



Grado en Psicología

Trabajo de Fin de Grado

Curso 2014/2015

Convocatoria Junio

Modalidad: Propuesta de intervención

Título: Programa de prevención efectos negativos en hijos con padres en proceso de divorcio

Autor: Andrea Cuadrado Buitrago

Tutor: Luís Rodríguez Fernández

Elche a 29 de mayo de 2015

ÍNDICE

RESUMEN	3
1. INTRODUCCIÓN	4
1.1. Marco científico-conceptual de referencia	4
1.2. Definición del problema.....	4
1.3. Intervenciones habituales.....	7
1.4. Justificación de la intervención.....	8
2. MÉTODO	9
2.1 Encuadre de la intervención.....	9
2.1.1 Contexto profesional de la intervención.....	9
2.2 Descripción de la intervención o diseño	9
2.3 Objetivos de la intervención	10
2.4 Materiales	11
2.5 Temporalización.....	12
2.6 Contenido y descripción de las sesiones.....	12
2.6.1 Sesión 1.....	12
2.6.2 Sesión 2.....	14
2.6.3 Sesión 3.....	15
2.6.4 Sesión 4.....	17
2.6.5 Sesión 5.....	17
2.6.6 Sesión 6.....	18
2.6.7 Sesión 7.....	19
2.7 Evaluación	20
3. DICUSIÓN.....	21
4. BIBLIOGRAFÍA	22
Tabla 1	5
Anexo A	24
Anexo B	25

RESUMEN

En el presente trabajo se plantea un programa de intervención para la prevención de posibles problemas conductuales y de ansiedad en los hijos a raíz del divorcio de los padres centrándose en la evitar las Triangulaciones de padres e hijos, concretamente el *Síndrome de Alineación Familiar* y el *Síndrome de Salomón*. El contexto judicial elegido para su aplicación es los Juzgados de Familia de Elche. Los padres serán los asistentes a las siete sesiones psicoeducativas desarrolladas y una posterior evaluación de los resultados. Esta propuesta de trabajo queda abierta para una futura aplicación y posible ampliación a incluir en el programa el trabajo con los hijos.

Palabras clave: triangulación, divorcio, padres, psicoeducación, alienación



1. INTRODUCCIÓN

1.1 Marco científico-conceptual de referencia

En España, la estructura familiar, del mismo modo que la legalidad, va cambiando su forma y contenido. Hace apenas unas décadas, era extraño que un matrimonio viese su fin, al menos de una manera legal. Sin embargo, la cifra de rupturas matrimoniales a partir del año 2013 se disparó en un 0,8% respecto al año anterior. Pasó a haber 95.427 divorcios, 4.900 separaciones y 110 peticiones de nulidad matrimonial. La tasa del total comprendida fue de 2,1 rupturas por cada 1.000 habitantes (I.N.E, 2014). Estas cifras hacen ver que las rupturas matrimoniales sean cada vez más propias de nuestra cultura y por tanto de nuestra educación.

En parejas con hijos, según el artículo 94 del Código Civil Español *indiferentemente del miembro de la pareja con el que conviva el menor se ha de garantizar la relación con ambos tras la separación parental*, es ahí donde los regímenes de visitas tienen diversas y significativas funciones psicológicas. Estas visitas avalan los derechos del hijo al acceso al progenitor al que no pertenece la custodia del mismo modo que los de este último; también se resguarda el vínculo emocional del niño y ambos progenitores. Esto será posible en la medida que se proporcionen modelos de rol alternativo. Además esto facilita que el progenitor custodio descansa su responsabilidad de crianza (Segura, Gil y Sepúlveda, 2006)

1. 2. Definición del problema

Sin embargo, a la hora de la práctica, en la batalla legal de la familia, el término “custodia” se convierte en sinónimo de propiedad y el término “régimen de visitas” todo lo contrario. En ningún momento se habla de compartir. Y en muchos casos, los hijos pueden sentir todo el peso de la ruptura familiar al tener que decidir ellos mismos con quien convivir (Bolaños, 2005).

Por tanto, la ruptura de la relación puede desencadenar nuevas dinámicas familiares en las que se los hijos sufren los llamados *conflictos de lealtades* (Borszomengy-Nagy, 1973). Los niños pueden llegar a sufrir, por no tener acceso a los padres (ya sea por falta de disponibilidad, por falta de capacidad de éstos o por conflictos entre los progenitores); o por el sufrimiento del hijo podría darse por verse implicado en los problemas conyugales de sus padres (puede ser usado como instrumento para hacer daño o espiar al otro cónyuge).

En este punto, según Linares (2010) las características del escenario familiar harán variar el tipo de maltrato psicológico que puede recibir el niño. Este escenario o territorio vendrá determinado por dos dimensiones: la conyugalidad y la parentalidad. La primera es definida como englobe del apoyo, el amor y la sexualidad implicados en el proyecto mutuo. En cuanto a la parentalidad hace referencia a las funciones nutricias, físicas, afectivas, sociales, protectoras y de educación. Ambas dimensiones funcionarán de forma distinta independientemente pero interaccionando entre sí, dando lugar a los siguientes territorios o (Tabla 1.) de crianza de los hijos:

	Parentalidad deteriorada	Parentalidad conservada
Conyugalidad armónica	<i>Espacio de las deprivaciones</i>	<i>Espacio nutritivo</i>
Conyugalidad disarmónica	<i>Espacio de las caotizaciones</i>	<i>Espacio de las triangulaciones</i>

Tabla 1. Cuatro territorios de crianza según Linares (2010)

La triangulación es un concepto clásico de la psicoterapia. Según Minuchin (1974): en la triangulación manipulatoria los hijos son persuadidos a aliarse con uno de los progenitores, o con los dos simultáneamente, mediante propuestas seductoras o amenazadoras de las más variadas formas. Triangular a los hijos es hacerles partícipes en los juegos relacionales disfuncionales de los padres; esto es, implicarles en las tentativas de resolución de los conflictos conyugales paternos. El niño triangulado se enfrentará a estímulos positivos y negativos administrados de forma asociada y así se induce a un estado de ansiedad que puede traducirse en una paralización y en un amplio número de síntomas neuróticos (irritabilidad, inseguridad, problemas de concentración, dificultades para centrar la atención o para dirigir la actividad). Esta ansiedad podría llegar a convertirse en patológica.

En definitiva, la triangulación es una de las disfuncionalidades más frecuentes dentro de este contexto y que más repercusiones tiene sobre los hijos. Se distinguen entre muchas formas de triangulación, sin embargo, las más encontradas en los juzgados alrededor de los procesos de separación y divorcio son el Síndrome de Alienación Parental y el Síndrome de Salomón (Giovanzzi y Linares, 2007)

El llamado *Síndrome de Alienación Parental (SAP)*, propuesto por Gardner en 1985, intenta definir una alteración en los hijos de la pareja cuando están preocupados en criticar,

invalidar o rechazar a uno de los dos progenitores. Gardner también emplea el componente de lavado de cerebro, es decir, es un progenitor el que conscientemente programa al niño para estar en contra del otro. Además se añadirían factores de tipo subconscientes del progenitor que realiza la alienación y factores personales del propio hijo. Los niños, partiendo de una situación en que quieren y necesitan a los dos progenitores, comprueban que uno de ellos se va y los abandona, mientras que el otro se queda y les garantiza los cuidados necesarios.

La intervención judicial, tal y como la conocemos, tiende a alienar aún más al progenitor alieneado, quien queda desplazado. Este reclamará y exigirá tal intervención, por lo que el mismo contribuye a mantener dicho estado, por lo que será un problema generado por ambos padres (Bolaños, 2005).

Por otro lado, el conocido *Síndrome del Juicio de Salomón (S.J.S)*, supone un paso más en la manipulación trianguladora de los hijos, puesto que dejan de ser objetos pasivos de los tirones de los padres, para llegar a ser sujetos activos y combativos ante el progenitor noy con muestras de indignación ante el alieneado (Giovanazzi y Linares, 2007). Ambos progenitores luchan por la posesión (custodia) de los hijos, desvirtuándose el uno al otro como padres y entrando en todo tipo de técnicas manipuladoras, tanto judiciales como extrajudiciales, con tal de conseguir su propósito de no dejarles acceder al otro miembro de la pareja.

La franja de edad más perjudicada por las triangulaciones este problema es entre 7 y 14 años, predominando el intervalo de 11 a 14 años de edad. En cuanto a la diferencia de sexo en los efectos negativos de los hijos dentro de la separación, los estudios clásicos mostraban que los hijos mostraban más que las hijas, sin embargo, estudios más recientes indican que no existen diferencias significativas en este aspecto (López, 2010)

En estos casos, los hijos estarán sometidos a grandes niveles de ansiedad y sentimientos de culpa, y en casos más graves pueden derivar en psicosis o trastorno límite de la personalidad (Giovanazzi y Linares, 2007). El SAP aparece, además, con más frecuencia en casos en los que los progenitores que son rechazados conviven con una pareja y los que son aceptados únicamente con los hijos.

Ambos procesos, generan también problemas en los padres. El progenitor al que le recae la custodia debe de combinar una sobrecarga de tensiones y desajustes a nivel emocional. Esto suele provocar una mala práctica educativa, en base a poco control de

conductas y mal establecimiento de reglas, y por tanto, más efectos negativos al niño. En cuanto al estado emocional, suelen aparecer la depresión o la hostilidad.

En conclusión, dentro de los efectos negativos de los niños, este proyecto se centra en intentar disminuir las prácticas trianguladoras que tienen como repercusión muchos problemas en gran medida relacionados con la ansiedad en el niño

1.3 Intervenciones habituales

El acompañamiento de un psicólogo en esta área se ve cada vez más necesario y se están llevando a cabo principalmente, procesos de mediación.

En España, la mediación está incorporada, por ley, en casi todas las comunidades autónomas y se cuenta con centros reconocidos por la función social que realizan (López, 2010).

Existe un problema teórico con la mediación, los mediadores de formación jurídica tienden a definir la mediación como un proceso contractual y no terapéutico, y los de base psicológica hacen un énfasis en mejorar la comunicación (Parkinson, 2005). Sin embargo, una actuación psicológica aislada del contexto legal donde sucede el problema, podría no ser suficiente.

Es por ello, por lo que la mediación, ha de ser entendida como un englobe de los conflictos tanto psicosociales como jurídicos, podría constituir un enfoque más próximo. Esto es una mediación adaptada al contexto, donde el foco central de las discusiones ya no tienen que ver con las necesidades de las partes, y por tanto, tal mediación será una adaptación que irá más allá de la simple (Bolaños, 2005)

Bolaños propuso en 2005, el llamado *Programa de Disolución de Disputas Legales* (PDDL) .Este programa está compuesto de una adaptación de la mediación a situaciones donde se percibe que hay SAP. Esta intervención se realiza de manera voluntaria o mediante derivación judicial. Dicho programa, una vez puesto en marcha puede ser interrumpido por cualquiera de las dos partes que lo componen en cualquier momento. Aunque, si ha sido derivado por el juzgado, se ha de informar de los motivos de tal interrupción (Bolaños, 2005).

Otro autor especializado en el tema de la mediación parental y de pareja es López, F., y servirá de base para realizar la intervención propuesta gracias al manual *Separarse sin grietas* (López, 2010)

1.4 Justificación de la intervención

Los cambios dentro de una familia nunca son cosa de dos, afectan al conjunto. La situación de divorcio, llevada de una manera poco cordial, puede suponer para los hijos problemas en su autoconcepto y en su desarrollo personal. Además que haya dificultades en este proceso puede generar agresividad y mal comportamiento.

El tema de la separación parental y el cambio en la forma familiar afecta a muchos de los niños actualmente. Muchos de ellos no saben cómo afrontar esta situación, y algunos se ven en medio de un enfrentamiento parental y se verán obligados a ponerse del lado de alguno de sus padres, incluso haciendo de intermediarios y recibiendo información negativa de alguna de las partes de la familia.

En el sistema legal actual tanto los padres, como los abogados y juristas parece que, en su mayoría, no todos claramente, se batan en duelo para ganar bienes y custodias contra sus respectivos contrincantes.

La idea central del proyecto es plantear una intervención que comience en ese momento, en el que empiece los planes de separación en los que el objetivo principal sea el bienestar del hijo y que la separación no suponga un cambio brusco acompañado de problemas.

De este modo se podrá, desde el comienzo de la demanda de divorcio, detectar a las familias con posibles futuros conflictos de lealtades en los hijos, e intentar que estos no lleguen a producirse. De este modo también se podrán detectar otros posibles problemas en el ámbito de la estructura familiar.

2. MÉTODO

2.1 Encuadre de la intervención.

La propuesta que se presenta, trata de una intervención basada en la parentalidad positiva dirigida tanto a padres como a hijos. La población a la que iría destinada en primera instancia el proyecto sería en la ciudad de Elche, provincia de Alicante.

2.1.1. Contexto profesional de la intervención

El contexto elegido, por tanto, es el judicial y dentro de este amplio campo, el proceso de divorcio, el cual comprende un marco compuesto por comportamientos legales como son los juicios, características legales, económicas y otros asuntos a tratar. Este programa se encuadra concretamente en los Juzgado de Primera Instancia nº 6 Familia (Elche).

Se llevará a cabo una selección de candidatos a entrar en el programa tras una fase de consulta una vez iniciado el proceso de divorcio.

2.2 Descripción de la intervención o diseño

Se trata de un proyecto psicoeducativo de carácter grupal, enlazado con entrevistas personalizadas. El programa irá guiado en todo momento por dos profesionales de la psicología, a poder ser de ambos sexos con el fin de que a la hora de hacer role-playings los asistentes puedan sentirse más identificados.

Las familias escogidas para participar serán aquellas que tengan las siguientes características:

- Que la pareja haya decidido separarse de mutuo acuerdo y que esté dispuesta por voluntad propia o bajo obligación judicial a realizar dicho programa.
- Se ha de tener al menos un hijo/a de entre 11 y 18 años de edad.
- Que la pareja no haya decidido separar de dicho acuerdo pero ambos miembros estén preocupados por el comportamiento de sus hijos y se muestren interesados por el programa.

- No existencia de demandas ajenas al divorcio en el momento o con anterioridad, como por ejemplo malos tratos o abusos dentro del núcleo familiar.
- No se aceptarán en el programa casos en los que haya antecedentes de violencia intrafamiliar.

Se ha de aclarar, que las familias en proceso de divorcio de mutuo acuerdo podrían no estar unidos en las decisiones con respecto a sus hijos, y por el contrario, parejas que rompen su matrimonio porque sólo uno lo desea, podrían (aunque no es lo usual) hacer tregua con lo que incumbe a los hijos. Es por ello, por lo que se necesita una fase de consulta previa al programa, para ver si se está dispuesto a asistir.

2.3. Objetivos de la intervención.

El *objetivo principal* que se desea alcanzar es la prevención de posibles efectos negativos en los hijos de parejas en proceso de divorcio.

Para lograr el objetivo general, los progenitores que acuden al programa habrían de alcanzar los siguientes *objetivos específicos*:

- Aprender a afrontar conflictos
- Responsabilizar a la pareja de sus decisiones y de las consecuencias de éstas.
- Promover y mejorar las habilidades comunicativas de los miembros de la familia.
- Conocer cuáles son los efectos negativos que pueden sufrir los hijos tras el divorcio.
- Conocer las consecuencias de las acciones de la crianza en los hijos.
- Identificar y comprender los sentimientos y emociones propias y de los demás, Inteligencia emocional.
- Asertividad. Marcar y expresar los límites.

- Mantener relaciones interpersonales basadas en el respeto y la comprensión, empatía y las habilidades sociales
- Saber poner límites cuando algo no se quiere hacer, respetando a los demás. Asertividad.
- Conocer la importancia de la familia como fuente de ayuda, apoyo y que estos respeten al otro progenitor.

2.4 Materiales

Los materiales necesarios para la aplicación de las sesiones serán los siguientes:

- *Separarse sin grietas* (López, 2010). Este libro únicamente servirá como manual teórico a los psicólogos y se podrá recomendar, si se considera necesario por los especialistas.

- Una sala amplia donde poder realizar las reuniones.

- Una pizarra que servirá de ayuda a la hora de la psicoeducación.

- Sillas colocadas a modo de círculo para que resulte más sencilla la comunicación.

- Material como bolígrafos y papel para poder realizar varias actividades.

Como material complementario para los profesionales a la hora de realizar las sesiones:

- Artículo *La construcción de un espacio cooperativo en mediación familiar* (Bolaños, 2000)

-Artículo *Separación, monoparentalidad, reconstitución: etapas posibles de la familia post-moderna* (Barbagelata., 2001) (Sesión 5).

- Manuales *Amores y desamores: procesos de vinculación y desvinculación sexual amorosa*” (López, 2009) y *Separarse sin grietas*(López, 2010)

2.5 Temporalización

El programa inicial consta de un total de siete sesiones de una hora y media de duración cada una. Se realizará una sesión cada dos semanas, con el fin de que se pongan en práctica y asimilen los conocimientos adquiridos en cada sesión. Entre algunas sesiones indicadas se realizarán entrevistas para ver la influencia y efectividad de la intervención.

Como se ha dicho con anterioridad, el inicio de la intervención deberá realizarse con un máximo un mes después de que se realice la demanda de divorcio, dado que de este modo, se podrá anticipar la prevención a la ocurrencia de conflictos y reacciones adversas en los hijos.

2.6 Contenido y descripción de las sesiones

A continuación se expondrá la estructura de cada sesión y ejemplos entrecomillados de cómo podría realizarse. Además se incluyen tareas y diversas entrevistas individuales a los componentes de los grupos. Se tendrá en cuenta que las personas podrán pedir más reuniones individuales con los profesionales si se tuviese problemas con el contenido de las sesiones.

- Entrevista Inicial: individual a cada miembro de la pareja y otra de ambos. Esta entrevista será simplemente una mera toma de contacto en la que se les preguntará por qué desean acudir, qué es lo que esperan del programa, cómo es su relación con los hijos y con su expareja... y de esta forma se contestará a la plantilla de entrevista (Anexo 1) por el profesional.

2.6.1 SESIÓN 1 ¿Cómo decírselo a los hijos?

La sesión comenzaría con una pequeña presentación con los participantes diciendo su nombre, número y edad de hijos, debido a que se trata de la primera sesión.

Una vez hechas las presentaciones, se pasaría a poner en conocimiento de todos los números de sesiones, la duración, el contenido de cada sesión y el método de procedimiento. En esta parte se pondrá en su conocimiento un correo para pedir una entrevista, si se desea, con los profesionales para resolver cualquier duda sobre las sesiones en privado.

Una vez hechas estas aclaraciones, se pasará a explicar los efectos negativos de las triangulaciones en los hijos y cómo pueden crear altos niveles de ansiedad y estrés en los hijos pudiendo desarrollar así problemas patológicos. De esta forma se explicará el fin del programa, que es evitar tales situaciones. También precisar que, se presupone que la mayoría de los padres ya ha puesto en conocimiento de los hijos la noticia de divorcio, sin embargo, se centrará en cómo y dónde contar a los hijos las decisiones judiciales como por ejemplo la custodia.

A continuación, a modo de psicoeducación y de forma que ayude a los miembros del programa se pondrán en conocimiento los “6 mandamientos” basados en ideas del manual de López (2010) que habrá que seguir a la hora de comunicar a sus hijos cualquier decisión que les incumba sobre el divorcio:

- No se expresarán las dudas a los hijos, Hay que ser claros y directos.
- Se ha de comunicar las cosas cuando sea una decisión firme.
- Las decisiones corresponden a los padres, a los dos, los hijos no han de participar
- No se le ocultarán las decisiones para evitar que ellos puedan sospechar.
- Queda prohibido buscar alianzas contra el otro miembro de la pareja una vez que se ha tomado la decisión
- Sea cual sea la causa del divorcio, el otro tiene derecho de tomar esa decisión.

A partir de aquí se les pedirá que siempre lleven una copia a mano de estos lemas para que dado el momento sean conscientes.

Se hará una resolución de las dudas que puedan surgir tras leer estos mandamientos.

Para finalizar la sesión, se pedirá dos voluntarios (da igual el sexo y podrán ser de distinta pareja) para realizar dos role-playing con los psicólogos.

En el primero de ellos, uno de los profesionales con un voluntario (haciendo el voluntario de hijo y el profesional de padre) hará una representación de “cómo no se debe

dar una noticia” y a continuación preguntar al voluntario cómo se ha sentido. Los mismos papeles se interpretarán en el siguiente, sólo que esta vez el profesional lo hará de modo que siga con las normas anteriormente establecidas, y posteriormente se le preguntará el estado al voluntario. Los voluntarios han de hablar durante el role playing interviniendo de forma natural, esto hará más real la representación.

Se leerá una lista de frases que les podrán servir a la hora de mantener conversaciones con los hijos:

Después de esta intervención se dará por terminada la sesión y se recordará la fecha de la siguiente.

2.6.2 SESIÓN 2. *Apoyo de crianza en familiares*

En esta sesión, en un primer lugar, se dedicarán unos minutos a repasar lo visto en la sesión anterior y a poner en común si alguien ha puesto en marcha lo explicado a la hora de comunicar cosas a sus hijos. De este modo se compartirán experiencias.

Seguidamente, se pasará a pedir a los asistentes que en una hoja apunten quién es el adulto, a parte del progenitor, que bajo la custodia dictaminada, más tiempo y cuánto pasa con el niño. En esta dinámica es normal que surja el nombre de abuelos, familiares o amigos muy cercanos a la familia.

Es por ello, por lo que este ejercicio supone un “darse cuenta” de que los niños no están influenciados únicamente por los padres, si no por actitudes o hechos que puedan realizarse por otra persona ajena al dúo de progenitores y, así por tanto, existir alianzas sin la necesidad de que un padre esté implicado.

A continuación, se propondrá que cada uno de ellos, en un papel y de forma anónima escriban una situación cercana en la que piensen que la persona escrita pueda haber contribuido a una mala imagen del hijo respecto al otro progenitor. Después se colocarán todas en un recipiente y se elegirá una al azar y se realizará un role-playing por parte de los profesionales. Tras la realización de esto, se pedirá a los participantes ejemplos que se anotarán en la pizarra de cómo corregir estos errores.

A raíz de estos ejemplos, se pondrá como tarea a realizar entre sesiones mantener una pequeña charla con las personas que se crea que más influencia puedan tener en los hijos. Posteriormente se leerá este texto:

“Mamá, sé que este es un cambio grande para todos al que nos tenemos que acostumbrar, pero tienes que ayudarme a cumplir una misión. Entre los dos tenemos que cuidar a mi hijo, si hablamos mal de mi expareja delante de él puede que el día de mañana sufra ansiedad. Juntos tenemos que empezar a no criticar a nadie que él llame familia, aunque es difícil tenemos que hacerlo por él, por su salud.”

Aquí se dará por finalizada la sesión.

2.6.3 SESIÓN 3. Conflicto y Negociación

(Para esta sesión se necesita la complementación del artículo “La construcción de un espacio cooperativo en mediación familiar” (Bolaños, 2000))

Para iniciar la sesión se preguntará quien ha realizado en los días entre sesiones la tarea enviada. No se preguntarán las reacciones de los familiares debido a que existe probabilidad de conflicto entre excónyuges. Pero sí que se dirá para todos que si no ha habido una respuesta negativa por parte de los parientes habrá que seguir intentándolo. Si ya se ha conseguido, por el contrario, una respuesta positiva se pedirá ampliar el círculo de complicidad.

Una vez aquí se dará lugar al inicio del tema central de la sesión, el conflicto.

En primer lugar, se preguntará a voz alzada quién puede definir lo que entiende por “conflicto”. Una vez tengamos unas definiciones, que en ningún caso se darán como erróneas, se procederá a dar la siguiente definición del término según Bolaños (2000): *“El conflicto no es estático, no es un hito en el camino. Es camino en sí mismo. Podemos entenderlo como un proceso irregular que requiere una serie de condiciones personales e interrelacionales para generarse y evolucionar.”* Aquí se escribiría en la pizarra: conflicto nace, crece, se desarrolla y puede transformarse, desaparecer y/o disolverse, lo malo es cuando permanece estacionado.”

Por tanto, se habrá de resumir “para vuestros hijos el divorcio en sí es un conflicto, pero no es el final de la familia ni mucho menos, es un cambio que hay que superar. Es un momento de avanzar y decidir.”

Se entraría, por tanto ahora en la toma de decisiones para resolver cualquier conflicto que pueda suponer el divorcio con respecto a los hijos.

Se harán algunas prohibiciones:

- Usar a los hijos en contra del otro. (se pedirá que alguien diga un ejemplo de ello , como puede ser no dejar verle)
- Usarlos en beneficio propio (también se pedirá un ejemplo , que habrá de darlo otra persona, como puede ser satisfacer necesidades propias)
- Organizar la vida del hijo en torno a la comodidad de los padres (tras pedir un ejemplo se harán más como cambiar el horario de los hijos para adaptarlos al nuestro)

Se pedirá que en un papel se anoten 3 medidas que podrían hacerse en conjunto con la pareja para evitar que esto suceda. Se pondrán, sin juzgar, en común únicamente dos o tres propuestas. Posteriormente se dirán tres opciones posibles que se leerán de un profesional a otro para que parezca un ejemplo más real:

- Bienestar de los hijos. “ Cuando reorganizamos nuestra vida, también estamos tomando decisiones sobre el bienestar de nuestro hijo y eso tendría que ser primordial
- La decisión de los hijos, aunque legalmente se supone que hasta los 12 no se ha de tener en cuenta, es importante saber cuál es su opinión. “ Les haremos participar en cualquier decisión que les concierna”
- De igual modo la responsabilidad del hijo es de ambos y por tanto, las decisiones sobre él se tomarán juntos” ¿Tu qué opinas que debemos de comprar por su cumpleaños?, ¿habías pensado algo? “

Se dará como tarea realizar al menos dos decisiones importantes en consenso con el hijo, aportando todas ideas y llegando a la más razonable. No habrá votos porque eso hará que el hijo se ponga de un lado o de otro. La decisión de los padres será unánime teniendo en cuenta las preferencias de los hijos pero tras comunicar la decisión, ninguno hará un comentario despectivo aunque no sea lo que tenía en mente en un principio. De esta forma el hijo podrá observar que no existen bandos si no opiniones.

- **Entrevista Individual obligatoria** a todos los miembros del grupo en el tiempo de dos semanas estimado entre las sesiones 3 y 4. Se preguntaran dudas y consulta del caso personal.

2.6.4 SESIÓN 4. Apego y efecto negativo en los hijos

(Para un mejor desarrollo de esta sesión se empleará el manual “Amores y desamores: procesos de vinculación y desvinculación sexual amorosa” (López, 2009))

En primer lugar, se dedicará un tiempo medio de media hora para exponer cómo se ha realizado la tarea propuesta en la sesión anterior.

Al comenzar con el debate, se dará paso a una pregunta “¿Qué entienden ustedes por apego?” Tras escuchar dos o tres respuestas, se escribirá en la pizarra: “Seguridad y Protección”.

Aquí se hablará de que el Apego de los hijos a los padres se lleva formando desde que nacieron, y que para ellos su figura les aporta protección, se sienten seguros. “*Pero los padres no son las únicas figuras que dan seguridad a los hijos, también los abuelos o familias cercanas y por eso se realizó la sesión 2.*”

Exponer que cuando no se tiene un vínculo estable, la persona tiende a la ansiedad del no saber que vendrá o a la pasividad de no esperar nada a cambio. Esto se puede remediar siendo estables en las decisiones que se toman, no contradiciendo al otro delante del hijo. Hacer hincapié en la necesidad de expresar emociones y sentimientos (esto se verá con más amplitud en la sesión 7).

Es importante también, que en estos momentos ambos padres intenten estar en la medida de lo posible en fechas importantes para el hijo (partidos, bailes,...) y que sean conscientes también de sus responsabilidades académicas (preguntando sobre las clases, apoyo en exámenes, charlas con profesores...) y valorar el esfuerzo. De esta el hijo tendrá más seguridad y confianza sabiendo que hay personas detrás que le respaldan y que se ponen de acuerdo en este proceso de cambios por él. Se sentirá una persona importante.

Como en sesiones anteriores, se pedirá que intenten aplicar lo aprendido y también que se sigan realizando las tareas anteriores si es que se presenta la ocasión.

2.6.5 SESIÓN 5. Nuevas parejas

(Para un mejor desarrollo de esta sesión se empleará el artículo “Separación, monoparentalidad, reconstitución: etapas posibles de la familia post-moderna” (Barbagelata., 2001))

En esta sesión se hablará de un tema que ha de ser tratado con tacto, el de las nuevas parejas. Varios casos de divorcio pueden ir relacionado con terceras personas antes de la ruptura o después. Sin embargo, se tratará de manera global.

En primer lugar, aportar información sobre el tener una nueva pareja o familia para uno mismo. Esto supone una muy buena alternativa emocional y social.

Continuar hablando del tema centrándose siempre en las repercusiones de los hijos: *“Sin embargo, esta opción muchas veces suele ser costosa de aceptar por los hijos y los padres con sus comportamientos pueden agrandar el riesgo de sufrir. Si se va muy pronto a vivir con otra pareja el hijo puede interpretarlo de dos formas: como una deslealtad por parte de su progenitor por haberle estado engañando o como una adaptación más que tiene que pasar junto con el divorcio. Esto por tanto podría llevar a cualquier persona a la ansiedad, cambio en el comportamiento y en casos muy graves de consumo de drogas”.*

Escribir en la pizarra la palabra clave, *Tiempo*. Es importante hacer hincapié en que los hijos necesitan tiempo para adaptarse a la nueva situación, esta adaptación será progresiva y es del todo recomendable que los padres no obliguen a sus hijos a convivir con una persona o personas (en el caso de que la otra persona tenga hijos también) que no conoce, ya que es muy probable que se sienta traicionado. Es mejor que se vayan realizando pequeños encuentros hasta que la persona sea un conocido para el menor.

Además siguiendo a Barbagelata (2001), se planteará que cuando el hijo esté en casa de un progenitor, la habitación del niño se considerará un lugar sagrado, como una embajada de un país, su país de origen. Aquí el niño pondrá una foto con el otro progenitor, que será considerado como el presidente de su país. Esto se debe hacer en ambas casas y ha de ser respetado. En este punto de la sesión, los profesionales si lo ven conveniente podrían realizar una especie de debate, en el que se acabase con una reflexión de los mismos profesionales.

Se dará aquí por terminada la sesión.

2.6.6 SESIÓN 6. Asertividad. Cambios en el hogar y economía familiar

En esta sesión se hablará sobre como los nuevos cambios en la economía y distribución familiar pueden generar comportamientos de ansiedad y hostilidad en los hijos.

En primer lugar, el divorcio supondrá en muchos casos que uno, o dos de los padres tengan que realizar un cambio en el trabajo, ya sea por necesidad de más sueldo para poder afrontar necesidades económicas o para poderse adaptar a la custodia del menor.

Siempre está bien, si se puede permitir en el caso, que los padres adapten sus horas de trabajo a los hijos, sin embargo, eso es muchas veces una mera utopía.

En los cambios en los que el hijo sale perdiendo con el cambio es cuando ve que reduce su tiempo de estar con sus padres o si ve que sus padres antes estaban más disponibles que en el momento posterior al divorcio.

Posteriormente se hablará de los cambios que pueden desarrollarse en la vida económica (comida, ropa, viajes...) y como una repentina austeridad puede suponer problemas en el menor.

Después del ámbito económico, se preguntará que temas preocupan más a nivel social y se pondrá un debate en marcha.

Posteriormente se dará por finalizada la sesión.

2.6.7 SESIÓN 7. Manejo de emociones

Trabajar las habilidades sociales como el odio, el enfado y el rencor acumulado durante el divorcio y saber cómo ponerlo a parte delante del niño es una cuestión fundamental.

Otras emociones como la empatía hacia la ex pareja o el hijo son esenciales y aprender a ponerse en el lugar del otro. De esta forma se trabajará desde el dicho “No hagas lo que no quieras que te hagan” y no desde el “Yo puedo ganar” desde el que va más enfocada gran parte del proceso judicial del divorcio.

Se pedirá como última tarea, pedir que en los próximos días, ambos padres firmen a modo simbólico un papel en el que diga: “Prometemos compenetrarnos y dejar a un margen nuestros problemas por nuestros hijos”.

Se agradecerá y dará por finalizada la última sesión.

2.7 Evaluación

Como se ha indicado con anterioridad, de igual modo que se realizarán entrevistas individuales para ver si las personas son aptas para entrar en el programa, también se efectuarán tanto individuales como por parejas a lo largo del recorrido de las sesiones para observar más detalladamente si existen indicadores de avance o deterioro en los aspectos indicados.

Las entrevistas pautadas se encontrarán al principio de la intervención, otra entre la sesión 3 y la sesión 4, y otra tras la finalización del programa. Sin embargo, también se evaluará a largo plazo, realizando otras dos entrevistas a la que acudirán ambos miembros de la pareja. Estas dos reuniones tendrán lugar tres meses y un año después de la última sesión.

La primera entrevista tras la sesión 7, se realizará otro formulario (Anexo 2) en el que se podrán comparar los resultados de la primera reunión y así observar si hay diferencias significativas que apunten que la psicoeducación ha tenido efecto. Las plantillas podrán ser rellenadas por el mismo profesional conforme el desarrollo de la entrevista.

Asimismo, si se viese necesario la introducción de más reuniones individuales para reforzar los contenidos de las sesiones se incluirían haciendo hincapié en los contenidos psicoeducativos que no se hayan comprendido del todo.

3. DISCUSIÓN

Con el desarrollo de este trabajo se ha conseguido el aprendizaje de muchos factores que entran en juego en la separación y también observar cómo la manera de actuar o de tratar a los hijos puede desembocar grandes problemas a nivel personal, que se manifestarán de forma muy distinta dependiendo de la situación (nivel académico, social, salud...)

Es por ello por lo que se cree desde un principio que si ambos padres quieren lo mejor para su hijo, aunque estén en un proceso de batalla judicial pueden dejar de lado sus diferencias y centrarse en la más importante de sus posesiones para ambos, sus hijos.

Este programa se ha desarrollado pensando en una forma de mejoría del ámbito judicial, donde el menor en muchos casos es olvidado y tratado como una posesión más. Por esta razón, esta población infantil es una población que se ha calificado como “en riesgo” de sufrir en su mayoría enfermedades relacionadas con el estrés que podrían llegar en casos extremos a drogadicción o trastornos alimenticios.

Sin embargo, se ha visto conveniente el tratar únicamente con los padres, innovando así en un programa que trata de prevenir sobre una población diana en la que no interviene directamente. Esta opción se ha visto viable tras el estudio de los factores que llegan a hacer que aparezcan estos problemas en los menores, ya que en su mayoría es por una mala gestión y comunicación entre los padres y de estos con sus hijos.

Se ve muy sugerente incluir nuevas líneas futuras de investigación ligadas a incluir a los hijos en el programa, desarrollando un grupo paralelo de funcionamiento con profesionales especializados donde los adolescentes pudiesen compartir sus experiencias. También, se podría llevar el programa a padres con niños más pequeños, y así poder trasladar los contenidos, quizás fuera del contexto judicial creando grupos en las escuelas, por ejemplo, donde los profesores podrían ser de ayuda, apoyo y cooperación junto a los psicólogos ya que en edades más bajas estos suelen tener una mayor influencia en los niños.

A ello, por último sumarle asesoramiento judicial al programa presentado, coordinándolo así con el mismo proceso judicial sería muy interesante y facilitaría la toma de muchas decisiones judiciales.

4. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Barbagelata, N. (2001). Separación, monoparentalidad, reconstitución: etapas posibles de la familia post-moderna. *Psiquiatría.com* [en línea]13 de Febrero de 2001, nº 2215
Disponible en :<<http://www.psiquiatria.com/articulos/tratamientos/2215/>>
- Bolaños, I (2000) *La construcción de un espacio cooperativo en mediación familiar*. Rev. Cº Of. Psicólogos Andalucía Occidental, Vol., 18, núm. 2-3 (255-264).
- Bolaños, I (2005) *Cuando el divorcio conyugal supone un divorcio paternofamiliar: Del juzgado a la mediación*. Trabajo Social Hoy (Revista del Colegio de Trabajadores Sociales de Madrid).
- Borszomengy-Nagy, i. (1973). *Las lealtades invisibles*. Buenos Aires:Amorrortu.
- Gardner, R. (1985). *Recent trends in divorce and custody litigation*.Academy forum.
- Giovanazzi, S. y Linares, J. L. (2007). *Dinámicas relacionales parentales en torno a los hijos en el proceso de separación conyugal. El "Síndrome del Juicio de Salomón"* [Versión electrónica]. Revista Sistemas Familiares y Otros Sistemas Humanos.
- Gracia, E. y Lila, M. (2011). *Familias: una perspectiva psicosocial*. C.S.V. Valencia
- Instituto Nacional de Estadística, INE (2014). *Estadística de Nulidades, Separaciones y Divorcios Año 2013, España* (<http://www.ine.es/prensa/np867.pdf>)
- Linares, J.L. (2010). *Paseo por el Amor y el Odio: La conyugalidad desde una perspectiva evolutiva* Revista Argentina de Clínica Psicológica, vol. XIX, núm. 1, pp. 75-81, Fundación Aiglé. Argentina
- López, F. (2009). *Amores y desamores: procesos de vinculación y desvinculación sexual amorosa*. Madrid. Biblioteca Nueva.
- López, F. (2010). *Separar-se sense esquerdes. Compatir menys i fer-ho bé amb els fills*. Barcelona, Grao Ed. 1º Edició.
- Minuchin, S. (1974). *Familias y terapia familiar*. Buenos Aires: Paidós
- Parkinson, L. (2005). *Mediación familiar: teoría y práctica, principios y estrategias operativas* Edición Española por Sanchez, A. Gedisa Ed.

Segura, C., Gil, M.J., Sepúlveda, M.A. (2006). *El síndrome de alienación parental: una forma de maltrato infantil*. Punto de Encuentro Familiar de Sevilla

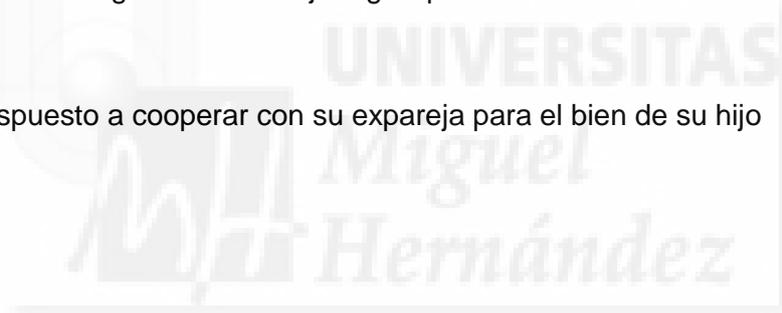


5. ANEXOS

Anexo A. *Modelo Entrevista de inicio de programa*

Nombre:

1. ¿Qué espera del programa?
2. ¿Qué actitud ha mostrado su/s hijo/s ante el divorcio?
3. ¿Cree que puede tener su hijo problemas a raíz del divorcio?
4. ¿Está su familia más cercana o amigos apoyándole con el divorcio? ¿De qué forma?
5. ¿Su expareja y usted han tenido discusiones acerca de la custodia de su/s hijo/s?
6. ¿Qué persona adulta cree usted que es la más cercana a su hijo sin contar con usted y su expareja?
7. ¿Ha mostrado alguna vez su hijo algún problema relacionado con la ansiedad y el estrés?
8. ¿Está dispuesto a cooperar con su expareja para el bien de su hijo



Anexo B. Modelo Entrevista Final Programa

Nombre:

1. ¿Está conforme con el resultado del programa?
2. ¿Siente que ha mejorado la relación con su hijo? ¿De qué manera?
3. ¿Siente que su hijo está cómodo con la situación actual?
4. ¿Su expareja y usted suelen tener discusiones respecto a su hijo?
5. ¿Su familia le apoya en las decisiones actuales? ¿De qué manera?
6. ¿Ha tenido su hijo algún tipo de cambio comportamental a raíz del proceso judicial?
7. ¿Habla con el sobre su expareja? ¿A cerca de qué tema?
8. ¿Se siente usted cómodo en su situación actual?

