



COMILLAS
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y
SOCIALES

**Retos de las familias reconstituidas y claves para
superarlos**

Autor: Juan Ignacio Sanz Sánchez

Directora: Elisa Hormaechea García

Madrid

2019/2020

Resumen

En la presente revisión se recopila información para determinar los retos y dificultades que se encuentran las familias reconstituidas y cómo se adaptan a la nueva situación los miembros de esta nueva estructura familiar, señalando qué factores de riesgo o de protección suelen aparecer y cómo se restablecen los roles dentro de la nueva unidad familiar. Asimismo, en este trabajo se presenta la definición de un programa de prevención online para familias reconstituidas. La metodología que se ha seguido ha consistido en una búsqueda bibliográfica de los artículos más relevantes en cuanto a esta unidad familiar y a los programas de prevención. Este trabajo destaca que los diferentes factores de riesgo que provocan estrés parental también pueden ser factores de protección, que nos ayudan a reducir el estrés, por lo que es de vital importancia realizar un buen trabajo en la intervención psicológica para que estos factores sean de protección. Además, se pone de manifiesto la importancia del padrastro y del padre biológico no residente dentro de la familia reconstituida y las consecuencias que tienen en el hijo. La definición del programa de prevención presenta las posibles ventajas de los programas de prevención, y en específico, de los programas online.

Palabras clave: *familia reconstituida, factores de protección y de riesgo, padre biológico, programa de prevención.*

Abstract

This literature review collects information about the difficulties and challenges that stepfamilies may face and the way these family members adapt to the family structure, highlighting what risk factors and protective measures could appear and how the family members re-establish their roles. In addition, this paper presents the definition of an online prevention program for stepfamilies. The methodology used consists of bibliographic research of the most significant articles about stepfamilies and prevention programs. This review points out that the risk factors which provoke parental stress could also be protection factors, helping the family members to prevent parental stress; for this reason, it is of vital importance to do a thorough job in related psychological intervention. Moreover, this work demonstrates the importance of the nonresident biological parent and stepparent within the stepfamily and the effects they could have on the children. The definition of the prevention program presents the possible advantages of prevention programs and online intervention.

Key word: *stepfamily, protection and risk factors, biological parent, prevention program.*

Índice

1. INTRODUCCIÓN.	4
2. DESARROLLO.	6
2.1. Restablecimiento de los roles familiares.	6
2.2. Factores de riesgo de las familias reconstituidas.	9
2.3. Factores de protección de las familias reconstituidas.	11
2.4. La importancia del padre biológico no residente.	14
3. DEFINICIÓN DE UN PROGRAMA DE PREVENCIÓN.	18
3.1. Programa de autoadministración online.	18
3.2. Audiencia.	19
3.3. Descripción y contenido de las sesiones.	20
4. CONCLUSIONES.	23
5. REFERENCIAS.	28

1. Introducción.

Las familias reconstituidas son un tipo de organización familiar que, según distintos autores, se distingue como una estructura familiar en la que al menos uno de los miembros de la pareja aporta algún hijo fruto de una relación previa (Gorell-Barnes, Thompson, Daniel y Burchardt, 1998). El presente trabajo se realiza con el fin de aportar y recopilar conocimiento sobre los nuevos roles que adoptan los miembros de una familia reconstituida, y que dinámicas de relación se establecen entre los miembros de la nueva estructura familiar, prestando atención especialmente en la figura del padre biológico no residente, ya que, al estar fuera del núcleo familiar, no se le suele tener en cuenta en los estudios.

Debido al importante crecimiento de este tipo de estructura familiar, este trabajo se centra en conocer los nuevos roles que adoptan los miembros de las familias reconstituidas, ya que es una de las tareas más complicadas a las que se enfrentan (Fellmann y Freire, 2003).

Las familias reconstituidas es un tema de gran relevancia en la actualidad ya que es un nuevo tipo de estructura familiar que se está haciendo muy frecuente en la sociedad, se estimó que en el año 2000 las nuevas estructuras familiares, como son las familias reconstituidas y las monoparentales superarían en número a las familias nucleares (Fitzpatrick y Vangelisti, 1995). Además, se calcula que la mitad de los hijos de padres divorciados vivirá en algún momento con un padrastro o madrastra tras cuatro años de la separación de sus padres biológicos (Cantón, Justicia y Cortés, 2000). De las 7.060.230 parejas con hijos, casi medio millón tiene algún hijo que no es común a los dos miembros de la pareja, y en los 10 últimos años esta cifra ha aumentado un 110,8% debido al incremento de las rupturas matrimoniales (Instituto Nacional de Estadística, 2013). Viendo estos datos, es relevante conocer y entender este tipo de estructura familiar, y como se adaptan cada miembro de la familia al nuevo rol dentro de la unidad familiar.

En la nueva situación familiar, los miembros de la familia adoptan unos roles, que pueden ser o no ser los deseados, y a su vez, estos roles pueden estar bastante claros, o ser bastante ambiguos. La ambigüedad asociada al rol puede entenderse como los conflictos y problemas que se les presentan a los individuos cuando desarrollan ciertos comportamientos en un contexto determinado (Pearlin, 1983). Théry (2002) propone añadir el término constelación para hacer referencia a todas las unidades residenciales y familiares implicadas, tanto el hogar del padre/madre custodio como el del no custodio, cada miembro de la constelación definirá de manera diferente quienes son los miembros de la familia, incluyendo

más o menos personas. Por esta razón, los miembros de la constelación tienen que adaptarse a sus nuevos papeles, siendo esta adaptación un reto muy importante de las familias reconstituidas, para poder integrarse de forma correcta a la nueva organización familiar, y tener claro cómo relacionarse con sus nuevos miembros de la constelación. El hecho de cómo se relacionen y cómo adopten sus nuevos roles puede ser una fuente de estrés o de protección en la nueva familia. El objetivo de este trabajo es definir los nuevos roles que pueden adoptar, y cómo afectan estos roles en una familia reconstituida.

Pertenecer a una familia reconstituida puede dar lugar a factores de riesgo, ya que es una potencial fuente de estrés. Es importante que los roles y las relaciones de los miembros de la familia sean buenas para evitar el estrés, ya que se ha podido observar que la calidad de la relación padrastro/madrastra-hijastro/a puede ser un indicador tanto de la calidad de la vida familiar (White y Booth, 1985) como de los niveles de estrés familiar (Visher y Visher, 1988). En la formación de la familia reconstituida pueden aparecer diferentes fuentes de estrés como pueden ser la consolidación del vínculo marital, el establecimiento de los nuevos roles familiares o la regulación de la convivencia familiar (Fellmann y Freire, 2003).

Pero no solo existen factores de riesgo que pueden afectar a la familia reconstituida, sino que también hay ventajas de ser parte de esta estructura familiar, que nos aporta ciertos factores de protección, como por ejemplo, los niños que perciben que su progenitor no discute con su nueva pareja, y tienen una relación positiva y buena comunicación, tienden a tener una relación estrecha con el padrastro o la madrastra (Jensen y Shafer, 2013), esto ayuda a los niños a tener un buen ambiente familiar, que tal vez no tenían antes, además, establecer una buena relación con el padrastro les facilita el buen ajuste familiar (Kelley, 1995).

La madrastra puede ser un factor de riesgo en sí mismo (Cole, 2009, citado en el artículo de Shapiro, 2014). El rol de madrastra puede llegar a ser muy ambiguo, cómo puede involucrarse en la crianza de sus hijastros, y cómo se puede ver afectada su vida conyugal con su cónyuge son factores que generan estrés. La formación de una nueva organización familiar puede no realizarse de forma gradual, y esto afecta a la creación del vínculo conyugal (Fellmann y Freire, 2003). Uno de los retos más importantes a los que se enfrenta esta nueva estructura familiar es la integración del padrastro o madrastra en el nuevo sistema familiar, lo que implica necesariamente una reorganización de los roles familiares (Fellmann y Freire, 2003). El rol de la madrastra puede acarrear diferentes niveles de ansiedad, se puede manifestar en cuanto a la relación con los hijastros, en cuanto a la relación con la madre biológica de los

hijastros, y también con el propio rol que adopta la madrastra, en cuanto a los mecanismos de enfrentamiento empleados para hacer frente a los problemas (Doodson, 2014).

La mitad de los matrimonios suelen acabar en divorcio, y se ha incrementado el número de hijos que están creciendo sin tener cerca a su padre biológico (Schoen y Canudas-Romo, 2006). El padre biológico no residente sigue siendo una clave importante en la familia reconstituida (King, 2009), normalmente los estudios de la familia reconstituida se centran en la madre o padre biológico, su pareja, y los hijos que aporten cada uno (Kreider y Ellis, 2011), y se suele quedar fuera de la ecuación el padre biológico no residente, por lo que el objetivo de la presente revisión es conocer la importancia de los padres biológicos no residentes y qué consecuencias puede tener su presencia o ausencia en los hijos.

Las familias reconstituidas son un tipo de organización familiar que se está volviendo muy común en la actualidad, por ejemplo, aproximadamente un tercio de la población americana es miembro de una familia reconstituida (Booth y Dunn, 1994), por eso es muy importante implementar programas de intervención o de prevención para reducir la ansiedad o los conflictos que ocasiona la reorganización familiar, y la adopción de un nuevo rol familiar.

2. Desarrollo.

2.1 Restablecimiento de los roles familiares.

Las personas adoptamos diferentes roles dependiendo de la situación en la que nos encontremos. En cuanto a la familia reconstituida, hay también diferentes maneras de adaptarse al nuevo rol en la organización familiar, según diversos autores, la lógica que se siga marcará el nuevo rol dentro de la familia reconstituida. Théry (1985), Le Gall y Martín (1993) distinguen dos lógicas en la reconstitución familiar:

- 1.** Una lógica de la sustitución. Consiste en que la pareja del progenitor que tiene la custodia vive con los hijos de éste y ocupa el lugar del otro progenitor. Esta lógica se fundamenta en una imagen tradicional de la familia y de los papeles de ambos sexos. En la lógica de sustitución, el matrimonio es el pilar central de la familia reconstituida, ya que refleja la posición y complementariedad que hay entre el hombre y la mujer, entre el padre y la madre. Esta lógica se centra en la idea de que el error en el anterior

matrimonio no es la estructura familiar, si no la pareja en si, por lo que se sigue creyendo en la alianza, filiación y residencia como modelo ideal.

2. Una lógica de la continuidad o perennidad, que se basa en una negociación entre los padres biológicos, debido a la ruptura de la pareja y sobre su residencia, además, no se cuestiona la relación de parentesco entre el padre y el hijo, ya que la separación de los padres no afecta a la relación padre-hijo, puesto que el padre continúa asumiendo su rol. Además, la convivencia con la nueva pareja del padre o de la madre favorece la construcción de un nuevo rol y vínculo que estos autores denominan “padrinazgo amistoso”, una relación que oscila entre el parentesco y la amistad.

La lógica de la continuidad supone que el nuevo cónyuge no adopta el rol del progenitor, si no que establece un nuevo vínculo con el hijastro o hijastra. Esta idea de “padrinazgo amistoso” puede acabar derivando en más amistad que en parentesco, lo que puede generar un conflicto, ya que es uno de los principales puntos de discusión; el grado de implicación que debe de ejercer el padrastro o la madrastra en la educación, y otra serie de aspectos como puede ser la disciplina en los hijastros (Fellman y Freire, 2003), por lo que el hecho de tener una relación amistosa con el hijastro puede derivar en comportamientos demasiado flexibles en cuanto a las reglas y comportamientos. Se introduce el término de “mito del amor instantáneo”, según el cual explica que los padrastros y madrastras se esfuerzan por ganar el afecto y amor de los hijastros mediante la evitación de cualquier choque o conflicto con ellos. Esta situación acaba por ser insostenible, ya que los padrastros o madrastras acaban sintiéndose emocionalmente chantajeados (Fellmann y Freire, 2003).

Continuando la misma línea de pensamiento, Levin (1994) propone tres tipos de respuesta por parte de las nuevas parejas de los progenitores; Los que siguen la lógica de sustitución, los nombra como los reconstructores, ya que no se perciben distintos a los padres, y perciben el modelo nuclear como ideal, intentan ser padres-sustitutos. Los que siguen la lógica de la continuidad, los define como los innovadores, cuyo objetivo es crear un vínculo nuevo, diferente a los existentes, adoptando el papel de un familiar, como puede ser de un tío o un abuelo que vive en el hogar con los hijos, de esta manera sienten alguna responsabilidad hacia ellos. Levin propone una tercera respuesta.

3. Aquellos que se mantienen a la espera. Son los padrastros o madrastras que ven necesario buscar nuevas fórmulas para sus relaciones personales. Aunque la familia

nuclear sigue siendo el modelo básico, no se sienten representados, en este tipo de modelo, el padrastro representa un amigo más que un padre.

A parte de la lógica que puedan seguir los padrastros y las madrastras, también es relevante el estilo de relación que se tenga con los hijastros. Baumrind (1971) diferencia 2 dimensiones en cuanto al estilo: afectuoso, que se caracteriza por el apoyo, aceptación y cuidados, y el estilo de control, que incluye supervisión, ajuste de reglas y disciplina. Esto entra en conflicto con el estudio de Hetherington y Clingempeel (1992), que identificaron tres estilos de madrastra o padrastro, ya que, en su estudio, el afecto y el control ya no son estilos, si no las posibles características de estos. Ellos proponen estos tres estilos de relación:

1. Autoritativo, que se caracteriza por altos niveles de afecto y altos niveles de control.
2. Autoritario o conflictivo, donde las madrastras y padrastros exhiben altos niveles de control, y niveles bajos de afecto.
3. Desenganchado, este último estilo se caracteriza por los bajos niveles tanto de control como de afecto que muestran los padrastros y madrastras sobre sus hijastros.

Crosbie-Burnett and Giles-Sims (1994) añadieron más tarde el estilo de apoyo, que se caracteriza por altos niveles de afecto y bajos niveles de control y disciplina.

Los autores evidenciaron que el estilo autoritativo está asociado a una mayor competencia y habilidad, y a una menor externalización de los problemas por parte de los hijastros. Aun así, Hetherington (1993) demostró que, en las primeras etapas del nuevo matrimonio, el control y la disciplina a los hijastros preadolescentes, ya sea dentro de un estilo autoritario, o autoritativo, provoca la reticencia de estos. En posteriores estudios, se averiguó que el estilo desenganchado es el más común en las familias reconstituidas que llevaban poco tiempo de matrimonio (Hetherington, 1993), pero también en las familias reconstituidas establecidas desde hace mucho tiempo (Hetherington & Kelly, 2002).

Diversos autores como Crosbie-Burnett y Giles-Sims (1994), y Bray (1999) llegaron a la misma conclusión en sus respectivos estudios. Los hijastros son mucho más propensos a aceptar a sus padrastros y madrastras sí al comienzo de la nueva vida familiar han intentado relacionarse con ellos desde el afecto y la calidez, dejando de lado aspectos como la disciplina y el control, además, hay un menor nivel en los problemas de ajuste de los hijastros si los padres

se han relacionado desde el afecto y la calidez con ellos. Aunque este afecto y calidez en los primeros compases de la relación padrastros-hijastros no se mantiene constante, ya que según avanza el tiempo, se va reduciendo y acaba ocasionando un peor ajuste por parte de los hijastros (Bray, 1999).

2.2 Factores de riesgo en la familia reconstituida.

Las familias reconstituidas tienen que enfrentarse a muchos retos desde su formación, como el hecho de buscar su nuevo papel dentro de esta estructura familiar y ajustarse a él. El restablecimiento de los roles familiares es un factor de riesgo dentro de las familias reconstituidas, ya que puede provocar altos niveles de estrés parental a todos los miembros de la nueva estructura familiar. Diferentes estudios señalan que la adaptación a la organización familiar binuclear es un factor de estrés que afecta tanto a los hijos como a los padres, quienes deben renegociar los roles y las relaciones familiares (Ganong y Coleman, 2004; Sweeney, 2010).

Todos los miembros de la familia reconstituida tienen el riesgo de sufrir estrés, pero los padrastros y las madrastras se encuentran en una situación especialmente vulnerable, como demostró Shapiro (2014) en su estudio de los padrastros y las madrastras, donde estos experimentan un mayor nivel de estrés parental que los padres y madres biológicos; el estrés parental corresponde a la puntuación obtenida en la escala de parental stress scale (Berry y Jones, 1995), que mide el nivel de estrés que siente cada participante en relación con la parentalidad. Es más, las madrastras llegan a experimentar más estrés parental que otros grupos de riesgo, como pueden ser aquellos progenitores de niños con trastornos conductuales, como el TDAH (Shapiro y Stewart, 2011).

El estrés parental que se ocasiona no es solo un factor de riesgo para los padrastros y los padres biológicos, sino que también puede afectar a los hijos. Este tipo de estrés puede ocasionar que la parentalidad ejercida sea menos cálida, efectiva y sensible (Ponnet et al., 2013). Este empobrecimiento de la parentalidad puede estar relacionado con un bajo nivel de funcionamiento en los niños y en las familias (Deater-Deckard, 1998). El efecto que el estrés parental tiene en los niños no se queda solo ahí, sino que puede interrumpir importantes procesos evolutivos que se dan en los niños en edades tempranas, como el desarrollo de las habilidades sociales, o de la capacidad de tener consciencia de las diferencias que existen entre el punto de vista de uno mismo y el de los demás. (Gujardo, Snyder, y Petersen, 2009).

Hay una serie de factores individuales que pueden causar malestar a los padrastros y madrastras.

- La falta de límites y la carencia de claridad en el rol (Gosselin, 2010; Sweeney, 2010).
- Las expectativas familiares y sociales en torno a la nueva estructura familiar (Fine y Schwebel, 1992; Nielsen, 1999).
- La tensión en las relaciones con otros miembros de la estructura familiar (Shapiro y Stewart, 2011).

A la hora de hablar del estrés parental que se genera al adaptarse a un nuevo papel dentro de la estructura familiar reconstituida, desde un punto de vista sistémico, este estrés se explica como el resultado de tres factores, que, a su vez, están divididos en diferentes niveles, que interactúan entre sí dando lugar a las experiencias de parentalidad de los padrastros y de las madrastras (Shapiro, 2014).

- Identidades sociales (género, rol parental).
- Expectativas individuales vinculadas a estas identidades (Individual).
- Funcionamiento interpersonal (Ajuste marital).

Las categorías sociales como el género, y los roles de género que adoptamos, afectan en gran medida a nuestras vidas, y ocurre lo mismo en las familias reconstituidas. Diversos estudios demuestran, que dos roles que socialmente siempre han sido desvalorizados, como ser mujer, y ser madrastra o padrastro, provoca que se experimente mayor estrés que en las personas que solo cumplen uno de estos roles (Cole, 2009, citado en el artículo de Shapiro, 2014), por lo que se puede deducir, que las madrastras pueden sufrir mayores niveles de un tipo de estrés como el parental. Shapiro y Stewart (2011) sugirieron que las madrastras sufren más estrés parental que las madres biológicas y que los padrastros (hombres).

La calidad de la relación marital también es un factor muy importante que puede provocar malestar tanto en la pareja, como a nivel individual. Los padrastros y las madrastras tienen que enfrentarse a los retos de la familia reconstituida con una red de apoyo más reducida que los padres biológicos, por lo que se ven obligados a buscar el apoyo de su pareja.

Adaptarse a la nueva estructura familiar puede obligar a los padrastros y a las madrastras a renegociar su papel dentro de la familia. La sociedad afecta a la renegociación de

ese papel, ya que no hay ninguna manera clara para deshacerlo. Para los padrastros y las madrastras es más complicado establecer relaciones de apoyo que se encuentren fuera de la relación marital que para los padres biológicos (Fine, Coleman, y Ganong, 1999; Nielsen, 1999), pero también, en contraste con los padres biológicos, los padrastros y las madrastras argumentan que sienten que sus hijastros no les tienen demasiado aprecio, y que no confían en que su relación con ellos se mantenga positiva durante un tiempo prolongado (Shapiro y Stewart, 2011, 2012).

Por último, las madrastras y los padrastros generan expectativas y valores individuales con respecto al género, a la familia y a la parentalidad, es decir, generan las identidades sociales que se adoptan, y que van configurando lo que para ellos es ser un padrastro o una madrastra, y también explorando e identificando las fuentes de apoyo con las que cuentan. Estas expectativas que se generan pueden chocar con las que se promueven dentro del hogar de la familia constituida. Los valores tradicionales sobre la familia, como, por ejemplo, que las mujeres son más aptas para la crianza de los hijos, y que los hombres son más aptos para mantener económicamente a la familia, siguen estando muy presentes, ya que las mujeres se encargan mayoritariamente de las tareas relacionadas con el cuidado de los hijos y del ámbito del hogar (Lachance-Grzela y Bouchard, 2010) mientras que los varones consideran como importante ser el soporte económico de la familia (Townsend, 2002).

2.3 Factores de protección en la familia reconstituida.

Como se ha podido observar, los miembros de una familia reconstituida están sometidos a muchos factores de riesgo que pueden ocasionar estrés (Sweeney, 2010), y en el caso de los padrastros y de las madrastras, también estrés parental (Shapiro, 2014). Pero, por otro lado, existe una serie de factores, en algunos casos los mismos que los de riesgo, que sirven como protección frente al estrés para los miembros de las familias ensambladas y pueden favorecer el buen desarrollo familiar (Shapiro, 2014).

Uno de los principales factores de protección, y que interviene en el buen desarrollo de la familia reconstituida, es la relación marital. Shapiro (2014) encontró que todos los padres y madres con buen ajuste marital tendían a sufrir menos niveles de estrés parental. También se ha demostrado que el hecho de que los padrastros y las madrastras se apoyen mutuamente en el ejercicio de la parentalidad será un factor de protección contra las consecuencias negativas sobre la salud mental, que están ligadas al hecho de pertenecer a una familia reconstituida

(Shapiro y Stewart, 2012). El buen ajuste marital también favorece el buen desarrollo familiar, donde están involucrados los hijos o hijastros, ya que una alta calidad en la relación marital ayuda en la transición de padres e hijos hacia una familia binuclear (Whitsett y Land, 1992), que es aquella familia donde los hijos tienen dos hogares, dos núcleos, normalmente cada uno de estos núcleos corresponde a los hogares de sus padres biológicos, que están separados.

Las creencias sobre los roles de género componen también uno de los factores de protección más importante contra el estrés parental. Tener ideas y valores sobre los roles de género tradicionales, como se ha visto, es un factor de riesgo a la hora de constituir una familia reconstituida, pero tener unas ideas de género más flexibles puede favorecer la reducción del estrés parental como un factor de protección.

Los padrastros y las madrastras que presentan un ajuste marital alto y creencias sobre el género no tradicionales también altas, no presentan diferencias en términos del estrés parental con los padres biológicos (Shapiro, 2014). En ese estudio, Shapiro (2014) sugirió que el alto nivel tanto de ajuste marital como de creencias de género no tradicionales podrían no ser suficiente por separado, sino que ambos serían necesarios para que la puntuación en estrés parental fuese baja y actuase como factor de protección. A parte de necesarios, estos dos factores podrían ser complementarios entre sí y potenciarse a la hora de obtener bajos niveles de estrés parental.

Los padrastros y madrastras que tienen expectativas culturales altas en relación con el rol en la parentalidad son vulnerables al no cumplir estas expectativas e ideales, lo que afecta a la salud mental (Oyserman, Bybee, Mowbray, y Kahng, 2006), por lo que se puede deducir que tener unas creencias más flexibles en cuanto al género y a la familia reconstituida actúa como factor de protección contra el estrés parental. Esta flexibilidad en la creencia sobre el género y la familia se caracteriza por la habilidad que tienen los padrastros y las madrastras de negociar, reconocer y aceptar sus nuevos roles y su valor como padrastros y madrastras no tradicionales (Sapphiro, 2014).

Por lo tanto, la interacción de las creencias de género, el rol parental, y el ajuste marital son un importante factor de protección que rebaja los niveles de estrés parental en las familias reconstituidas. La combinación que obtiene niveles más bajos de estrés parental es cuando los padrastros o madrastras tienen creencias sobre el género no tradicionales, es decir, flexibles, y tienen un nivel de ajuste marital alto (Shapiro, 2014).

Los factores de protección, al fin y al cabo, protegen a los miembros de la familia reconstituida de sufrir estrés, y a los padrastros y madrastras también de sufrir estrés parental. El hecho de no sufrir este estrés en los primeros compases de la formación de la estructura familiar, donde uno de los retos principales es el restablecimiento de los roles, puede estar asociado con el éxito de la familia reconstituida.

Kelley (1992, 1995) investigó y entrevistó a 20 familias reconstituidas que habían conseguido con éxito el restablecimiento de roles y formación del nuevo núcleo familiar. En estas entrevistas encontró que los temas que más resaltaban era la flexibilidad, el respeto, la comunicación, la paciencia y el sentido del humor, por lo que un buen ajuste en estos parámetros puede ser un factor de protección. La flexibilidad, complementado con otras dimensiones, como ya hemos visto, puede ser un factor protección diferencial, pues no solo nos protege del estrés, si no que ser flexible en la crianza del hijastro favorece la buena relación a largo plazo con él. El parámetro del respeto cobra especial relevancia en el éxito de la familia, ellas saben que no se siente el mismo amor por todos los miembros del núcleo familiar, y se establecen relaciones distintas entre estos miembros, pero es indispensable que haya un comportamiento respetuoso entre los miembros de la estructura familiar, que será el primer paso hacia una relación de amor. El parámetro de paciencia también es importante, pues ganar sentido de identidad hacia la nueva familia requiere tiempo, los dos primeros años son los más difíciles y donde más conflictos y retos se crean, pero si durante este periodo convulso, se mantiene un estado de calma y paciencia, la familia suele acabar triunfando. La comunicación clara entre los miembros resulta ser un factor clave para descubrir y hablar sobre los asuntos importantes de la familia, las reuniones familiares son muy útiles para cumplir este cometido. Por último, ha quedado demostrado que el sentido del humor es un factor facilitador del disfrute en familia y los ayuda a no centrarse constantemente en asuntos de poca importancia (Michaels, 2006).

Kelley (1992,1995) encontró que la flexibilidad no solo actúa sobre los roles de género o los patrones de parentalidad, si no que toda la familia puede actuar con flexibilidad en diferentes áreas de la vida, ajustándose a las necesidades, por ejemplo, cambiando los horarios para realizar planes familiares, o ser más flexibles a la hora de compartir las responsabilidades familiares, como puede ser el tema económico, el cuidado de los niños o el mantenimiento de la casa. Sabiendo esto podemos suponer que el patrón de crianza autoritativo de los padres, al ser el más flexible en cuanto al control y límites, y en cuanto a calidez y afecto, puede ser un importante factor de protección del estrés parental.

El subsistema de la pareja es una de las claves del éxito de la familia reconstituida (Michaels, 2006). Por esta razón, la combinación entre material de lectura relacionado con la vida en pareja y la asistencia terapéutica puede actuar como un factor de protección para la familia reconstituida y ayudarla a ir cumpliendo las metas y objetivos que este tipo de familias suelen tener (Michaels, 2006). La otra clave del éxito de estas estructuras familiares es la importancia de la aceptación generalizada del nuevo matrimonio y de la nueva familia que se acaba de formar, por lo que es importante fomentar que todos los miembros de la familia se sientan involucrados en la familia reconstituida (Michaels, 2006). Conociendo estas dos claves, Michaels (2006) recomienda recibir asistencia psicológica, no solo la nueva pareja, que siempre ha sido visto como el eje central del éxito de la familia reconstituida (Pasley, Dollahite, y Ihinger-Tallman, 1993), si no todos los miembros de la nueva familia, ya que aunque la importancia de la relación de pareja está fuera de toda duda para el éxito de la familia reconstituida, no es suficiente, si no que el apoyo y la aceptación del nuevo matrimonio por parte del resto de la familia, como los hijastros, es igual de importante que la relación de pareja, por lo que también se debería trabajar con ellos en terapia, involucrándoles en la nueva familia.

Los factores de riesgo y de protección son dos caras de una misma moneda, como hemos visto, muchos de ellos sirven tanto como factores de protección, y en su defecto, como factores de riesgo. De la manera en la que la familia reconstituida afronta los temas como las creencias de género, de parentalidad, y el ajuste marital depende de si estas dimensiones favorecen a disminuir el estrés que suele acompañar a la formación de estas familias, y la consecución de sus retos y metas, o, por el contrario, fomenta que aumente el estrés.

2.4 La importancia del padre biológico no residente.

Al estudiar y comprender el funcionamiento de las familias reconstituidas, se suele enfatizar en el nuevo núcleo familiar, que normalmente está constituido por la madre o el padre biológico, por el padrastro y la madrastra, y, por último, por el hijo o hijos con los que los progenitores contribuyen a la familia reconstituida, esta estructura suele ser la más común dentro de las familias reconstituidas (Kreider y Ellis, 2011). En esta fórmula de estudio, suele quedar excluido la madre o el padre biológico de turno. Un reto muy común en las familias reconstituidas es saber quién queda dentro o fuera de la nueva organización familiar (Brown y Manning, 2009).

Aunque estén fuera del núcleo familiar, la relación de los padres biológicos no residentes con los hijos sigue siendo de vital importancia. Se ha detectado que un compromiso positivo de los hijos con sus padres no residentes se asocia con una reducción de problemas de conducta, tanto internalizantes como externalizantes en el niño (Jensen, Shafer, y Holmes, 2017).

Aun pudiendo estar excluidos de la familia reconstituida, la diada establecida entre el padre biológico no residente y el hijo, es tan importante como las otras diadas, como pueden ser padrastro-hijo, y padre-padrastro, para el correcto ajuste de los hijos (Hetherington, 1999; Hetherington, Bridges, y Insabella, 1998).

Dentro de las familias reconstituidas se juntan diferentes escenarios e historias familiares, que traen los diferentes miembros de la estructura familiar de experiencias pasadas, esto hace que las nuevas diadas que se forman puedan alterar las diadas ya preexistentes (Jensen y Lippold, 2018), por lo que la relación que el hijo establezca con el padrastro o madrastra afectara a su relación con su madre o su padre biológico.

La relación del hijo o hijos con el padre (hombre) biológico no residente en el núcleo familiar también es una fuente importante del buen ajuste de los hijos a la nueva situación familiar. Jensen (2017) investigó los diferentes patrones de las relaciones que se establecen dentro de las familias reconstituidas:

- El patrón de residencia centrada. Este patrón se caracteriza por una cercanía por encima de la media entre la madre-hijo, y también una cercanía en la diada padrastro- hijo. Por el contrario, se observa que la diada del padre no residente—hijo tiene menores niveles de participación. Las diadas de cercanía entre madre-hijo y padrastro-hijo están correlacionadas positivamente.
- El patrón inclusivo. Este patrón se caracteriza por la cercanía en la diada madre-hijo y padrastro-hijo, y hay un alto nivel de involucración en la diada padre no residente-hijo. La diada padre-hijo se ve marcada por una muy buena relación entre ambos. Hay una correlación positiva entre la cercanía madre-hijo y las diadas de cercanía padrastro-hijo y participación padre no residente-hijo.
- El patrón de la pareja infeliz. En este patrón, los niveles de cercanía en la diada madre-hijo son altos, y la diada padrastro-hijo y padre no residente- hijo se sitúa en el promedio. La relación de pareja es de baja calidad. También se encuentra una correlación positiva entre la cercanía de la diada madre-hijo y la cercanía padrastro-

hijo, y también con la calidad de la pareja. Por el contrario, hay una correlación negativa entre la participación del padre no residente-hijo y la relación de pareja.

- El patrón de la desconexión padre hijo. En este patrón, la cercanía en la diadas madre-hijo y padrastro-hijo es baja, igual que la participación en la diada padre no residente-hijo, en cambio la relación de pareja si tiene un nivel un poco por encima de la media. Se encontró una correlación positiva entre las diadas madre-hijo y padrastro-hijo, pero también una correlación negativa entre la diada madre-hijo y padre no residente-hijo (Jensen, 2017).

Jensen (2017) descubrió en este estudio que el patrón de desconexión padre-hijo se relacionaba con un alto riesgo de depresión, también se asocia a este patrón bajos niveles de autoestima, mientras que en el patrón de la pareja infeliz aparecía un alto riesgo de caer en la delincuencia. Por esta razón se puede presuponer que los patrones de residencia centrada, y de patrón inclusivo son los que más van a favorecer a los hijos.

Una de las etapas más importantes de los hijos es la adolescencia. En esta etapa vital los conflictos de los padres e hijos aumentan y baja el nivel de compromiso con las actividades que se compartían y se realizaban juntos (Smetana, Campione-Barr, y Metzger, 2006). Por el contrario, si las relaciones con los padres se mantienen cercanas, los padres continúan siendo una fuente de seguridad para sus hijos, es decir, la buena relación con los de los hijos con los padres biológicos favorece un mejor ajuste a la adolescencia (Steinberg, 2001).

Amato, King y Thorsen (2016) estudiaron la cercanía de los adolescentes con las madres, con el padrastro, y con el padre biológico no residente, dentro de las familias reconstituidas. Por lo que en este estudio se observa la importancia de los padres biológicos a la hora de que sus hijos entablen relaciones cercanas con los padrastros. Los resultados de este estudio sugirieron que los hijos de la familia reconstituida desarrollan relaciones cercanas con sus padrastros en dos situaciones:

1. El padre biológico no residente continua activamente involucrado en la vida de su hijo.
2. El padrastro toma el lugar del padre biológico en el caso de que este esté totalmente ausente.

Como se puede observar en los resultados, el padre biológico no residente juega un papel muy relevante en la futura relación del hijo con el padrastro. Otros estudios también encontraron que la calidad en la relación entre el padre (madre o padre) no residente, y el padrastro, es un factor de estrés, porque tiende a ser inestable y las conexiones entre ellos son confusas (Braithwaite y Baxter, 2006; King, 2006). En cambio, una buena relación entre el padre no residente y el padrastro puede reducir el estrés incluso en los hijos, esto se debe a que crece la estabilidad emocional, hay más apoyo dentro de la familia, y va decayendo la teoría de que tras el divorcio de los padres todo va a cambiar (Braithwaite y Baxter, 2006; King, 2006).

Como hemos visto, el hecho de que el padre biológico no residente guarde una relación de cercanía y compromiso con su hijo suele aportar bastantes beneficios, incluso ayudar a la relación con su padrastro, pero también puede acarrear efectos negativos. La relación de cercanía del hijo con su padre biológico no residente puede asociarse con niveles levemente elevados de estrés en el vástago, esto se debe a que el hijo puede estar guardándole algún tipo de lealtad al padre (Papernow, 2013), lo que puede llegar a dificultar la relación con el padrastro.

La relación de los hijos con los padres no residentes juega un papel vital, pero también la relación con los padrastros. Sobre qué relación tiene mayor relevancia en el bienestar del hijo, surgen dos ideas (Jensen, Shafer, y Holmes, 2017):

1. La primacía biológica, que dice que la relación con los padres biológicos es más importante, ya sean o no residentes.
2. La primacía residencial, que dice que es más importante la relación del hijo con los padres o padrastros con los que reside.

Jensen, Shafer y Holmes (2017) encontraron que, al contrario que la primacía biológica, la residencial conseguía reducir el estrés de los hijos, y que la figura del padrastro (o madrastra) influía más en el nivel de estrés comparado con la influencia que podía tener la relación que del hijo con el padre biológico no residente, reforzando la idea de primacía residencial.

3. Definición de un programa de prevención.

Los programas de prevención o educativos de familias reconstituidas no han sido muy estudiados, Gelatt, Adler-Baeder y Seeley (2010) evidenciaron con una búsqueda que, empíricamente evaluados, sólo había 11 estudios en los últimos 20 años, y 3 de ellos no fueron publicados. Por este motivo, el presente trabajo tiene como objetivo definir un programa de prevención propio para familias reconstituidas.

Para este programa de prevención, se ha usado como fundamentación teórica el modelo cognitivo-social de Bandura (1977). De acuerdo con esta teoría, cualquier cambio en la creencia de la capacidad para poder ejecutar con éxito un comportamiento determinado, ayudará a la ejecución de este comportamiento, y a su mantenimiento. El conocimiento mejorado, la autoeficacia, la motivación y la práctica refuerzan el aprendizaje imitativo y vicario (Pidd, 2004), por esta razón se usa en este programa diferentes vídeos donde se pueden ver el uso de varias estrategias que favorecen el buen funcionamiento familiar.

3.1 Programa de autoadministración.

El programa de prevención que se está definiendo tiene la intención de auto administrarse por vía online, es decir, que sea el propio usuario el que se lo administre, este tipo de recursos son conocidos como E-training. Se ha descubierto que los programas de prevención de los nuevos matrimonios son igual de beneficiosos que aquellos programas de prevención que son autoadministrados (Duncan, Steed, y Needham, 2009), como el que se está definiendo aquí.

Aun así, los programas de autoadministración también tienen ciertas desventajas, como puede ser la falta de motivación a la hora de administrártelo y la falta de contacto social que se tendría en un grupo terapéutico, ya que en este caso está solo el usuario, con los miembros de su familia. También hay desventajas materiales, como la necesidad de acceso a un ordenador (Gelatt, Adler-Baeder y Seeley, 2010).

Por el contrario, hay una gran cantidad de ventajas que demuestran la utilidad de estos programas y que mitigan el efecto de las desventajas. Hoy en día el acceso a internet y a un ordenador es relativamente sencillo, por este motivo ha habido una proliferación de programas e-training (Torres et al, 2015). Además, la falta de contacto social, lo cual puede ser visto como

una desventaja, se puede ver reducida por recepción de información, ya que los programas online posibilitan a los usuarios el poder compartir las vivencias con otros usuarios que se encuentran en una situación similar a través del programa de prevención (Plantin y Daneback, 2009). También hay que tener en cuenta que, en los programas de prevención grupales, como puede ser el programa de enriquecimiento de familias reconstituidas de Michaels (2006), solo asisten la pareja de adultos, mientras que en un programa de prevención online puede participar toda la familia en sus dinámicas, lo que favorece el buen ajuste de los hijos, ya que quedan involucrados en las dinámicas familiares (Shapiro, 2014).

Un programa online de autoadministración puede tener la ventaja de que es más accesible a las familias reconstituidas, pues no requiere del esfuerzo de desplazarse a la terapia en grupo, además puede que sea menos estigmatizador para algunas personas, que no quieren que se les relacione con los procesos terapéuticos. Por esta razón, el objetivo es definir un programa de prevención para familias reconstituidas, que sea de autoadministración, por vía online.

3.2 Audiencia.

A la hora de definir un programa de intervención, hay que tener en cuenta hacia qué público va dirigido. Claramente el programa se enfoca en las familias reconstituidas, Papernow (1993) encontró que las familias reconstituidas necesitan de 4 a 12 años para estar completamente integradas en la nueva unidad familiar. Las relaciones maritales, las relaciones entre los propios miembros de la familia reconstituida, las relaciones entre el padre biológico (madre o padre) y el hijo y la cohesión familiar no tardan en verse deteriorados en el comienzo de la familia reconstituida. Lo ideal sería que el nuevo matrimonio no tuviese más de tres años de longevidad a la hora de realizar el programa, como propuso Michaels (2006) en un programa de enriquecimiento de las familias reconstituidas.

El programa por definir es un programa preventivo, es decir, el objetivo es reducir los conflictos y el estrés que acarrea la formación de una familia reconstituida, reduciendo o previniendo problemas mentales en poblaciones de alto riesgo (Coie et al., 1993, citado en el artículo de Michaels, 2006). Una rápida intervención ayuda a prevenir el deterioro de la familia reconstituida, los tres primeros años de la pareja son los más vulnerables (Papernow, 1993), por lo que sería ideal que la intervención se realizase durante los tres primeros años de la relación.

3.3 Descripción y contenido de las sesiones.

El programa de prevención consta de dos módulos, que se componen de diferentes actividades. El primer módulo trata de conocer dinámicas familiares que fomenten el fortalecimiento de las relaciones dentro de la familia reconstituida, mientras que el segundo módulo se centra en la búsqueda de dinámicas, ya sean integradoras o disruptivas, típicas de este tipo de estructura familiar, como propone Pérez (2018).

Los módulos se componen de actividades donde se visualiza un vídeo, como ocurre en diferentes programas de prevención on-line (Pérez, 2018; Gelatt, Adler-Baeder y Seeley, 2010). En el programa de prevención aparece un menú con los módulos y sus respectivas actividades, donde la familia puede escoger la que más le convenga en el momento, aun así, se sugerirá un orden a seguir. Tras la selección de la sesión, se reproduce el vídeo con una dramatización de una situación familiar (el vídeo estará relacionado con la actividad específica), y en un momento del vídeo, como proponen Gelatt, Adler-Baeder y Seeley (2010), la imagen se congela, y aparece en pantalla una pregunta con tres alternativas diferentes, donde en cada alternativa se llevan a cabo situaciones diferentes, solo una es la correcta, basado en el conocimiento empírico que se tiene sobre las familias reconstituidas. Cada una de las tres opciones tiene un final del vídeo diferente, aunque es obligatorio visualizar los tres finales, ya que cada una tiene una enseñanza clave sobre el tema de la sesión, estas enseñanzas se enfocan en el éxito de la pareja y de las dinámicas familiares.

Tras la visualización de cada final, los miembros de la familia que aparecen en el vídeo cuentan su perspectiva de la situación, cómo han sido sus vivencias, y cómo se han sentido (Gelatt, Adler-Baeder y Seeley, 2010). Los miembros de la familia que están usando el programa podrán dar su opinión de la situación, y cómo se han sentido ellos viendo las imágenes, consiguiendo verbalizar los sentimientos y pudiendo asociarlos a las situaciones específicas del vídeo, o contando situaciones personales de la familia.

En el último paso de la sesión, aparecen en la pantalla una serie de preguntas orientadas a ver si los usuarios del programa han entendido bien la situación y la enseñanza que se intentaba transmitir, donde pueden comparar su respuesta con la que la pantalla provee (Gelatt, Adler-Baeder y Seeley, 2010). Además, podría ser posible añadir a las preguntas, una serie de viñetas adicionales, donde se escenifica una escena relacionada con la pregunta, y al pulsar la imagen se puede leer la explicación con la enseñanza adecuada.

Este programa de prevención consta de doce actividades, divididas en dos módulos. Cada una presenta su propio vídeo con las diferentes enseñanzas y estrategias que pretende impartir, algunas de las actividades son sacadas del modelo de programa de prevención diseñado por Pérez (2018).

Módulo 1:

- 1 Conociendo la familia reconstituida.
- 2 Ejercer de forma exitosa como madrastra.
- 3 Ejercer de forma exitosa como padrastro.
- 4 La importancia de la nueva pareja.
- 5 Yo puedo fortalecer la relación de pareja y familia.
- 6 Pruébate.

La actividad 1 consiste en normalizar este tipo de estructura familiar, haciendo que la familia conozca los diferentes retos que tienen que asumir en las dinámicas familiares para reconstituir la nueva familia, y puedan reflexionar sobre sus inquietudes.

La actividad 2 y 3 se enfocan en el rol papel de madrastra y de padrastros ya que son dos fuentes importantes de estrés en las familias reconstituidas (Sweeney, 2010). El vídeo que visualizan ayuda a reflexionar qué conductas pueden favorecer la relación familiar, enfatizando en la flexibilidad en los papeles del padrastro, y de la madre, que como ya hemos visto, es un factor de protección frente al estrés.

La actividad 4 nos muestra un vídeo que se centra principalmente en dar a conocer estrategias para el funcionamiento de la nueva relación de pareja, y como propone Pérez (2018), enfatizando en que las antiguas relaciones de pareja se quedan formando un marco referencial, que va a favorecer o condicionar nuestra nueva relación de pareja.

La Actividad 5 implica el desarrollo de un compromiso. Cada miembro puede hacer una lista con diferentes actividades que pueda realizar toda la familia junta, de manera que se elija una actividad que pueda enganchar a toda la familia, y lo convertirá en una tradición que toda la familia hace junta (ej. ir los viernes a la bolera).

Actividad 6, consiste en una breve prueba de verdadero o falso a desarrollar, que facilitaría a los usuarios conocer el grado de aprovechamiento del programa (Pérez, 2018). Los

usuarios sabrían si están aprovechando las pautas y estrategias a seguir que les están proporcionando y que facilitan las dinámicas familiares.

Modulo 2:

- 1- La vivencia de los hijos.
- 2- Mantener la Buena relación con los hijos.
- 3- Tus hijos y mis hijos: ¿Relaciones imposibles?
- 4- Favorecer la relación con el padrastro y la madrastra.
- 5- Nuestra identidad familiar.
- 6- Lo que es verdaderamente importante.

En la Actividad 1, Es muy importante involucrar al hijo en las dinámicas familiares, como dijo Michaels (2006), por esta razón, el vídeo desarrollaría la idea de que, en una familia reconstituida, cada hijo es diferente, y vive de una manera particular la constitución de la nueva familia, con una serie de emociones y percepciones sobre esta experiencia.

La Actividad 2, tal como hemos visto, las diadas padres-hijos son muy importantes para el buen ajuste del hijo (Hetherington, 1999), por lo que en esta actividad se busca la reflexión de posibles estrategias que favorezcan la buena relación con los vástagos, y que puedan llevar a un patrón de familia inclusivo, como propuso Jensen (2017).

Las Actividades 3 y 4, como propuso Pérez (2018) en su programa de prevención, estarían enfocadas al análisis de la relación entre los vástagos de una relación pasada de cada miembro adulto de la nueva pareja. Se reproduciría un video que señalaría diferentes situaciones donde los diferentes hijos interactúan entre ellos, y se pueda reflexionar con que dinámicas y estrategias sería más adaptativa y positiva la relación.

La Actividad 5, busca trabajar con la identidad familiar (Pérez, 2018). Papernow (1993) sugirió que se tarda de 4 a 12 años en sentirse totalmente integrado en la nueva estructura familiar, por lo que en esta actividad se buscan estrategias y dinámicas que fomenten la identidad familiar.

En la Actividad 6, se podría desarrollar un cuestionario de verdadero o falso, como en el módulo 1, con el fin de reforzar las estrategias y dinámicas de los que ha tratado el módulo,

para reforzar la identidad familiar, y que todos los miembros de la familia, como los hijos se sientan integrados y tengan buenas dinámicas de relación.

4. Conclusiones.

Una de las principales fuentes de estrés parental es el restablecimiento de roles dentro de la familia reconstituida, los diferentes papeles que adoptan los miembros de la familia afectan a la interacción familiar y pueden causar estrés parental, pero especial relevancia tiene la relación y el papel que va a establecer el padrastro o madrastra con el vástago de su pareja, ya que va a repercutir en el desarrollo y el buen ajuste del hijo, y también en la relación marital de los padres (White y Booth, 1985).

Los estudios (Kelly, 1992, 1995) han demostrado que una de las principales fuentes de protección contra el estrés parental es la flexibilidad familiar, es decir, la flexibilidad que hay en las interacciones familiares. Esta flexibilidad, factor de protección contra el estrés, puede ser una clave importante en los diferentes patrones de relación más efectivos que adoptan los padrastrros.

Los diferentes estudios entran en conflicto en cuanto a los comportamientos y papeles que son más efectivos en la relación de los padres o madres con sus hijastros, centrándose en diferentes variables o aspectos. Lo que sí se puede sacar en claro es que, en estos patrones que los estudios marcan como los más efectivos a la hora de relacionarse con los hijos de la pareja, es que se pueden considerar flexibles y afectuosos. Hetherington (1993) descubrió que el control y la disciplina, aspectos contrarios a la flexibilidad, provocan rechazo en los hijos preadolescentes, dificultando la relación con sus padrastrros. Por esta razón sería relevante añadir e incentivar que los programas de intervención se centren en la flexibilidad, el respeto y la calidez de los miembros de la familia reconstituida.

La flexibilidad es positiva, sobre todo en las primeras fases de la reconstitución familiar, pero mostrarse demasiado flexible, en cuanto a normas y disciplina puede acabar derivando en una relación amistosa más que en una relación padrastro-hijo (Fellmann y Freire, 2003). En conclusión, tener comportamientos y actitudes flexibles posibilita el buen funcionamiento familiar, pero no por ello hay que pecar de flexibilidad. Los programas de prevención pueden promover actividades que favorezcan la flexibilidad de los miembros, por ejemplo, proponer actividades familiares, donde los miembros de la familia proponen iniciativas e ideas, y van

negociando y cediendo para que todos los miembros se sientan escuchados, pero, sobre todo, incluidos en la dinámica familiar.

La flexibilidad y las dinámicas acerca de las creencias no tradicionales sobre género ayudan a reducir el estrés parental en las familias reconstituidas además de facilitar las relaciones maritales de apoyo de forma creativa. La raza, edad, estatus matrimonial y nivel de ingresos de los padres no se relaciona con las creencias tradicionales de rol y de género (Shapiro, 2014). El nivel sociocultural, que podía asociarse a un mayor conocimiento sobre los roles de género, no es significativo respecto a la disminución del estrés parental, por lo que sería conveniente que los programas de prevención incluyan material de creencias de género, sin importar a qué población vaya dirigido.

Las diadas padre-hijo y padrastro-hijastro son muy importantes para el desarrollo de la familia, ambas se pueden favorecer positivamente, y ambas pueden entrar en conflicto; puede el hijo ser reacio a la relación con el padrastro por lealtad a su padre. Unos estudios dan más importancia a una diada que a la otra (Jensen, Shafer, y Holmes, 2017). Por sorprendente que parezca, puede resultar más importante la relación del hijo con el padrastro, en detrimento de su relación con el padre biológico no residente. Los beneficios de la diada padrastro-hijo son muy evidentes, y facilitan la reducción de estrés, por esta razón, puede que la relación con el padrastro, que reside en el núcleo familiar, sea más importante que la del padre biológico. Estos beneficios son la influencia positiva en el ajuste del hijo, como la reducción de estrés parental que pueda sufrir, y la reducción de problemas externalizantes e internalizantes, por ejemplo, el abuso de drogas, problemas académicos y problemas de salud (Fosco, 2017).

Al fin y al cabo, el hijo reside con su padrastro, y tiene muchas más interacciones con él, que con su padre biológico (no residente), es por esta situación, que es mucho más sencillo que la diada padrastro-hijo genere mucho más estrés que la otra, además, el hecho de residir con el padrastro y guardar una relación positiva con él, fomenta los factores de protección, como pueden ser una buena transición de padres e hijos hacia una familia binuclear (Whitsett & Land, 1992), o la evitación de consecuencias negativas sobre la salud mental, que están ligadas al hecho de pertenecer a una familia reconstituida (Shapiro & Stewart, 2012). Esto facilita el ajuste a la nueva vida familiar, además, la reducción de estrés en los hijos ocasiona una parentalidad más efectiva y cálida, y el funcionamiento de la familia, incluido los hijos, sea ostensiblemente mejor (Ponnet et al, 2013).

No obstante, hay que remarcar que para que la relación padrastro-hijo funcione, un factor muy importante es la relación padre-hijo, pues, aunque no genere tanto estrés como la diada padrastro-hijo, es la clave para que esta diada tenga éxito, ya que una de las situaciones que favorecen que el hijo mantenga una buena relación con su padrastro es que el padre biológico no residente continúe activamente involucrado en la vida de su hijo (Amato, King, y Thorsen 2016). Por ésta razón, el programa de prevención que se propone, tiene en cuenta la primacía de residencia, es decir, se centra en ambas relaciones con el padre biológico no residente, pero principalmente con el padrastro residente, pues los beneficios que puede traer al hijo son mayores que los que traería centrarse en la relación con el padre biológico no residente, pero no solo por los beneficios, sino también por los factores de riesgo, ya que la diada padrastro-hijo puede llegar a generar mucho más estrés, y es conveniente que esta diada tenga éxito. También hay que añadir que no se puede descuidar la relación con el padre biológico, porque, aunque en menor medida, también genera estrés, pero, sobre todo, juega un papel clave en la relación de su hijo con el padrastro.

Una de las limitaciones con las que me he encontrado es que no hay casi ningún estudio longitudinal que indague sobre las consecuencias negativas de una mala relación con el padre biológico. A corto plazo, se sabe que es un factor de estrés importante, pero sería muy relevante que las próximas investigaciones se intente estudiar las consecuencias a largo plazo de una mala relación paterno filial, de esta manera, si resulta que no tiene consecuencias muy significativas, se podría concluir que definitivamente la relación con el padrastro es la que tiene una mayor importancia.

Uno de los objetivos del trabajo era identificar los factores de estrés, y qué factores de protección pueden ayudar. Tras la revisión bibliográfica parece importante que las principales fuentes de estrés son las creencias de género, los roles parentales, y el ajuste marital, que también coinciden como principales factores de protección de las familias reconstituidas. Estas variables son dos caras de una misma moneda, por lo que pueden ser los principales objetivos en las intervenciones, ya que permitiría reducir el estrés que sufren los miembros de la familia reconstituida, pero también daría lugar a tener factores de protección para afrontar y superar los próximos retos que tienen por delante, sin tener tanto riesgo a sufrir estrés parental. Después de estas variables clave, se puede ir centrando la intervención en variables más concretas, que son igual de importantes que las otras, pero que seguramente ya no sean vividas con tanto temor por los miembros de la familia reconstituida, pues tienen las herramientas suficientes para superarlas.

Otro de los objetivos del trabajo era definir un programa de prevención para las familias reconstituidas. Como se ha visto, este tipo de familias tienen gran cantidad de factores de riesgo y de generadores de estrés, por eso es muy relevante definir y crear programas de prevención que les ayuden a superar los retos que van a tener que afrontar, si se realiza un buen trabajo, todos los factores de riesgo pueden convertirse en factores de protección, si se genera una buena relación, el menor amplía su red relacional y aumenta sus fuentes de apoyo. Una de las claves para definir el programa de prevención es que fuese de utilidad, y que todos los miembros de la familia estuviesen involucrados, por eso el programa es online, porque eso ayuda a la inclusión de los hijos, que pueden participar en las sesiones, al contrario que en las terapias grupales, donde suelen participar sólo los dos adultos que forman la pareja, esto es una ventaja y un factor de protección, ya que favorece el buen ajuste y la inclusión familiar. Otras de las limitaciones que tienen los programas presenciales, y por lo que he considerado elegir este formato, es la falta de accesibilidad y de comodidad, puesto que hay que desplazarse y a veces hay incompatibilidad de horarios, en cambio, los programas de prevención online son mucho más accesibles, pues están a un solo clic, y se pueden realizar cuando la familia tenga tiempo.

Encontrar programas de prevención autoadministrados a través de internet es muy difícil, pues son bastante escasos. En la actualidad, donde la mayoría de las cosas son digitales, sería muy relevante definir más programas de prevención online, o tal vez, adaptar programas de intervención en programas online.

Una de las principales limitaciones de los programas de prevención online es que, al contrario que las terapias grupales, no favorece la construcción de una red de apoyo. Las familias reconstituidas suelen carecer de una red de apoyos estable, que les ayuden en la reconstitución de la familia (Fine, Coleman y Ganong, 1999), por esta razón, una de las principales ventajas que tienen las terapias grupales es, que el propio grupo sirve como red de apoyo, ya que todos están pasando por la misma situación. Para paliar esto, una posible solución es que los programas de prevención online tengan habilitado un foro donde los usuarios puedan comentar sus inquietudes o dudas con otros internautas, de manera que se vaya tejiendo de forma online la red de apoyo digital.

Por todas estas razones es muy importantes continuar con la investigación sobre las familias reconstituidas y el desarrollo de programas dedicados a estas familias. No sólo son un tipo de estructura familiar cada vez más común en esta sociedad, si no que tienen un gran número de retos por afrontar, por eso es conveniente continuar la investigación para poder

detectarlos, y poder relacionarlos con programas de intervención con el objetivo de proporcionar apoyo, una de las ventajas principales de los programas presenciales es que al ser en grupo, este actúa de red de apoyo, y favorece el contacto social de las familias reconstituidas, que reciben feedback y pueden escuchar experiencias similares a las suyas (Gelatt, Adler-Baeder, y Seeley, 2010), por eso, sería muy útil que próximas investigaciones se centren en desarrollar programas mixtos, ya que ambos tienen ventajas que no tiene el otro. Es muy relevante que la investigación no se quede solo en la superficie, es decir, en la relación de la nueva pareja, como la mayoría de las investigaciones, o en la relación del hijo con el padrastro, como en las investigaciones más actuales, sino que se debería profundizar en todas y cada una de las interacciones dentro de la unidad familiar, ya que todas se ven afectadas por la reconstitución de la familia, y no hay muchos estudios de cómo afecta a la relación de la madre o el padre residente con su hijo, o de la posible relación de los hijastros, en el caso de que cada miembro de la nueva pareja aporte un hijo. Por último, añadir la utilidad y relevancia que tendrían más estudios longitudinales para observar las consecuencias a largo plazo que tienen las variables, o los programas de prevención, en las familias reconstituidas, porque esto nos podría aportar conocimiento relevante sobre la evolución de los factores de riesgo y protección, y qué enfoques terapéuticos son más efectivos en este tipo de familias, las familias reconstituidas.

5. Referencias.

- Amato, P. R., King, V., & Thorsen, M. L. (2016). Parent–child relationships in stepfather families and adolescent adjustment: A latent class analysis. *Journal of marriage and family*, 78(2), 482-497.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191–215.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monograph*, 4(1), 1-103.
- Berry, J.O., & Jones, W.H. (1995). The parental stress scale: Initial psychometric evidence (La escala de estrés parental: Evidencia psicométrica inicial). *Journal of Social and Personal Relationships*, 12, 463– 472.
- Booth, A., & Dunn, J. (1994). Stepfamilies: Who benefits. *Who does not*, 81-88.
- Bray, J. H. (1999). From marriage to remarriage and beyond: Findings from the developmental issues in stepfamilies research project. In E. M. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage: A risk and resiliency perspective* (pp. 253-273). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Braithwaite, D.O. & Baxter, L.A. (2006) ‘You’re my parent but you’re not’: dialectical tensions in stepchildren’s perceptions about communicating with the nonresidential parent. *Journal of Applied Communication Research*, 34 (1), 30–48.
- Brown, S. L., & Manning, W. D. (2009). Family boundary ambiguity and the measurement of family structure: The significance of cohabitation. *Demography*, 46(1), 85-101
- Canton Duarte, J., Justicia Díaz, M.D. y Cortes Arboleda, M.R. (2000). Nuevas nupcias y desarrollo de los hijos. En: J. Cantón Duarte, M.R. Cortés Arboleda y M.D. Justicia Díaz, MD. *Conflictos matrimoniales, divorcio y desarrollo de los hijos*. Madrid: Pirámide.
- Crosbie-Burnett, M., & Giles-Sims, J. (1994). Adolescent adjustment and stepparenting styles. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 43(4), 394-399.

- Deater-Deckard, K. (1998). Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5(3), 314–332. doi:10.1111/j.1468-2850.1998.tb00152.x
- Doodson, L. J. (2014). Understanding the factors related to stepmother anxiety: A qualitative approach. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55(8), 645-667
- Duncan, S. F., Steed, A., & Needham, C. M. (2009). A comparison evaluation study of web-based and traditional marriage and relationship education. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 8, 162–180.
- Fellmann, I. E., & Freire, A. G. M. (2003). Familias reconstituidas: Un estudio sobre las nuevas estructuras familiares. *Clínica y salud*, 14(3), 301-332.
- Fine, M., Coleman, M., & Ganong, L. (1999). A social constructionist multi-method approach to understanding the stepparent role. In E. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage: A risk and resiliency perspective* (pp. 273–294). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Fine, M. A., & Schwebel, A. I. (1992). Stepparent stress: A cognitive perspective. *Journal of Divorce & Remarriage*, 17,1–16. doi:10.1300/J087v17n01_01.
- Fitzpatrick, M.A. y Vangelisti, A. (1995). *Explaining family interactions*. London: Sage Publications, Inc.
- Ganong, L.H., & Coleman, M. (2004). *Stepfamily relationships: Development, dynamics, and interventions*. New York, NY: Kluwer Academic/ Plenum Publishers.
- Gelatt, V. A., Adler-Baeder, F., & Seeley, J. R. (2010). An interactive web-based program for stepfamilies: Development and evaluation of efficacy. *Family Relations*, 59(5), 572-586.
- Gorell Barnes, G., Thompson, P., Daniel, G. y Burchardt, N. (1998). *Growing up in stepfamilies*. Oxford: Clarendon.
- Gosselin, J. (2010). Individual and family factors related to psychosocial adjustment in stepmother families with adolescents. *Journal of Divorce & Remarriage*, 51, 108–123. doi:10.1080/10502550903455174.

- Guajardo, N. R., Snyder, G., & Petersen, R. (2009). Relationships among parenting practices, parental stress, child behaviour, and children's social-cognitive development. *Infant and Child Development, 18*, 37–60. doi:10.1002/icd.578.
- Hetherington, E. M. (1993). An overview of the virginia longitudinal study of divorce and remarriage with a focus on early adolescence. *Journal of Family Psychology, 7*(1), 39-56.
- Hetherington, E. M. (1999). Family functioning and the adjustment of adolescent siblings in diverse types of families. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 1*-25.
- Hetherington, E. M., Bridges, M., & Insabella, G. M. (1998). What matters? What does not? Five perspectives on the association between marital transitions and children's adjustment. *American psychologist, 53*(2), 167.
- Hetherington, E. M., & Clingempeel, W. G. (1992). Coping with marital transitions: A family systems perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 57*, 1-14.
- Hetherington, E. M., & Kelly, J. (2002). *For better or for worse: Divorce reconsidered*. New York: Norton.
- Instituto Nacional de Estadística. (2013, 12 diciembre). Censos de Población y Viviendas 2011 Datos detallados [Conjunto de datos]. Recuperado de <https://www.ine.es/prensa/np824.pdf>
- Jensen, T. M., & Shafer, K. (2013). Stepfamily functioning and closeness: Children's views on second marriages and stepfather relationships. *Social Work, 58*(2), 127-136.
- Jensen, T. M., Shafer, K., & Holmes, E. K. (2017). Transitioning to stepfamily life: The influence of closeness with biological parents and stepparents on children's stress. *Child & Family Social Work, 22*(1), 275-286.
- Jensen, T. M., & Lippold, M. A. (2018). Patterns of stepfamily relationship quality and adolescents' short-term and long-term adjustment. *Journal of family psychology, 32*(8), 1130.
- Jensen, T. M. (2017). Constellations of dyadic relationship quality in stepfamilies: A factor mixture model. *Journal of Family Psychology, 31*(8), 1051.

- Kelley, P. (1992, December). Healthy stepfamily functioning. *Families in Society: The Journal of Contemporary Human Services*, 579-587.
- Kelley, P. (1995). *Developing healthy stepfamilies: Twenty families tell their stories*. New York: Haworth Press
- King, V. (2006) The antecedents and consequences of adolescents' relationships with stepfathers and nonresident fathers. *Journal of Marriage and the Family*, 68 (4), 910–928.
- Kreider R, Ellis R. Living arrangements of children: 2009. Washington, DC: U.S. Census Bureau; 2011.
- Lachance-Grzela, M., & Bouchard, G. (2010). Why do women do the lion's share of housework? A decade of research. *Sex Roles*, 63, 767–780. doi:10.1007/s11199-010-9797-z.
- Le Gall, M.; Martin, C. (1993). Transitions familiales, logiques de recomposition et modes de régulation conjugale. En M.Th. Meulders-Klein.; I. Théry. (dir.). *Les recompositions familiales aujourd'hui*. Paris: Nathan. Págs. 137-158.
- Levin, I. (1994). *El padrastro y el padre*. En *La figura del padre en las familias de las sociedades desarrolladas*. (pp. 169-197). Actas del Simposium Internacional. Las Palmas de Gran Canaria.
- Michaels, M. L. (2006). Factors that contribute to stepfamily success: A qualitative analysis. *Journal of Divorce & Remarriage*, 44(3-4), 53-66.
- Michaels, M. L. (2006). Stepfamily enrichment program: A preventive intervention for remarried couples. *The Journal for Specialists in Group Work*, 31(2), 135-152.
- Michaels, M. L. (2006). Stepfamily enrichment program: A preventive intervention for remarried couples. *The Journal for Specialists in Group Work*, 31(2), 135-152.
- Nielsen, L. (1999). Stepmothers: Why so much stress? A review of the research. *Journal of Divorce and Remarriage*, 30, 115–148. doi:10.1300/J087v30n01_08.
- Oyserman, D., Bybee, D., Mowbray, C., & Kahng, S.K. (2006). Parenting self-construals of mothers with a serious mental illness: Efficacy, burden, and personal growth. *Journal of Applied Social Psychology*, 34, 2503–2523. doi:10.1111/j.1559-1816.2004.tb01989

- Papernow, P. L. (1993). *Becoming a stepfamily*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Papernow, P.L. (2013) *Surviving and Thriving in Stepfamily Relationships: What Works and What Doesn't*. Routledge, New York.
- Pasley, K., Dollahite, D. C., & Ihinger-Tallman, M. (1993). Bridging the gap: Clinical applications of research findings on the spouse and stepparent roles in remarriage. *Family Relations*, 42, 315-322.
- Pearlin, L.I. (1983). Role strains and personal stress. En: H.B. Kaplan (ed.) *Psychological stress: trends in theory and research*. New York: Academic Press.
- Pérez, B. T. (2018). Un programa on-line como recurso de apoyo para las familias reconstituidas. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 343-350.
- Pidd, K. (2004). The impact of work place support and identity on training transfer: A case study of drug and alcohol safety training in Australia. *International Journal of Training and Development*, 8, 274–288.
- Plantin, L. & Daneback, K. (2009). Parenthood, information and support on Internet. A literature review of research on parents and professional online. *BCM Family practise*, 10 (1), 1-12.
- Ponnet, K., Wouters, E., Mortelmans, D., Pasteels, I., De Backer, C., Van Leeuwen, K. et al. (2013). The influence of mothers' and fathers' parenting stress and depressive symptoms on own and partner's parent-child communication. *Family Process*, 52, 312–324. doi:10.1111/famp.12001.
- Schoen, R., & Canudas-Romo, V. (2006). Timing effects on divorce: 20th century experience in the United States. *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 749-758.
- Shapiro, D. (2014). Stepparents and parenting stress: The roles of gender, marital quality, and views about gender roles. *Family Process*, 53(1), 97-108.
- Shapiro, D.N., & Stewart, A.J. (2011). Parenting stress, perceived child acceptance, and depression in stepmothers and biological mothers. *Family Relations*, 60, 533–544. doi:10.1111/j.1741-3729.2011.00665.x.

- Shapiro, D. N., & Stewart, A. J. (2012). Dyadic support in stepfamilies: Buffering against depressive symptoms among stepparents. *The Journal of Family Psychology*. Advance online publication. doi:10.1037/a0029591.
- Smetana, J. G., Metzger, A., Gettman, D. C., & Campione-Barr, N. (2006). Disclosure and secrecy in adolescent–parent relationships. *Child development*, 77(1), 201-217.
- Steinberg, L. (2001). We know some things: Parent–adolescent relationships in retrospect and prospect. *Journal of research on adolescence*, 11(1), 1-19.
- Sweeney, M.M. (2010). Remarriage and stepfamilies: Strategic sites for family scholarship in the 21st century (Segundos matrimonios y familias ensambladas: Sitios estratégicos para los estudios académicos en el siglo XXI). *Journal of Marriage and Family*, 72, 667–684.
- Théry, I. (1985). La reference à l'intérêt de l'enfant : usage judiciaire et ambiguïté. En O. Bourguignon, J.L. Rallu et I. Théry (eds.) (pp-33-113) *Du divorce et des enfants*. Paris : PUF.
- Torres, A., Suárez, A., Álvarez, M., Padilla, S., Rodríguez, E. & Rodrigo, M. J. (2015). Apoyo parental online. En M.J. Rodrigo (coord.), *Manual práctico de parentalidad positiva* (p. 245-263). Madrid: Editorial Síntesis.
- Townsend, N. (2002). *The package deal: Marriage, work and fatherhood in men's lives*. Philadelphia, PA: Temple University Press.
- Visher, E.B. y Visher, J.S. (1988). *Old loyalties, new ties: therapeutic strategies with stepfamilies*. N.Y. :Brunner/Mazel.
- White, L. K. y Booth, A. (1985). *The quality and stability of remarriages: the role of stepchildren*. *American Sociological Review*, 50: 689-698.
- Whitsett, D. P., & Land, H. M. (1992). Role strain, coping, and marital satisfaction of stepparents. *Families in Society*, 73, 79.