imprevisibles, cuyas causas suelen ser extrínsecas a la familia (fallecimientos, accidentes, etc.). Su resolución puede suponer un esfuerzo común para adaptarse a la situación, o puede implicar el riesgo de una búsqueda de culpables que genere mecanismos de ataque y defensa.

2. Crisis de desarrollo. Son universales y previsibles. Forman parte de la evolución normal de cada familia (matrimonio, nacimientos de hijos, etc.). Una superación adecuada facilita el crecimiento, aunque los problemas pueden aparecer cuando una parte de la familia intenta impedirlos o provocarlos antes de tiempo.

3. Crisis estructurales. Son recurrentes y se insertan en las propias pautas intrínsecas de una familia (psicosis, alcoholismo, etc.). Suelen manifestarse en un solo miembro, aunque afectan directamente a todos los demás, de forma que dificultan cualquier posible proceso de cambio.

4. Crisis de desvalimiento. Ocurren en familias en las que los propios recursos se han agotado o son ineficaces, de tal forma que dependen de instancias externas para uno o



varios aspectos de su supervivencia (familias que dependen de los recursos sociales, incapacidades crónicas, etc.)

Parece obvio que una separación pueda ser integrada en la categoría de crisis del desarrollo. Como tal, estaríamos ante una auténtica situación adaptativa cuyo resultado, una vez superada, debería colocar al sistema familiar en un punto más avanzado de su desarrollo. Pero esto no ocurre con todas las rupturas.

Existe un porcentaje elevado de ellas que pudiera ser enmarcado en las restantes categorías. Así, en separaciones cuyo detonante último es una relación extramatrimonial, puede ocurrir que una parte de la familia reaccione como si de una desgracia inesperada se tratase, creándose un persistente rechazo del miembro "infidel", que es identificado como culpable, y evitándose cualquier tipo de interacción con él.

Por otro lado, hay familias en las que el conflicto conyugal se reactiva periódicamente, incluso pasados varios años desde la separación, cada vez que son necesarias nuevas negociaciones o nuevos cambios en la relación.

El conflicto mediatiza todas las interacciones, y adquiere el carácter de una crisis estructural que forma parte de la evolución familiar y de la de todos sus miembros. En el extremo estarían aquellas parejas que deben recurrir constantemente a intervenciones judiciales.

La capacidad para tomar decisiones sobre su propia vida se ha visto tan disminuida que, desde una situación de desvalimiento, han generado una irreversible dependencia de la institución legal.

### **Parejas conflictivas y procesos contenciosos:**

Del mismo modo que existen diferentes formas de llevar a cabo una relación de pareja, podríamos sintetizar estilos conyugales diferentes a la hora de abordar la separación. Lo cierto es que la pareja no se inventa una nueva relación durante la ruptura o tras ella.

La esencia de las pautas interaccionales es la misma, adaptada a una nueva situación y con diferentes niveles de intensidad. Igualmente, por tanto, podríamos predecir cómo determinadas parejas irían más encaminadas hacia procesos legales contenciosos, donde el enfrentamiento en el juzgado sustituye al del hogar, o hacia acuerdos más civilizados, en función del estilo relacional que han ido negociando durante su convivencia.

Diversos autores han tratado de describir varios tipos de ruptura relacionándolos con el grado de perturbación familiar posterior a la misma, las repercusiones en los hijos o los estilos de resolución de conflictos.

En general han encontrado tres factores básicos: la forma en que se ha tomado la decisión de separarse, el estilo de interacción y comunicación en la pareja y la intensidad emocional asociada al conflicto.

## **Conflictos familiares y conflictos legales:**

Cuando no son posibles los acuerdos sobre los hijos o los bienes, adquiere relevancia el proceso legal, tramitado de forma contenciosa, para regular aspectos psicosociales que aparecen como innegociables. El proceso legal no sustituye al psicosocial.

Desde un punto de vista terminológico, existen referentes jurídicos para componentes emocionales, afectivos o sociales.

Pero éstos últimos no necesariamente se resuelven cuando se arbitran medidas más o menos definitivas sobre ellos. Es indudable que las pautas establecidas por el procedimiento contribuyen a canalizar comportamientos y sentimientos difícilmente centrables. Por su parte, las medidas adoptadas por el juez definen una nueva realidad para la que son necesarios esfuerzos de adaptación personales y familiares.

El tiempo legal y el tiempo psicosocial son diferentes. Los procesos emocionales se inician con anterioridad a los trámites legales y finalizan posteriormente. El juzgado no supone un paréntesis, y cuando la pareja sale de él, con una sentencia que acredita y regula su separación, los sentimientos ambivalentes y las cogniciones disociativas aún requerirán del tiempo preciso para encontrar su definitivo asentamiento.

Llamamos, por tanto, proceso psico-jurídico de separación y divorcio (Bellido, Bolaños, García y Martín, 1990) al conjunto de las interacciones entre el procedimiento legal y el psicosocial, quienes, influyéndose mutuamente, transcurren conectados durante un

periodo de tiempo limitado, desligándose cuando se ha conseguido definir una nueva realidad legalmente legitimada y psicosocialmente funcional.

En los procedimientos contenciosos, es probable que las diferentes tareas adaptativas requeridas para llevar a cabo una adecuada separación se vean mezcladas, obstaculizándose las unas con las otras y ampliando su campo de expresión al proceso legal. En él se barajan conflictos de pareja y conflictos de padres que, como ya hemos apuntado, requieren soluciones judiciales y psicosociales diferentes (Bolaños, 1993).

### **Principales causas de divorcio:**

#### 1. Falta de compromiso

Una de las principales causas de divorcio es la falta de compromiso emocional con el otro, a veces no hay tiempo, o simplemente no existe la disposición de atender a las expectativas o necesidades de la pareja, se le pasa por alto, no se incluye en los planes o simplemente no se le da un espacio a la relación.

#### 2. Agresividad continua

En este caso las emociones están a flor de piel y se mantienen vivas, pero de forma errónea, la agresividad continua habla de problemas sin resolver en la pareja, el enojo constante **es** una manifestación de frustración, de inconformidad, resentimiento o rechazo, **se** mantiene vigente porque no se ha encontrado el camino para ir al fondo de lo que ocurre.

#### 3. Infidelidad, una de las principales causas de divorcio

Es uno de esos casos en los que se rompe un pacto, implícito o explícito, dentro de la pareja, a veces este hecho sella el final de una relación que ya estaba muy deteriorada,

mientras que en otros casos corresponde a una ligereza que termina teniendo consecuencias graves.

Hay relaciones que resisten la infidelidad, mientras que en otras se convierte en una afrenta imposible de superar, es usual que la mentira resulte más dolorosa para la persona engañada, que la infidelidad misma. Lo que se rompe aquí es la confianza y sin ella, básicamente es imposible seguir adelante.

#### 4. Expectativas defraudadas

No son pocas las parejas que se unen a partir de expectativas poco realistas o muy elevadas, frente a la relación y a la convivencia misma. Vivir juntos implica un cambio en el estilo de vida, que incluye gratificaciones, pero también renunciaciones y dificultades. Es importante que ambos tengan una buena disposición a adaptarse.

Por más compatibles que sean, no siempre van a coincidir en los pequeños detalles de la vida cotidiana. Así mismo, si se idealiza a la pareja, lo que sigue después es una desilusión. Es importante conocerse bien antes de unirse y, si no es así, estar abierto a la adaptación.

#### 5. Falta de equidad

Uno de los aspectos cruciales en la relación de pareja es la repartición razonable de los compromisos. Aspectos como los aportes económicos, las tareas domésticas, el cuidado de los hijos y todo aquello que sea de manejo común, debe organizarse de tal modo que resulte equitativo.

## 6. Abuso

El abuso es un caso especial, que siempre debe mirarse con cuidado. Corresponde a los casos en los que hay conductas que sobrepasan los límites morales de la relación de pareja. Este abuso puede ser de índole emocional, física o sexual.

Aquellas parejas en las que hay abuso suelen ser reacias al divorcio, precisamente porque la estructura abusiva genera vínculos muy fuertes, aunque sean enfermizos. Más que una de las principales causas de divorcio, debería convertirse en una de las principales razones para concretarlo.

### Señales de que tu relación va a terminar en divorcio

**Comunicación deteriorada:** La falta de comunicación efectiva (o la comunicación constantemente negativa y cargada de resentimientos) puede indicar que la relación está en problemas. Si las parejas no pueden expresar sus necesidades, resolver conflictos o mantener conversaciones significativas, puede ser una señal de que la relación está en peligro.

**Desconexión emocional:** La falta de una conexión emocional y afectiva puede llevar a la sensación de que la pareja se ha distanciado y ha perdido la intimidad. Si uno o ambos miembros de la pareja sienten que ya no se comprenden ni se apoyan emocionalmente, puede ser un signo de que la relación está en peligro.

**Falta de compromiso:** La razón número uno del nuevo estudio se refiere a cuando una o ambas personas muestran una falta de esfuerzo para la obtención de las metas en común, la evasión de responsabilidades o la falta de interés en trabajar en la relación, puede ser una señal de que el matrimonio está en riesgo.

**Infidelidad:** La presencia de engaño y la falta de confianza resultante pueden ser extremadamente dañinas para una relación. Si la infidelidad se repite o si no se abordan adecuadamente los problemas de confianza, puede conducir al deterioro de la relación y, en última instancia, al **divorcio**.

Constantes conflictos: Si las parejas se encuentran atrapadas en **patrones de conflicto recurrentes** y no pueden llegar a acuerdos o resolver problemas importantes, la relación puede estar en peligro. La falta de habilidades para la resolución de conflictos puede generar resentimientos y distanciamiento.

## **Cómo separarse de forma sensata y minimizar el dolor a los hijos**

La separación de la familia es un proceso cargado de tensiones, conflictos y, en los casos más extremos, violencia verbal o física. Todo ello altera emocionalmente a los pequeños, que son testigos de la discordia. Para ellos, la ruptura entre los progenitores se materializa en una falta de estabilidad, y puede despertar respuestas emocionales desagradables.

“Lógicamente depende de la edad de los niños. No es lo mismo si son muy pequeños, si están en edad infantil o en la adolescencia.

En términos generales, puede provocar ira, odio, frustración, miedo, inseguridad, ansiedad, tristeza, culpa, abandono, confusión, negación, amenaza, ...”, explica el psicólogo infantil Antonio Labanda.

Pero pese a que gran parte de los niños sufre confusión y preocupación ante la situación, la mayoría no experimenta problemas serios si se consigue una ruptura saludable. Dejando a un lado el dolor intrínseco al proceso, existe una forma sensata de manejar este cambio y minimizar su impacto en los hijos. A continuación se explican algunas pautas para conseguirlo.

### **El error más común**

Usar al hijo para presionar o castigar al otro

Padres e hijos suelen experimentar algunas sensaciones similares durante el proceso de divorcio o separación. “El final de un matrimonio suele desencadenar una avalancha de emociones que incluyen ira, dolor, ansiedad y miedo”, indican desde la American Psychological Association (APA).

Un estado anímico que, mal gestionado, puede derivar en el llamado síndrome de alienación parental. Esta es una de las formas más dolorosas de atravesar el proceso



para los niños, y supone una forma de venganza que implica la denigración de uno de los progenitores por parte del otro.

No pasar las llamadas telefónicas del otro progenitor a los hijos, hacer planes en los tiempos de custodia del otro, faltas de respeto y ocultación de información son algunos indicadores de este síndrome. “

## **Las claves de una ruptura saludable**

### **Respeto y trato cordial**

No insultar ni hablar mal del otro en presencia de los hijos

Aunque individualmente los padres afronten sentimientos difíciles, ante los hijos es importante mantener un trato cordial. “Las separaciones son momentos de conflicto donde emergen emociones desagradables. Hay separaciones muy dolorosas. Se debe intentar respetar al otro en la medida de lo posible”.

Esto implica no hablar mal de la otra parte en presencia de los pequeños, así como bloquear cualquier tipo de insulto o quitarle valor. “Los niños suelen estar bien cuando desarrollan buenas relaciones con padres que se llevan bien. Pero esos progenitores no necesitan estar casados o vivir en la misma casa”, indica el psicólogo Michael en el estudio Madres, padres, familias y circunstancias.

### **Hablar con los hijos**

Explicar lo que pasa y darles seguridad

Ante una separación es importante informar a los hijos de lo que está ocurriendo. Cada familia debe decidir el momento de hacerlo, pero los implicados han de ser honestos con

los niños para minimizar los impactos negativos, como el sentimiento de inestabilidad o confusión.

“Hay que explicarles lo que está pasando y darles seguridad, ya que se pueden sentir abandonados. Siempre hablando de forma positiva-afectiva hacia ellos y hacia el otro progenitor. Es conveniente que estén los dos padres y lo expliquen ambos, sin reproches hacia el otro”.

### **Presencia**

Mantener ambos un contacto cercano con los hijos

Para los niños es más fácil superar este trance cuando mantienen un contacto cercano con ambos padres. “Siempre hay que decirles que ellos estarán presentes, que seguirán siendo sus padres, que los quieren”.

Según el estudio *Protegiendo a los niños de las consecuencias del divorcio*, aquellos que tienen una mala relación con uno o ambos padres pueden desarrollar más dificultades para lidiar con los trastornos familiares.

### **Unidad de crianza**

Consensuar las decisiones sobre los hijos

Puede que los padres no vivan bajo un mismo techo, pero deben preservar la visión de equipo respecto a la crianza. “Las administraciones públicas lo tienen claro, toda decisión que implique a los hijos debe ser consentida por los dos progenitores. No se pueden tomar decisiones, incluso sobre una simple excursión del colegio, en las que uno consienta el otro no”.

## **Minimizar los cambios bruscos**

Procurar a los niños 'normalidad' dentro de la situación

Desde la APA recomiendan minimizar en la medida de lo posible los cambios en los meses y años que siguen al divorcio. En el caso de que la decisión implique una mudanza, o ante la salida de uno de los dos padres del hogar, recomiendan avisarlos con unas semanas de antelación ya que los cambios repentinos pueden ser complicados para ellos.

“Los hijos deben tener la mayor normalidad posible dentro de una situación compleja. A veces, la hacemos más difícil porque solo pensamos en el mal que nos han hecho o que estamos haciendo”.

## **Control emocional**

Los niños necesitan padres emocionalmente estables

Los niños necesitan un entorno estable, algo que implica también una buena salud emocional de sus progenitores. “Los menores se benefician de padres emocionalmente estables, adultos que se recuperan lo suficiente, en el caso de un divorcio, para concentrarse en el trabajo básico de la crianza, incluida la estabilidad, el ejercicio de una disciplina justa, el amor y la capacidad de respuesta emocional”.

## **Cortar intromisiones**

Evitar los juicios del entorno familiar o social

Las situaciones de separación o divorcio alientan los comentarios y opiniones de todo tipo de personas del círculo social de los afectados.

Todo este flujo de juicios y “consejos” puede perturbar la percepción de las figuras paterna y materna en los niños. “Es importante evitar la intromisión de familiares (padres, hermanos, ...) en el proceso”.