



COMILLAS
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

Programas de intervención en el divorcio: estudio de los programas de intervención que trabajan con los padres divorciados para ayudar al bienestar de los hijos.

Autora: Begoña García Vericat

Directora: María Angustias Roldán Franco

Madrid

2018/2019

ÍNDICE

1. Introducción	Página 3
2. Situación actual en España del divorcio	Página 4
3. Variables externas que influyen en las consecuencias del divorcio en los hijos	Página 4
4. Consecuencias del divorcio en los hijos	Página 8
4.1. Consecuencias en función de la edad	Página 8
4.2. Problemas internalizantes	Página 10
4.3. Problemas externalizantes	Página 11
4.4. Problemas escolares	Página 12
4.5. Problemas sociales y económicos	Página 13
4.6. Problemas en la salud física	Página 13
5. Programas de intervención	Página 14
5.1. Elementos de éxito y efectividad para un programa de intervención familiar tras el divorcio	Página 15
5.2. Tipos de programas	Página 16
5.2.1. Puntos de Apoyo para Avanzar-SAS	Página 17
5.2.2. Ruptura de pareja, no de familia	Página 18
5.2.3. No kids in the middle	Página 19
5.2.4. Egokitzen	Página 21
5.2.5. New Beginnings Program (NBP)	Página 22
6. Discusión	Página 23
7. Referencias bibliográficas	Página 25

1. Introducción

En el último siglo la proporción de niños y adolescentes que han experimentado el divorcio de sus padres ha aumentado (Gähler y Palmtag, 2015). En países como Estados Unidos la mitad de los niños crecen sin sus dos progenitores (King y Sobolewski, 2006), por tanto, el divorcio es una realidad social que debe ser atendida (Yárnoz-Yaben, Guerra, Comino, Plazaola y Biurrun, 2008). A partir del 2014, España es considerado uno de los países de la Unión Europea con mayor tasa de divorcio (Orgilés, Samper, Fernández-Martínez y Espada, 2017), ocupando el tercer puesto después de Portugal e Italia (Yárnoz-Yaben, 2010b). Desde que se legalizó en 1981 en España se calcula que ha habido más de 2.7 millones de separaciones afectando a más de 2 millones de niños (Instituto de Política Familiar, 2014).

La ruptura del matrimonio supone un cambio en la estructura familiar y tiene efectos negativos en el bienestar psicológico de los hijos (Doss, Benson, Georgia y Christensen, 2013). Los casos de separación que implican a hijos menores se consideran uno de los eventos vitales más estresantes (Fariña, Novo, Arce y Seijo, 2002); por eso, se considera oportuno poner en marcha programas educativos de intervención, con el fin de disminuir los efectos negativos del divorcio tanto en los padres como en los hijos (Fariña et al., 2002; Seijo, Fariña y Novo, 2002).

Con esta contextualización pretendo ilustrar lo que ha motivado la realización de este trabajo. El divorcio es una realidad muy presente en nuestra sociedad, que tiene repercusiones tanto en la pareja que se separa como en los hijos que componen la familia. Por lo tanto, este trabajo está orientado a analizar las consecuencias del divorcio en los hijos, así como conocer si existen o no programas que busquen paliar los efectos negativos en los hijos causados por el divorcio, y la eficacia de los mismos.

¿Qué es lo que realmente repercute en los hijos, el divorcio de sus padres o el conflicto que existe entre ellos?, ¿qué consecuencias negativas puede tener el divorcio en los hijos?, ¿cómo repercute el divorcio en función de la edad del hijo?, ¿existen programas que ayuden a los hijos a superar este duelo?, ¿existen programas que ayuden a la coparentalidad tras el divorcio?, ¿son efectivos estos programas? Estas son algunas de las cuestiones que el presente estudio intenta responder a través de una revisión bibliográfica exhaustiva.

2. Situación actual del divorcio en España

Según el Instituto Nacional de Estadística (2017) en los últimos años en España, el número de parejas divorciadas ha aumentado notablemente. En el año 2016 se han registrado 101.294 casos de nulidad, separación y divorcio. En cuanto a los casos de divorcio, el 31,6% se han producido después de 20 años de matrimonio, mientras que el 22,2% se da entre cinco y nueve años de relación. Sin embargo, para poder analizar estas cifras debemos de tener en cuenta el número de parejas con hijos: el 43% no tenía hijos, el 47,2% tenía solo hijos menores de edad, el 4,6% tenía hijos mayores de edad y dependientes económicamente, el 5,2% tenía hijos menores y mayores de edad dependientes, y, por último, el 26,3% tenía un solo hijo dependiente (mayor o menor de edad). Con esto, parece no existir un patrón único en matrimonios divorciados, sino que, por el contrario, la diversidad que se nos presenta es amplia y compleja.

3. Variables externas que influyen en las consecuencias del divorcio en los hijos

Las parejas esperan del matrimonio una fuente de apoyo, intimidad y un medio para el desarrollo personal (Barraca, 2015), pero cada vez es más común en nuestro país la ruptura del matrimonio (Morales, Carratalá, Orgilés y Espada, 2017) desde que se aprobó la Ley del Divorcio en 1981 (Orgilés, Espada, Méndez, 2008). El divorcio no solo afecta a la pareja, también tiene repercusiones en los hijos (Morales et al., 2017; Gómez-Ortiz, Martín y Ortega-Ruiz, 2017) e incluso puede afectar a la familia extensa (Taylor, 2001).

Amato (2000) encontró que tanto los adultos como los niños que forman parte de una familia divorciada tienen peores indicadores en el bienestar que las familias en las que no hay separación de los padres. Por eso, el presente trabajo está centrado en los matrimonios divorciados con hijos, y, para ello, se analizará cuáles son las repercusiones negativas que tiene la separación de los padres en los hijos.

El divorcio se considera un factor de estrés tóxico. American Academy of Pediatrics (2012; citado por Martiñón et al., 2017, p.10) define el estrés tóxico como: “excesiva y prolongada activación del sistema de respuesta psicofisiológico en ausencia de factores de protección”. American Academy of Pediatrics (2012) considera que el estrés tóxico puede ocasionar cambios en el comportamiento del niño que no son fáciles de identificar, y que son permanentes en su estructura y funcionamiento.

Antes de clasificar las consecuencias del divorcio en los hijos hay que tener en cuenta que éstas varían en función de factores externos (existencia de coparentalidad o por el contrario conflictos parentales, la residencia del menor y la forma en la que los padres afrontan la situación) e internos del menor (como la resiliencia del mismo) (Fariña, Arce, Novo y Seijo, 2013). El presente trabajo analizará los factores externos.

Adaptación de los padres al divorcio

En la investigación de Yárnoz-Yaben et al. (2008) estudiaron la adaptación al divorcio de la pareja en función de diferentes variables como: el sexo, la dependencia interpersonal (emocional o instrumental) o haber sido quien haya tomado la decisión. No se encontró diferencias en cuanto al género a la hora de adaptarse; sin embargo, Andress y Bröckel (2007) mostraron que la mujer presenta mayores dificultades económicas tras el divorcio. Independiente del sexo, Yárnoz-Yaben et al. (2008), observaron que la dependencia interpersonal aumentaba la dificultad para adaptarse a la nueva situación familiar, y, parece que existen un mayor ajuste cuando se ha tomado la iniciativa (Amato, 2000).

Cuando el progenitor está trabajando y, además, tiene un nivel educativo alto, la adaptación al divorcio es mejor (Amato, 2000). Para Huff, Anderson, Adamsons y Tambling (2017) otro de los factores que puede influir en la adaptación de los padres al divorcio es el tiempo que pasan con sus hijos, de tal manera, que a menor tiempo que pasen con ellos la adaptación al divorcio será peor.

Conflicto entre los progenitores

Las malas relaciones paternofiliales, el conflicto entre los progenitores, la pérdida del apoyo emocional y problemas económicos son algunos de los factores que destaca Amato (2000) que influyen en la familia tras el divorcio. De la Torre (2005) defiende la idea de que es más dañino para los miembros de una familia la existencia de conflictos, aunque la familia permanezca unida, que una familia donde los padres están separados pero no hay problemas. Por eso, cuando el conflicto entre los padres es muy elevado, el divorcio puede ser la mejor opción (De la Torre, 2005).

Lamas (2007) considera que la escasa coparentalidad unida a involucrar al hijo en el conflicto marital afecta en el cuidado del menor. Los padres descargan sus problemas emocionales en sus hijos, cuando no les corresponde a ellos ser responsable de los conflictos que tienen sus progenitores (Barzola, 2016).

El malestar emocional y las conductas externalizantes de los hijos adolescentes aumenta cuando perciben conflictos entre sus padres y cuando el comportamiento de la madre es muy hostil (Cosgaya, Nolte, Martínez-Pampliega, Sanz y Iraurgi, 2008).

Relación del hijo con sus padres

Según King y Sobolewski (2006) la relación de la madre con el hijo tiene efectos más firmes e inconscientes en el bienestar del hijo adolescente en comparación con el padre (suponiendo que éste no es residente), porque son más consistentes en la vida de sus hijos (Gasper, Stolberg, Macie y Williams, 2008).

La relación entre el padre que no reside con el menor y el hijo es crucial para su bienestar (King y Sobolewski, 2006). Se ha estudiado que la relación entre el progenitor no residente y el hijo puede ser un indicador de problemas en el desarrollo del menor (Trinder, Kellety Swift, 2008), de tal manera que a mayor contacto entre el progenitor no residente y el hijo habrá menor probabilidad de presentar problemas externalizantes (Dunn, Cheng, O'Connor y Bridges, 2004). Además, Dunn et al. (2004) encontraron que la relación entre el padre no residente y el hijo es mejor cuando el otro progenitor no tiene una nueva pareja. Por el contrario, según Gähler y Palmtag (2015), ni la frecuencia con la que se ven el padre no custodio y el niño, ni tener un padrastro, se asocia al bienestar psicológico del hijo.

Coparentalidad

La falta de coparentalidad en la crianza de los hijos tiene efectos perjudiciales tanto en familias intactas como en las familias de padres divorciados (Gasper et al., 2008). Para Yárnoz-Yaben (2010a) la cooperación entre los progenitores en la crianza de los hijos influye en el desarrollo de éstos, pero, también presentaban ventajas para los progenitores (Yárnoz-Yaben, 2010).

Cuando no hay coparentalidad tras el divorcio, el menor, al querer tener una relación con ambos progenitores, intenta lidiar las disputas entre sus padres; sin embargo, es normal que el hijo tema, al intentar intervenir en los conflictos parentales, que uno de ellos piense que le está siendo desleal (Amato y Afifi, 2006). Los hijos de divorciados manifestaban una gran necesidad porque sus padres cooperen entre sí (Taylor, 2001).

Cuando los padres resuelven sus disputas a través del conflicto, apenas se comunican y se faltan al respeto, empeora el cuidado de los padres hacia sus hijos y provoca una

disminución del bienestar psicológico de los menores. Por eso, la coparentalidad es un indicativo del compromiso de ambos progenitores en el cuidado de sus hijos (Macie y Stolberg, 2003).

Para Petren, Ferraro, Davis y Pasley (2017) encontraron que cuando las madres perciben que la figura del padre es importante para la crianza de sus hijos, aumenta la coparentalidad. Además, si los padres dan importancia a la comunicación entre ellos y mantienen una relación estable y constante, los resultados en la crianza de los hijos serán mejores (Ranieri, Molgora, Tamanza y Emery, 2016).

‘Maltrato’ al hijo e instrumentalización parental

Seijo et al. (2002) encontraron que los hijos de padres separados pueden sufrir maltrato de manera tanto directa (intencionado) como indirecta (no intencionado). De manera indirecta, estos autores, señalan que los progenitores que se separan tienden a buscar satisfacer sus necesidades e intereses, olvidándose en muchas ocasiones de sus hijos (incumplimiento del régimen de visitas, delegar en ellos tareas impropias para su edad...).

Los hijos pueden sentirse atrapados en los problemas de sus padres, como si ellos fueran los que tuvieran el problema y no sus padres (Silva y Valderrama, 2015). El sentirse atrapado afecta más a las relaciones madre-hija que a las relaciones madre-hijo. Esto se debe a que los padres suelen presionar más a las hijas que a los hijos, puesto que las hijas, frente a los hijos, presentan mayor sensibilidad ante los problemas interpersonales de la familia (Amato y Afifi, 2006). Gómez-Ortiz et al. (2017) también encontró mayor ansiedad en las hijas que en los hijos debido a las disputas parentales.

Muchas veces los padres utilizan a los hijos, presionándoles, para ver quien tiene el poder entre ellos. El problema está en que cuando los hijos se posición a favor de uno de sus progenitores sienten que traicionan al otro, pero si no se sitúan a favor de ninguno, sienten que están traicionando a ambos. A esto se le denomina instrumentalización, que es cuando los padres utilizan a sus hijos menores como apoyo emocional y/o como ‘instrumento’, con el objetivo de tener ventajas frente al otro progenitor (Barzola, 2016).

Relaciones entre hermanos

Cantón, Cortés y Justicia (2002) estudiaron la calidad de las relaciones entre hermanos con padres separados a través de dos modelos teóricos: la teoría de la compensación y la teoría de la congruencia. La primera, la teoría de la compensación, dice que los hermanos

tienden a tener una relación más cercana entre ellos debido a las dificultades que tienen con los padres; mientras que la segunda, la teoría de la congruencia, apoya la idea de que se guarda relación de semejanza entre las relaciones que hay entre padres e hijos y entre los hermanos. En esta misma teoría se defiende que la ruptura del matrimonio suele suponer relaciones más negativas entre los hermanos, produciéndose entre ellos una pérdida del apoyo y del afecto.

Según Bush y Ehrenberg (2003) la mayoría de estos chicos tienden a tener una relación más cercana con sus hermanos tras el divorcio de sus padres. Para estos autores el contacto entre hermanos es más frecuente y cercano, tras la separación, como búsqueda de apoyo mutuo. Algunos de los hijos de divorciados asumen el papel de proteger a sus hermanos de la nueva situación familiar (De la Torre, 2005).

4. Consecuencias del divorcio en los hijos

4.1. Consecuencias en función de la edad del hijo

Las consecuencias del divorcio varían en función de la edad del hijo (Gómez-Ortiz et al., 2017).

Infancia

El divorcio para un niño no solo es la separación de los padres, sino la pérdida del contacto con el progenitor que abandona el núcleo familiar (Domínguez, 2005). Además, cuando el divorcio se da antes de los cinco años, los menores son más vulnerables a los conflictos emocionales de los padres (Al Gharaibeth, 2015).

Cuando los padres se divorcian es normal encontrar en estos menores sentimientos de tristeza, confusión, ambivalencia afectiva o baja autoestima. También, pueden presentar mayores dificultades para expresar sus sentimientos o tener una baja tolerancia a la frustración (Domínguez, 2005). Por el contrario, con respecto a esto último, Gómez-Ortiz et al. (2017), encontró que los hijos de divorciados, tras adaptarse a la nueva situación familiar, tienen mayor tolerancia a la frustración que los hijos de familias intactas.

Cuando los niños se culpabilizan de la separación de sus padres disminuye el bienestar psicológico del niño (Iraurgi, Martínez-Pampliega, Iriarte y Sanz, 2011).

Los niños presentan mayor ansiedad por separación y ansiedad en general cuando sus padres tienen conflictos, independientemente de que estén divorciados o no (Gómez-Ortiz et al., 2017).

Adolescencia

Se considera la adolescencia la etapa evolutiva en la que más influye la separación de los padres, porque se une a los cambios propios de la pubertad (Ivanova, Mills y Veenstra, 2011).

En los preadolescentes, niños comprendidos entre los 10 y 12 años, cuando el conflicto entre sus padres es elevado hay mayores niveles de sintomatología depresiva, destacando la disforia (Orgilés et al., 2017).

En hijos adolescentes de padres divorciados se suele hablar de una madurez temprana porque se considera que estos asumen mayores responsabilidades y tareas que aquellos que provienen de hogares intactos (Hetherington, 1999, citado en Cantón et al., (2002). Sin embargo, según Cantón et al., (2002) la aparente madurez que presentan los hijos de padres divorciados realmente esconde una inversión de roles instrumental (ejercer tareas de la casa y/o cuidado de los hermanos) o emocional (cuando el hijo actúa como consejero de uno de los progenitores y/o se posiciona a favor de uno contra el otro). Estos mismos autores también encontraron mayor carga de responsabilidades en adolescentes con padres divorciados que aquellos que proceden de familias intactas.

Estos adolescentes suelen sentirse ‘atrapados’ por los conflictos entre sus padres, lo cual provoca problemas de internalización o tener relaciones paterno/maternofiliales débiles. Este sentimiento también se encuentra en adolescentes cuyos padres tienen elevados conflictos matrimoniales pero que no están divorciados, la diferencia con los hijos de divorciados es que éstos, los hijos de padres no divorciados, presentan vínculos más fuertes con sus padres (Amato y Afifi, 2006).

Según Cui, Fincham y Durtschi (2011), estos jóvenes presentan niveles bajos de compromiso en relaciones sentimentales, asociado a que tienen una actitud más favorable hacia el divorcio que aquellos de familias intactas. Sin embargo, estos mismos autores encontraron que hay diferencias entre aquellos que habían vivido conflictos entre sus padres y los que no habían vivido luchas entre ellos, teniendo, estos últimos, actitudes más positivas hacia el matrimonio y en contra del divorcio. Cuando el divorcio se da en

la adolescencia temprana, los adolescentes tienden a buscar relaciones románticas como vía de escape de la situación familiar (Ivanova et al., 2011).

4.2. Problemas internalizantes

En un estudio realizado por Ripol (2015) sobre los efectos negativos de la separación de los padres en los hijos en países anglosajones, se encontró diferencias emocionales en función de la etapa evolutiva del hijo.

Tabla 1. Efectos emocionales en hijos de padres divorciados (Vangysegghem y Appelboom, 2004, como se citó en Ripol, 2015, p.16).

<p>De tres a cinco años:</p> <p>Su pensamiento mágico los lleva a sentir culpa por no haber hecho las tareas o no haber comido. Además, tienen miedo a quedarse solos o ser abandonados (en esta etapa evolutiva los padres son todo para los hijos y la relación entre ambos en su soporte de cuidado y protección).</p>
<p>De los seis a los doce años:</p> <p>Esta edad se considera la más difícil, debido a que el menor se da cuenta de que hay un problema, pero desconocen cómo deben reaccionar ante el dolor que sienten. Ante esto el hijo tendrá la esperanza de poder juntar de nuevo a sus padres y eso les hace llevar a cabo conductas de presión en la pareja, las cuales supondrán un sentimiento de fracaso en el niño, o mayores problemas en la expareja.</p>
<p>Adolescentes:</p> <p>Pueden sentir culpabilidad acompañada de miedo, soledad y/o depresión. Los adolescentes pueden llegar a dudar sobre sus capacidades para mantener relaciones sentimentales o incluso si pueden casarse.</p>

Núñez, Cernuda y Castro (2017) encontraron en los hijos de padres divorciados una amplia sintomatología psicológica: sentimientos de tristeza, angustia, miedo, ansiedad,

intranquilidad, impulsividad, alteración en el sueño (como por ejemplo las pesadillas) y en la alimentación (disminución o aumento del apetito).

4.3. Problemas externalizantes

En un estudio realizado por Cantón et al. (2002) se puede encontrar que estos chicos, indiferentemente del sexo, durante el primer año de separación, presentan problemas externalizantes (como el consumo de tóxicos o la delincuencia), en mayor medida que los hijos de familias intactas. Estos mismos autores encontraron que los hijos de familias monoparentales a cargo de la madre suelen presentar una mayor tendencia hacia las conductas antisociales, la delincuencia y el consumo de sustancias. También presentan una mayor tendencia a llevar a cabo conductas sexuales de riesgo (Morales et al., 2017) porque los padres divorciados tienden a ser más permisivos con respecto a tener relaciones sexuales (Adebola y Adebola, 2015).

Simons y Chao (1996) (citado en Cantón et al., 2002) encontraron que los adolescentes de hogares monoparentales presentan más conductas delictivas que aquellos que pertenecen a familias intactas; incluso observaron que las adolescentes de hogares monoparentales cometen más este tipo de conductas que los chicos de hogares intactos, cuando lo normal es encontrar una mayor tasa de conducta antisocial en varones que en mujeres.

Para Dunn et al. (2004) las probabilidades de presentar problemas externalizantes aumentan cuando la relación entre el padre no residente y el hijo es poco afectiva. También, la falta de respeto y de cooperación entre los padres tras el divorcio influye en la aparición de conductas antisociales (Macie y Stolberg, 2003).

Cuando las madres facilitan la comunicación padre-hijo, se relacionan con sus hijos con cercanía, y, supervisan y controlan a sus hijos, disminuye las probabilidades de que los hijos se involucren en actividades delictivas (Gasper et al., 2008). La supervisión de la madre es fundamental para que el hijo no incida en comportamientos punibles (Macie y Stolberg, 2003).

En la misma línea a lo anterior, encontramos que lo que provoca el malestar emocional y mal comportamiento en los hijos adolescentes es el conflicto parental. Su necesidad de

llamar la atención y de aumentar las conductas delictivas y agresivas se asocian al conflicto entre los progenitores (Cosgaya et al., 2008).

Adquirir hábitos poco saludables, como fumar, parece estar ligado con la separación de los padres (Larson y Halfon, 2013). El consumo de alcohol y la dependencia al mismo en la edad adulta, también está relacionado con el divorcio de los padres durante la infancia o adolescencia (Thompson, Lizardi, Keyes y Hasin, 2008).

4.4.Problemas escolares

En los menores de las familias monoparentales se encuentra un mayor desajuste en el rendimiento escolar (Nuñez et al., 2017). Podemos encontrar dificultades en la atención, memoria, pérdida del interés escolar (Nuñez et al., 2017), descienden sus notas académicas o no llegan a finalizar la etapa escolar (Barajas, 2011) y hay una disminución en el autoconcepto académico (Seijo, Fariña, Corras, Novo y Arce, 2016). Por tanto, el divorcio de los padres ocasiona en los hijos una disminución del logro académico (Larson y Halfon, 2013).

Escapa (2017), encontró que el descenso del rendimiento escolar en hijos de padres divorciados se debe a la conflictividad de los chicos con sus progenitores o la ausencia de relación paterno/maternofilial (independientemente del sexo); por lo tanto, en ausencia de conflictos, tanto los hijos de divorciados como los de no divorciados, presentan menor probabilidad de tener resultados académicos bajos.

Para Gähler y Palmtag (2015), las condiciones socioeconómicas como la clase social de los padres, la educación que hayan recibido los mismos y las dificultades económicas tras el divorcio, influyen en el logro educativo de los hijos.

Los adolescentes que viven solo con uno de sus padres por otros motivos distintos al divorcio presentan altas probabilidades de tener rendimiento educativo bajo, incluso en mayor medida que los chicos con padres divorciados que no presentan problemas conflictivos. Por tanto, parece que lo ocasiona las dificultades en los hijos no es el divorcio en sí mismo, sino el conflicto entre los progenitores (Escapa, 2017).

4.5. Problemas sociales y económicos

Se ha encontrado que los efectos del divorcio también interfieren a nivel social o comunitario (Seijo et al., 2002). El divorcio puede ocasionar en los hijos dificultades en el autocontrol de las relaciones sociales (Seijo et al., 2016).

Seijo et al. (2016) cuantificaron ciertos efectos que tiene la separación de los padres en los hijos y encontraron posibles problemas socioeconómicos caracterizados por una mayor probabilidad de riesgo de pobreza en un 33,9% y de estar expuesto a ser víctima de violencia de género en un 43,2%. American Academy of Pediatrics (2012) encontró relación entre haber vivido el divorcio de los padres siendo pequeño y problemas socioeconómicos futuros.

Wallerstein (2001) (como se citó en Ripol, 2015, p.17) encontró diferentes problemas sociales en hijos de divorciados, algunos de ellos relacionados con lo mencionado anteriormente. El 25% de estos chicos no acaban el colegio frente al 10% que se da en familias intactas. El 60% requiere algún tipo de tratamiento psicológico contra un 30% de las otras familias. El 50% tiene problemas de alcohol y drogas previos a los 15 años, y el 65% tiene mala relación con el padre. Solo el 5% recibe algún tipo de ayuda económica por parte de la figura paterna. Cuando pasan los 30 años de edad solo el 30% se ha casado y de ese 30% de casados el 50% ya se han divorciado.

4.6. Problemas en la salud física

La exposición a situaciones adversas, como el divorcio de sus padres, conlleva a problemas de salud física y mental (Hornor, 2015). La salud física se puede ver afectada en función de cómo sea la estructura y funcionamiento de una familia (Guzmán-Pantoja et al., 2008). Los padres con mala salud son más propensos a divorciarse y transmitírsela a sus hijos por medio de la genética (Larson y Halfon, 2013), al igual que habrá más riesgo en el bienestar de los hijos cuanto más perjudicada este la salud de los padres (Fariña et al., 2013).

Según Koch, Sepa y Ludvigsson (2008) cuando hay un evento vital grave, como el divorcio de los padres, se da una relación entre el estrés psicológico de la familia y la obesidad infantil a los 5 y 6 años, ocasionado por la elevada preocupación y estrés de los padres en la crianza de sus hijos.

Los intentos de suicidio y la ideación suicida se presentan más en hijos de divorciados que en los niños de familias intactas (Bruwer et al., 2014).

5. Programas de intervención

Ha aumentado la necesidad de investigar las repercusiones que tiene el divorcio tanto en los adultos como en los hijos, con el objetivo de poder avanzar hacia tratamientos o programas de intervención en caso de separación de padres con hijos. Esta necesidad aumenta en países como España, donde el divorcio era inexistente hasta 1981. Este reciente acontecimiento en la cultura de nuestro país hace que los sistemas judiciales desconozcan como deben de actuar, y que los progenitores vean de manera más compleja su paternidad tras divorciarse (Yárnnoz-Yaben, 2010).

Las luchas por las custodias, el cambio de rol en cada progenitor, los sentimientos de abandono y el fracaso personal puede llevar a una crisis personal, y, suelen ser algunos de los conflictos que se dan tras la separación, que provocan un entorno familiar disfuncional (Stobie y Thomski-Klingshirn, 2009) y hace que el trabajo con las familias que continúan con el conflicto tras el divorcio sea considerado por los terapeutas una de las áreas más complejas para trabajar (Van Lawick y Visser, 2015). Es frecuente encontrar, en este tipo de intervenciones, posturas de desconfianza, paranoia y/o de protección por parte de uno o ambos progenitores hacia el terapeuta; añadiendo las luchas legales y las respectivas consecuencias económicas que sufren los padres tras el divorcio y que interfieren en la relación terapéutica (Van Lawick y Visser, 2015). Esto puede deberse a que una de las tareas más complejas y estresantes para padres divorciados es aprender a redefinir la relación de coparentalidad (Ahrons, 1981, citado en Bonach, 2007).

Para intentar paliar los efectos negativos del divorcio en los hijos, así como para prevenir que éstos adquieran un rol instrumental o emocional, se han puesto en marcha diferentes programas que tienen como objetivo mejorar las relaciones familiares tras la separación. Barraca (2015) propone como alternativa a los problemas familiares, ocasionados por el divorcio, la intervención terapéutica. Existen programas que tienen como objetivo ayudar a los padres en la crianza de los hijos tras el divorcio (Taylor, 2001) trabajando la coparentalidad (Gasper et al., 2008). Fariña et al. (2002) consideran que estos programas

deberían de ser ofertados por las instituciones judiciales en aquellos casos de divorcio o separación que impliquen a hijos menores.

5.1.Elementos de éxito y efectividad para un programa de intervención familiar tras el divorcio

Fariña et al. (2002) señalan una serie de elementos que consideran necesarios para la efectividad y éxito de un programa:

- Priorización de contenidos para que el trabajo sea adaptado a la familia con la que se va a trabajar, y no se trabajen únicamente aquellos temas que suelen ser generales y comunes en este tipo de familias.
- Intervención con la familia integral. Que se incluya en la intervención a todas las personas que sean significativas para la familia y que no se trabaje únicamente con los progenitores y los menores.
- Determinar el tipo de intervención en función de las necesidades que presente la familia objeto de estudio.
- Temporalizar los contenidos con el objetivo de establecer tiempos de intervención en cada una de las áreas que se va a trabajar, considerando así la duración del programa como un punto de éxito de éste.
- La necesidad de una buena formación de los profesionales al tratarse de un tipo de intervención en el que se requiere flexibilidad e improvisación.

5.2. Tipos de programas

Nombre	Objetivos	Técnicas	¿A quién?	Nº de sesiones	Eficacia
Puntos de Apoyo para Avanzar	Cambiar los desencuentros familiares	-Genograma -Grupos Focales -Entrevista semiestructurada	Adolescentes que viven con sus madres	7	No se han realizado investigaciones
Ruptura de pareja, no de familia	Minimizar los efectos negativos del divorcio	-Modelado -Role-playing -Feedback -Resolución de problemas	Padres e hijos por separado	15 con los padres y 16 con los hijos	Sí
No kids in the middle	Crear un espacio seguro para el diálogo	-Grupos focales -Actividades conjuntas -Trabajar con la red social y familiar de la familia	Padres e hijos por separado	8 con cada grupo de padres e hijos	No se han realizado investigaciones
Egokitzen	Prevenir y fomentar el desarrollo saludable de los hijos	-Grupos Focales -Enfoque sistémico -Feedback	Padres	11	Aunque parece eficaz, aún es pronto para asegurarlo
New Beginning Program	Mejorar las aspiraciones educativas y/o laborales de los adolescentes	-Grupos focales -Role-Playing	Madres e hijos adolescentes	11 con cada grupo de madres y de hijos	No

Puntos de Apoyo para Avanzar - S.A.S. (Silvia y Valderrama, 2015)

Este programa está dirigido a familias con hijos adolescentes que conviven con la madre tras la separación y que tras un año desde el divorcio aún no se han adaptado a la nueva situación familiar (Silva y Valderrama, 2015).

La intervención consiste en dos sesiones con los padres y el hijo adolescente a través de una entrevista semiestructurada, una sesión con el hijo adolescente en un grupo focal, dos entrevistas semiestructuradas con los padres, y, una entrevista con el hijo y cada progenitor por separado. Cada sesión tendrá una duración de una hora y consiste en una intervención terapéutica desde el enfoque sistémico-relacional (Silva y Valderrama, 2015).

El objetivo de esta intervención es estudiar los puntos de desencuentro en la relación entre los padres y los hijos adolescentes, con el fin de cambiar estas situaciones con un encuentro familiar en el que se excluya el conflicto. Silva y Valderrama (2015) encontraron nueve situaciones de conflicto familiar:

- El adolescente puede sentirse presionado para hablar u opinar acerca del otro progenitor, lo cual les pone en una situación de ‘a favor’ o ‘en contra’ de uno u otro.
- Cada padre exige a su hijo de manera distinta y a veces de forma contradictoria.
- El menor puede sentirse atrapado en la problemática de sus padres, como si él/ella fuera el que tiene el problema y no sus padres.
- Las descalificaciones que hacen los padres hacia los hijos adolescentes orientadas a que el hijo critique lo malo de uno de sus progenitores por petición del otro.
- Pueden darse enfrentamientos entre los padres, donde el menor empieza a ejercer un rol de protección.
- El adolescente puede sentirse confundido cuando ante el conflicto entre sus padres le sitúan como el culpable y motivo de la separación.
- También se pueden sentir ignorados o con la incapacidad de acceder al diálogo, compañía o apoyo, cuando surge el enfrentamiento entre sus progenitores.
- Estos adolescentes pueden encontrarse amenazados con echarles del espacio familiar, dónde los padres delegarían su rol parental en terceras personas o en instancias públicas, porque “se sienten desbordados con la actitud de su hijo”.

- Esto anterior puede ocasionar sustos al ver que los conflictos y enfrentamientos no cesan.

Silva y Valderrama (2015), proponen dos cosas para conseguir acabar con el conflicto y evitar poner al hijo adolescente como ‘paciente identificado’ en la terapia. Lo primero, es que el hijo sienta que está rodeado de redes de apoyo que le ofrecen afecto, apoyo, normas, respaldo, guía-consejos y colaboración; y, lo segundo, que el hijo se sienta querido. Si se dan de manera adecuada estos encuentros, el hijo quedará excluido del enfrentamiento post-conyugal.

Los instrumentos que se utilizan para este tipo de intervención son: el genograma, que nos ayuda a conocer la dinámica familiar (como está estructurada la familia, como son las relaciones entre sus miembros, cuáles son los acontecimientos vitales) (McGoldrick, Gerson y Petry, 2008); grupos focales para conocer como perciben los hijos adolescentes el sistema familiar; y, la entrevista semiestructurada para recoger información sobre la post-conyugalidad y parentalidad (Silva y Valderrama, 2015).

5.2.1. Ruptura de pareja, no de familia (Fariña, Arce, Novo y Seijo, 2001)

“Ruptura de pareja, no de familia” es un programa psicoeducativo, que se lleva utilizando desde el año 2001 (Fariña, Seijo, Novo y Arce, 2015).

Este programa se adapta a las características de la familia y tiene como objetivo principal lograr el mayor ajuste a la nueva situación familiar, minimizando o eliminando los efectos negativos generados por la separación de los padres en los menores y en el resto de la familia (Fariña et al., 2002).

Para conseguir su objetivo se trabajan de manera paralela con los padres y con los hijos. Los objetivos de trabajo con los padres son: paliar el déficit cognitivo (desequilibrio emocional y personal que ocasiona la separación), fortalecer la comunicación y colaboración parental (disminuir el nivel de conflicto para lograr la coparentalidad), reforzar la comunicación padres-hijos (que el hijo pueda tener contacto con ambos padres), y, mejorar los métodos de disciplina (reforzando la buena conducta e inhibiendo la inadecuada) (Fariña et al., 2002).

Las metas con los hijos consisten en: reestructuración cognitiva (eliminar los pensamientos erróneos sobre la separación de sus padres, como la culpabilidad), mejorar

la comunicación (que aprendan a expresar libremente sus sentimientos y pensamientos) y la minimización de los problemas (hacer frente a los problemas de conducta y educativos) (Fariña et al., 2002).

Tanto para un grupo como para el otro, se emplearán técnicas como el modelado, el role-playing, el refuerzo, la generalización, la resolución de problemas, la retroalimentación o feedback, entre otros, con el fin de conseguir los objetivos propuestos (Fariña et al., 2002).

Las sesiones se procurarán que sean semanales, con un total de 15 sesiones para los adultos y 16 para los menores, con una duración de entre 90 y 120 minutos, todas ellas en grupo (de padres y de hijos respectivamente) (Fariña et al., 2002).

Fariña et al. (2002) encontraron que los efectos después del programa eran positivos: los padres logran responder de una manera más adecuada a las demandas de los hijos, logran tener mejor relación con el otro progenitor y aumentar la coparentalidad gracias a una visión más positiva del divorcio. Por tanto, “Ruptura de pareja, no de familia” ha demostrado ser eficaz para mejorar la adaptación y afrontamiento de los hijos y de los padres al divorcio (Fariña, Arce, Seijo y Novo, 2015, como se citó en Fariña et al., 2015).

5.2.2. No kids in the middle (Van Lawick y Visser, 2015)

Desde los Países Bajos surge “No kids in the middle”, un tipo de intervención donde se pretende trabajar tanto con los hijos como con los padres divorciados. Es un programa que surge de las dos autoras Van Lawick desde el centro Lorentzhuis (centro de terapia sistémica) y Visser de KJTC (The Childrens’s Trauma Centre, centrado en el tratamiento de familias separadas) (Van Lawick y Visser, 2015).

Es un programa terapéutico que busca crear un espacio donde los padres, hijos y profesionales puedan establecer un diálogo más flexible. En esta intervención se trabaja con seis familias a la vez, donde dos terapeutas trabajarán con doce padres, mientras que, de forma paralela, otros dos terapeutas trabajan con los hijos de estos padres en una habitación diferente. Ambos grupos, el de padres y el de hijos, deberán asistir a ocho sesiones de dos horas cada una (Van Lawick y Visser, 2015).

Los requisitos para poder participar en este programa son: ausencia de adicciones graves, ausencia de violencia (en el momento de participar) y frenar los procesos legales en curso (Van Lawick y Visser, 2015).

Van Lawick y Visser (2015) clasifican los principios claves de la terapia en seis, que consisten en:

- Mantener al niño en mente. Los padres tratarán de crear un espacio de seguridad para sus hijos, donde ambos progenitores puedan negociar los roles para la crianza compartida.
- Trabajar en grupos. Habrá dos grupos, el de padres y el de hijos. En el de padres se pretende que éstos observen como son las dinámicas de interacción entre otras exparejas, dando también la posibilidad de intervenir cuando otros progenitores se encuentren ‘atascados’ en un problema. También comparten experiencias que les han sido efectivas y aquellas que no lo han sido. Antes, después y durante el descanso, padres e hijos se reunirán. El fin de esto sería que cada progenitor pueda observar la interacción que tiene el otro padre con sus hijos, y, el reunir a la familia, ya que en muchas ocasiones ésta no se ha juntado desde hace años.
- Detener procesos legales.
- Crear un espacio libre de intenciones. Para estas autoras, el espacio donde se reúnen padres e hijos antes, después y durante los descansos podría ser ese primer contexto donde los cambios en la familia se comienzan a producir.
- Ceremonias creativas de presentación. Se les pide a los hijos que representen artísticamente el tema por el cual sus padres se pelean; mientras que los padres preparan una presentación donde les cuentan a sus hijos lo que han aprendido en el grupo y lo que desean para sus hijos en el futuro. La participación es voluntaria.
- Llegar a la red. Abuelos, tíos, otros miembros de la familia, parejas actuales de los padres, hijos de estas parejas, amigos, compañeros de trabajo, u otros, que pudieran estar involucrados en el conflicto entre los padres. Éstos suelen posicionarse a favor de uno de los progenitores sin darse cuenta de que de esa forma no mejoran la situación. Van Lawick y Visser decidieron organizar una sesión previa a la primera sesión de grupo donde los terapeutas explican su manera de trabajar, sus objetivos de intervención y los supuestos y principios en los que se apoyaban; también están abiertos a preguntas de los asistentes.

‘No kids in the middle’ es una forma de trabajo muy enriquecedora para los niños, padres y terapeutas que trabajan en el programa. La mayoría de las familias manifiesta querer seguir trabajando con los terapeutas del programa (Van Lawick y Visser, 2015).

5.2.3. Egokitzen (Martínez-Pampliega, Elejalde y Sanz, 2014)

Egokitzen es un programa psicoeducativo que tiene como objetivo prevenir y fomentar el desarrollo psicológico saludable de los niños que atraviesan el divorcio de sus padres. Al ser un programa psicoeducativo buscará que los padres adquieran conocimientos y habilidades que les permita proteger a los hijos del estrés familiar y superar el conflicto existente de una manera saludable (Martínez-Pampliega et al., 2015).

Los criterios para poder participar son: estar divorciado y tener hijos con la persona de la que te has separado. Por el contrario, no podrán participar: padres que viven juntos tras el divorcio, estar en un proceso judicial por violencia familiar y/o sufrir trastorno mental grave (Merino et al., 2017).

El programa consiste en once sesiones de hora y media cada una, que se llevan a cabo desde el enfoque sistémico. Las sesiones buscar abordar tres temas: el divorcio y su impacto, el conflicto interparental y la crianza de los hijos (Martínez-Pampliega et al., 2015). En las dos primeras sesiones se presenta el programa y a los integrantes del grupo, en las cuatro siguientes se trabaja el proceso de los conflictos interparentales y en las cuatro siguientes se atiende a los temas relacionados con la crianza de los hijos. Tras estas diez sesiones, hay una última sesión de cierre (Merino et al., 2017).

En todas las sesiones hay dos facilitadores dentro de la sala y un grupo de asesoramiento y supervisión compuesto por dos psicólogos que analiza los patrones de interacción del grupo mediante la observación detrás del espejo y, además, orienta y asesora a los facilitadores. La expareja no puede estar en el mismo grupo (Merino et al., 2017).

En cada sesión los integrantes del grupo deben expresar como se sienten al llegar y como se van tras la sesión. Al final de la sesión, se pone en práctica a través de diversas tareas el tema trabajado ese día, y, se dará feedback sobre cómo ha sido la realización de dichas tareas al principio de la siguiente sesión (Merino et al., 2017).

Merino et al. (2017) encontraron una mejoría con respecto al bienestar previo y posterior de la intervención; sin embargo, consideran que los padres necesitan más tiempo para consolidar lo aprendido. Aunque los padres, seis meses después de haber finalizado el programa encuentran que hay mejoras, aún se considera pronto para hablar de su eficacia (Martínez-Pampliega et al., 2015).

5.2.4. NBP: New Beginnings Program (Sigal, Wolchik, Tein y Sandler, 2012)

New Beginnings Program es un programa psicoeducativo que está orientado a jóvenes y madres de familias divorciadas, con el fin de mejorar las aspiraciones educativas y/o laborales de los adolescentes (Sigal, Wolchik, Tein y Sandler, 2012).

Para poder participar en este programa es necesario: que el joven viva con la madre al menos el 50% del tiempo, que el matrimonio se haya divorciado en los dos últimos años, que la madre no se haya vuelto a casar y no tenga planes de hacerlo, que la madre no tenga una pareja residente en el domicilio familiar, que tanto la madre como el hijo hablen bien inglés, que uno de los hijos residentes tenga entre 9 y 12 años, y, que ni la madre ni el hijo estén atendidos por servicios de salud mental (Sigal et al., 2012).

New Beginnings Program está constituido por un programa de dos componentes (MPCP), que consiste en un grupo para niños (CP) y uno para madres (MP). En el CP hay once sesiones que se centran en enseñar habilidades de afrontamiento adaptativo, las cogniciones negativas y la calidad de relación madre-hijo. Los grupos constan de ocho a diez adolescentes, los cuales trabajan de manera conjunta con técnicas como el role-playing. Una de las actividades que se trabaja con los hijos es mejorar la comunicación con sus madres y, por eso, dicha actividad se hará junto a éstas (Sigal et al., 2012).

El programa para madres (MP) está enfocado en la crianza positiva, el conflicto interparental y las actitudes de la madre hacia la relación padre-hijo. El MP consiste en once sesiones grupales, de ocho a diez madres, de hora y cuarenta y cinco minutos cada una. Cinco de las sesiones están orientadas a trabajar la relación madre-hijo y tres enfocadas a que se dé una disciplina efectiva en los hijos, y, otras dos de ellas son individuales, de una hora cada una, para ver como la madre puede usar las habilidades adquiridas durante el programa con sus hijos. Estas sesiones las dirigen dos clínicos a través de técnicas didácticas (Sigal et al., 2012).

Para medir la eficacia del programa se entrevista a la familia en cinco ocasiones: pre-test, post-test, a los tres y seis meses de la intervención, y, a los seis años (a modo de seguimiento). Con el seguimiento se observó la efectividad del programa y que los chicos que tenían alto riesgo de desarrollar problemas académicos y/o profesionales cuando fueran mayores, tras la intervención mostraron un mayor logro educativo y mayores aspiraciones laborales. También mejoraba la relación madre-hijo (Sigal et al., 2012). Sin embargo, parece que las mejoras fueron a corto plazo, porque en un estudio más reciente

no se encontraron efectos muy significativos del programa a los diez meses de haberse aplicado (Sandler et al., 2019).

6. Discusión

Desde que se legalizó el divorcio en España en 1981 (Orgilés et al, 2008) el número de parejas divorciadas ha ido aumentando considerablemente (Instituto Nacional de Estadística, 2017) afectando a más de dos millones de niños (Instituto de Política Familiar, 2014). Por tanto, el divorcio es una realidad de nuestra sociedad que debe ser atendida.

Este trabajo pretende resolver diferentes cuestiones acerca del divorcio. Respondiendo a la primera pregunta planteada acerca de si es el divorcio o los conflictos entre los padres lo que repercute de manera negativa en el bienestar de los hijos, las investigaciones muestran que no es el divorcio de los padres lo que provoca consecuencias negativas en los hijos, sino que es el conflicto (Amato, 2000; De la Torre, 2005) y la falta de coparentalidad (Gasper et al., 2008) entre los progenitores lo que causa su malestar. Los padres divorciados involucran a sus hijos en el conflicto marital (Lamas, 2007), lo que provoca que el hijo intente lidiar con los problemas que hay entre sus padres (Amato y Afifi, 2006).

Para poder disminuir el malestar de los hijos es necesario poner en marcha programas de intervención que reduzcan el conflicto entre los padres y la instrumentalización de los hijos en dicho conflicto. Por eso, he analizado diferentes programas de intervención.

Algunas de las diferencias encontradas en los programas estudiados son: a quién se dirigen (hijos adolescentes, únicamente a los padres o tanto hijos como sus progenitores), los objetivos que persiguen (minimizar los efectos del divorcio, mejorar el rendimiento académico de los hijos adolescentes, crear un espacio seguro para el diálogo de la familia...), las técnicas que emplean (grupos focales, role-playing, feedback...) o el número de sesiones.

Por todo esto, considero que un programa de intervención para el divorcio debe trabajar únicamente con los padres divorciados, porque al traer a los hijos a sesión se les está involucrando en los conflictos y en los problemas que tiene la pareja. Los hijos deberían quedar al margen de los problemas que hay entre sus padres.

Me parece oportuno que se trabaje con especialistas tanto dentro como fuera de la sala, para que el análisis de las dinámicas parentales sea más exhaustivo y se puedan aportar diferentes formas de trabajo. Los grupos focales me parece una herramienta muy útil para que los padres aprendan de otras exparejas aquello que les ha podido servir para la crianza de los hijos tras el divorcio, y ellos puedan darse cuenta de cosas que también hacen bien (de esta manera se reforzarían). A su vez, los grupos focales pueden ayudar a sentirse más comprendidos y a centrarse en el bienestar de los hijos (que al final es lo más importante de estos programas) y no en los conflictos con la expareja.

Se ha comprobado que el impacto de los programas se pierde con el paso del tiempo, por eso, los profesionales deben de asegurarse de que los padres tienen las herramientas suficientes una vez que finalicen el programa. Por último, a la vez que se enseñan estas técnicas, los psicólogos deben de dejar claro a los padres que lo importante son los hijos, que no es una terapia de pareja, sino que lo que se busca es que el hijo pueda tener un desarrollo evolutivo adecuado a pesar de la nueva situación familiar.

Una de las críticas que presenta este trabajo es que de los cinco programas que se ha investigado solo en uno de ellos existe certeza sobre su eficacia (“Ruptura de familia, no de pareja”). “New Beginning Program” pareció ser eficaz en el año en que se implantó (2012); sin embargo, estudios recientes han demostrado que transcurridos los diez meses desde la intervención no hay mejoría significativa. En “Puntos de Apoyo para Avanzar” o “No kids in the middle” se desconoce si existe eficacia a largo plazo. En “Egokitzen” consideran que todavía es pronto para saberlo.

Por tanto, a pesar de que existen diferentes programas para mejorar esta situación familiar se debería investigar más acerca de cómo intervenir con estas familias, ya que estamos ante un problema cada vez más común en nuestro país. Los futuros programas deberán ir orientados a minimizar los efectos negativos del divorcio y lograr el bienestar de los hijos tras la separación de sus padres. Para esto, es importante que se evalúe la eficacia de los programas para que los objetivos (el bienestar de los hijos) no se dé únicamente tras implementar el programa, sino que se puedan mantener en el tiempo.

7. Referencias bibliográficas:

- Adebola, O.G. & Adebola, F.B. (2015). Family characteristics: indices of adolescents' sexual behavior. *International Journal of Science and Technology Educational Research*, 6(2), 9-18.
- Al Gharaibeth, F.M. (2015). The effects of divorce on children: mothers' perspectives in UAE. *Journal of Divorce & Remarriage*, 56, 347-368.
- Amato, P.R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 1269-1287.
- Amato, P.R. & Afifi, T.D. (2006). Feeling caught between parents: adult children's relations with parents and subjective well-being. *Journal of Marriage and Family*, 68, 222-235.
- American Academy of Pediatrics. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), 232-246.
- Andress, HJ. & Bröckel, M. (2007). Income and life satisfaction after marital disruption in Germany. *Journal of Marriage and Family*, 69, 500-512.
- Barajas, M.S. (2011). Academic Achievement of children in single parent homes: a critical review. *The Hilltop Review*, 5(1), 12-21.
- Barraca, J. (2015). Integrative Behavioral Couple Therapy (IBCT) as a third-wave therapy. *Psicothema*, 27(1), 13-18.
- Barzola, J.L. (2016). Redefinición del Síndrome de Alienación Parental (S.A.P.): Instrumentalización Parental. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 4(2), 51-59.
- Bonach, K. (2007). Forgiveness Intervention Model: Application to Coparenting Post-Divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 48, 105-123.
- Bruwer, B., Govender, R., Bishop, M., William, D.R., Stein, D.J. & Soraya, S. (2014). Association between childhood adversities and long-term suicidality among South Africans from the results of the South African Stress and Health study: a cross-sectional study. *British Medical Journal Open*, 4, 1-14.
- Bush, J.E. & Enrenberg, M.F. (2003). Young persons' perspectives on the influence of family transitions on sibling relationships: a qualitative exploration. *Journal of Divorce & Remarriage*, 39(3/4), 1-35.

- Cantón, J., Cortés, M. R. & Justicia, M.D. (2002). Las consecuencias del divorcio en los hijos. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 2(3), 47-66.
- Cosgaya, L., Nolte, M., Martínez-Pampliega, A., Sanz, M. & Iraurgi, I. (2008). Conflicto interparental, relaciones padres-hijos e impacto emocional en los hijos. *Revista de Psicología Social*, 23(1), 1-12.
- Cui, M., Fincham, F.D. & Durtschi, J.A. (2011). The effect of parental divorce on young adults' romantic relationship dissolution: what makes a difference? *Personal Relationships*, 18, 410-426.
- De la Torre, J. (2005). Las relaciones entre padres e hijos después de las separaciones conflictivas. *Apuntes de psicología*, 23(1), 101-112.
- Domínguez, I. (2005). La nueva realidad familiar: su incidencia en la infancia. *Apuntes de psicología*, 23(2), 209-218.
- Doss, B.D., Benson, L.A., Georgia, E.J. & Christensen, A. (2013). Translation of Integrative Behavioral Couple Therapy to a web-based intervention. *Family Process*, 52(1), 139-153.
- Dunn, J., Cheng, H., O'Connor, T, G. & Bridges, L. (2004). Children's perspectives on their relationships with their nonresident fathers: influences outcomes and implications. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(3), 553-566.
- Escapa, S. (2017). Los efectos del conflicto parental después del divorcio sobre el rendimiento educativo de los hijos. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, (158), 41-58.
- Fariña, F., Arce, R., Novo, M. & Seijo, D. (2013). La justicia terapéutica en procesos de ruptura de pareja: el papel del psicólogo. En Chan, E.C., Estrada, C. & Rodríguez, F. (Ed). *Aportaciones a la psicología jurídica y forense desde Iberoamérica*. (pp. 113-134). El Manual Moderno.
- Fariña, F., Novo, M., Arce, R. & Seijo, D. (2002). Programa de intervención "ruptura de pareja, no de familia" con familias inmersas en procesos de separación. *Psicopatología clínica, Legal y Forense*, 2(3), 67-85.
- Fariña, F., Seijo, D., Novo, M. & Arce, R. (2015). "Programa ruptura de pareja, no de familia": indicadores de evaluación estratégica, táctica y operativa. Proceedings of

- 3rd International Congress of Educational Sciences and Development (pp.25-29). Spain: San Sebastián.
- Gähler, M. & Palmtag, E.L. (2015). Parental divorce, psychological well-being and educational attainment: changed experience unchanged effect among swedes born 1892-1991. *Springer, 123*, 601-623.
- Gasper, J. A.F., Stolberg, A.L., Macie, K.M. & Williams, L.J. (2008). Coparenting in intact and divorced families: its impact on young adult adjustment. *Journal of Divorce & Remarriage, 49*(3/4), 272-290.
- Gómez-Ortiz, O., Martín, L. & Ortega-Ruiz. (2017). Conflictividad parental, divorcio y ansiedad infantil. *Pensamiento Psicológico, 15*(2), 67-78.
- Guzmán-Pantoja, J.E., Barajas-Mendoza, E.R., Luce-González, E.G., Valadez-Toscano, F.J., Gutiérrez-Román, E.A. & Robles-Romero, M.A. (2008). Disfunción familiar en pacientes pediátricos con asma. *Atención Primaria, 40*(11), 543-546.
- Huff, S., Anderson, S. R., Adamsons, K.L. & Tambling, R.B. (2017). Development and validation of a scale to measure children's contact refusal of parents following divorce. *The American Journal of Family Therapy, 45*(1), 66-77.
- Instituto de Política Familiar. (2014). Informe de evolución de la familia en España 2014. 20th Anniversary of the international year of the family.
- Instituto Nacional de Estadística (2017). Estadística de Nulidades, Separaciones y Divorcios año 2016. *Notas de prensa – Instituto Nacional de Estadística*, 1-6.
- Iraurgi, I., Martínez-Pampliega, A., Iriarte, L. & Sanz, M. (2011). Modelo cognitivo-contextual del conflicto interparental y la adaptación de los hijos. *Anales de Psicología, 27*(2), 562-573.
- Ivanova, K., Mills, M. & Veenstra, R. (2011). The initiation of dating in adolescence: the effect of parental divorce. The TRAILS study. *Journal of research on adolescence, 21*(4), 769-775.
- King, V. & Sobolewski, J. M. (2006). Nonresident fathers' contributions to adolescent Well-being. *Journal of Marriage and Family, 68*, 537-557.
- Koch, F., Sepa, A. & Ludvigsson, J. (2008). Psychological stress and obesity. *Journal of Pediatrics, 6*(153), 839-844.

- Lamas, X. (2007). Para comprender la adolescencia problemática. *Redes: revista de psicoterapia relacional e intervenciones sociales*, 18, 63-85.
- Larson, K. & Halfon, N. (2013). Parental divorce and adult longevity. *International Journal of Public Health*, 58, 89-97.
- Macie, K.M. & Stolberg, A.L. (2003). Assessing parenting after divorce: the co-parenting behavior questionnaire. *Journal of Divorce & Remarriage*, 39(1/2), 89-107.
- Martínez-Pampliega, A., Aguado, V., Corral, S., Cormenzana, S., Merino, L. & Iriarte, L. (2015). Protecting children after a divorce: efficacy of Egokitzen-an intervention program for parents on children's adjustment. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 3782-3792.
- Martiñón, J.M., Fariño, F., Corras, T., Seijo, D., Souto, A. & Novo, M. (2017). Impacto de la ruptura de los progenitores en el estado de salud física de los hijos. *European Journal of Education and Psychology*, (10), 9-14.
- McGoldrick, M., Gerson, R. & Petry, S. (2008). *Genograms: Assessment and Intervention* (Third Edition). New York: W.W. Norton & Company.
- Merino, L., Iriarte, L., Aguado, V., Corral, S., Cormenzana, S. & Martínez-Pampliega, A. (2017). A psycho-educational group program for divorced parents in Spain: a pilot study. *Contemporary Family Therapy*, 39, 230-238.
- Morales, A., Carratalá, E., Orgilés, M. & Espada, J.P. (2017). Un estudio preliminar de la eficacia de un programa de promoción de la salud sexual en adolescentes con padres divorciados. *Health and Addictions*, 17(1), 37-44.
- Núñez, C.S., Pérez, C. & Castro, M. (2017). Consecuencias del divorcio-separación en niños de edad escolar y actitudes asumidas por los padres. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 33(3), 296-309.
- Orgilés, M., Espada, J.P. & Méndez, X. (2008). Trastorno de ansiedad por separación en hijos de padres divorciados. *Psicothema*, 20(3), 383-388.
- Orgilés, M., Samper, M.D., Fernández-Martínez, I. & Espada, J.P. (2017). Depresión en preadolescentes españoles: diferencias en función de variables familiares. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 3(2), 129-134.

- Petren, R.E., Ferraro, A.J., Davis, T.R. & Pasley, K. (2017). Factors linked with coparenting support and conflict after divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 58(3), 145-160.
- Ranieri, S., Molgora, S., Tamanza, G. & Emery, R.E. (2016). Promoting coparenting after divorce: a relational perspective on child custody evaluations in Italy. *Journal of Divorce & Remarriage*, 57(5), 361-373.
- Ripol, A. (2015). Necesidades de los hijos e hijas inmersos en situaciones de separación de los padres. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 15, 15-27.
- Sandler, I., Wolchik, S., Mazza, G., Gunn, H., Tein, J.Y., Berkel, C., Jones, S. & Porter, M. (2019). *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 00(00), 1-19.
- Seijo, D., Fariña, F., Corras, T., Novo, M. & Arce, R. (2016). Estimating the epidemiology and quantifying the damages of parental separation in children and adolescents. *Frontiers in Psychology*, 7, 1611.
- Seijo, D., Fariña, F. & Novo, M. (2002). Repercusiones del proceso de separación y divorcio. Recomendaciones programáticas para la intervención con menores y progenitores desde el ámbito escolar y la administración de justicia. *Publicaciones*, 32, 199-218.
- Sigal, A.B., Wolchik, S.A., Tein, J.Y. & Sandler, I.N. (2012). Enhancing youth outcomes following parental divorce: a longitudinal study of the effects of the New Beginnings Program on educational and occupational goals. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 41(2), 150-165.
- Silva, E.J. & Valderrama, J.C. (2015). Post-conyugalidad en la relación entre padres separados e hijos adolescentes. *Revista Tesis Psicológica*, 10(1), 46-59.
- Stobie, M.R. & Thomski-Klingshirn. (2009). Borderline Personality Disorder, Divorce and Family Therapy: The Need for Family Crisis Intervention Strategies. *The American Journal of Family Therapy*, (37), 414-432.
- Taylor, R. J. (2001). Listening to the children: children of divorce speak out about their parents. *Journal of Divorce & Remarriage*, 35(1/2), 147-154.
- Thompson, R.G., Lizardi, D., Keyes, K.M. & Hasin, D.S. (2008). Childhood or adolescent parental divorce/separation, parental history of alcohol problems, and offspring lifetime alcohol dependence. *Drug Alcohol Depend*, 98, 264-269.

- Trinder, L., Kellet, J. & Swift, L. (2008). The relationship between contact and child adjustment in high conflict cases after divorce or separation. *Child and Adolescent Mental Health, 13*(4), 181-187.
- Van Lawick, J. & Visser, M. (2015). No kids in the middle: dialogical and creative work with parents and children in the context of high conflict divorces. *Australiana and New Zealand Journal of Family Therapy, (36)*, 33-50.
- Yáñez-Yaben, S. (2010). Cuestionario de Apoyo Percibido de la Ex pareja (CARE): un instrumento breve para evaluar la co-parentalidad post divorcio. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 15*(2), 133-142.
- Yáñez-Yaben, S. (2010a). Hacia la coparentalidad post-divorcio: percepción del apoyo de la ex pareja en progenitores divorciados españoles. *Internayional Journal of Clinical and Health Psychology, 10*(2), 295-307.
- Yáñez-Yaben, S. (2010b). Satisfacción vital en madres y padres divorciados. *Ansiedad y Estrés, 16*(2-3), 163-175.
- Yáñez-Yaben, S., Guerra, J., Comino, P., Plazaola, M. & Biurrun, J. (2008). Características demográficas, actitudes y dependencia en la adaptación al divorcio. *Ansiedad y Estrés, 14*(1), 43-53.