



**COMILLAS**  
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

**El divorcio y su repercusión en los hijos**

Autor/a: Candela Carrasco Olabarría

Director/a: Elisa Hormaechea García

Madrid

2020/2021

## Resumen

La familia, es el núcleo central de nuestra vida en la infancia, y el órgano motor de nuestras transformaciones psicológicas y sociales. Los vínculos establecidos en este ámbito nos relacionan con todos los miembros de la familia de tal forma que cada cambio dentro de éste repercutirá en los demás. El divorcio supone una ruptura de dicho espacio, amenazando con cambiar indefinidamente las normas y estructuras que conocíamos hasta ese momento. Al darse la separación, aparecen mecanismos de defensa ante las situaciones derivadas para poder mantener un equilibrio en estas circunstancias cambiantes. Por ello, se hace fundamental el análisis de todo aquello que incide en el bienestar de los individuos una vez que inicia el proceso. Especialmente, en aquellos con menos recursos que sufren las consecuencias de por vida: los hijos.

El presente trabajo se ha basado en una revisión bibliográfica dedicada a distinguir los distintos procesos puestos en marcha frente al divorcio. En primer lugar, se ha encontrado que frente a un evento estresor, los individuos despliegan estrategias de afrontamiento y mecanismos de defensa. Estos dependerán de los recursos personales de cada uno, dependiendo de variables como sus experiencias relacionales previas o sus capacidades cognitivas para interpretar dicha situación. Se ha encontrado que los adultos tienden a apoyarse en recursos externos, mientras que los jóvenes son más proclives a internalizar el malestar, generando problemas en su ajuste psicológico. A continuación, se ha analizado el impacto emocional y conductual que supone el divorcio en los hijos según su edad y sus capacidades cognitivas en esa etapa. Se ha encontrado que aquellos en edades más tempranas tienen mayores dificultades para entender el proceso, y sufren más las consecuencias a largo plazo. Por último, hemos investigado de qué manera incide el divorcio en la infancia, más tarde en la vida del individuo y específicamente en sus relaciones interpersonales. Las investigaciones han concluido que el vínculo que establezca el niño con su figura de seguridad será el que guíe sus futuras relaciones de pareja.

*Palabras clave:* divorcio, familia, conflicto, relaciones interpersonales, apego, pareja.

## Abstract

Family, the core of our childhood and the motor mechanism of our psychological and social transformations. The bonds established in this space link us to all the members of the family in such a way that every variation in this environment will alter the rest. Divorce entails a vital rupture threatening to modify indefinitely the norms and structures we have come to know. When the separation process starts, defense mechanisms appear in order to confront the imbalance caused by the changing circumstances. Thus, the analysis of all the variables that impact the individual's well-being once the divorce occurs becomes fundamental. Especially the welfare of those who do not possess the abilities to overcome it, but suffer the consequences for a lifetime nonetheless: the children.

An extensive bibliographical review of this topic has been carried out in this thesis in order to distinguish the different operations initiated when facing divorce. In the first place, it has been found that when faced with a stressful situation, the individuals display diverse coping and defense mechanisms. The selection of these will depend on the person's background, revolving around variables such as their previous social experiences or their cognitive skills to interpret the circumstances. Adults tend to lean on external resources, whereas children are more inclined to internalize their distress, causing psychological imbalance. Later, the emotional and behavioral impacts that divorce entails have been analyzed, depending on the child's age and cognitive abilities. Younger children have demonstrated they have more difficulties to understand the process and suffer more consequences in the long term. Lastly, we carried out a research to find the longstanding effects that divorce has on children, specifically in their relationships with partners. The investigations concluded that the bond established by the child with his or her attachment figure is what will guide his or her future relationships.

*Key words:* divorce, family, conflict, interpersonal relationships, emotional attachment, partner.

## Índice

<b>Justificación.....</b>	<b>5</b>
<b>Introducción.....</b>	<b>6</b>
<b>El Proceso de Divorcio .....</b>	<b>7</b>
<b>El Divorcio Como Crisis No Normativa .....</b>	<b>7</b>
<b>Estrategias de Afrontamiento del Divorcio .....</b>	<b>9</b>
<b>El Conflicto Conyugal .....</b>	<b>11</b>
<i>El modelo cognitivo-contextual .....</i>	<i>12</i>
<i>La teoría de la seguridad emocional .....</i>	<i>14</i>
<b>Impacto Emocional y Conductual del Divorcio en los Hijos .....</b>	<b>15</b>
<b>Según la Etapa Evolutiva.....</b>	<b>15</b>
<i>Estadíos de Piaget .....</i>	<i>17</i>
<i>Apego Temprano y Relaciones Interpersonales Más Tarde en la Vid .....</i>	<i>20</i>
<b>Programas de Intervención en el Divorcio .....</b>	<b>25</b>
<b>Discusión y Conclusiones .....</b>	<b>28</b>
<b>Fuentes bibliográficas.....</b>	<b>31</b>

## Justificación

Los pilares que sostienen nuestra sociedad se han transformado progresivamente a lo largo de las últimas décadas. Los avances científicos y sociales han permitido el replanteamiento de los roles de género. Nos referimos al de la mujer dentro de la familia como cuidadora del hogar y al del hombre como soporte económico y social. Asimismo, estos cambios dentro de las familias han supuesto un desafío a las tradiciones instauradas desde hace siglos en instituciones como la Iglesia. Por ello, la concepción del divorcio se ha ido modificando. El foco actual de los estudios sobre el divorcio está en el bienestar de los individuos que lo solicitan (Coontz, 2009).

La familia, a pesar de sus continuas transformaciones, es una estructura fundamental en nuestra sociedad. Es una organización que se rige por reglas que protegen y permiten a los hijos crecer. La separación marital y todo lo que ello conlleva ha ido cobrando cada vez más importancia en nuestra sociedad. Esto se debe en gran medida al aumento paulatino de la tasa de divorcios en los últimos años. Las rupturas son originadas por los padres. Por ende, al tener la responsabilidad del divorcio se tiende a creer de manera errónea que son los que más sufren en este proceso. Es imperativo subrayar la necesidad de tratar la salud mental de todos los integrantes de la familia. Especialmente la de los hijos. Son los miembros más vulnerables y que pueden sufrir las consecuencias de por vida (Jiménez, Amarís, y Valle, 2012).

El presente trabajo se basa en una revisión bibliográfica sobre el divorcio. Analizaremos su repercusión en los hijos, mientras transcurre el proceso y a posteriori en la vida de los niños. Los estudios actuales presentan muchas diferencias. Se pueden observar a nivel teórico y práctico. Concretando, en los factores incidentes en el divorcio, las consecuencias personales y relacionales en los hijos, o la existencia de trastornos específicos derivados. El objetivo de este trabajo se centra en la recogida de datos que permitan unir los estudios actuales, y responder a las siguientes cuestiones: ¿Cómo incide el divorcio en la familia? ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento posibles en estas situaciones? ¿Cómo incide el conflicto conyugal en todos los miembros de la familia y cómo lo afronta cada uno? ¿Cuáles son las consecuencias psicológicas que

genera el divorcio sobre los hijos según la etapa evolutiva en la que se encuentren?  
¿Cómo incide el estilo de apego desarrollado en la infancia en las relaciones de pareja más tarde en la vida del niño?

### **Introducción**

La familia como institución es un órgano que cubre las necesidades básicas de los seres humanos. Los cambios que atraviesan los miembros de este grupo exigen una adaptación constante al entorno. Estas transformaciones pueden ser impuestas por el exterior, a través de cambios sociales, o por el interior, como resultado del ciclo evolutivo de sus miembros (Andrade, 2013). Para una adaptación adecuada a las circunstancias es necesario encontrar un equilibrio. Este se obtiene primero en el cumplimiento de las funciones de cada miembro, según la etapa evolutiva en la que se encuentren y el rol que ocupen en la familia. Para ello, deberán disponer de un rango de habilidades para sobrellevar los cambios. El conjunto de ambos requisitos llevará a la familia a encontrar una estabilidad para afrontar las circunstancias. Según Andrade (2013), uno de los mayores cambios que puede sufrir la familia, por las consecuencias que acarrea, es el divorcio.

Cohan (1986, como se citó en Andrade, 2013) afirma que el divorcio no debe ser considerado un hecho aislado, sino una concatenación de efectos. El malestar principal origina un desajuste emocional en los cónyuges. Estos sentimientos afectarán en menor o mayor medida a los hijos en función de cómo se manifieste la desazón. El largo período de transiciones e inestabilidad que seguirá, impondrá un ajuste por parte de todos los miembros de la familia. Las circunstancias dadas por el divorcio son principalmente desestabilizantes por la reorganización psíquica y física que suponen. Andrade (2013) define el divorcio como “una de las tensiones mayores que pueda experimentar el ser humano; solamente superada por la pérdida de un ser querido a través de la muerte” (p.12).

Según la RAE (2017), divorciar se define como “disolver o separar, por sentencia, el matrimonio, con cese efectivo de la convivencia conyugal”. El Instituto Nacional de

Estadística expone que los últimos datos recogidos en el año 2019 indican que se produjeron un total de 91.645 divorcios. Estos números representan un descenso del 3,8% de las tasas con respecto al 2018 (Instituto Nacional de Estadística, 2020). Tras la pandemia surgen dudas acerca de la evolución de estos datos. Según Heraldo (2020), el confinamiento representó un descenso agudo de las demandas de divorcio, por la inmovilización de los procesos judiciales. Éste supuso una bajada de más de un 40% con respecto al mismo trimestre del 2019. Tras éste, las separaciones y los divorcios aumentaron un 16,6% en relación con el tercer trimestre del 2019.

## **El Proceso de Divorcio**

### **El Divorcio Como Crisis No Normativa**

Los cambios sustanciales que se están dando en nuestra sociedad a raíz de la modernización influyen directamente en las personas y sus relaciones (Jiménez et al., 2012). Las autoras confirman que los conflictos entre cónyuges han ido aumentando en los últimos años tanto en frecuencia como en intensidad. Por ello, el divorcio se ha convertido en el recurso principal de las parejas para resolver sus dificultades. Malagoli (1983, como se citó en Jiménez et al., 2012) define la familia como: “el sistema relacional primario en el que se da el proceso de individuación, crecimiento y cambio del individuo. Entonces cabe considerar el sufrimiento del individuo como expresión de la disfuncionalidad de todo el sistema, ya sea en sus relaciones internas o con el ambiente exterior” (p.100). Se entiende de esta manera que todos los procesos que ocurran en el núcleo familiar afectarán de forma directa a todos los miembros por los vínculos existentes entre ellos.

Según Jiménez et al. (2012), el divorcio se define como una crisis no normativa. Las crisis que llamamos normativas, son todas aquellas situaciones consideradas normales en la vida de un ser humano. Algunos ejemplos son la adolescencia, el matrimonio o el colegio. Es decir, todos los eventos que son esperables a lo largo de la vida de una persona, ya sean a nivel biológico o a nivel social. Muchas de estas crisis normativas son

temporales, pero, aun así, supondrán cambios en las dinámicas familiares. Sin embargo, los cambios que se producen a raíz de las crisis son estables, generando en la familia una nueva forma de homeostasis. Por el contrario, las crisis no normativas son aquellas que aparecen de forma inesperada. En su mayor parte, éstas modifican el funcionamiento familiar de forma permanente por la amenaza que suponen a la integridad del núcleo. Aquí se encuadran las enfermedades, los divorcios, los accidentes graves, etc... (Figley y McCubbin, 1986, como se citó en Jiménez et al., 2012).

El divorcio supone una ruptura que influye al individuo a nivel emocional. Esta crisis origina una transición difícil para todos los miembros de la familia, imponiendo la asunción de la permanencia de la situación y la integración de la vivencia traumática (Jiménez et al., 2012). Por un lado, se considera el divorcio como un evento traumático por las situaciones que derivan del proceso. Éste genera, tanto en los padres como en los niños, inestabilidad emocional por los altos niveles de incertidumbre y de estrés que deben manejar. Por otro lado, la permanencia del divorcio exige una aceptación de éste como nueva condición de vida. Esto puede conllevar un agravamiento de las emociones negativas. Por tanto, el manejo de estas últimas se dificulta, lo que aumenta la probabilidad de que los miembros de la familia recurran a la evitación de las emociones para mantener una sensación de normalidad (Cantrel, 1986, como se citó en Jiménez et al., 2012).

Por la naturaleza del concepto de familia, se entiende que el cambio de uno de los miembros de ésta generará una modificación en la interacción general del sistema (Jiménez et al., 2012). El núcleo familiar supone una unidad distinta de la suma de sus miembros. Por lo tanto, no es necesaria la alteración del sistema en su totalidad para que todos los individuos que forman parte de él sufran las consecuencias. Al iniciarse el proceso de divorcio, se ponen en juego varios mecanismos de defensa ante las situaciones derivadas. El afrontamiento familiar es el proceso que se da cuando la dinámica familiar sufre un cambio (Hernández, 2001, como se citó en Jiménez et al., 2012). Frente a esto, todos los miembros deben realizar ciertas acciones para retomar la normalidad dentro de lo posible. Existe un factor en especial que puede llegar a dificultar esta tarea tanto para los cónyuges como para los niños: el conflicto.

## **Estrategias de Afrontamiento del Divorcio**

McCubbin y Patterson (1983, como se citó en Jiménez et al., 2012) definen el proceso de afrontamiento como aquellas estrategias que ponen en marcha las familias ante circunstancias estresantes. Los objetivos de dichas aproximaciones son numerosos. Galindo y Milena (2003, citado en Jiménez et al., 2012) establecen los siguientes:

- El mantenimiento del equilibrio familiar
- La promoción de la autoestima y la autonomía
- La preservación de la unión y la cohesión familiar
- El desarrollo la interacción y el apoyo social
- Generar un cambio que ayude a mantener la normalidad y mitigar la influencia de la crisis

Las estrategias cambian a lo largo de la vida. Existen muchas variables incidentes en la selección de dichos métodos en función del momento vital de la familia. Éstas dependerán de la magnitud del estresor, del uso de los recursos individuales y de su disponibilidad, de la acumulación de demandas actuales o de los conflictos intrafamiliares (Figley y McCubbin, 1986, como se citó en Jiménez et al., 2012). Asimismo, los eventos estresores no se producen únicamente por las exigencias del contexto o por los cambios internos del individuo. También pueden originarse por la interacción de exigencias distintas que requieren de respuestas diversas.

Existen dos tipos distintos de estrategias de afrontamiento: las internas y las externas (Jiménez et al., 2012). Las primeras se refieren a aquellas aproximaciones que se centran en la interpretación de la situación de la forma menos perjudicial para el individuo. Es la que se refiere a la capacidad de las personas para redefinir los eventos estresores de manera que se vuelvan manejables según sus habilidades. Los niños que reproducen los eventos derivados del divorcio positivamente consiguen una mejor adaptación en el futuro y minimizan el impacto emocional y conductual del suceso. Esto queda demostrado por las investigaciones realizadas por Radovanovic (1993, como se citó en Cantón, Cortés, y Justicia, 2002). De la misma forma, existen otros tipos de estrategias de afrontamiento internas basadas en el desarrollo de comportamientos

pasivos. Estas conductas tienen por objetivo la evitación del problema y de las responsabilidades que conlleva. Este tipo de afrontamiento por evitación acarrea consecuencias negativas como el desarrollo de ansiedad, depresión, o de problemas conductuales (Lengua y Sandler, 1996; Sandler, Tein y West, 1994 como se citó en Cantón et al., 2002). Asimismo, Cantón y Justicia (2002, como se citó en Cantón et al., 2002) afirman que esta estrategia puede ser especialmente perjudicial cuando se da en situaciones de estrés crónico como lo es el divorcio. Por otro lado, encontramos las estrategias de afrontamiento externas. A través de ellas los miembros de la familia tratan de conseguir fuentes de apoyo ajenas. Esto se puede conseguir a través del apoyo social, del apoyo espiritual. También mediante recursos comunitarios, tal y como lo serían la terapia o los servicios sociales (McCubbin, Larsen y Olson, 1981, como se citó en Jiménez et al., 2012).

Jiménez et al (2012) encontraron en sus investigaciones que los adultos encuentran mayor apoyo en fuentes externas para poder afrontar sus problemas. Asimismo, elaboran esquemas de pensamiento específicos para poder afrontar la situación del divorcio. A través de éstos consiguen asumir que los eventos derivados de la separación son susceptibles de superar y manejar. La mayoría de los participantes en la investigación definían el divorcio como un evento estresor necesario para minimizar un impacto futuro mayor. Los hijos, por lo contrario, deben aprender a manejar la dualidad presentada ante ellos de forma muy distinta. El momento vital en el que se da el divorcio es muy importante para el futuro de los niños, tanto por el impacto emocional como conductual que supondrá. La infancia es un momento en el que se dan transformaciones y adaptaciones constantes al entorno. Esto requerirá del individuo un manejo de muchos estresores simultáneamente, a la par que un desarrollo de habilidades para poder realizarlo. Los dilemas que se presentan frecuentemente en sus vidas generan una presión inmanejable para ellos. Por ello, muchos niños recurrirán a la evitación de las situaciones. Ello supone el origen de una cadena de comportamientos desadaptativos que suele conllevar efectos negativos tanto en ellos como en sus entornos (Moreno y Del Barrio, 2000, como se citó en Jiménez et al., 2012). Tanto los chicos como las chicas siguen los pasos de sus padres en cuanto a la estrategia de afrontamiento principal: el apoyo social. A pesar del recurso que utilicen los individuos

para afrontarlo, el divorcio viene marcado por muchas variables que inciden en él. Una de las más estudiadas ha sido la del conflicto entre los progenitores. Incide profundamente en el ajuste que tendrán los niños frente a la separación.

### **El Conflicto Conyugal**

García (2004) establece que los conflictos en las relaciones de pareja hacen enfermar a nivel mental y físico. Y esto es así tanto en los individuos que forman parte de ella como en los que no: los hijos. Las situaciones estresantes son las que generan un cambio en la comunicación entre los individuos. Originan una cadena perpetua de conflictividad si no es resuelta correctamente. Las dos razones principales por las cuales las parejas discuten hoy en día son los problemas económicos, y la maternidad/paternidad (García, 2004). Estos eventos estresores generan conflicto por cuatro razones principales. La primera es la atención selectiva a las conductas negativas de uno o ambos individuos en vez de fijarse en los aspectos positivos de la relación. Según García (2004), otra de las razones por las cuales se discute es la atribución errónea del problema a causas que no son modificables como la personalidad de uno mismo. Después, encontramos que la discrepancia entre las expectativas que se tiene de la pareja y la realidad de la situación son el origen de muchos pensamientos cíclicos. Éstos provocan un sentimiento de estancamiento y de impotencia. Por último, se identifican las ideas irracionales, culpables de la sensación de insuficiencia y de crear expectativas inalcanzables para la pareja (García, 2004).

García (2004) afirma que el divorcio es una solución posible a estos conflictos. El acto de separarse debe hacerse con el mínimo nivel de conflicto, resolviendo las disparidades y con el objetivo de paliar consecuencias más graves en un futuro. Sin embargo, el autor establece que el proceso de divorcio con conflictos no resueltos puede suponer una escalada de odio. A través de ésta, los progenitores eluden la resolución de sus problemas subyacentes. En estas situaciones, el conflicto se mantendrá constante, e incluso puede llegar a agravarse. La exposición de los niños a estas discusiones puede tener graves consecuencias en ellos. Varios autores han desarrollado teorías acerca del conflicto parental y su repercusión en los hijos.

### ***El modelo cognitivo-contextual***

En primer lugar, encontraríamos el modelo cognitivo-contextual de Grych y Ficham (1990, como se citó en Iraurgi, Martínez-Pampliega, Iriarte, y Sanz, 2011, p.568). Según esta teoría, los niños se consideran sujetos proactivos que hacen esfuerzos por interpretar y manejar el estrés generado por los conflictos entre sus padres (Cortés, 2007, como se citó en Iraurgi et al., 2011). Por tanto, el efecto que tendrá el conflicto en ellos dependerá de su interpretación y del contexto en el que se dé (Grych Harold y Miles, 2003, como se citó en Iraurgi et al., 2011). Las estrategias de procesamiento que utilizan los hijos en estas situaciones se pueden diferenciar entre primarias y secundarias.

Iraurgi et al. (2011) establecen que las estrategias primarias hacen referencia a la toma de consciencia de que se ha producido un conflicto y la evaluación afectiva que se hace del mismo. Este tipo de procesamiento se ve marcado por las características del conflicto, es decir, su frecuencia, intensidad, contenido o el contexto en el que se da. A mayor magnitud de estas variables, mayor será el efecto negativo que tendrá en los niños. El contexto puede dividirse en dos áreas de influencia distintas. Por un lado, puede ser próximo: son aquellas emociones y cogniciones del niño inmediatamente después de presenciar el conflicto. O, por otro lado, el conflicto puede tener una influencia en el contexto distal. Unos ejemplos de ello pueden ser las experiencias previas, el temperamento del niño, el género o el clima familiar.

Las experiencias previas se ven marcadas principalmente por las explicaciones causales que han recibido por parte de los padres después de conflictos anteriores. Pero también por las reacciones emocionales que ha tenido el niño frente a discusiones en el pasado (Iraurgi et al., 2011). Asimismo, el clima familiar puede actuar como una defensa si es el correcto. El fomento de protección y calidez generan una sensación de seguridad para el niño (Fosco y Grych, 2007; Grych y Ficham, 1990, como se citó en Iraurgi et al., 2011). La calidad de las relaciones entre padres e hijos incide directamente sobre su adaptación a las tensiones. Las estrategias de afrontamiento ante el conflicto pueden

ser mejor moduladas si hay un buen manejo del estrés, fruto de una relación paterno-filial segura.

Las estrategias de afrontamiento secundarias (Iraurgi et al., 2011), hacen referencia a la comprensión de las causas del conflicto por parte del niño. En esto también se incluye la responsabilidad de cada miembro en él, y las expectativas de la eficacia de la estrategia de afrontamiento que se vaya a elegir. La explicación buscada por el niño cumple una función de adaptación en él. Su comportamiento y sus emociones dependerán en gran medida de esta atribución causal. Aquellos niños que se atribuyan tanto la causa como la responsabilidad del conflicto a sí mismos experimentan sentimientos de culpabilidad y vergüenza. Estas atribuciones son más comunes en infantes de edades más avanzadas, que tienen la capacidad de realizar juicios más precisos acerca de las causas del conflicto. El sentimiento de omnipotencia de los niños más pequeños les protege del sentimiento de culpa, pero engendra impotencia en ellos cuando el conflicto vuelve a surgir. Grych y Fincham (1990, como se citó en Iraurgi et al., 2011), establecen que las secuelas más graves del conflicto se encuentran en niños más pequeños. Esto se debe a que hacen un uso único y exclusivo del procesamiento primario, por falta de capacidades cognitivas más desarrolladas. Esto significa que los niños pequeños tienen mayores dificultades para realizar atribuciones causales, especialmente si estas se relacionan con aspectos más abstractos. Por ende, estos menores atribuirán las causas del conflicto a aspectos suyos propios como su conducta o su forma de ser. Adicionalmente, en edades más tempranas, el conflicto es vivenciado como mayor amenaza por las consecuencias que supondría en la autonomía del niño y su protección.

Los efectos más dañinos de adaptación en los niños se identifican cuando el conflicto es frecuente e intenso (Grych y Fincham, 1990; Grych, Fincham, Jouriles y McDonald, 2000, como se citó en Iraurgi et al., 2011). En estas situaciones la interpretación de la discusión y las expectativas de que sus estrategias de afrontamiento tendrán éxito irán empeorando con el tiempo. Los niveles más altos de ansiedad se encuentran en los hijos que viven el conflicto como una amenaza, o con un sentimiento de incapacidad para afrontarlo eficazmente. Del mismo modo, los niños que sientan culpa por generar el

conflicto y responsabilidad por solucionarlo muestran niveles más altos de vergüenza y tristeza (Iraurgi et al., 2011).

### ***La teoría de la seguridad emocional***

Esta teoría, desarrollada por Davies y Cummings (1994, como se citó en Andrade, 2013), explica que los conflictos parentales generan afectos negativos en los niños a nivel cognitivo, emocional, conductual y psicológico. Por ende, la seguridad emocional de los hijos dependerá en gran medida de la forma en que hayan vivenciado disputas parentales previas. Según Bowlby (1973, como se citó en Andrade, 2013), esta seguridad emocional viene del tipo de apego que se haya establecido con sus cuidadores. Por el contrario, Davies y Cummings (1994, como se citó en Andrade, 2013) afirman que la seguridad emocional deriva principalmente de la calidad matrimonial que hayan vivenciado los hijos en su infancia, que incide directamente en la salud mental y física de los niños. Por lo tanto, la reacción que mostrarán los niños ante los conflictos parentales estará sujeta al impacto que éstos supongan para su seguridad emocional. Esto es por las consecuencias directas que han tenido los conflictos previamente en el funcionamiento familiar. Entre otros, Hetherington (1995, como se citó en Cantón et al., 2002) encontró efectos sobre la disponibilidad emocional, el estado de ánimo, y las prácticas de crianza de los padres. Estos se ven afectados negativamente, derivando en una disminución significativa de la sensibilidad de los padres hacia las necesidades filiales (Andrade, 2013).

Davies y Cummings (1994, como se citó en Andrade, 2013) establecen que las consecuencias en el bienestar infantil pueden ser directas o indirectas. A través del modelado, vemos la repercusión directa de las discusiones sobre los hijos. En estas situaciones los estilos de afrontamiento de los progenitores se ven incorporados por los hijos. El hecho de presenciar los conflictos aumenta la predisposición de los niños a integrar en su registro comportamientos agresivos, explosiones de ira, enojo e impulsividad. Por este motivo, se reduce ampliamente la capacidad del hijo para socializar y relacionarse con sus pares dada la dificultad que presentan para regular sus impulsos agresivos. Entre los efectos indirectos identificados, encontramos una

alteración significativa de las respuestas afectivas, la disciplina y las relaciones paterno-filiales. Belsky (1991, como se citó en Andrade, 2013), descubrió que los hombres tienen una tendencia a mostrarse más distantes en su rol parental cuando la frecuencia de los conflictos es mayor. Su respuesta emocional es mayoritariamente negativa y transmiten rechazo en la relación con sus hijos. Del mismo modo, Andrade (2013) encontró que las mujeres que se ven afectadas por altos niveles conflictivos en su matrimonio tienden a relacionarse con menos empatía hacia sus hijos. Estas madres “se relacionan con sus hijos con más severidad y rechazo y utilizan técnicas disciplinarias más ansiosas y culpabilizadoras” (Andrade, 2013, p.27). Las consecuencias de dichos comportamientos con el niño pueden generar una sensación de rechazo de sus necesidades según Barroso (2014). Esto supone que el niño asociará la expresión de sus necesidades con un rechazo por parte de su figura de apoyo. Por ello, acabarán entendiendo que la seguridad de las relaciones se obtiene evitando el reconocimiento de sus estados de ánimo.

### **Impacto Emocional y Conductual del Divorcio en los Hijos**

#### **Según la Etapa Evolutiva**

Desde el inicio del siglo XX, el estudio del ciclo vital humano empieza a adquirir una posición central en conexión con el desarrollo. Progresivamente, los acontecimientos psicológicos internos y las repercusiones futuras de las experiencias en la infancia van cobrando más importancia. La búsqueda incesante de principios y generalizaciones acerca de este tema nos ha permitido comprender cómo y por qué las personas cambian a medida que envejecen. En las grandes teorías del desarrollo humano procedentes de la psicología cabe destacar un énfasis evidente en la niñez. Dicho énfasis es particularmente observable en los estudios de dos grandes autores tales como Bowlby (1990, como se citó en Sanchis, 2008) y Piaget (1952, como se citó en Linares, 2008). Algunos de sus trabajos han permitido arrojar conclusiones significativas acerca del desarrollo evolutivo. La etapa en la que se encuentren hará que el proceso del divorcio incida de distinta manera (Andrade, 2013).

Debemos considerar algunos conceptos previos básicos en el establecimiento de relaciones tempranas en la infancia. Éstas serán determinantes para el establecimiento de relaciones sanas del niño. Nos centraremos en uno de ellos, el apego. Según Fonagy (2004, como se citó en Sanchis, 2008) es lo que podríamos definir como la relación establecida con uno o varios de los progenitores en las etapas tempranas de la vida. Este proceso es el que permite que el niño aprenda a regular su sistema emocional. Esta regulación interna se consigue a través de las respuestas que recibe el bebé a sus reacciones emocionales por parte de su figura de apego. Barón y Yárnoz-Yaben (1993, como se citó en Gago, 2014) afirman:

*El apego es el lazo afectivo que se establece entre el niño y una figura específica, que une a ambos en el espacio, perdura en el tiempo, se expresa en la tendencia estable a mantener la proximidad y cuya vertiente subjetiva es la sensación de seguridad. (p.2)*

Según Sanchis (2008) este proceso tiene ciertas funciones primordiales para el niño. Una de ellas es el mantenimiento de la proximidad, para evitar la ansiedad de separación. Ésta se manifiesta mediante reacciones de estrés y malestar por el sentimiento de abandono de su figura de seguridad. Otra de las funciones es la del establecimiento de un pilar estable a partir del cual explorar lo que le rodea. Se dará a través de la conciliación de dos necesidades innatas: el sistema biológico de exploración y el sistema de apego. Por último, la figura de apego cumple una función de apoyo y seguridad ante las amenazas y el peligro del mundo externo. La vivencia de que el cuidador responde ante las necesidades del niño es lo que le ayuda a construir un vínculo de confianza. Mediante éste se facilita la exploración del mundo físico y social (Bowlby, 1990, como se citó en Sanchis, 2008).

Bowlby (1980, como se citó en Sanchis, 2008) postula que el tipo de apego establecido a través de las experiencias con su figura de seguridad determinará el tipo de modelo representacional que va a desarrollar. Por un lado, establece el modelo operativo de sí mismo, asimilando lo que evoca en el otro y la reacción que genera en los demás. Por otro lado, en la interacción con su figura de apego va estableciendo una imagen y expectativas de esa persona que posteriormente generalizará aplicándolo a

los demás. El nivel de cuidado y de responsividad que haya vivenciado a lo largo de la infancia le llevará a generar modelos representacionales distintos, pudiendo ser positivos o negativos, esperando cosas buenas o malas de sí mismo y de los demás respectivamente. Estos modelos operativos rigen la manera en la que el niño establecerá sus relaciones significativas a lo largo de su vida (Girón, 2003, como se citó en Sanchis, 2008).

Según Sanchis (2008), el establecimiento del apego permite, no solo que el niño discrimine a lo largo de su desarrollo a familiares y extraños, sino también que disponga de una representación interna de sus figuras de apego. Éstas pueden considerarse disponibles, aun siendo entidades separadas de sí mismo, pudiendo evocarlas en cualquier circunstancia. Por ello el niño tiene una tendencia a reaccionar con ansiedad ante la separación o la ausencia de su figura de apego, calmándose en el reencuentro. La interiorización de esta figura establece una base importante de seguridad para explorar su entorno. Es esta seguridad la que facilita la diferenciación necesaria para transformarse en un adulto capaz de ofrecer una vinculación de apego a sus hijos, y establecer relaciones sanas con sus pares.

### ***Estadios de Piaget***

Ciertamente, el estilo de apego que haya desarrollado el niño es uno de los factores que afectarán a las repercusiones que tendrá el divorcio en él, lo que desarrollaremos más tarde en el trabajo. Éstas también dependerán del desarrollo cognitivo del niño que explicaremos a través de la tesis central de Piaget respecto a su teoría cognitiva. El autor divide el desarrollo cognitivo del niño en cuatro períodos o etapas. Estas son, la etapa sensoriomotora, la etapa preoperacional, la etapa operacional concreta y la etapa operacional formal. Cada uno de estos períodos supone una transición hacia una forma más profunda y abstracta de conocer el mundo que le rodea (Piaget, 1952, como se citó en Linares, 2008).

La primera etapa enfoca el desarrollo de los niños desde el nacimiento hasta los 2 años. En este periodo hay un aprendizaje de la permanencia del objeto y de las

conductas enfocadas a metas. Los infantes empiezan a asimilar que los objetos o el “no yo” siguen existiendo cuando no están en su campo de visión (Linares, 2008). Por ello, la ausencia prolongada de uno de los progenitores sabiendo de su existencia aun sin estar a la vista podría generar la percepción de abandono del niño por parte de dicha persona (Novo, Arce y Rodríguez, 2003). La interpretación errónea de esta situación puede llevar al niño a tener pensamientos y creencias de rechazo por parte de sus progenitores.

La etapa pre-operacional, sucediendo entre los 2 y los 6 años de edad, está marcada por el inicio del pensamiento simbólico acerca de personas, objetos o hechos. Además, empieza a aparecer el lenguaje, el cual el niño usa para expresar sus ideas o deseos inmediatos al igual que para expresar acontecimientos pasados u objetos ausentes. A través del desarrollo lingüístico, la imaginación empieza a florecer de forma exponencial. Esto permite que el niño vaya creando escenarios basados en la vida real y manifestando sus ideas a través del dibujo (Linares, 2008). Esta etapa coincide con la aparición de los miedos con respecto a la pérdida de los padres. La imaginación permite al hijo interpretar la situación dada de una forma determinada basándose en hechos de la vida real. El miedo al abandono y a la pérdida del padre custodio puede tener un efecto negativo sobre la situación tanto cognitiva como emocional del niño (Novo et al., 2003). Existen varias consecuencias conocidas de la separación en esta etapa. La regresión, la inhibición o la agresión hacia uno de los progenitores son algunas de ellas. El desarrollo de la imaginación en esta etapa introduce la fantasía de reconciliación (Andrade, 2013). Mediante ésta, los niños imaginan escenarios que manifiestan directamente ante los padres a través del enfado, las lágrimas o la demostración de cariño.

La siguiente etapa, llamada estadio de operaciones concretas, sucede a partir de los 7 años de edad y se da hasta los 11 años. Linares (2008) afirma que a lo largo de este periodo el niño aprende a flexibilizar su pensamiento. Los objetos ya no tienen estabilidad, sino que integra el concepto de transformación a su repertorio. Sus juicios van cambiando y la apariencia de las cosas no es la que determina el estado de las mismas. Entiende que los objetos permanecen a pesar de sufrir cambios superficiales.

Asimismo, el razonamiento lógico es otra de las operaciones mentales que empieza a manejar con más frecuencia. Esto le permite establecer asociaciones entre acontecimientos y abordar los problemas de forma integral. Paralelamente, estos cambios permiten al niño entender el divorcio o la separación de una forma distinta. Según Novo et al. (2003) esta etapa se ve marcada por un comienzo de comprensión de la separación. Por ello sentimientos como el resentimiento, la vergüenza, el rechazo o la soledad pueden ser evocados en los hijos. La ansiedad generada por la comprensión del proceso suele acarrear consecuencias negativas. Andrade (2013), identifica varias de las reacciones más frecuentes en esta etapa. Entre ellas encontramos el malestar generado por la ruptura, que se manifiesta a través de la tristeza o la culpabilidad. Del mismo modo, se identifica una lealtad mayor por el progenitor que no tiene la custodia, y enfado con el custodio al hacerle responsable de la separación. Pasan por un proceso de duelo en el que el sentimiento predominante es el miedo, tanto a la sustitución como al rechazo por parte del progenitor no custodio. Además, es en esta edad en la que se empiezan a ver cambios comportamentales, tanto en la escuela como con sus iguales.

Por último, el estadio de operaciones formales se desarrolla a partir de los 12 años o el principio de la adolescencia. Es una época de cambios que se basa principalmente en la transición de lo real a lo hipotético. Hasta este momento los niños se han basado en lo concreto y tangible. En cambio, en la adolescencia adquieren la habilidad de pensar e imaginar cosas que no les han sucedido o nunca han ocurrido en la realidad (Linares, 2008). El adolescente y el adulto son capaces de pensar acerca de conceptos abstractos e hipotéticos, argumentando desde la razón y no solo la emoción. Se empiezan a integrar los conceptos de política, ética, moralidad de forma más integral y con un enfoque más teórico. Novo et al. (2003) confirman que las repercusiones emocionales y cognitivas del divorcio en esta etapa se relacionan con la preocupación acerca de las relaciones familiares y de su futuro. Esto conlleva un sentimiento de gran responsabilidad como hijo que puede generar hostilidad hacia los progenitores. Este sentimiento de enfado se da especialmente hacia el progenitor responsable de iniciar el proceso de divorcio (Andrade, 2013). Inevitablemente, el cambio en la dinámica familiar puede engendrar ansiedad y angustia acerca del significado del matrimonio para el niño.

Esto no solo le hace más vulnerable a desarrollar problemas emocionales como la ansiedad o la depresión, sino que además disminuye la autoestima del niño.

### ***Apego Temprano y Relaciones Interpersonales Más Tarde en la Vida***

Como fue mencionado previamente, el tipo de apego que establecen los niños con sus figuras de seguridad determinarán no solo la forma en la que afrontarán el divorcio, sino también sus relaciones posteriores. Mikullincer (1997, citado en Sanchis, 2008) expone que el tipo de apego que se establezca en la infancia es el determinante para la forma en la que la información se codificará y se organizará en la mente del niño. Estos procesos guiarán la interpretación y la conceptualización que tendrá el infante acerca de todos los eventos con una carga emocional, de sus figuras de seguridad y de sí mismo. De igual modo, Barroso (2014) afirma que tanto la calidad como el estilo de apego que se dan en la infancia influirán en sus propias parejas. La comunicación, los cuidados y la regulación emocional se verán afectados en las relaciones afectivas e íntimas que establecerán más tarde en su vida. Por lo tanto, el estilo de apego incidirá positiva o negativamente en la satisfacción marital de cada uno de los miembros de la pareja, y ayudará a generar una dinámica que podría ser determinante para el futuro de la relación.

Barroso (2014) afirma que el apego infantil mantiene símiles muy estrechos con la relación de pareja. La vida y sus procesos naturales generan un distanciamiento inevitable de los vínculos con las figuras de apego de la infancia. Por ello, la pareja tiende a ocupar ese espacio en nuestra vida, actuando como nueva figura de seguridad en ese determinado momento vital. Cuando esto se da, empiezan a desarrollarse ciertos paralelismos con nuestras relaciones de apego infantiles. Bowlby (1980, como se citó en Barroso, 2014) expone las bases que se solidifican en el apego infantil son aquellas que determinan las relaciones afectivas subsiguientes. Por esto, es inconcebible disociar el apego infantil de las relaciones de pareja, donde juegan un papel esencial. Podemos entender entonces que el estilo de apego que se haya establecido en los padres influirá en gran medida las interacciones, y, por ende, el divorcio que tendrán. Este último también incidirá directamente en el establecimiento del modelo de apego del hijo. Por

ello, es importante entender cuáles son los distintos modelos y qué características tienen a la hora de relacionarse con los demás y consigo mismos. Ainsworth (1978, como se citó en Barroso, 2014), realizó investigaciones con bebés a partir de las cuales estableció una clasificación. Las conductas de los niños estaban directamente relacionadas con la sensibilidad o receptividad que mostraba la madre ante las señales del niño. Se evidenciaron tres estilos de apego: el apego seguro, el apego inseguro evitativo y el apego ansioso ambivalente.

El apego seguro se caracteriza por una interacción cuidadosa por parte de la madre, que, sabiendo reconocer las necesidades de su hijo, consigue cubrirlas, además de saber transmitir al bebé una preocupación genuina por su bienestar (Ainsworth, 1978, como se citó en Barroso, 2014). Del mismo modo, la madre adopta una posición de facilitadora y fomentadora de la autonomía y del desarrollo del niño. Esto permite que se genere el sentimiento de confianza de que todas sus necesidades serán cubiertas en todas sus distintas expresiones. La receptividad y responsividad de la madre harán que estos niños se conviertan en adultos seguros de sí mismos y que sepan desenvolverse en las relaciones interpersonales. Serán personas que cuenten con el apoyo de sus pares además de confiar en sí mismos para afrontar las dificultades que surjan a lo largo de su vida. Su autonomía y seguridad en las relaciones le permitirán dedicarse a su propio autocuidado antes que a la búsqueda de aprobación o atención (Barroso, 2014).

Por otro lado, Barroso (2014) expone el segundo estilo de apego inseguro-evitativo de Ainsworth (1978, como se citó en Barroso, 2014), en el que define la interacción entre la madre y el bebé de forma hostil. La rigidez y la inflexibilidad de las conductas de la madre manifiestan un cierto grado de rechazo hacia el niño además de mostrar cierta aversión hacia el contacto con su hijo. Las necesidades de su hijo son frecuentemente ignoradas e interpretadas como caprichos. Los adultos con este tipo de apego han integrado que sus necesidades serán rechazadas y que la seguridad se obtiene evitando el reconocimiento de éstas. Su forma de funcionar es descrita como “inhibiendo la expresión de sus necesidades, maximizan la cercanía de sus figuras de apego y minimizan el rechazo” (Barroso, 2014, p.11). Por lo tanto, no solo se disocian de

sus estados emocionales, sino que al inhibirlos tanto tiempo tendrán una dificultad para reconocerlos.

Por último, Ainsworth (1978, como se citó en Barroso, 2014) encontró el estilo de apego inseguro-ansioso ambivalente. Las figuras de apego que se encuentran en estos tipos de modelos se muestran insensibles a ratos, pero receptivas en otros momentos. El grado de responsividad de la madre no dependerá del niño, sino de sí misma, lo que llevará a que el bebé no sepa predecir la respuesta de su figura de apego. La inconsistencia en las respuestas genera una angustia profunda en los niños, activan constantemente sus conductas de apego para obtener respuesta de la madre. Lo que más destaca de estas figuras de apego es la ausencia de disponibilidad psíquica en su responsividad ante las necesidades del niño. Los adultos con este estilo de apego serán personas con necesidad de contacto humano pero una percepción desajustada de abandono por parte de sus seres queridos. El sentimiento de rechazo y la percepción de desamparo generan angustia y rabia en estos individuos. Por lo tanto, estas personas acaban engendrando una hipersensibilidad ante los afectos negativos y las claves de angustia.

Un cuarto y último estilo que se encontró en las investigaciones no fue categorizado por Ainsworth, sino más tarde por Main y Solomon (1986, como se citó en Sanchis, 2008), el apego desorganizado (1986, como se citó en Barroso, 2014). Éste se caracteriza por una vivencia del bebé traumática y agresiva, pero principalmente desorganizada de las conductas de la madre. El caos en las respuestas no permite que el niño las prediga, viven el cuidado con una falta de control y miedo constantes. Estas conductas vienen de las propias experiencias traumáticas de los padres, cuya insensibilidad y violencia generan relaciones parentales absolutamente patológicas para todos los miembros implicados. Una vez que los niños interiorizan que su ansiedad no se verá reducida por su figura de apego adoptan actitudes hostiles y de rechazo hacia los demás (Barroso, 2014). La percepción de estos adultos es de un mundo que les rodea muy hostil, en el que perciben a sus iguales como inaccesibles y manipuladores. El malestar que sienten de pequeños al ver que sus necesidades no están cubiertas se

registra en su memoria. Ésta se activará en situaciones futuras en las que le resuenen sus experiencias de sufrimiento.

Estos estilos de apego mantienen una relación estrecha con los modelos operativos internos (MOI) (Botella, 2005, como se citó en Sanchis, 2008). Estos últimos son esquemas según los que se guían las personas para tener una representación mental de lo que puede esperar de sí mismo y de los demás (Marrone, 2001, como se citó en Guzmán y Contreras, 2012). La imagen de uno mismo puede ser positiva o negativa y se vincula con la ansiedad de abandono que siente en las relaciones. Por lo tanto, una persona con un MOI positivo de sí mismo, tendrá niveles bajos de temor al abandono. Una persona con un MOI negativo de sí mismo demuestra preocupación por el rechazo o el abandono de su pareja. Por otro lado, la imagen de los demás se asocia al grado de evitación de las relaciones estrechas. Los individuos que tengan un MOI positivo de los demás, es decir confianza en su responsividad y cuidado, no tendrán dificultades en intimar y establecer vínculos afectivos. Por el contrario, las personas que posean un MOI negativo del otro muestran más evitación de la intimidad y del compromiso (Guzmán y Contreras, 2012). Los modelos operativos internos pueden asociarse a los estilos de apego de la siguiente forma (Barroso, 2014):

- Las personas con un apego seguro tienen un MOI de sí mismos y de los demás positivo, lo que conlleva baja ansiedad con respecto al abandono y una evitación de las relaciones baja también.
- Aquellos individuos que tengan un apego inseguro-evitativo poseen un MOI positivo de sí mismos y negativo del otro, relacionado con poca ansiedad y una evitación alta de la intimidad.
- Los sujetos que posean un apego inseguro ansioso-ambivalente tienen una representación negativa de sí mismos, y positiva del otro. Esto origina en ellos una ansiedad muy alta con respecto al abandono y al rechazo, y, por el contrario, una búsqueda activa de relaciones íntimas para establecer vínculos afectivos.
- Por último, aquellas personas que tengan un estilo de apego desorganizado tienen un MOI tanto de los demás como de sí mismos negativa. Esto conlleva

un gran temor al abandono y una evitación persistente de las relaciones afectivas.

En investigaciones realizadas por Hazan y Shaver (como se citó en Guzmán y Contreras, 2012), se han revelado resultados interesantes acerca de la relación entre los estilos de apego establecidos en la infancia y la satisfacción marital. Las parejas constituidas por dos miembros con apego seguro tienen los niveles más altos de satisfacción. Esto se debe a la constancia de una buena comunicación a lo largo de la relación, y, por tanto, una buena resolución de conflictos. Se demuestra apoyo y cuidado hacia la pareja, lo que establece una base sólida de seguridad entre ellos. Esto podría indicar probabilidades más bajas de que el matrimonio pida el divorcio, dada la dinámica generada en torno a las claves positivas, en vez de resaltar los aspectos negativos. Por el contrario, Barroso (2014) afirma que los niveles de satisfacción más bajos se encontraron en los individuos con un estilo de apego desorganizado. La negación constante de sus emociones no solo les impide recibir apoyo de su pareja, sino que también inhibe la formación de un espacio de confianza, lo que les hace imposible obtener gratificación. La evasión de sus sentimientos y su evitación de las relaciones no fomentan el establecimiento de un vínculo afectivo estable y duradero.

Barroso (2014) extrajo conclusiones acerca de las díadas de estilos de apego más proclives a la insatisfacción marital. Teniendo en cuenta las características y los comportamientos de cada uno de los estilos dentro de las relaciones afectivas se pudo deducir que aquellas parejas compuestas por dos individuos con estilos de apego inseguro son especialmente tendentes a la insatisfacción. La unión de un estilo inseguro evitativo y de un estilo inseguro ansioso ambivalente es la dinámica más negativa. Esto se debe a una combinación entre un individuo que toma distancia emocional y evita activamente el compromiso, y una persona que tiene una necesidad firme de comprometerse, con miedo a mostrarse por temor al rechazo. Esta díada genera un malestar constante tanto en uno como en otro, por originar un sentimiento de insuficiencia en ambos al verse incapaces de cubrir las necesidades y peticiones de su pareja (Barroso, 2014). Por ende, esta unión reuniría las características más predeterminantes al divorcio.

## **Programas de Intervención en el Divorcio**

El divorcio supone una ruptura vital que conlleva muchas modificaciones con respecto al estilo de vida previo. Velázquez (2017) destaca la necesidad de abordar los cambios surgidos a raíz del divorcio con una intervención temprana y eficaz. Los programas expuestos a día de hoy se centran principalmente en la adquisición de habilidades y recursos de los progenitores. Sin embargo, la autora denuncia la escasez de pautas existentes en materia a padres divorciados en España. Esto puede dificultar el manejo de un proceso complicado que podría resultar en perjuicios conductuales y emocionales graves en los hijos. Por ello, hemos considerado importante la identificación de las variables que se deben trabajar en los programas de intervención para padres divorciados, orientándoles en el proceso para que se dé de la forma menos perniciosa posible.

El modo de crianza de los hijos es uno de los aspectos que recibe mayor repercusión en el momento del divorcio. Sus patrones cambian en función de la adaptación de los progenitores a las nuevas circunstancias (Velázquez, 2017). Según las investigaciones de Maccoby y Martin (1983, como se citó en Velázquez, 2017) existen cuatro modos de ejercer las prácticas educativas. Entre estos estilos, se ha asociado una mejor adecuación por parte de los miembros de la familia a la separación cuando los progenitores actúan de forma democrática. Esto se da cuando la comunicación se encuentra en la base de toda actuación por parte de ambos padres, siendo importante el acuerdo entre ellos en cuanto a las pautas instauradas. El establecimiento de normas y límites se realiza de forma razonada, fomentando en los niños la comprensión de dichos actos como muestras de protección y afecto. El objetivo final de los padres se convierte entonces en la promoción de conductas positivas de sus hijos, sin olvidar el rol que ocupan en el microsistema familiar reestructurado. Son estas prácticas de crianza, además del papel adoptado por cada uno de los progenitores, los que constituyen una de las mayores influencias en la adaptación de los hijos al divorcio (Cuervo, 2010, como se citó en Velázquez, 2017).

Anteriormente se mencionó el conflicto conyugal y sus consecuencias en los hijos. Quedó demostrado que las estrategias de afrontamiento no solamente dependían de los factores personales, sino también de la relación con los padres. Morte (2017) afirma que las disputas parentales forman parte de los factores de riesgo para la adaptación cognitiva de los niños. La percepción infantil de una mala relación entre sus progenitores puede generar angustia y estrés, dificultando su ajuste psicológico (Morgado, 2008, como se citó en Morte, 2017). Por lo tanto, la calidad de la interacción que existe entre los progenitores incide directamente en el ajuste infantil (Morgado, 2010, como se citó en Morte, 2017). Así pues, es fundamental que la interacción entre los ex cónyuges se sustente en la cooperación y la comunicación armoniosa. De esta forma, se obtendrá la coherencia necesaria entre los estilos de educación para facilitar la adaptación de los niños. Adicionalmente, Hetherington y Kelly (2005, como se citó en Morte, 2017) afirman que el compromiso de los padres con el cuidado y el apoyo de sus hijos es uno de los factores de protección frente a la ruptura. Esto ayudará al niño a desarrollar recursos para afrontar los eventos estresores y las dificultades a lo largo de su vida de forma más efectiva.

A raíz de estos datos empieza a cobrar especial importancia lo que se denomina la coparentalidad. Este concepto se ha definido según Hohmann-Marriot (2011, como se citó en Morte, 2017) como una interacción positiva en la que los padres “se apoyan mutuamente en su labor de crianza, comparten la responsabilidad de los hijos y minimizan la desarmonía en sus prácticas de crianza” (p.13). La práctica de esta forma de colaboración ha demostrado tener efectos positivos significativos tanto en los hijos como en los progenitores (Yárnoz-Yaben, 2010, como se citó en Morte, 2017). Esto se debe a la negociación pacífica puesta en marcha para conseguir el acercamiento a sus hijos, promoviendo una comunicación respetuosa entre ellos. El niño ocupa la posición central y sus necesidades se sobreponen a los conflictos parentales. Las conductas y actitudes que conseguirán a través de este acuerdo les permitirá por lo tanto relacionarse con mayor cercanía con los niños (Navarro, 2009, como se citó en Morte, 2017). Jiménez e Hidalgo (2016, como se citó en Morte, 2017) descubrieron a través de investigaciones que los efectos positivos derivados de la coparentalidad en los niños eran notables. Entre otros, se encontró que esta interacción aumentaba la sensación de

seguridad en los hijos, fomentando su adquisición de capacidades cognitivas y sociales e incidiendo favorablemente en la autorregulación emocional y autoestima.

En definitiva, aquellos estilos educativos basados en el apoyo parental mutuo son los mejores predictores de la adaptación familiar (Hetherington y Kelly, 2005, como se citó en Morte, 2017). Su funcionalidad se basa en la protección y la promoción del bienestar emocional y conductual de los hijos en un entorno seguro y fluido. Aquí se encuadran los programas de intervención para familias con padres divorciados. Especialmente, aquellos dirigidos a fomentar la prevención de consecuencias graves en el ajuste psicológico de los niños a través de las relaciones parentales adecuadas. Y, por otro lado, aquellos que proporcionen estrategias de resolución de conflictos apropiadas.

## Discusión y Conclusiones

Desde el enfoque sistémico, la familia se considera el núcleo relacional primario. Es decir, el lugar donde todo ser humano empieza a desarrollarse y donde adquirirá habilidades para relacionarse el resto de su vida. Los vínculos existentes dentro de este sistema se ven influidos por toda interacción que se dé entre sus miembros (Jiménez et al., 2012). Por ello, el sufrimiento de uno de los individuos debe considerarse la expresión de disfunción del sistema al que pertenece. Teniendo en consideración estos aspectos, podemos entender el divorcio como un conflicto que afectará a todos los miembros de la familia, y el sufrimiento de los hijos en el proceso como el síntoma que revela la interacción dañina entre los cónyuges. El divorcio es considerado una crisis vital que, manejada de forma errónea, puede transformarse rápidamente en un evento traumático (Andrade, 2013).

La situación de inestabilidad que supone la separación de los padres expone a todos sus miembros a eventos e influencias que suponen un gran peso en su estado emocional. Las presiones tanto internas como externas se van acumulando rápidamente, demandando respuestas adaptativas que no siempre son las adecuadas. Estas respuestas a los requerimientos del contexto se denominan estrategias de afrontamiento, y se relacionan con el mantenimiento del bienestar mental de los individuos (Hernández, 2001, como se citó en Jiménez et al., 2012). Frente a un evento estresor como lo es el divorcio, los miembros de la familia movilizan sus recursos bio-psico-sociales para enfrentarse a las circunstancias. La amenaza que supone para la integridad familiar esta separación requiere el uso de estas estrategias para mitigar el impacto que supone.

Desde su nacimiento, e incluso antes, el ser humano tiene la necesidad de establecer vínculos afectivos significativos con las figuras de seguridad de su entorno (Fonagy, 2004, como se citó en Sanchis, 2008). Este proceso de vinculación es lo que denominamos el apego. Las respuestas de los cuidadores a esta necesidad de crear un lazo estable y perdurable son las que moldearán el sistema de apego del niño. Incidirán en la forma en que el niño aprenderá a relacionarse, así como en la representación que

éste tendrá de sí mismo y de los demás (Bowlby, 1980, como se citó en Sanchis, 2008). Este equilibrio afectivo se ve amenazado ante una separación o un divorcio, dada la ruptura de la familia, y especialmente por la ausencia de sus figuras de apego. Todo niño se ve afectado en mayor o menor medida por el divorcio, pero sus efectos son más dañinos en edades más tempranas. El cambio radical de las circunstancias despierta en ellos miedo y angustia, sienten que la situación carece de sentido y no poseen la capacidad para dárselo (Novo et al., 2003). El perjuicio emocional inducido suele mantenerse a lo largo de toda una vida si no es manejado correctamente, especialmente por la sensación abismal de abandono que han sentido en sus momentos más vulnerables (Novo et al., 2003). El desarrollo emocional que deriva de estos vínculos afectivos no es lo único que se ve alterado en estas circunstancias. Los modelos representacionales que se forman en esta etapa son aquellos que guiarán las futuras relaciones sociales del niño (Girón, 2003, como se citó en Sanchis, 2008). Éstos se mantienen relativamente invariables a lo largo de una vida, por ello, la repercusión que tiene el divorcio en ellos será notable en la adultez del individuo.

La seguridad, la protección, y el afecto: los tres pilares sobre los que se sostiene el apego, derivados de fuentes externas en nuestra infancia, pero dependientes de nosotros mismos en la adultez. Estos fundamentos se encuentran presentes a lo largo de nuestra vida variando en función de la situación, y en todas las relaciones sociales significativas que establecemos (Girón, 2003, como se citó en Sanchis, 2008). Con el paso del tiempo, el distanciamiento de las figuras de apego se da de forma natural y vemos que las características de esos vínculos se reproducen de modo similar en las relaciones de pareja (Barroso, 2014). Los modelos operativos internos, adquiridos en gran parte durante la infancia, moldean el comportamiento adulto en este tipo de relaciones. Esto se debe a que dichos modelos se originan en las interacciones reiteradas con figuras significativas, primero en la infancia, pero evolucionando con el tiempo, que son evocados fuertemente en relaciones íntimas como lo son las de pareja (Orellana, Vallejo y Vallejo, 2004).

A veces, para entender lo que significa tener un matrimonio feliz, hay que entender primero lo que hace que un matrimonio termine. El divorcio es uno de los

males de nuestros tiempos, una crisis que afecta a cada generación cada vez con mayor frecuencia. Los sentimientos de desesperanza y pérdida que rodean a los padres pueden ser insufribles, y generar a su vez daños aún más grandes. Se nos olvida que, dentro de esta decisión, existen miembros que no tienen autoridad para decidir si el divorcio se llevará a cabo, a pesar de las consecuencias que tendrá en ellos: los hijos. La paulatina elevación de la tasa de divorcios tiende a normalizar el proceso y lleva a los involucrados a intentar minimizar las secuelas que tendrá el divorcio en los niños, en lugar de centrar el proceso en ellos para que éstas no sean la causa de traumas psicológicos futuros (Orellana et al., 2004).

El divorcio no es un hecho aislado, se trata de un proceso que conlleva una concatenación de efectos perpetua (Cohan, 1986, como se citó en Andrade, 2013). Ésta incidirá en todos los miembros de la familia de forma indefinida. El principio del divorcio está manifiestamente determinado, sin embargo, sus consecuencias se pueden observar muchas generaciones más tarde. Por ello, esta crisis no normativa debe empezar a considerarse como un problema que se debe tratar desde su origen. Es vital que el desarrollo sano de los niños se sitúe en el centro del tratamiento para paliar los efectos dañinos del divorcio en ellos. Ante este tipo de situaciones, especialmente con hijos pequeños, se vuelve evidente la necesidad de mantener un clima de seguridad y apoyo para fomentar el correcto desarrollo evolutivo y un ajuste adecuado de los niños a las nuevas condiciones de vida.

Todas las consideraciones analizadas a lo largo del trabajo han servido de fundamentación para poder responder a las cuestiones planteadas en el apartado introductorio. Hemos podido revisar el proceso del divorcio examinando las variables con mayor incidencia en la adaptación a las nuevas circunstancias, tales como las estrategias de afrontamiento desplegadas o el conflicto entre los cónyuges. Posteriormente, se ha expuesto la repercusión del divorcio en los hijos en función de la edad de éstos y sus efectos en el apego infantil, que influirá fuertemente en la elección de pareja en la adultez. Finalmente, hemos podido destacar la necesidad de centrar la relación parental post-divorcio en el apoyo mutuo, basando las interacciones en el

respeto y minimizando los conflictos. A través de esto, se crea una red de seguridad y protección que favorecerá el desarrollo de un correcto ajuste psicológico en los hijos.

### Fuentes bibliográficas

- Agencia EFE. (27 de noviembre de 2020). Repuntan las Demandas de Divorcio tras la fuerte Bajada durante el Confinamiento. *Heraldo*. Recuperado 12 de marzo de 2021, de <https://www.heraldo.es/noticias/nacional/2020/11/27/repuntan-las-demandas-de-divorcio-tras-la-fuerte-bajada-durante-el-confinamiento-1407400.html>
- Andrade, G. E. (2013). *Estudio de las características psicológicas de niños ante el divorcio de los padres, usuarios del Centro de Protección de Derechos MIES* (Tesis Doctoral). Universidad de Guayaquil Facultad de Ciencias Psicológicas, Ecuador.
- Barroso, O. (2014). El apego adulto: La relación de los estilos de apego desarrollados en la infancia en la elección y las dinámicas de pareja. *Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia*, 4. Recuperado de <https://www.psicociencias.org>
- Cantón, J., Cortés, M. R., y Justicia, M. D. (2002). Las consecuencias del divorcio en los hijos. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 2(3). Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/260421715\\_Las\\_consecuencias\\_del\\_divorcio\\_en\\_los\\_hijos](https://www.researchgate.net/publication/260421715_Las_consecuencias_del_divorcio_en_los_hijos)
- Coontz, S. (2009). La paradoja del matrimonio por amor y la historia del divorcio moderno. *Panorama Social*, 10, 153-162. Recuperado de [https://www.funcas.es/wp-content/uploads/Migracion/Articulos/FUNCAS\\_PS/010art12.pdf](https://www.funcas.es/wp-content/uploads/Migracion/Articulos/FUNCAS_PS/010art12.pdf)
- Epdata. (2020). *Matrimonios, divorcios y separaciones, datos y estadísticas*. Europa Press. Recuperado 22 de febrero de 2021, de <https://www.epdata.es/datos/matrimonios-divorcios-separaciones-datos-estadisticas/231/espana/106>
- Gago, J (2014). Teoría del Apego, El Vínculo. *Escuela Vasco Navarra de Terapia Familiar*. Recuperado de <https://www.avntf-evntf.com/wp->

<content/uploads/2016/06/Teor%C3%ADa-del-apego.-El-v%C3%ADnculo.-J.-Gago-2014.pdf>

- García, J. A. (2004). Los conflictos en la pareja. Recuperado 9 de marzo de 2021, de <https://www.cop.es/colegiados/m-00451/Pareja.htm>
- Guzmán, M., y Contreras, P. (2012b). Estilos de Apego en Relaciones de Pareja y su Asociación con la Satisfacción Marital. *Psykhé (Santiago)*, 21(1), 69-82. <https://doi.org/10.4067/s0718-22282012000100005>
- Instituto Nacional de Estadística. (2020). *Estadística de nulidades, separaciones y divorcios*. Recuperado 21 de febrero de 2021, de [https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=estadistica\\_C&cid=1254736176798&menu=ultiDatos&idp=1254735573206](https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=estadistica_C&cid=1254736176798&menu=ultiDatos&idp=1254735573206)
- Iraurgi, I., Martínez-Pampliega, A., Iriarte, L., y Sanz, M. (2011). Modelo cognitivo-contextual del conflicto interparental y la adaptación de los hijos. *Anales de Psicología*, 27(2), 562-573. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/167/16720051032.pdf>
- Jiménez, M., Amarís, M., y Valle, M. (2012). Afrontamiento en crisis familiares: El caso del divorcio cuando se tienen hijos adolescentes. *Salud Uninorte*, 28(1). Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81724108011>
- Linares, A. R. (2008). *Desarrollo Cognitivo: Las Teorías de Piaget y Vygotsky (TFM)*. Recuperado de [http://www.paidopsiquiatria.cat/files/teorias\\_desarrollo\\_cognitivo\\_0.pdf](http://www.paidopsiquiatria.cat/files/teorias_desarrollo_cognitivo_0.pdf)
- Morte, M. A. (2017). *Programa de intervención: "Fomento de la coparentalidad post-divorcio"* (Trabajo de fin de grado). Universidad de Sevilla, Sevilla.
- Novo, M., Arce, R., y Rodríguez, M. J. (2003). Separación conyugal: consecuencias y reacciones postdivorcio de los hijos. *Revista galego-portuguesa de psicoloxía e educación*, 10, 197-204. Recuperado de <http://hdl.handle.net/2183/6972>
- Orellana, R. V., Vallejo, F. S., y Vallejo, P. S. (2004). Separación o divorcio: Trastornos psicológicos en los padres y los hijos. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (92), 91-110. Recuperado de [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0211-57352004000400006](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000400006)

- Real Academia Española (2017). *Diccionario de la Lengua Española* [versión electrónica]. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=E1oSMMH>
- Sanchis, F. (2008). *Apego, acontecimientos vitales y depresión en una muestra de adolescentes* (Tesis). Universitat Ramon Llull, Barcelona.
- Velázquez, P. (2017). *Promoción de prácticas educativas para promover la parentalidad positiva en familias de progenitores divorciados* (Trabajo de fin de grado). Universidad de Sevilla, Sevilla.