

Artículo de investigación científica y tecnológica

La experiencia de divorcio y la terapia familiar. Miradas diversas¹

The experience of divorce and family therapy. Diverse views

Recibido: 22 de octubre de 2019 / Aceptado: 14 de enero de 2020 / Publicado: 1 de abril de 2020

Forma de citar este artículo en APA:Chaverra Ramírez, E., Restrepo Camargo, Y., y Vergara Arévalo, D. (2020). La experiencia de divorcio y la terapia familiar. Miradas diversas. *Poiesis*, (38), 63-83. DOI: <https://doi.org/10.21501/16920945.3555>

Elisabet Chaverra Ramírez^{*}, Yesenia Restrepo Camargo^{**}, Daniela Vergara Arévalo^{***}

Resumen

El proceso de divorcio es un acontecimiento que involucra a todo el sistema familiar, llegando a experimentar distintas emociones, sentimientos y sucesos que se presentan antes, durante y después del mismo. Así las cosas, se espera, mediante la investigación, identificar las diferentes miradas del sistema familiar y cómo el profesional que se encuentra en el espacio terapéutico atraviesa al proceso de divorcio. Para ello, se implementó un enfoque cualitativo y un método hermenéutico, que permitirán profundizar de forma detallada los hechos y entender las distintas realidades. Finalmente, se logró mostrar cómo se concibe el proceso de divorcio desde la terapia familiar y la vivencia de sus actores; además de generar conocimientos que aporten a la formación profesional y que puedan beneficiar a otras familias.

Palabras clave:

Familia; Proceso de divorcio; Sistema familiar; Terapia familiar.

¹ El presente artículo se deriva del trabajo de grado titulado "Terapia familiar y de pareja (sistémica)", realizado durante el año 2019. Programa de Psicología, Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó. Asesorado por: Alexander Rodríguez Bustamante, profesional en Desarrollo Familiar, Terapeuta familiar, magister en Educación y Desarrollo Humano, doctorando en Educación de la Universidad Pontificia Bolivariana (Medellín-Colombia).

^{*} Estudiante del Programa de Psicología de la Universidad Católica Luis Amigó, Medellín-Colombia. Contacto: elisabet.chaverrara@amigo.edu.co

^{**} Estudiante del Programa de Psicología de la Universidad Católica Luis Amigó, Medellín-Colombia. Contacto: yesenia.restrepoca@amigo.edu.co

^{***} Estudiante del Programa de Psicología de la Universidad Católica Luis Amigó, Medellín-Colombia. Contacto: daniela.vergaraar@amigo.edu.co

Abstract

The divorce process is an occurrence that involves the entire family system, getting to experience different emotions, feelings and issues that occur before, during and after it. In this context and through research, there is the intention to identify the different views of the family system and how the professional in the therapeutic space experiences the divorce process. In order to achieve the set purposes, a qualitative approach and a hermeneutical method were implemented, which will allow to deepen the issues in detail and understand the different realities. Finally, it was possible to evidence how the divorce process is conceived within family therapy and the experience of its actors; besides generating knowledge that contribute to vocational training and that can be of benefit to other families.

Keywords:

Family, Divorce process, Family system, Family therapy.

Introducción

La terapia en sí misma, bajo idea del reconocimiento del sufrimiento y a la vez del poder que tienen las relaciones, emociones y la complejidad del ser, se complementa con la posibilidad de tramitar, trascender, superar, o modificar el malestar vivido en la relación con otros, particularmente esos "otros" considerados partes del mismo ser: la familia (Rodríguez-Bustamante, Pérez Arango, Bedoya Cardona y Herrera Rivera, 2019, p. 91).

El divorcio consiste en la separación de dos personas que se encuentran unidas por aspectos legales, sentimentales y materiales, de tal forma que concluye el vínculo como pareja, lo cual trae consigo, además de aspectos legales, dificultades emocionales y resoluciones de conflictos (Yáñez-Yaben y Comino González, 2012, p. 51), vivenciando tal acontecimiento a través de diferentes etapas y con una experiencia significativa para el sistema familiar, de modo que llega a cada miembro a darle una mirada única. Es el divorcio un fenómeno que ha alcanzado una gran magnitud y que continúa en crecimiento constante, viéndose permeado por las creencias y cambios legales de la época; no siendo más que el desgaste de la relación familiar que no comienza con la ruptura, sino que es producto de los conflictos que la anticipan (Vidal, 2006, p. 1). En ese mismo sentido, Colmenero, (2016) afirma que:

La ruptura matrimonial suele ser la consecuencia de la insatisfacción que tienen uno o ambos cónyuges ante su situación matrimonial. Se producen una serie de acontecimientos que frustran las expectativas que tenía uno o cada uno de los cónyuges, optando por romper los lazos que les unen (p. 117).

Colmenero (2016) expresa que son diversas las situaciones por la que se da la ruptura de un matrimonio, entre ellas la falta de intercambio de afecto, atención, comunicación, escaso manejo del tiempo y espacios, y sin punto de conexión, llevando al fracaso lo planeado en un inicio y disminuyendo el interés por el cónyuge, de tal forma que no se logra establecer el diálogo y la comunicación entre la pareja, optado por la separación de cuerpos, objetos materiales y proyectos de vida, que en un tiempo se tenían en conjunto.

Se puede decir que el proceso de divorcio, no es solo un acontecimiento de ruptura legal y separación de cuerpos, sino que consiste también en otras etapas, como el pre-divorcio y el pos divorcio (Rodríguez Hernández, Ribeiro Ferreira y Jordán, 2009, p. 245), ambos igual de importantes que el momento donde se toma la decisión de la separación definitiva, llegándose a presentar mayores dificultades en la etapa del pos-divorcio, debido a que se debe dar continuidad a un proceso de duelo, el cual, si no es abordado debidamente, puede traer consigo mayor dificultad para superar el divorcio (Pérez, Davins, Valls y Aramburu, 2009, p. 41); también, se encuentran los hijos de por medio, donde los ex cónyuges deben entender que el divorcio es la terminación de la relación de pareja, mas no la separación de la unión familiar o la de padres e hijos (Portafolio, 2005, p. 3); sin

embargo, se crean distintas problemáticas con los hijos a raíz de la separación, como lo es el intento que realiza uno de los padres por limitar y frustrar la relación con el progenitor, dañando el vínculo que padre/madre-hijo tienen, mediante la divulgación de comentarios y acciones falsas e inapropiadas, lográndose evidenciar el síndrome de alienación parental en uno de los padres (De la cruz, 2008, p. 151); de esta manera, uno de los progenitores, a partir de distintos métodos, modifica la conciencia del hijo en contra del otro progenitor (Núñez Mederos, Pérez Cernuda y Castro Peraza, 2017, p. 306).

Se puede considerar que cuando hay hijos de por medio comienzan a jugar factores que involucran no solamente a la pareja, sino también la relación parental que se tiene con los hijos; sin embargo, no todos los casos de divorcio llevan una misma línea de situaciones o problemáticas, logrando clasificar un divorcio de mutuo acuerdo o un divorcio conflictivo (Núñez Mederos, et al., 2017, p. 306); esto lleva a identificar que cada sistema familiar tiene una dinámica única, con creencias, estrategias o metodologías de afrontamiento diferentes, lo cual permite una experiencia significativa y que atraviesa de manera distinta la vida del sistema familiar, siendo esto un reto para la terapia familiar y para el papel del terapeuta.

Las familias que vivencian un proceso de divorcio traen consigo una experiencia de vida, creencias y dinámicas familiares, adyacentes a sus antepasados y formadas en el hogar propio; es por esto que Raies y Manhey (2011) afirman que “es importante que el terapeuta tome en cuenta, al momento de trabajar con estas familias, cuáles son su propia historia y creencias personales respecto a la separación de pareja” (p. 56). Es así como se convierte en responsabilidad del terapeuta tener como eje central la historia de los participantes y sus creencias personales, enmarcadas en la experiencia, siendo fundamental dentro de la terapia no dejar de lado el trabajo individual para lograr orientar a la familia en la búsqueda de concordancia y armonía entre sus opiniones y creencias; buscando con ello fortalecer la comunicación asertiva entre sus integrantes, y lograr que generen nuevos significados frente a su comportamiento y los del núcleo familiar, para la comprensión de las interacciones que desarrollan, haciendo posible la modificación y orientación para favorecer las relaciones parentales/familiares. Así mismo, los significados atribuidos a determinados comportamientos son construidos desde las experiencias y las relaciones directas con las personas que los rodean; de esta manera, dos personas pertenecientes al mismo núcleo familiar pueden tener percepciones muy diferentes frente a la misma circunstancia, atravesadas por las situaciones vividas de cada uno; lo anterior, va en concordancia con la afirmación realizada por Valdés (2007) en la que refiere que “el significado que atribuyen las familias a sus comportamientos como fundamentales para la comprensión de las interacciones y las comunicaciones que se desarrollan entre sus integrantes” (p. 17).

Por tanto, es justo decir que el terapeuta es aquel sujeto que interviene en un momento circunstancial, y que podrá darle giro a distintas problemáticas por las que está atravesando la familia, de tal forma que genera cambios (Bowen, 2016, p. 36), los cuales permiten afrontar el divorcio de manera saludable y amigable, efectuando un duelo y aceptando los retos venideros. De acuerdo a esto, el terapeuta llega a ser una figura clave que atraviesa el proceso de divorcio desde su subjeti-

vidad, impartiendo metodologías que permiten que el sistema familiar transforme así mismo aquella crisis dolorosas o situaciones que no tenían acuerdos; en otras palabras, la familia por medio de la terapia familiar desarrolla competencias para resolver sus propias problemáticas.

Así las cosas, la terapia de familia puede intervenir en cualquiera de las etapas del proceso de divorcio, según lo deseado por el sistema familiar, siendo el fundamento facilitar métodos alternativos de interacción y comunicación, donde “el terapeuta se asocia con la familia con el objetivo de cambiar la organización de la familia de tal modo que la experiencia de sus miembros se modifique” (Bowen, 2016, p. 37), y esto, precisamente en relación con la manera en la que los patrones individuales de cada integrante de la familia influyen en la dinámica familiar, como se reflejan en la terapia; y en cómo, también, la mirada del profesional puede llegar a influir en la perspectiva de la familia sobre el proceso. Para ello, se propone como reto a futuro, para la psicología contemporánea, el hecho de que el terapeuta pueda tener la capacidad de entender las dificultades y el desgaste dentro del proceso terapéutico, como el camino a seguir, y la posibilidad de hallar mayores respuestas para la resolución asertiva del proceso; entendiendo que tanto el conflicto como la resolución de los problemas es permeado por los patrones individuales de cada una de las personas que integran la familia, y estos mismos son llevados tanto a la dinámica familiar como a la terapia. Los autores citados evidencian cómo el proceso de divorcio ha de llevarse en común unión entre el sistema familiar y el sistema terapéutico, lo cual redundaría en una capacidad transformacional en ambos sentidos; la siguiente cita da cuenta de ello.

No todas las personas experimentan el mismo impacto emocional ante la ruptura. La intensidad emocional es distinta en función de una serie de variables como la edad, el sexo, el papel desempeñado en la ruptura -el que deja y el que es dejado, el factor económico, la calidad y duración de la relación mantenida (Bernal Samper y Martín Francisco, 1991, p. 9).

Teniendo en cuenta lo anterior, queda definido que son distintas las variables que pueden incidir en la mirada de cada miembro del sistema familiar respecto al divorcio, donde todo puede variar según quien obtenga la custodia de los hijos, para aquella persona quien toma la decisión de separarse, para aquel al que se le dificulta realizar un duelo al divorcio y entre otras variables que llegan a ser relevantes para los hijos y para aquel terapeuta que se encuentra en la terapia familiar. Por otro lado, se puede pensar que “es normal que en las relaciones románticas exista cierto grado de conflicto” (Flores Galaz, 2011, p. 218), debido a que es un estado que debe atravesar toda pareja, dado que estas permiten llegar a un punto de encuentro cuando de diferencias se trata; a través de ellas se conoce a la otra persona, su pensamiento y hasta qué punto se logra congeniar con el otro. Sin embargo, cuando estas diferencias son irreconciliables y la manera de abordar los problemas no es adecuada, es cuando este realmente se convierte en un serio conflicto para la perduración de la relación o el bienestar psicológico de los involucrados; determinando, de esta manera, que “lo que afecta negativamente a las relaciones no es la presencia de conflicto, sino de patrones disfuncionales que llevan a malas soluciones y a entrapamientos de la relación” (Molina Pavés y Tapia-Villanueva, 2012, p. 116).

Metodología

El enfoque adoptado para este estudio fue el cualitativo, entendiendo este como aquel que retoma la existencia de “múltiples realidades y múltiples conocimientos” (Berenguera Ossó et al., 2014, p. 124), que permitirán la resolución de diversos interrogantes basados en los acontecimientos y experiencias del divorcio, en relación con todos los actores que se ven involucrados en este proceso. En cuanto al método elegido es posible hablar del hermenéutico, el cual “intenta describir y estudiar fenómenos humanos significativos de manera cuidadosa y detallada” (Packer, 2010, p. 3), posibilitando la comprensión de ideas, pensamientos y realidades que serán expuestas mediante la interpretación de los textos; logrando así entender las realidades a partir de distintos contextos y realizando una comprensión detallada del objeto de estudio. La modalidad utilizada es el estado del arte, siendo esta “una manera de crear un nuevo enfoque contextualizado, a partir de documentos existentes” (Londoño, Maldonado y Calderón, 2014, p. 11), siendo sustancial para la investigación, debido a que se debe iniciar con escritos e investigaciones que anteceden al tema a tratar, logrando conocer y comprender perspectivas novedosas, identificadas entre diversas fuentes, como los artículos, libros, tesis, entre otros; permitiendo así una construcción de significados para la comprensión y problematización del objeto de estudio. Finalmente, la estrategia utilizada es la documental, debido a que permite realizar un rastreo bibliográfico para comprender y personificar la información, posibilitando la divulgación y uso del contenido (Dulzaides Iglesias y Molina Gómez, 2004), y efectuando un rastreo y recopilación de aquellos documentos relevantes, o en relación con el objetivo de estudio, los cuales serán rastreados en bases de datos como EBSCOhost, Redalyc.org, Scielo, E-libro, entre otros, llegando a implementar metodologías que abrirán paso a la observación y reflexión sobre una realidad, de tal manera que se posibilita la generación de información, plan de análisis e interpretación de la misma, a través de fichas de contenido textual, cuadros comparativos y tablas que favorecieron la sistematización global de la información, presentándola de manera clara y precisa, donde se logró especificar las fuentes de referencias, las palabras clave de cada artículo encontrado y las categorías, tales como el proceso de divorcio, el sistema familiar, la terapia familiar, las etapas del divorcio y parentalidad, de tal forma que se logran resumir los resultados de dicha búsqueda documental. La figura 1, denominada Arqueo documental, da cuenta e ilustra la cantidad de textos encontrados en cada una de las 10 bases de datos consultadas.

Figura 1. Arqueo documental



Discusión y comentarios

A partir del rastreo bibliográfico se logra la comprensión de tres categorías principales, tales como: proceso de divorcio, terapia familiar y sistema familiar, las cuales llegan a abarcar distintas subcategorías ilustradas en la tabla 1, identificando cuáles son las miradas diversas en la experiencia de divorcio y cómo atraviesa el terapeuta tal acontecimiento significativo. De esta manera, quienes pasan por un proceso de divorcio, alcanzan a experimentar distintas emociones y facetas (Pérez et al., 2009), vivenciadas de forma distinta por cada uno de los miembros del sistema familiar; es así como la reacción de uno de los miembros de la familia logra afectar a todo el sistema (Bowen, 2016, p. 102). Así las cosas, el trabajo de terapia familiar pretende realmente abordar a cada uno de los miembros y lograr que conjuntamente se dé una adecuación a sus nuevos roles, de tal forma que la relación entre el terapeuta y el sistema familiar se alcance, sin ser notorio o forzoso (Laso Ortiz, 2015). En la tabla 1 se realiza un análisis sobre textos y autores que han posibilitado las comprensiones (cambios y permanencias), que sobre el tema se identificaron y que a juicio de las investigadoras fueron fundamentales para la lectura e interpretación de lo hallado en la literatura versus lo analizado desde la realización de las fichas de contenido.

Tabla 1
Categorización a partir de la revisión documental

Ubicación – Categoría (C) /subcategoría (S)	Descripción	Comentario
Pérez, C., Davins, M., Valls, C., y Aramburu, I. (2009). (C): proceso de divorcio	Klein (como se citó en Pérez et al., 2009) "entiende el proceso de duelo como aquella serie de procesos psicológicos que empiezan con la "pérdida" y acaban con la "reintroyección" del "objeto interno" perdido. Es un proceso dinámico que cambia la situación del que ha perdido alguna cosa o ha sufrido una decepción o frustración. Quien ha sufrido la pérdida puede pasar por las fases descritas por Bowlby (1968, 1969) en la separación: protesta, desesperanza y desafección" (p. 40).	Es el divorcio un proceso dinámico que atraviesan todos los miembros del núcleo familiar; el mismo consta de tres etapas: antes, durante y después del mismo, y cada una es atravesada por ciertas fases como la protesta, desesperanza, desafección y acoplamiento.
Rodríguez Hernández, R., Rivero Ferreira, M., y Jordán, C. (2009). (S): post divorcio	"La investigación sobre cómo los hombres y las mujeres se adaptan al divorcio, se hace necesaria, debido a que la separación matrimonial es uno de los aspectos menos estudiados del fenómeno familiar" (p. 241).	El post divorcio es una etapa no muy abordada durante la terapia familiar, a pesar de ser esta una de las fases más importantes dentro de este proceso, debido a que aún se pueden evidenciar todos los síntomas de malestar en el individuo y es el momento donde se debe producir la asimilación de los nuevos roles y la adaptación a la nueva vida. Atravesados por esto y siendo aún más complicado, la familia conformada por padres e hijos, se encuentran inmersos en una nueva dinámica que requiere conservar ciertos roles y abandonar otros, lo que requiere entender este límite y no cruzarlo hacia ningún lado.
Laso Ortiz, E. (2015). (C): terapia familiar	"Además de construir la relación familia-terapeuta de un modo que hoy, a la luz de las ideas narrativas y construccionistas, cabría calificar de autoritario, esta comprensión del ritual parte de un supuesto ya desmentido: que la "mitología familiar" (que podríamos llamar, con más propiedad, "sistema de creencias familiares", Dallos, 1996) es reacia al cambio y que hay que sobrepujarla modificándola "sin que se entere la familia" (p. 23).	La terapia familiar debe ser un espacio donde se propicie el respeto, se dé un trato igualitario y permita la resolución y atención de las objeciones. Es imprescindible entender que los protagonistas son los miembros de la familia y no el terapeuta y, por tanto, la terapia se debe dar al ritmo que la misma sepa sobrellevar, sin imposiciones por parte del terapeuta.

Ubicación – Categoría (C) /subcategoría (S)	Descripción	Comentario
Morgado Camacho, B., y Cairós Cabrera A. (2015). (S): coparentalidad	"Son escasos los estudios que han analizado cómo viven niños y niñas, como protagonistas activos del proceso, la experiencia del divorcio parental" (p.15).	En este aspecto es importante resaltar no solo la figura de los padres, sino el rol de los hijos dentro del proceso, y cómo los mismos se ven afectados. Muchas veces se les omite información, considerando que de esta manera se les protege más, excluyéndolos de un proceso que ellos también deben atravesar y que tal vez al no tener todos los recursos y herramientas con las que cuenta un adulto, se le hace más complejo de asimilar y superar.
Jiménez Arrieta, M., Amarís Macías, M., y Valle Amarís, M. (2012). (C): sistema familiar	"Con el pasar de los años, las familias han sufrido cambios sustanciales no solo en su estructura, sino también, en la redefinición y distribución de sus roles fundamentales a raíz del proceso de modernización y de los cambios sociales, políticos, culturales y demográficos, que afectan e influyen directamente en nuestra sociedad y, por ende, en las familias como el cimiento de esta" (p. 100).	El significante de familia es diferente para cada persona, afectado también por la cultura, el contexto, los cambios sociales, entre otros. Lo anterior ha conllevado a que en la actualidad el divorcio en las familias sea algo más común atribuido a la parte cultural. Es importante para el terapeuta poder entender los significantes de cada miembro familiar con respecto a la misma, de esa manera trabajar de la mano con estas atribuciones y que la terapia tome el rumbo correcto.
Garrido Garduño, A., Reyes Luna, A. G., Torres Velázquez, L. E., y Ortega Silva, P. (2008). (S): relaciones de pareja	"Por un lado, cuando las parejas tienen niñas que les llevan a la búsqueda de una solución al conflicto, estas serán positivas y funcionales desde el punto de vista del desarrollo de la pareja; por otro lado, puede ser que por sus mecanismos de evasión la pareja no resuelva esos conflictos y llegue a separarse" (p. 234).	La pareja es un sistema familiar complejo el cual es diferente en cada caso. Es importante entender que los conflictos son absolutamente normales en todos los casos, los mismos dependen directamente de la resolución que se les dé. La comunicación asertiva tiene que ser una virtud en la pareja para lograr resolver los problemas de manera funcional y en pro del crecimiento de la pareja.

Para una mayor comprensión del rastreo bibliográfico, se presentan tres acápites que logran abarcar, de forma precisa, los hallazgos del arqueo documental, de modo que permiten desarrollar distintas temáticas en relación con la experiencia de divorcio. A efectos de la lectura de los siguientes apartados, se presentan las siguientes nominaciones agrupadas, teniendo en cuenta las categorías y los desarrollos en cada uno de los objetivos; así: i) Factores relevantes en el proceso de divorcio, ii) De la unión, a la separación: el divorcio como una opción, y iii) Terapia, familia y divorcio: una experiencia subjetiva.

Factores relevantes en el proceso de divorcio

El divorcio resulta ser un evento que va más allá de la separación compleja y tediosa ante la ley, llegando a ser "un proceso voluntario, plagado de sentimientos ambivalentes" (Yáñez-Yaben y Comino González, 2012, p. 51), con un impacto significativo en diferentes áreas humanas, teniendo cambios económicos y respuestas psicológicas, debido a su representación simbólica, atravesando en sí por distintas etapas, donde cada una de ellas presenta momentos relevantes para el sistema familiar, de tal forma que cada miembro vivencia múltiples situaciones emocionales, atravesando una línea de diferentes acontecimientos, con consecuencias negativas y positivas, dando lugar a diferentes cambios estructurales y dinámicas en la familia, no siempre afectando de igual manera ni generando los mismos sucesos, debido a que logra incurrir en el proceso de divorcio las causas de la separación, el tipo de sistema familiar y la aceptación o resistencia al cambio.

En este orden de ideas, el proceso de divorcio será enunciado por las autoras a partir de tres etapas: i) pre divorcio, ii) divorcio y iii) pos divorcio, donde en cada uno se reflejan factores relevantes y significativos que involucran a todo el sistema familiar.

Pre divorcio. La intención de separarse no surge sin razón alguna en uno o ambos miembros de la pareja, se requiere una serie de acontecimientos anticipados que generan el deseo de no estar con el otro, sin importar las consecuencias futuras; por tanto “cuando alguno de los miembros de un matrimonio decide tirar la toalla, no sucede de la noche a la mañana. Por lo general se trata de una acumulación lenta de emociones que finalmente desembocan en divorcio” (Ostos, 2015, p. 34); es así como el tomar la decisión de divorciarse no es un hecho repentino, sino que consta de diferentes eventos que generan malestar a la pareja. El hecho de separarse para un matrimonio no es una elección simple, debido a las creencias sociales y religiosas que se tienen del mismo: una unión para toda la vida, por lo que toma más tiempo e intentos por no acabar con el matrimonio, no dejando de lado otros motivos como, lo económico, los hijos, los miedos y la culpa, que aferra a uno de los dos a seguir con la relación.

Además, según las causas y los motivos de la problemática, la pareja intenta buscar salidas distintas al divorcio, evitando afectar la estabilidad y el sistema familiar, siendo crucial en esta etapa el mirar las posibilidades de continuar con el matrimonio, a pesar de que se encuentren en un periodo de discusiones, de modo que son “pocas las parejas que deciden separarse sin mediar un periodo de conflicto previo” (Fariña y Arce, 2006, p. 253); por tanto, no se genera una ruptura inmediata, sino que la anticipan distintos sucesos.

Por consiguiente, a raíz de distintas problemáticas entre la pareja, se empieza apreciar la opción de la separación de cuerpos, como salida a una relación tormentosa, debido a que los conflictos van en aumento, volviéndose habituales, no generando bienestar emocional y siendo más complejos de solucionar para los dos miembros (Cabrera García, Cuervo Ríos, Martínez Castro y Cabrera Campos, 2016, p. 137), no implementando estrategias de solución, distintas a las discusiones, y finalmente la decisión del divorcio termina por involucrar a los hijos y, así mismo, a todo el sistema familiar.

Se nota poca implementación de estrategias de soluciones en la primera etapa del proceso de divorcio, observándose igualmente una baja utilización frente a consultar profesionales expertos en el tema, dado que, después que nace la idea de separarse, solo se logran ver aspectos y características negativas de las relaciones, con pensamientos negativos que finalizan en la ruptura de algo que ha tomado tiempo construir, siendo así esto una desventaja frente a los diferentes sucesos y afectaciones que conlleva realizar un proceso de divorcio (Cabrera García et al., 2016, p. 149). Al terminar la presente etapa, donde puede existir la posibilidad de continuar con la relación de pareja, como también dar ruptura a la unión matrimonial, debido a las diferentes emociones que se llegan a sentir a un mismo tiempo (Ostos, 2015, p. 34), se da inicio a una nueva etapa en el proceso de divorcio, cuando los cónyuges no logran encontrar soluciones beneficiosas ni otra salida que genere bienestar para todo el sistema familiar.

Divorcio. Según los acontecimientos y discusiones, en un inicio, se abre paso a la etapa del divorcio, en el cual se da la ruptura de la relación y separación de cuerpos, ya que se percibe como la mejor opción ante las dificultades. No es conocido como un proceso fácil, con terminación inmediata, definiendo en cada etapa factores relevantes que dan continuidad a un proceso de aceptación, permitiendo a todos los miembros involucrados realizar un cierre apropiado y saludable o

dar continuidad a la problemática, generando problemas psicológicos para la pareja y afectando el proceso de crecimiento y desarrollo de los hijos. La aceptación del divorcio trae consigo distintos sentimientos y emociones que varían de principio a terminación y que perduran de forma diferente en cada caso, puesto que “el fin de la vida matrimonial causa angustia por la pérdida de seguridad que significa y por la vulnerabilidad que desencadena” (De la Cruz, 2008, p. 150), generando en los ex cónyuges sentimientos de frustración y desarraigo, impactando así a toda la familia con repercusiones en todos los ámbitos, debido a su representación y significado.

Por otro lado, Ramón (2008) expresa que las causas del divorcio: “son muchas, de distinta índole, pero en todos los casos es posible observar que en cada uno de los miembros de la pareja existen problemas personales que no han sido asimilados adecuadamente y en su momento” (p. 1). Teniendo en cuenta lo anterior, se plantea que muchos de los problemas no resueltos en la infancia, permiten la creación de imaginarios, ilusiones o creencias que tienen lugar en los pensamientos, para más adelante, de forma inconsciente o consciente, trasladarlos o plasmarlos en la relación de pareja. Tales problemas, son soportables durante un tiempo, pero a largo plazo generan la separación de ambos cónyuges, siendo crucial el conocerse bien antes de realizar una unión de pareja (Garrido Garduño, Reyes Luna, Torres Velásquez y Ortega Silva, 2008, p. 234), y no estableciendo que todo conflicto de pareja es negativo, debido a que, a partir de estos, se implementa el uso de la comunicación y la resolución de conflictos.

Así las cosas, a partir de la separación de los adultos se generan conflictos entre padre/madre-hijo, donde uno de los padres desarraiga al otro de su papel parental, debido a los sentimientos de traición, enojo o frustración que mantiene uno de los dos ex cónyuge; sin embargo, “cuando la pareja en proceso de divorcio tiene hijos, es imposible el divorcio total, ya que el ex cónyuge, de alguna manera, siempre estará presente a través de los hijos” (Ramón, 2008, p. 2), de modo que se formaliza la desunión de pareja y de un matrimonio, pero no las relaciones coparentales y de la conformación de una familia, donde sigue la existencia de unos vínculos que son de importancia para todos los miembros del sistema familiar; sin embargo, puede generar malestar para uno de los ex cónyuges la presencia del otro, de manera que se dificultan las relaciones padres/hijos y entre el subsistema parental, haciendo todo más doloroso y complicado.

A fin de cuentas, es la etapa del divorcio la continuidad a distintas problemáticas que surgen a raíz de la falta de aceptación del proceso y el cambio, a la continuidad de la problemática por ausencia de perdón, que consigue afectar a todo el sistema familiar y estanca los procesos de duelo y cambio.

Pos divorcio. En la presente etapa, el sistema familiar comienza a vivenciar distintas emociones, sentimientos y experiencias a raíz de la separación, dando inicio a distintos acontecimientos que pueden ser positivos o negativos, según el comportamiento y la actitud de los ex cónyuges; es así como “la separación produce en la mayoría de los adultos dos tipos de problemas: el ajuste personal al divorcio, y la adaptación al nuevo y diferente papel de padre divorciado” (Fariña y Arce, 2006, p. 249), enfrentándose a una realidad distinta, en la que vivencian sentimientos desfavorables de angustia, depresión, pérdida de autoestima y estrés, como al mismo tiempo deben asumir nuevos

roles y compromisos, donde uno de los padres es quien tiene la custodia y otro realiza visitas ocasionales, provocando una reducción del tiempo de permanencia con los hijos, lo cual, es una repercusión negativa para ambos, ya que, debido a las sentimientos negativos de uno de los padres, se realiza un intento por limitar y frustrar la relación con el progenitor, dañando el vínculo que padre/madre-hijo tienen, mediante la divulgación de comentarios y acciones falsas e inapropiadas, que generan en el progenitor alejado sentimientos de frustración, desarraigo, angustia y soledad por no tener una familia, siendo esto lo más característico de un síndrome de alienación parental (De la Cruz, 2008, p. 151). Por tanto, “lo que compromete un adecuado funcionamiento de niños y adultos no es el divorcio en sí, sino el nivel de conflicto marital y parental” (Yáñez–Yaben y Comino González, 2012, p. 56), considerando así, realizar un proceso de duelo para aquellas personas que efectúan un divorcio, logrando el perdón hacia el otro o hacia sí mismo, lo cual permitirá una mejor relación próxima por el bienestar de ambos y de los hijos, no entorpeciendo las relaciones padre-hijo.

Por consiguiente, es el perdón un método de intervención ligado al proceso de divorcio, ya que existen sentimientos de rencor y culpa, que no permiten el bienestar psicológico que requiere toda la familia (Yáñez–Yaben, 2013, p. 216); por tanto, el acompañamiento terapéutico se hace necesario, no hablando solamente de la pareja, sino involucrando a todo el sistema familiar; existiendo así el perdón como la alternativa más pertinente y objetiva a los distintos hechos que generaron la ruptura, y creando un equilibrio entre las relaciones parentales.

En este sentido, si la expareja mantiene una relación estable o sana en el post-divorcio, a través del perdón, lograrán un mayor ajuste a la situación de divorcio, obteniendo niveles más bajos de conflicto, apoyo del progenitor y bienestar para los hijos, además de no estar propensos a tener enfermedades físicas o mentales debido al proceso de divorcio; reduciendo así, sentimientos de ira, enojo, rencor u odio, permitiéndose cada uno vivenciar nuevas relaciones de pareja y la tarea de coparentalidad, llegando a integrar al nuevo padrastro y madrastra y tener la capacidad de comprender los nuevos modelos y estructuras familiares (Justicia Díaz, Cortés Arboleda y Cantón Duarte y Cantón Cortés, 2013, p. 258).

La separación de los adultos trae consigo la formación de nuevos modelos familiares, distintos al establecido de madre, padre e hijos, llegando a establecerse familias monoparentales y reconstituidas (Valdés Jiménez, 2003, p. 3), permitiendo así nuevas estructuras y modelos familiares, y encontrándose con madres/padres que viven solos con sus hijos (monoparentales) o en la conformación de familias reconstituidas, donde uno o ambos, de la actual pareja, tienen hijos de su expareja, además se puede encontrar la unión de estas dos personas debido a la muerte de uno de sus ex cónyuges, asumiéndose nuevos roles y responsabilidades.

Es por esto que el divorcio no es la única etapa difícil de abordar; es importante comprender que lo que pasa después de esta, también puede afectar de manera significativa a los integrantes de la familia; por tanto, uno de los aspectos más difíciles cuando se habla del divorcio y de los hijos, es la adaptación al hogar reconstituido y al nuevo significado de familia. En virtud de lo anterior, hay varias condiciones que pueden facilitar la situación, siendo estas la comunicación y relación entre los padres, estableciendo una relación de coparentalidad donde los progenitores son

capaces de interactuar positivamente entre sí, por el bien de todo el sistema familiar, manteniendo un apoyo mutuo donde el objetivo principal es el cuidado de los hijos (Yárnoz-Yaben, 2010, p. 296), haciendo el proceso más fácil y llevadero. También, se hace importante la integración del nuevo grupo parental sin que sea forzada, y ser conscientes de que es un proceso complejo y que cada individuo tiene sus tiempos y sus formas de afrontar la situación.

Es trascendental el apoyo que puede ofrecer la expareja, logrando así una mejor adaptación al divorcio, además genera sentimientos positivos, debido a que el progenitor que sale de casa sigue teniendo el mismo cuidado y compromiso con los hijos, contribuyendo al desarrollo armónico de los menores (Yárnoz-Yaben, 2010, p. 303); además, se logra estar implicados en cada etapa de sus vidas y vivenciando el proceso de divorcio con menos sentimientos de desarraigo y pérdida.

Cabe concluir que, en algún momento se generan insatisfacciones en la relación, afectando a ambos cónyuges, promoviendo una cadena de sucesos que dañan las expectativas propuestas en un inicio para la vida en pareja y en familia; de modo que, se llega a concluir de que la mejor opción es tomar caminos distintos (Colmenero, 2016, p. 117), y consiguiendo, en algunos casos, ser el divorcio la solución adecuada y generar bienestar al sistema familiar, permitiendo a los ex cónyuges seguir creciendo a modo personal, estableciendo nuevos vínculos emocionales que generen sentimientos positivos y de liberación, y por lo cual se logra la continuidad de una familia, donde los padres aceptan sus nuevos roles y permiten, el uno al otro, seguir con una relación de padres e hijos, dejando de afectar el divorcio a los hijos que se encuentran en las relaciones separadas.

De la una unión, a la separación: el divorcio como una opción

Cuando dos personas quieren unirse en matrimonio, ya sea católico, civil o simplemente en unión libre, lo pueden hacer obedeciendo a requisitos relativamente simples, sin ninguna ley que les impida llevar a cabo su alianza; basta con querer estar juntos, tener deseos, metas y sueños en común, o por lo menos, en un país como Colombia, se pueden realizar estas prácticas. Sin embargo, a veces las expectativas de algunas parejas son solo imaginarios que se desvanecen en la realidad de la nueva relación, ya que en un momento determinado o en cualquier etapa de la relación, los cónyuges deciden no continuar su unión, basándose en la suma de experiencias frustrantes, desamor e infelicidad, que han sido el resultado de una relación tormentosa; sin embargo, a pesar de esto, no pueden abandonarse de la misma manera que decidieron unirse como pareja, no pueden separarse solo por el deseo de no querer continuar, debido a que ya hay una convivencia atravesada por asuntos religiosos, legales o morales, que les impide acudir a la separación, de la misma manera con la que se unieron. El hecho de que los cónyuges no quieran seguir en unión convierte el hogar en un espacio donde reina el malestar de quienes lo habitan; en este caso, es posible ver la separación o el divorcio como esa opción de búsqueda de bienestar, pues bien, lo plantean Kitson y Holmes (como se citó en Rodríguez et al., 2009) cuando se refieren a que:

El ajuste pos separación consiste en encontrarse libre de los síntomas de malestar físico y psicológico, tener un sentido de autoestima y haber puesto el matrimonio anterior y a la ex-pareja en una perspectiva tal, que implique que la identidad de la persona no esté nunca más vinculada a ese matrimonio ni a esa persona (p. 244).

Y en este punto, cuando se hace referencia al malestar físico, se puede decir que es el resultado del malestar psicológico, ya que el cuerpo comienza a exteriorizar el estrés y la fatiga; las expresiones del rostro se vuelven más evidentes, el deseo de no querer estar en un lugar se traduce en rechazos y en un lenguaje no verbal que lastima. Es por esto que, debido a las complicaciones y problemáticas sin salida, es necesario manifestar que “ciertamente hay casos en los que el divorcio es un mal necesario y es la solución para acabar con maltratos, carencias y pleitos desgastantes, sobre todo, los que se encuentran afectados por el alcohol, las drogas o la infidelidad” (Rodríguez, 2002, p. 1). Como se ha mencionado anteriormente, no todas las familias atraviesan los mismos procesos de divorcio, estos dependen de factores como, por ejemplo, la conformación de la familia y factores biopsicosociales, que facilitan o no, los procesos de divorcio; además, cuando existen hijos de por medio y cuando los padres deciden tener una nueva pareja; según Justicia Díaz et al. (2013):

Los expertos coinciden en que hay tres condiciones familiares especialmente importantes para la adaptación de los hijos a la nueva situación familiar: ejercicio adecuado de la coparentalidad (los padres comparten la responsabilidad de la crianza), integración del padrastro y ser conscientes de la complejidad estructural del hogar reconstituido (p. 258).

Si bien hay ocasiones en que el divorcio puede convertirse en la mejor opción, esta no deja de ser una decisión difícil para los cónyuges, ya que el proceso de divorcio en sí no es la única situación complicada de abordar; es importante entender que lo que pase después de este, también puede afectar de manera significativa a los integrantes de la familia. Es por esto que uno de los aspectos más delicados cuando se habla del divorcio y de los hijos, es la adaptación al hogar reconstituido, la nueva significación de familia, teniendo en cuenta que hay condiciones que pueden facilitar la situación, siendo estas la buena comunicación y relación entre los padres de crianza, haciendo el proceso más fácil y llevadero; la integración del padrastro, sin que sea forzada; y ser conscientes de que es un proceso complejo y que cada individuo cuenta con tiempos y maneras diferentes de afrontar la situación.

A diferencia de lo anterior, existen familias que experimentan el divorcio de otra manera, tanto los cónyuges como los hijos están de acuerdo en que la familia se separe y que cada uno de los miembros asuma un nuevo rol dentro de la nueva estructura familiar; estos son conscientes de que la mejor manera de tener un bienestar, tanto físico como psicológico, es lograr que sus padres ya no compartan el mismo techo, puesto que “en muchos casos tanto hijos como padres se pueden ver liberados de una convivencia infeliz” (Vallejo Orellana, Sánchez-Barranco y Sánchez-Barranco, 2004, p. 94). Esto permite abordar el proceso de divorcio como una solución positiva frente a las diferencias y falta de conciliación en la familia; en ciertos casos deja de ser un proceso doloroso para convertirse en acto liberador para todas las partes involucradas, pensándose no como el cierre de una etapa ni la destrucción de una familia, sino como el comienzo de un nuevo camino

y el abordaje de la misma desde otra perspectiva, que posibilita que todos los actores implicados consigan por fin la tranquilidad. Cuando se habla de esta última, no quiere decir que los padres abandonen las obligaciones con sus hijos; se habla de tranquilidad, cuando quienes configuraban una pareja poseen tan alto grado de salud mental, que, “en la medida que ambos progenitores sigan implicados en la vida de sus hijos e hijas, éstos vivirán la experiencia del divorcio con menos sentimientos de pérdida y con menor vulnerabilidad ante los cambios” (Morgado Camacho y Cairós Cabrera, 2015, p. 16).

Lo anterior, permite tener una visión más responsable de los acontecimientos, mitigando así el daño que puede traer un proceso de divorcio. Se puede decir que cuando los ex cónyuges asumen de manera responsable continuar con el contacto con sus hijos, siguen siendo garantes del bienestar de los mismos, y vigilan cada uno de sus actos, independientemente de las circunstancias y del tipo de relación que estos tengan; se puede hablar de que, en este proceso de divorcio, la expareja tiene una relación de coparentalidad, la cual se puede definir como “aquella en la que los dos progenitores interaccionan positivamente, cooperan entre sí y mantienen una relación de apoyo mutuo centrada fundamentalmente en la crianza de los hijos e hijas” (Yáñez-Yaben, 2010, p. 296); en este punto del proceso de divorcio, tanto los hijos como los padres se encuentran en un nivel que hace que el proceso de divorcio no se dé de manera tormentosa, aquí se trabaja en pro del beneficio de cada uno de los miembros del sistema familiar; se requiere de una relación sana y constante de los padres con los hijos después de la separación, donde ambos están implicados de forma activa en la vida de los mismos. Además, se requiere de un acuerdo de custodia compartida, lo cual, genera para los padres sentimientos de apoyo, debido a que el progenitor que sale de casa sigue teniendo el mismo cuidado y compromiso con los hijos, contribuyendo al desarrollo armónico de los menores.

A pesar de que finalmente se logre una buena relación entre los integrantes de quienes formaban la anterior familia, con el tiempo, no solo cambia la estructura, también cambian las rutinas, los estilos de vida, los sentimientos y los apegos, como lo mencionan Rodríguez Hernández et al. (2009): “al disminuir este apego, aumentaba la vida social de los divorciados, a la vez que crecía la posibilidad de involucramiento con una nueva pareja; al mismo tiempo, disminuían los conflictos con el antiguo cónyuge” (p. 248), por lo que se podría decir que cuando en una expareja deja de existir ese apego que los vinculaba al antiguo cónyuge, hay más probabilidad de que estos nuevos individuos encuentren un bienestar, eliminando malestares psicológicos y físicos, aumentando su vida social, generando situaciones que les permita reforzar los autos, que probablemente habían desaparecido en ellos, con lo experimentado en la anterior relación, y así, cuando se logra que la expareja mantenga una relación estable o sana en el post-divorcio, a través del perdón, lograrán un mayor ajuste a la situación de divorcio, obteniendo niveles más bajos de conflicto, apoyo del progenitor y bienestar para los hijos. Sumado a lo anterior, se puede mencionar lo que propone Yáñez-Yaben (2013), cuando argumenta que:

El perdón es la percepción más adecuada y equilibrada de la situación, lo cual no sólo contribuye al bienestar psicológico de los progenitores, sino también a experimentar niveles más bajos de conflicto y a que exista una mayor cooperación parental en la crianza de los hijos (p. 216).

Para llegar a este estado de perdón, el proceso de divorcio debe atravesar un sin número de situaciones, en las cuales se ve involucrada la pareja, por sí sola, los hijos (si existen de por medio) y los mismos de manera conjunta, ya que “lo que compromete un adecuado funcionamiento de niños y adultos no es el divorcio en sí, sino el nivel de conflicto marital y parental” (Yárnoz-Yaben y Comino González, 2012, p. 56); cuando se asumen los nuevos roles, la nueva familia logra comprender y aceptar su nueva estructura y su nueva dinámica, es allí cuando el divorcio puede convertirse en la salida, en el fin de los síntomas, del malestar físico y psicológico, y en el comienzo a una nueva vida, sin maltratos y abusos, teniendo en cuenta que cada caso es particular y aislado de otros, dando lugar al divorcio como un suceso que puede permitir la tranquilidad y el bienestar de los ex cónyuges y el equilibrio de la nueva familia.

Terapia, familia y divorcio: una experiencia subjetiva

El proceso de divorcio es un tema complejo de abordar, debido a la subjetividad que comprende el proceso; en ese mismo sentido, es posible decir que la terapia familiar que atraviesa un proceso de divorcio, es en sí misma subjetiva; siendo normal que un cambio tan drástico en la vida genere tantos sentimientos de desestabilización en los integrantes de la familia; una desorientación acompañada de frustración y sentimientos de fracaso, por no lograr mantener la unión familiar que se pretende al casarse o conformar una pareja; sin embargo, el énfasis se debe hacer es en cómo se abordan esos sentimientos y cómo se construye, aún con ellos, el inicio de una nueva vida y la adaptación a los cambios que ello implica. Así lo indican Pérez et al. (2009), cuando refieren que “la sensación de fracaso acostumbra a estar presente al menos en uno de los dos miembros de la pareja, pero muchas veces el propio miembro que decide el divorcio tiene esta sensación” (p. 39). A raíz de esto, es que el acompañamiento terapéutico se vuelve fundamentalmente necesario para la búsqueda del bienestar psicológico de todas las personas que comprenden lo que se denomina “familia”, con la intencionalidad de que se pueda llegar a una comunicación asertiva que no necesariamente implica la permanencia del vínculo conyugal. En esa dirección es que Yárnoz-Yaben (2013) afirma:

La pérdida de la pareja suele ser un acontecimiento traumático, con importantes efectos adversos en el bienestar psicológico de las personas que lo padecen. A pesar de que podría establecerse un cierto paralelismo entre la pérdida de la pareja por muerte (viudedad) y la separación o divorcio, hay indicios de que, debido a la naturaleza de la pérdida, es más difícil adaptarse a la segunda (p. 213).

Teniendo en cuenta lo abordado anteriormente, se puede hablar del divorcio como un duelo interno que atraviesa la persona; la muerte del vínculo de lo que por años o meses se logra construir, adicionando a esto las expectativas puestas en la relación. Pero así mismo, como todo proceso de

duelo, el mismo acaba con la aceptación del dolor, del proceso y de que aquel vínculo que acaba hace parte de su historia, aporta lo que tiene que aportar para la vida, pero que se debe iniciar una adaptación lógica a lo que este cambio implica. En otras palabras, Bowen (2016) manifiesta que “este es el fundamento de la terapia de familia. El terapeuta se asocia con la familia con el objetivo de cambiar la organización de la familia de tal modo que la experiencia de sus miembros se modifique” (p. 37); siendo el terapeuta quien debe facilitarles métodos alternativos de interacción y comunicación que les permitan tener herramientas para esta nueva fase a la que se enfrentan. Cada individuo perteneciente al sistema familiar debe generar un nuevo sentido de sí mismo, de las circunstancias y de las personas a su alrededor; es imprescindible para el terapeuta que los acompaña tener en cuenta todas aquellas experiencias y construcciones positivas que el individuo ha ido construyendo a lo largo de su vida; deben ser su apoyo y permitir, a través de estas, la reestructuración de la experiencia.

La terapia estructural de familia encara el proceso del feedback entre las circunstancias y las personas implicadas—los cambios impuestos por una persona sobre sus circunstancias y la forma en que los feedback en relación con estos cambios afectan su acción posterior -. Una mutación en la posición de una persona en relación con sus circunstancias constituye una modificación de su experiencia (Bowen, 2016, pp. 35-36).

En relación con lo anterior, toda situación puede ser vista desde múltiples perspectivas, dependiendo de la persona que lo vive. Es por tanto que para que la terapia familiar tenga efecto alguno se debe basar también en la vivencia e interpretación de la experiencia desde cada individuo; entonces, si se logra abarcar el pensamiento individual y generar un cambio positivo en el mismo, desde la interpretación asertiva de las circunstancias, es posible modificar la manera en que este individuo afronta todo el proceso y lo que logra transmitir del mismo a las personas que lo rodean. Desde este enfoque, lo que se busca en la terapia familiar es fortalecer la comunicación asertiva entre los integrantes de la familia y lograr que generen nuevos significados frente a su comportamiento y los de su núcleo familiar, para la comprensión de las interacciones que desarrollan. En este mismo sentido, se puede decir que sin comprensión y concientización de estas se hace imposible el pensar en la modificación y orientación para favorecer las relaciones parentales/familiares. Es importante entender, también, que estos significados atribuidos a determinados comportamientos son contruidos desde las experiencias y las relaciones directas con las personas que los rodean; de esta manera, dos personas pertenecientes al mismo núcleo familiar pueden tener percepciones muy diferentes frente a la misma circunstancia, atravesadas por las situaciones vividas de cada uno.

Lo anterior, se puede entender desde la particularidad del caso, en tanto pueden llegar a terapia familias con un tipo de proceso colaborativo o destructivo. En este último el desarrollo de la terapia se torna más complejo, siendo en ocasiones necesario suspender momentáneamente el trabajo de terapia. Esta necesidad de impasse se puede terminar desde qué tan altos se encuentran los indicadores destructivos y cómo se está dando la construcción del sistema de terapia, teniendo que reflejar más avances que retroceso o estancamiento. “Las características de las familias que viven un proceso de divorcio conflictivo, enfrentan al terapeuta replicando las mismas dinámicas

destructivas que han mantenido en el desarrollo del divorcio” (Raies y Manhey, 2011, p. 56). Todas aquellas situaciones y la manera en que la persona las aborde son llevadas a la terapia, y en muchos momentos puestas sobre el terapeuta; con lo anterior, el proceso puede llegar a un punto donde queda atrapado en la dinámica familiar que se está manejando, y tanto como se estanca el proceso, lo hacen también sus integrantes. Y de la misma manera que la terapia se vuelve fundamental, el impasse terapéutico en estos casos se vuelve prudente y necesario para evitar perjudicar la terapia y los avances realizados para con la familia involucrada.

El impasse es producto de una situación generada en terapia que va arraigada a los comportamientos destructivos que está teniendo la familia en el proceso de divorcio; con esto el terapeuta puede evidenciar la falta de herramientas en el núcleo familiar para sobrellevar la situación problemática, enfrentado la carga de incertidumbre y tensión acumulada, que traen consigo los participantes, por diversos factores; entre esos la incompatibilidad de la pareja frente a temas que para el individuo son claramente relevantes e innegociables en esta nueva etapa.

Es importante, sin embargo, mencionar que cuando sucede este impasse, se encuentra atravesado inicialmente por una ruptura terapéutica que da cuenta de que el vínculo terapéutico pudo haber sufrido una afectación, la modalidad del proceso y la ausencia de compromiso por parte de la familia involucrada, la ausencia de logro de las metas establecidas o el retroceso frente a la terapia. En este mismo sentido, es importante tener en cuenta desde el inicio del proceso terapéutico lo relacionado por Raies y Manhey (2011), quienes refieren que “al intervenir con familias que atraviesan un divorcio destructivo es necesario considerar que éstas tienen las características de un sistema con muy baja apertura a la novedad y a nuevas lecturas de la realidad” (p. 57). En relación con lo anterior, Molina Pavez y Tapia-Villanueva (2012) afirman que “muchas de las tensiones que se viven en la relación de pareja se manifiestan en la terapia a través de pautas en las que los miembros actúan posiciones opuestas que son vividas como incompatibles por los miembros de la pareja” (p. 115). Es en este punto donde se vuelve una dificultad la conciliación, y la comunicación asertiva tiende a desaparecer. Es ahí donde se encuentra el reto del profesional.

Y de manera adicional, sin importar el tipo de proceso de divorcio que lleven los integrantes, en una terapia de familia y /o pareja se vuelve fundamental no dejar de lado el trabajo individual. Tal y como lo afirman Raies y Manhey (2011), “es importante que el terapeuta tome en cuenta, al momento de trabajar con estas familias, cuales son su propia historia y creencias personales respecto a la separación de pareja” (p. 56). No se le puede olvidar al terapeuta que antes que pareja son personas y tienen su propia concepción de la vida y de los momentos que la atraviesan; es por esto que se hace indispensable entender el pensamiento de las personas que conforman la familia para poder orientarlos en la búsqueda de concordancia y armonía entre sus opiniones y creencias. Es importante, desde esta idea, entender que las posturas frente a los temas que pueden ser abordados desde un proceso de divorcio deben ser conscientes para que no permeen la terapia con juicios de valor.

Conclusiones

Un proceso de divorcio genera que el sistema familiar atraviese por distintos momentos y eventos que marcan una nueva historia para cada miembro, donde las razones de la ruptura, la adaptación a la nueva vida y el proceso de perdón hacia la expareja, pueden cambiar el curso de la experiencia, de tal forma que, no todas las familias llegan a tener los mismos sentimientos ni problemáticas, siendo de importancia el realizar un proceso de perdón, aunque los adultos ya sean exparejas, logrando una mejor adaptación a la ruptura y favoreciendo la parte psicológica y fisiológica del sistema familiar; no dando terminación a la familia, ni relación padres e hijos, sino a la separación de cuerpos y relación afectiva de la pareja. Se llega a identificar, a través del rastreo teórico, distintos aspectos que muestran que las dificultades del divorcio surgen a partir de las problemáticas de la expareja y los distintos conflictos maritales y parentales (Yáñez-Yaben y Comino González, 2012, p. 56), los cuales no permiten la mejor adaptación durante y después de la ruptura legal; por tanto, el perdón es una de las salidas más pertinentes, vivenciando menos trances y facilitando al sistema familiar que hallan relaciones amigables y de coparentalidad (Yáñez-Yaben, 2013, p. 216), forjando así el bienestar que se requiere y dando fin, de forma completa, a las problemáticas que dieron lugar al divorcio.

Así las cosas, se hace relevante el acompañamiento terapéutico en tal acontecimiento, debido a los conflictos que se llegan a generar en cada etapa del proceso de divorcio, permitiendo que se forje una comunicación asertiva, que ayudará al sistema familiar a manejar y resolver cada conflicto del modo más pertinente y adecuado, teniendo conocimiento el terapeuta de que cada experiencia es diferente, marcada por creencias y conflictos variados, además, de enfocado en la intervención y un tratamiento en conjunto, involucrando así a todo el sistema familiar. De acuerdo con lo abordado en el desarrollo de este trabajo, se pudo evidenciar que el proceso de divorcio es un fenómeno que atraviesa no sólo al sistema familiar, sino que, a su vez, debe estar orientado por un equipo interdisciplinar que intervenga desde su especialidad cada uno de los factores que se ven involucrados en el mismo, ya sean desde el punto de vista jurídico (legal), económico, social, psicológico o religioso; por tal motivo, y debido al incremento de este fenómeno en el ámbito mundial, estos profesionales se ven enfrentados a nuevos retos que exigen mayor preparación y la necesidad de crear nuevas estrategias que les permita tratar cada caso de manera rigurosa y particular, ya que los procesos de divorcio traen consigo problemáticas y actores involucrados que representan cada vez fenómenos totalmente diferentes y más complejos.

Conflicto de intereses

Los autores declaran la inexistencia de conflicto de interés con institución o asociación comercial de cualquier índole.

Referencias

- Berenguera Ossó, A., Fernández de Sanmamed Santos, M. J., Pons Vigúes, M., Pujol Ribera, E., Rodríguez Arjona, D., y Saura Sanjaume, S. (2014). *Escuchar, observar y comprender. Recuperando la narrativa en las Ciencias de la Salud. Aportaciones de la investigación cualitativa*. Barcelona, España: Institución Universitaria de Investigación en Atención Primaria Jordi Gol.
- Bernal Samper, T., y Martín Francisco, M. (1991). Separación y divorcio negociado: un trabajo interdisciplinar. *Anuario de Psicología Jurídica*. Recuperado de <https://journals.copmadrid.org/apj/archivos/1991/Arti7.htm>
- Bowen, M. (2016). *La Terapia Familiar en la Práctica Clínica*. Estados Unidos: Lulu Publishing.
- Cabrera García, V. E., Cuervo Ríos, J. C., Martínez Castro, Z., y Cabrera Campos, M. A. (2016). Estrategias de afrontamiento frente al divorcio en personas de las Fuerzas Militares de Colombia. *Revista Científica General José María Córdova*, 14(17), 135-154. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1900-65862016000100006&script=sci_abstract&lng=es
- Clériga, R. (21 de junio de 2008). La experiencia de la separación. *Suplemento Softnews*, diario Reforma. 14-18
- Colmenero, R. B. (2016). ¿El matrimonio habrá desaparecido en 100 años? matrimonio, divorcio, Rematrimonio. *Anuario Jurídico y Económico Escurialense*, (49), 113-135. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5461250>
- De la Cruz, A. C. (2008). Divorcio destructivo: cuando uno de los padres aleja activamente al otro de la vida de sus hijos. *Diversitas: Perspectivas en psicología*, 4(1) 149-157. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/diver/v4n1/v4n1a13.pdf>
- Dulzaides Iglesias, M. E., y Molina Gómez, A. M. (2004). Análisis documental y de información: dos componentes de un mismo proceso. *ACIMED*, 12(2). Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-94352004000200011
- Fariña, F., y Arce, R. (2006). El papel del psicólogo en caso de separación o divorcio. En J. C. Sierra, E. Jiménez y G. Vuela-Casal (Coords.), *Psicología forense: Manual de técnicas y aplicaciones* (pp. 246-271). Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- Flores Galaz, M. M. (2011). Comunicación y conflicto: ¿Qué tanto impactan en la satisfacción marital? *Acta de Investigación Psicológica*, 1(2), 216-232. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322011000200003&lng=es&tlng=es
- Garrido Garduña, A., Reyes Luna, L., Torres Velásquez, V., y Ortega Silva, S. (2008). Importancia de las expectativas de pareja en la dinámica familiar. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 13(2), 231-238. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29213203>

- Jiménez Arrieta, M., Amarís Macías, M., y Valle Amarís, M. (2012). Afrontamiento en crisis familiares: El caso del divorcio cuando se tienen hijos adolescentes. *Salud Uninorte*, 28(1). Recuperado de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/viewArticle/3900/3702>
- Justicia Díaz, M. D., Cortés Arboleda, M., Cantón Duarte, J., y Cantón Cortés, D. (2013). *Violencia doméstica, divorcio y adaptación psicológica: De la desarmonía familiar al desarrollo de los hijos*. Madrid, España: Pirámide.
- Laso Ortiz, E., (2015). Los rituales terapéuticos familiares: una propuesta teórica en clave emocional. *Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e intervenciones Sociales*, (32), 21-34. Recuperado de <http://www.redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/60>
- Londoño, O., Maldonado, L., y Calderón, L. (2014). *Guía para construir estado del arte en investigación*. Bogotá, Colombia: International Corporation of Networks of Knowledge.
- Molina Pavés, M. E., y Tapia-Villanueva, L. (2012). Temporalidad e incertidumbre en las dinámicas de pareja. *De Familias y Terapias*, (33), 105–120. Recuperado de <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=pbh&AN=94806360&lang=es&site=ehost-live>
- Morgado Camacho, B., y Cairós Cabrera, A. (2015). Aproximación a la experiencia infantil del divorcio parental: Importancia de los apoyos, los contactos con el progenitor No custodio y la calidad de las relaciones familiares. Experiencia infantil del divorcio parental. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, 6(2), 13-29. Recuperado de <http://revistas.lis.ulusiada.pt/index.php/rpca/article/view/2275>
- Núñez Mederos, C., Pérez Cernuda, C., y Castro Peraza, M. (2017). Consecuencias del divorcio-separación en niños de edad escolar y actitudes asumidas por los padres. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 33(3), 296-309. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252017000300003
- Ostos, M. (julio, 2015). El divorcio en México: crónica de un drama social. *Contenido*, (625), 30-37. Recuperado de <https://es.scribd.com/document/339423338/Divorcio-en-Mexico-Cronica-de-Un-Drama-Social>
- Packer, M. (2010). *La investigación hermenéutica en el estudio de la conducta humana*. Cali, Colombia: Universidad del Valle.
- Pérez, C., Davins, M., Valls, C., y Aramburu, I. (2009). El divorcio: una aproximación psicológica. *La Revue de REDIF*, 2, 39-46. Recuperado de https://www.academia.edu/17052010/El_divorcio_una_aproximaci%C3%B3n_psicol%C3%B3gica
- Portafolio. (2005). El ¿tortuoso? camino del divorcio. *Portafolio*. Recuperado de <https://www.portafolio.co/economia/finanzas/tortuoso-camino-divorcio-270244>
- Raies R., y Manhey S. (2011). Terapeutas en el trabajo con familias que viven un proceso de divorcio conflictivo: ¿Cuáles son los principales impasses y cómo podemos enfrentarlos? *De Familias y Terapias*, (30), 53–90.

- Rodríguez, D. (08 de octubre de 2002). *Proyecto familia/ los hijos, víctimas del divorcio*. El Norte. 2.
- Rodríguez-Bustamante, A., Pérez-Arango, D. A., Bedoya-Cardona, L. M., y Herrera-Rivera, O. (2019). Terapia familiar sistémica. Sobre el self del terapeuta. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 11(1), 89-108. Recuperado de [http://revlatinofamilia.ucaldas.edu.co/downloads/Rlef11\(1\)_6.pdf](http://revlatinofamilia.ucaldas.edu.co/downloads/Rlef11(1)_6.pdf)
- Rodríguez Hernández, R., Rivero Ferreira, M., y Jordán, C. (2009). Ajuste psicosocial pos divorcio en adultos: Una revisión de la literatura. *Revista Perspectivas Sociales*, 11(1-2), 239-258. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3651253>
- Valdés, C. (2007). *Familia y desarrollo: Intervenciones en terapia familiar*. México: Manual Moderno.
- Valdés Jiménez, Y. (2003). *Impacto psicológico del divorcio en la mujer. Una nueva visión de un viejo problema*. La Habana, Cuba: CIPS.
- Vallejo, Orellana, R., Sánchez-Barranco, F., y Sánchez-Barranco, P. (octubre-diciembre, 2004). Separación o divorcio: Trastornos psicológicos en los padres y los hijos. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (92), 91-110. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000400006&lng=es&tlng=e
- Vidal, R. (2006). *El niño y las vicisitudes de la separación y/o divorcio*. Recuperado de http://www.paidopsiquiatria.cat/archivos/texto_nino_vicisitudes_divorcio.pdf
- Yárnoz-Yaben, S. (2010). Hacia la coparentalidad post-divorcio: percepción del apoyo de la ex pareja en progenitores divorciados españoles. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 10(2), 295-307. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33712250006&idp=1&cid=11909>
- Yárnoz-Yaben, S. (2013). Perdón y divorcio: una perspectiva clínica. *Clínica Contemporánea*, 4(3), 211-221. Recuperado de <https://www.revistaclinicacontemporanea.org/art/cc2013a17>
- Yárnoz-Yaben, S., y Comino González, P. (2012). Un instrumento para la evaluación del perdón en el ámbito del divorcio y la separación. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 12(1), 49-58. Recuperado de <https://www.ijpsy.com/volumen12/num1/316/un-instrumento-para-la-evaluacin-del-perd-ES.pdf>