

Artículo de revisión

# Separación conyugal, efectos en la salud mental de los hijos<sup>1</sup>

## *Marital separation, effects on children's mental health*

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:

Gómez Sánchez, C., Lopera Vanegas, E. N., y Rodríguez Bustamante, A. (enero-junio, 2020). Separación conyugal, efectos en la salud mental de los hijos. *Poiésis*, (38), 107-129. DOI: <https://doi.org/10.21501/16920945.3557>

Carolina Gómez Sánchez\*, Erika Nathalia Lopera Vanegas\*\*, Alexander Rodríguez Bustamante\*\*\*

### Resumen

El texto desde su *objetivo* esboza y desarrolla la idea sobre los efectos de la separación conyugal en la salud mental de los hijos; una idea que se expone en los distintos apartados del texto. Desde una *metodología* cualitativa, en perspectiva hermenéutica, se plantean diversas voces de autores representativos sobre un tema relevante para toda la sociedad. Dentro de sus principales *hallazgos* se encuentran tres puntos, a modo de retos, para las ciencias sociales y humanas, en clave de la comprensión de lo que significa la separación como alternativa. Primero, se privilegia la salud mental del grupo familiar como estadio de las relaciones significativas que se tejen en cada familia; segundo, potenciar el diálogo y la comunicación entre los adultos será la mejor de las opciones en virtud del nuevo lugar en el que queda la relación parentofamiliar; tercero, el acompañamiento profesional resulta ser un dispositivo que activa nuevas posibilidades para resignificar la pareja y los hijos *-la familia y su mutación-*.

### Palabras clave:

Familia; Matrimonio; Salud mental; Separación conyugal.

<sup>1</sup> 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: [carolina.gomezsa@amigo.edu.co](mailto:carolina.gomezsa@amigo.edu.co) <https://orcid.org/0000-0002-3714-541X>

\*\* Estudiante del Programa de Psicología de la Universidad Católica Luis Amigó, Medellín-Colombia. Contacto: [erika.loperava@amigo.edu.co](mailto:erika.loperava@amigo.edu.co) <https://orcid.org/0000-0002-0776-2126>

\*\*\* Doctorando en Educación de la Universidad Pontificia Bolivariana (Medellín-Colombia). Docente de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó y Coordinador de la Especialización en Terapia Familiar de la misma Universidad, Medellín-Colombia. Contacto: [alexander.rodriguezbu@amigo.edu.co](mailto:alexander.rodriguezbu@amigo.edu.co), <https://orcid.org/0000-0001-6478-1414>

## Abstract

This paper, following its objective, outlines and develops the idea of the effects of marital separation on the mental health of children; an idea that is portrayed on the different sections of the text. Framed in a qualitative methodology in hermeneutical perspective, different voices of emblematic authors are raised on a topic relevant to the entire society. Within the main findings there are three elements, seen as challenges for the social and human sciences and in terms of understanding the implications of separation as an alternative. First, the mental health of the family group is privileged as the stage of the significant relationships that are woven in each family; second, enhancing dialogue and communication between adults emerges as the best option given the new conditions of the parental relationship; Third, professional accompaniment turns out to be an instrument that activates new possibilities to provide new meanings for the couple and the children—the family and their mutation.

## Keywords:

Family; Marriage; Mental health; Marital separation.

# Introducción

*Cuando la estructura externa, es decir la tipología familiar, es modificada, como sucede con la monoparentalidad por divorcio, separación, viudez u otra situación, ello requiere que se establezcan nuevas formas de relacionarse dentro de la familia por encontrarse frente a un suceso desconocido que irrumpe lo familiar (Cataño-Vanegas y Zapata-Serna, 2019, p. 149).*

De acuerdo con el censo realizado en Colombia, en el año 2005, por el Departamento Administrativo Nacional de Estadística -DANE-, el número de personas divorciadas o separadas era de 1.611.213, lo que representa un incremento cercano al 50 por ciento, con respecto al censo realizado en el año 1993; lo anterior, permite comprender que este es un fenómeno en crecimiento y que se debe prestar atención a su dinámica y sus consecuencias, principalmente las que trae a los hijos de quienes están o enfrentaron esta situación.

Partiendo de esto, se ha encontrado que en la actualidad la separación conyugal o divorcio no es el tema polémico y casi inconcebible de hace unos años, sino que se ha venido convirtiendo en un medio para dar solución a problemáticas que pueden presentarse en la dinámica familiar, como violencia intrafamiliar, agresión física y psicológica, falta de comunicación, entre otras causales, pero que al mismo tiempo ha aumentado las afectaciones psicológicas del núcleo familiar que está en proceso de disolución, especialmente de los hijos. Según Serrano (2006), “en la perspectiva sistémica, el divorcio puede tematizarse como un fenómeno interrelacional que implica a todos los miembros de la familia, quienes, acto seguido a la fragmentación familiar, se encuentran desestabilizados en su desarrollo personal” (p. 36). Otros autores, como Jiménez Arrieta, Amarís Macías y Valle Amarís (2012) sugieren que

las decisiones que se tomen en el grupo influyen en cada miembro de la familia. Por lo tanto, la separación o el divorcio es un tema que no solo compete a los cónyuges, sino que también afecta a los hijos y a sus respectivas familias (p. 100).

Conviene advertir, para efectos del presente texto, la concepción de separación y divorcio. En primer lugar, la separación es comprendida como toda situación caracterizada por la ruptura, cese de la convivencia y suspensión de la vida común entre los cónyuges, que no ha tenido acciones judiciales con el fin de disolver el matrimonio (Ragel Sánchez, 2003, p. 9; Ley 1 de 1976, p. 8). Por otra parte, Ragel Sánchez (2003) plantea que “el divorcio es la situación que se produce cuando una sentencia judicial declara la disolución del vínculo matrimonial inicialmente válido” (p. 14); además, el artículo 11 de la Ley 25 de 1992 agrega: “pero subsisten los deberes y derechos de las partes respecto de los hijos comunes y, según el caso, los derechos y deberes alimentarios de los cónyuges entre sí”. En adelante, al denominar separación o divorcio se hace referencia al hecho concreto de no estar juntos como pareja; así pues, cualquiera de los dos actos mencionados

anteriormente son una decisión de vida que involucra a todo el sistema familiar, pues no solo es cuestión de disolver la relación conyugal, sino que se debe trascender y ser conscientes de que habrá unas implicaciones en toda la dinámica familiar.

Con base en las investigaciones realizadas se ha corroborado que efectivamente existen consecuencias negativas en los hijos, cuyos padres se han separado o están en este proceso; estas consecuencias son agrupadas en “psico-emocionales” y “conductuales”; las primeras son sentimientos y estados emocionales que exteriorizan los menores, con respecto a la situación que están viviendo, tales como sentimientos de culpa, abandono, ansiedad y depresión; por su parte, las segundas son conductas agresivas repetitivas y problemas escolares (Ackerman, 1995; Fariña, Seijo y Novo, 2000; Fariña, Seijo, Arce y Novo, 2003; como se citó en Fariña y Arce 2006).

Estos problemas escolares son el común denominador en los hijos de padres separados o que están en proceso, pues su atención está enfocada en su situación actual y en su búsqueda continua de respuestas ante las dudas y la angustia que emerge ante esta situación, lo que dificulta el cumplimiento de las demandas académicas, como lo exponen Chase-Lausdale et al. (1995, como se citó en Jadue, 2003):

Asimismo, la mayoría de los niños presenta una mejoría en su adaptación social luego de dos años de la separación de sus padres, aunque algunos mantienen persistentes problemas emocionales y bajo rendimiento escolar, lo que contribuye a dificultades severas de adaptación hasta la adultez temprana (p. 119).

Del mismo modo, estas dificultades escolares están ligadas al impacto emocional que presentan los hijos ante la ruptura de la relación de sus padres, ya que estas consecuencias emocionales son transversales en este proceso; por ejemplo, Rojas de González, Fonnegra de Jaramillo y Pérez de Cabrera (2010), afirman que:

Los sentimientos presentan diferencias según las edades. Los niños más pequeños, que tienen menor capacidad de comprensión de la situación, están más expuestos a la angustia, mientras que en niños un poco mayores suelen ser más evidentes la rabia, la tristeza y la inestabilidad (p. 177).

Cuando una pareja comienza un proceso de divorcio, este es orientado desde lo legal y se fisura el vínculo entre cónyuges, de manera que deja de lado los efectos en la salud mental que puede traer esta ruptura para sus hijos, o en algunos casos deciden llevarlo a cabo cuando estos tengan, según ellos, una edad en la que se les sea más fácil entenderlo y afrontarlo; sin embargo, que haya o no consecuencias no está ligado a la edad, sino que varían de acuerdo con esta.

Cabe señalar que estas consecuencias están ligadas al cómo se lleve a cabo el proceso de separación o divorcio, es decir, cuando se opta por este como solución al conflicto y además es una decisión en común acuerdo entre las partes involucradas, se logra un proceso con menor impacto negativo en el núcleo familiar, especialmente en los hijos, lo que permite que estos acepten de una mejor manera esta decisión, y además tendrán más posibilidades de enfrentar, a nivel individual,

un proceso de cambio psicológico y social que requiere de adaptación a un nuevo sistema familiar, en el que uno de sus integrantes ya no está vinculado, pero que puede continuar la relación padre e hijo y entre ex cónyuges si la disolución fue cooperativa.

Se resalta que la comunicación es fundamental para lograr una separación o divorcio sano, pues permitirá que los padres, de una manera asertiva y cercana, informen a sus hijos de los cambios venideros, de los motivos de su separación, del futuro de su familia, y principalmente para aclarar que ellos no son los culpables de esta decisión, y así configuren nuevas posibilidades vinculares frente al cumplimiento de sus roles parentofiliales, con la figura de autoridad que cada uno de ellos posee frente al lugar que tiene de esta, del afecto y la fraternidad en sus relaciones significativas en cada uno de los subsistemas. Los argumentos propuestos por Gómez y Weisz (2005) (como se citó en Zafra Muñoz, 2018) aclaran que:

Quando las dificultades conyugales se presentan y se está evaluando en una eventual separación, es necesario e importante que la pareja se comunique con los miembros de la familia de una manera más cercana y más clara posible, haciéndoles entender que en los problemas conyugales nadie más se debe involucrar, y solo son responsables los padres, esto con la finalidad de que los hijos no se culpabilicen de estas dificultades y no se sientan responsables por alguna decisión (p. 29).

Igualmente, para alcanzar el objetivo de llevar a cabo un proceso de separación conyugal con el menor impacto negativo posible para la familia, es importante el acompañamiento de una figura mediadora, que pueden ser profesionales del área de la salud (médicos y psicólogos), del derecho, trabajadores sociales y del ámbito educativo. Su función como persona neutral y objetiva, ante la disolución, es apoyar la toma de decisiones y tratar de aliviar las tensiones que puede provocar la ruptura; además, el mediador puede ayudar con la comunicación, para que esta sea asertiva y adecuada entre todos los miembros de la familia que está en proceso de separación o divorcio (García-Longoria Serrano y Sánchez Urios, 2004), y como lo plantea también Montoya-Ahmedt (2017):

El conflicto de pareja razonablemente conducido, bien sea por la pareja misma o por intermedio de un profesional que les asista, puede asegurar a los hijos una paternidad y una maternidad reconocida. En otras palabras, una nueva geografía familiar que permita -pese a la ruptura de pareja- la continuidad de la unidad familiar (p. 15).

Es importante tener presente que la persona que cumple el rol de mediador es una figura conciliadora en el proceso, que ayuda a tener una comunicación efectiva y oportuna dentro de todo el sistema familiar, pero se debe aclarar que dentro de sus funciones no está dar solución a las problemáticas que llevaron a la disolución conyugal ni a las que emergen tras esta; como lo refiere Giró Paris (1997, como se citó en Romero Navarro, 2002), "el mediador no es un solucionador ingenioso de situaciones a las que los contrayentes no pueden hallar salida por su falta de genialidad, sino un atento gestor respetuoso con la dinámica interna del conflicto y de su transformación" (p. 40).

Así pues, tanto la comunicación como los mediadores son factores protectores que contribuyen a la minimización de los impactos negativos en la salud mental de los hijos de parejas separadas o que están pasando por este evento, sumándose a estos la escuela, la familia extensa, los hermanos, actividades físicas-deportivas, acompañamiento espiritual o algún vínculo que favorezca la estabilidad emocional; incluso, uno de los factores más influyentes en los hijos es el padre custodio, en palabras de Hetherington y Kelly (2002): “la paternidad responsable no sólo es el factor protector más importante en la vida de un niño pequeño, sino que a veces es su única defensa social” (p. 151), ya que este es quien guía, apoya, acompaña y ofrece las herramientas necesarias para asumir las adversidades y enfrentar los cambios, y así sobrellevar todos los efectos en su estado emocional, ya que la experiencia del divorcio despierta en los hijos sentimientos que pueden ser difíciles de afrontar.

Según Jiménez Arrieta et al. (2012), “las estrategias de afrontamiento forman parte de los recursos psicológicos de cualquier individuo en relación con el mejoramiento de la calidad de vida y bienestar psicológico” (p. 109). Es decir, cada persona dispone de unos recursos psíquicos como estrategias de afrontamiento ante los cambios que se puedan presentar a lo largo de la vida, con la finalidad de tener estabilidad anímica y emocional; esto teniendo en cuenta que no todas las experiencias traen efectos adversos, sino que pueden fomentar la capacidad de resolución de problemas, de resignificar y poder afrontar, de mejor manera, futuras situaciones o sentimientos que obliguen traer al presente lo vivenciado. En el tema que nos convoca: *la separación conyugal*, es todo un sistema quien dispone de sus recursos psicológicos y sociales para llevar a término dicha disolución, y se den los ajustes necesarios en las dinámicas y en cada subsistema para dar continuidad a la vida, con una nueva perspectiva de familia para el hoy.

Al enfrentarse al dilema de la mediación en la coyugalidad, en procesos de separación, aparecen una serie de posibilidades, como lo refiere Suares (2002):

En las mediaciones, la mayoría de las veces, el protagonismo no está presente. Las personas suelen comenzar el proceso con una “queja”: algo o alguien les ha hecho o les hace algo. Parte de la tarea de la mediación es propiciar que los participantes reflexionen sobre esto y que alcancen un alto grado de protagonismo (p. 31).

De lo anterior, es importante mencionar que ambos han de ser protagonistas del cambio, su nueva condición de pareja y la distinción que surge frente a los hijos, y tener en cuenta el coprotagonismo en la decisión de *no estar más juntos como pareja*, ya que los posiciona como presentes protagónicos para sus hijos.

## Metodología

Este proyecto de investigación planteó como temática la separación y divorcio de padres y los efectos en la salud mental de los hijos; realizada por medio de una búsqueda de literatura durante los dos semestres académicos del año 2019, con la finalidad de ofrecer estrategias que lleven a la

identificación de los factores de riesgo y de protección, posibilitando a las familias, en proceso de separación, llevarlo a cabo de manera satisfactoria para todo el sistema familiar, minimizando los impactos sociales, académicos, emocionales y comportamentales en los hijos.

Así mismo, la investigación tuvo como propósito la realización del presente *artículo de revisión literaria*, teniendo en cuenta cuatro categorías: familia y divorcio, salud mental en los hijos, factores de riesgo y de protección y profesional mediador, desde un enfoque cualitativo que permita el acercamiento a una realidad latente en el contexto actual, como lo plantean Bonilla y Rodríguez (1997) “la investigación cualitativa intenta hacer una aproximación global de las situaciones sociales para explorarlas, describirlas y comprenderlas de manera inductiva” (p. 119); además, posibilita la construcción de conocimiento de las dinámicas familiares y su situación en el proceso de separación. El enfoque metodológico que se utilizó fue el hermenéutico, que según Galeano Marín y Vélez Restrepo (2002) consiste en “descubrir los significados de las cosas, interpretar las palabras, los escritos, los textos, los gustos, así como cualquier otro acto” (p. 49); método usado como herramienta de análisis e interpretación de textos rastreados y, posteriormente, categorizados, en concordancia con el tema de investigación. Para el proceso de registro de información se usó la técnica de *formato fichas de contenido* que permitieron la acumulación de datos, recolección de ideas y la consolidación de la información obtenida en la revisión documental, de una manera ordenada; como lo manifiesta Galeano (2004), estas permiten “la triangulación de teorías, informantes, fuentes o técnicas de recolección de información” (p. 50). En el proceso de arquitectura documental se realizaron búsquedas en bases de datos como: Redalyc, Ebsco, Scielo, Google académico, Scopus; además, en libros físicos y virtuales. Dichas fuentes fueron de vital importancia, pues permitieron encontrar autores y temas orientadores que dinamizaron el discurso, para comprender la pregunta de investigación, los objetivos, supuestos y el mismo objeto de investigación.

## *Hallazgos y discusión*

Regresar nuevamente sobre el título *Separación conyugal, efectos en la salud mental de los hijos* implica tomar la decisión de con-versar con otros que, en sus palabras, han derivado la eterna pregunta por el lugar que tienen los hijos tras la separación. Lo anterior, es el introito en función de la comprensión a que se llegó para comentar cada uno de los autores, que se referencian en la tabla 2:

**Tabla 2**  
*La voz de otros autores*

Autores y categoría	Contenido	Comentario
Espinoza Calle y Ramón Ochoa (2018) Categoría. Familia y divorcio.	"La posible aparición de problemas de conducta en los niños dependerá de la resiliencia de cada familia para atravesar la experiencia de divorcio, así como, de la capacidad de los progenitores para sobrellevar la situación. De esta manera, si el divorcio se lleva de manera adecuada se podrá brindar un entorno saludable a los hijos promoviendo su adaptación a la nueva estructura familiar. Entonces, la vivencia no siempre resulta negativa" (p. 29).	Las familias que pasaron o están pasando por un proceso de separación o divorcio, deben optar por buscar acompañamiento profesional, en el caso de considerar que no podrán manejar de la mejor manera esta situación, ya que una de las principales consecuencias de una separación conflictiva, donde los hijos presencian discusiones, agresiones físicas y verbales con ellos o entre los progenitores, son la aparición de problemas comportamentales o de conducta; por esto, llevar a cabo la separación de una manera sana y adecuada, donde la comunicación y el respeto primen, sería un factor protector para todas las partes afectadas, especialmente para los hijos, pues estos tendrían un mejor proceso de adaptación y aceptación a todos los cambios que trae un proceso de separación.
Mabres Boix (2014) Categoría. Familia y divorcio.	"El divorcio constituye una experiencia de riesgo que provoca sufrimiento para la pareja y para los hijos por la cantidad de pérdidas que supone. Los padres tendrán que elaborar los elementos de protesta, nostalgia y pena inicial que oscilan entre la melancolía, la desesperanza y el desafecto. Hacer frente a una nueva organización familiar en la que dejarán de ser cónyuges, pero no padres" (p. 2).	Iniciar y llevar a cabo un proceso de separación o divorcio trae consigo una cantidad de situaciones y momentos difíciles de afrontar, tanto para la pareja como para los hijos; la sensación de pérdida, por ejemplo, puede constituir para ambas partes uno de los sentimientos más fuertes y predominantes, puesto que deben desvincularse de lo que habían construido como familia, y comenzar a adaptarse a una nueva organización familiar, es decir, lejos de uno de los padres y al mismo tiempo este a vivir lejos de sus hijos, ya que es importante para un proceso más óptimo no dejar de lado las relaciones parentales, ni olvidar que quizás se deje de ser pareja pero no padre.
Núñez Mederos, Pérez Cernuda y Castro Peraza (2017) Categoría. Salud mental en los hijos.	"El divorcio como un evento psicopatógeno que conlleva a sobrecargar la capacidad adaptativa del niño, pudiera provocar la pérdida de su equilibrio biopsicosocial, por la pérdida física y emocional de una de las figuras parentales dentro del sistema familiar" (p. 11).	Ser parte de una familia nuclear permite que el niño tenga un proceso de formación más óptimo, pues es en el contexto familiar donde las personas construyen sus bases como ser social, y es allí donde se aprenden funciones importantes dentro del marco afectivo, educativo, socioeconómico, relacional y emocional; es por ello que la pérdida de una de las figuras parentales que sale del sistema familiar, provocando la disolución de este núcleo, hace que el niño pierda el equilibrio de una o de todas estas áreas, y se vea obligado, además, a adaptarse a una dinámica familiar totalmente nueva para él, despertando sentimientos de angustia, tristeza, miedo, abandono y afectando considerablemente su desempeño académico, pues se les hace muy difícil mantener la atención.
Barea, Ben-Yahia, Luque y Molina (2015) Categoría. Salud mental en los hijos.	"En cuanto a las familias, aunque en algunas ocasiones los padres no se den cuenta de cómo influye su comportamiento en el desarrollo y bienestar de sus hijos, deben saber que todos los niños y niñas sufren el proceso de separación de sus padres, independientemente de la personalidad o "fortaleza" que demuestren. Es complicado hacerse a la idea de que tus padres ya no se quieren, no quieren estar juntos, y no puedes hacer nada para evitarlo. Por ello, los padres tienen que pensar en los más pequeños en todo momento, porque la posición que adopten será decisiva en las consecuencias que se desencadenen en sus hijos. Los procesos de separación civilizados y respetuosos hacen que las consecuencias negativas no aparezcan, disminuyan o desaparezcan más rápido que en el resto de casos. Por el contrario, aquellos procesos difíciles, guiados por la ira entre los cónyuges, producen consecuencias en el bienestar de los hijos a nivel cognitivo, académico, social y afectivo" (p. 185).	La separación conyugal es una realidad que compete a toda la familia que está atravesando por este, no solo los cónyuges viven las consecuencias de esta situación, en ocasiones los hijos sufren un efecto mayor, ya que deben enfrentar la ruptura de un núcleo al cual pertenecen desde que nacen, donde uno de los pilares que sostienen su sistema se va; dejando un desequilibrio emocional que puede llevar a desencadenar en consecuencias comportamentales, cognitivas, psicosociales y emocionales. Se puede decir, además, que estos efectos negativos pueden ser evitables o minimizados si el proceso se lleva de una forma cordial y basada en una buena comunicación, lo que permite que los hijos comprendan su realidad y vean este evento como un cambio positivo en la dinámica familiar. Las voces de los niños, son las voces de quienes necesitan ser escuchadas: tras la pérdida se viene el silenciamiento, el reclamo, la demanda y en ese momento ambos padres han de <i>estar</i> como soporte ancla frente a la nueva condición que adquiere la familia para el niño.



Autores y categoría	Contenido	Comentario
Pineda Gonzales (2018) <i>Categoría.</i> Factores de riesgo y de protección.	"Cuando los canales de comunicación no fluyen de manera regular, por responsabilidad del progenitor que ejerce la tenencia, quien obstaculiza de diversas formas dicha comunicación mediante una campaña de desprestigio del progenitor que no ejerce la tenencia, a tal punto que provoque en el hijo menor de edad distanciamiento, desapego y hasta odio por dicho progenitor, se configura lo que la doctrina denomina el Síndrome de Alienación Parental. Tal patología no solamente afecta la estabilidad y equilibrio emocional del menor, sino que provoca mayor desintegración familiar, y afectación de los derechos del menor" (p. 1).	Dada la separación, uno de los progenitores queda a cargo de los hijos, convirtiéndose en el padre custodio. En algunos casos se presenta una patología denominada Síndrome de Alienación Parental -SAP-, en el cual los canales de comunicación se ven afectados, pues generalmente la persona que posee la custodia persuade al menor, creando una imagen poco adecuada del progenitor no custodio. Es una forma de manipular, sobreproteger y transmitir el malestar a los hijos como una extensión del yo, usado con el fin de poseer el control e imposibilitar el vínculo con la otra parte, lo cual puede causar inseguridad y un sesgo ante lo que realmente sucede en el contexto.
Montoya Zuluaga, Castaño Hincapié y Moreno Carmona (2016). <i>Categoría.</i> Factores de riesgo y de protección.	"Si el acompañamiento no viene de los padres no necesariamente los hijos van a quedar en riesgo de padecer patologías o síntomas sociales; pues, al parecer, pueden existir personas o instituciones que apoyan este proceso evolutivo de los niños y adolescentes, procurando satisfacer las necesidades básicas y cumpliendo roles y funciones que son relevantes para favorecer el desarrollo y, por ende, generar autoestima, autonomía, creatividad, felicidad, solidaridad, salud. O que esta misma situación, de experimentar sentimientos de ausencia, los fortaleció para desarrollar habilidades individuales y hacerle frente a su condición" (p. 187).	Ante una separación es importante evaluar, caso a caso, los factores protectores o recursos, tanto internos como externos, con los cuales cuenta la familia para afrontar los cambios venideros dada la disolución. Es por esto que la familia extensa, la escuela, la espiritualidad, el deporte, un mediador, entre otros, se convierten en elementos aportantes al proceso, favoreciendo las nuevas dinámicas que van emergiendo ante los ajustes de cada subsistema.
Garrido Fernández M. (2016) <i>Categoría.</i> Profesional mediador.	"En muchas ocasiones desde el derecho, la medicina, la psicología y el trabajo social y educativo, sería necesario que se pusieran más límites a estos padres por el daño que pueden hacer a los menores. Límites que por supuesto tienen que ir acompañados por la creación de contextos de seguridad y terapéuticos para que los progenitores puedan salir de las dinámicas persecutorias" (p. 49).	Diversos profesionales han optado por acompañar a las familias en situaciones tan críticas, como lo puede llegar a ser una disolución conyugal, con la intención de minimizar las consecuencias "negativas" que pueden emerger, y crear espacios que favorezcan la comunicación y los vínculos afectivos entre padres e hijos.
Zimmerman, J. (2016). <i>Categoría.</i> Profesional mediador.	"Mental health professionals also were particularly skilled at helping parents craft parenting plans and decreasing the negative effect of the highly charged discussions that could easily spin out of control if not facilitated in an effective manner. Collaborative Divorce defined itself as a team approach using attorneys, mental health professionals, and financial neutrals all working together with the parents to craft a divorce agreement outside the courtroom" (p. 425). [Los profesionales de la salud mental también eran particularmente hábiles para ayudar a los padres a elaborar planes de crianza y disminuir el efecto negativo de las discusiones altamente cargadas que fácilmente podrían salirse de control si no se facilitara de manera efectiva. El divorcio colaborativo se definió como un enfoque de equipo que utilizaba abogados, profesionales de la salud mental y neutrales financieros, todos trabajando junto con los padres para elaborar un acuerdo de divorcio fuera de la sala del tribunal.]	Ante la decisión del divorcio algunas familias optan por un proceso colaborativo, en el cual un profesional, ya sea del área de la salud, del derecho o financiero, ocupan el rol de mediador, contribuyendo con la comunicación asertiva, además de mitigar los efectos negativos de la separación parental, ofrecer acompañamiento a los padres en la implementación de pautas de crianza y se especifiquen las necesidades de los hijos con el fin de que estas sean atendidas. Por ello, es de suma importancia que los canales de comunicación sean lo más óptimos posibles, ya que lo que suceda ocurrirá en los vínculos del sistema familiar.

Para la elaboración de la tabla 2 se hizo uso de cuatro categorías: i) *Familia y divorcio*, ii) *Salud mental en los hijos*, iii) *Factores de riesgo y de protección*, y iv) *Profesional mediador*, que fueron el resultado del arqueo documental, y que dan pie al análisis e interpretación del objeto de estudio del presente artículo. A continuación, se desarrollan los acápites, en concordancia a las categorías mencionadas.

## *Proceso de disolución: antes, durante y después; tras las huellas de la ausencia*

Para dar comienzo a este apartado, es importante definir la palabra *crisis*, ya que en el proceso de divorcio las familias enfrentan cambios significativos que pueden desencadenar situaciones difíciles de enfrentar; como lo define Slaikeu (1996):

Una crisis es un estado temporal de trastorno y desorganización, caracterizado principalmente por la incapacidad del individuo para abordar situaciones particulares utilizando métodos acostumbrados para la solución de problemas, y por el potencial para obtener un resultado radicalmente positivo o negativo (p. 18).

En el caso de la disolución parental, el sistema entra en un momento crítico de afrontamiento, ya que les implica reorganizar su estructura, los roles y funciones desarrolladas por cada uno de los integrantes, además de solucionar los conflictos desde unas dinámicas colaborativas (donde las partes cooperan en el proceso de separación y se mitigan sus efectos) o destructivas (que buscan la alienación de uno de los padres con los hijos y se dificulta la comunicación), las cuales tienen unas consecuencias en el subsistema y en la sociedad.

De acuerdo con esto, la pareja que llega a la conclusión de disolver su relación conyugal, debe tener presente que este será un momento que no solo les compete a ellos, sino que sus hijos se verán inmersos en una situación que desconocen y, por ende, necesitarán de acompañamiento y de una preparación para enfrentarlo, donde la comunicación se convierte en una de las herramientas fundamentales, pues es así como los hijos comprenderán las razones del divorcio o separación de sus padres; como lo expresa Long y Forehand (2002):

Describe específicamente qué permanecerá igual y qué cambiará desde el punto de vista (por ejemplo, dónde vivirá todo el mundo y cuándo pasará tiempo con el padre que no tiene la custodia). También debes indicar a tu hijo que de ninguna manera ha sido el culpable del divorcio. Algunos niños creen que con su actitud (por ejemplo, por sus problemas de comportamiento o por problemas en el colegio) han contribuido al divorcio de sus padres. Esta puede ser una gran carga para los hijos y el tema debe hablarse y aclararse al principio del proceso del divorcio (p. 15).

Siguiendo en esta línea, durante el proceso de disolución, los hijos siguen siendo un foco de atención, ya que ellos suelen sentir que están perdiendo lo único que tienen seguro, su núcleo familiar, un sistema al cual pertenecen desde que nacen y que verlo desaparecer puede llevarlos a un desequilibrio emocional, con sentimientos y emociones profundas de abandono, tristeza, angustia, rabia e impotencia, por lo que identificar redes de apoyo es importante, pues durante el proceso contribuirán a minimizar el impacto negativo en los hijos; como lo refiere Cifuentes Neumann y Milicic Müller (2012):

En situaciones de crisis, se espera que los padres den a sus hijos/as el apoyo que necesitan, sin embargo, dada la presión y el estrés psicológico y emocional que les demanda la crisis de pareja, a menudo estos no están ni emocional ni físicamente disponibles para atender a las necesidades de sus hijos/as. En este sentido, la posibilidad de contar con otros vínculos afectivos y de confianza resulta fundamental para enfrentar y sobrevivir a situaciones adversas (p. 4).

Finalmente, hablando del después del proceso de separación o divorcio, es indiscutible que la dinámica familiar tiene un cambio radical, en el que uno de los pilares deja de convivir; Buchanan, Maccoby y Dornbusch (1992, como se citó en Vallejo Orellana, Sánchez-Barranco y Sánchez-Barranco, 2004), “clasifican en tres categorías los factores que afectan al ajuste del niño después del divorcio o separación: la pérdida de uno de los padres, los enfrentamientos entre los progenitores y la disminución de sus funciones de paternidad” (p. 93). Lo anterior, permite realizar una reflexión con respecto a la función de los padres en la culminación del proceso, pues aceptar y asumir los cambios puede generar malestar y ansiedad en los hijos, y afectar de manera significativa su desarrollo social o vincular, y hasta su desempeño escolar, por lo que optar por la comunicación asertiva y la disolución basada en la conciliación, es un factor que, además de protector, es potencializador de buenas relaciones entre los miembros de la familia, aunque estén viviendo en lugares separados.

## *La salud mental de los hijos, en la disolución familiar*

Resulta apenas paradójico para el subsistema familiar que la decisión, tras la pérdida del vínculo -separación-, deriva una medida que multicausalmente toca a cada uno de los miembros del grupo familiar, en particular a los hijos, quienes, desde sus dispositivos internos intrapsíquicos, desean que ambos padres continúen siendo sus *padres*; se duplica la categoría padre en esta línea por la relevancia semántica y de vínculo fuerte que implica la parentalidad y la *parentalidad*.

Como se mencionó en la introducción, conviene advertir las consecuencias de llevar a cabo un proceso de disolución conyugal, basado en el conflicto y centrándose únicamente en culminar lo más pronto posible el vínculo, olvidando o dejando pasar los efectos en la salud mental que puede traer este proceso para los hijos, o se opta por buscar la edad adecuada para enfrentar una ruptura familiar; sin embargo, no existe tal edad, pues las consecuencias no dependen de esto sino de cómo se lleve el proceso. Así pues, Sierra (2008) plantea lo siguiente:

Entre los efectos del divorcio que más preocupa a los expertos, es el detrimento del amor filial que se produce ante la necesidad en la que se ven los niños de tomar partido en la querrela, a favor de uno de sus padres. Esta situación incrementa, además, una agresividad generalizada explicada en el hecho de que, frente a los conflictos permanentes, los niños empiezan a integrar como método natural el enfrentamiento (p. 48).

Partiendo de esto, es importante resaltar que las consecuencias negativas de las separaciones conyugales en los hijos están ligadas a un proceso conflictivo, de modo que estos se ven obligados a tomar decisiones importantes que, por lo general, no están en condiciones de tomar, como por ejemplo elegir a uno de sus padres; esta situación los pone en una posición en el que la culpa, la tristeza, el miedo, la angustia y la ansiedad los envuelve significativamente, y puede llevarlos a un estado de agresividad que naturalizan y que comienza a ser parte de sus relaciones cotidianas, afectando sus vínculos y la capacidad de relacionarse.

De la misma manera, el proceso de separación de padres va más allá de un conflicto o de un problema de pareja, es una situación que afecta e influye en los hijos; sentirse parte de una familia es algo que contribuye al buen desarrollo de los niños, ya que ofrece elementos esenciales en su formación como ser social y en su construcción de vínculos; perderla puede causar en ellos sentimientos profundos de abandono, tristeza y de impotencia, por no poder construir de nuevo aquello a lo que perteneció. Así lo explican Muñoz-Ortega, Gómez-Alaya y Santamaría-Ogliastri (2008):

El niño asume la relación de pareja de sus padres como un todo, por lo tanto, es difícil para él escindirlos y más difícil aún aceptar que uno de los dos abandonará el hogar que comparten. Esta situación genera en los niños sentimientos y pensamientos de abandono, de “incompletud” y de tristeza que pueden llevar a depresiones profundas (p. 7).

Por otra parte, teniendo en cuenta que el divorcio o la separación conyugal es un acontecimiento habitual en la sociedad actual, y quizá uno de los que está dejando secuelas importantes en quienes lo tienen que vivir, es importante destacar que este proceso afecta a los cónyuges por la disolución vincular y por el enfrentamiento a un cambio inminente, pero también hay efectos en los hijos, tal vez siendo estos una de las partes más perturbadas; los niños de padres separados deben enfrentar sentimientos de angustia y miedo, pues al percibir que su mundo conocido y seguro cambia, tienden a tener la sensación de no ser capaz de adaptarse, y además les genera temor que la separación de sus padres les traiga, en ese momento, y en un futuro, mucho dolor, esto ligado a que esta situación influye en la autopercepción del niño, pues se sienten incompletos al dejar de pertenecer a una familia nuclear. Como lo exponen Johnson y Rosenfeld (1992):

Aunque durante el divorcio los adultos sufren una sensible cantidad de traumas, sus hijos no sólo sufren durante el proceso, sino que siguen sufriendo mucho después de terminarse los trámites legales. Durante muchos años, los hijos del divorcio deben liberar una verdadera batalla contra el miedo y la humillación, pues la percepción de sí mismos se afecta drásticamente con la pérdida de su familia. Este estigma marca a los niños de por vida, haciéndolos sentir como “niños divorciados” (p. 2).

De acuerdo con esto, se considera relevante destacar los factores de riesgo y de protección que emergen en el proceso de ruptura conyugal, centrándose especialmente en aquellos que contribuyen a la estabilidad de la salud mental de los hijos.

## *Protección y riesgo: la decisión de no estar más juntos*

Socialmente el divorcio puede ser visto como una transición estresante donde la familia debe adaptarse; esto de acuerdo con investigaciones que han centrado su mirada en las consecuencias negativas, sin considerar que problemáticas familiares tales como violencia, agresión física y psicológica, falta de comunicación, entre otras, pueden crear un ambiente nocivo para la salud mental de los hijos y de la familia, cuando continúan juntos, y no se considera la decisión del divorcio como solución a la problemática conyugal.

Así pues, al hablar de factores protectores en la separación conyugal, esta misma se podría considerar un factor protector en la salud mental de los hijos, al ser una decisión pensada como solución a los conflictos familiares. Como lo plantean Justicia y Cantón (2007), “los que más se benefician del divorcio son los niños y adolescentes de hogares con un alto nivel de conflictos y padres violentos” (p. 101); es decir, cuando se entiende la separación como la solución a problemas familiares, los menores padecen un menor sufrimiento y menos dificultades psicológicas y mayor adaptación (Kelly, 2003), lo cual se ve reflejado en la conducta, pues los niveles de ansiedad tienden a disminuir, al igual que los problemas de comportamiento, somáticos y académicos.

Igualmente, existen otros factores que ayudan a minimizar el impacto negativo en todo el núcleo familiar que está inmerso en el proceso de separación, estando continuamente en pro de cuidar la salud mental; como lo refieren Corona Miranda, Hernández Sánchez y García Pérez (2016), “los factores protectores disminuyen la probabilidad de que surja un trastorno mental, mediante la reducción a la exposición de la persona al riesgo o la atenuación del efecto de los factores de riesgo” (p. 97).

Otro autor que resalta la importancia de los factores protectores es Pedro-Carroll (2005), quien ha identificado en investigaciones sobre niños y divorcios, tres tipos de estos factores, los cuales son modificables: los individuales, los familiares y los extrafamiliares. Primero, entre los *individuales* describe los recursos psicológicos, como los estilos de afrontamiento activo y efectivo, resolución de problemas y búsqueda de apoyo social. Como lo argumenta Jiménez Arrieta et al. (2012), “las estrategias de afrontamiento forman parte de los recursos psicológicos de cualquier individuo en relación con el mejoramiento de la calidad de vida y bienestar psicológico” (p. 109). Esto hace referencia a que cada persona tiene, desde su estructura psíquica, diferentes herramientas de afrontamiento, que le permiten asumir y tomar posición de lo que pueda estar emergiendo en su contexto.

En segundo lugar, Pedro-Carroll (2005), refiere que en los *factores familiares* se encuentran las buenas relaciones interparentales, el bienestar psicológico de los padres, las relaciones sólidas y de apoyo entre padres e hijos. Kelly (2003) señala lo valioso de un padre comprometido que se vincule en el proceso educativo de sus hijos, ofrezca un apoyo emocional y haya una participación

activa en el desarrollo y la crianza, incluso por parte de aquel que no tiene la custodia o que no conviva con ellos. Así mismo, se resalta que mantener contacto directo y continuo entre padres e hijos, les posibilita a estos un ajuste positivo ante los cambios presentes y venideros.

En tercer lugar, en los *factores extrafamiliares* se encuentran las relaciones de apoyo con adultos, los cuales pueden ser modelos positivos; también, está la familia extensa, siempre y cuando no tenga preferencia por uno de los progenitores (como abuelos, tíos, primos), los pares, la escuela y la comunidad. Esto lleva a la *Teoría de las necesidades humanas* de Maslow (1975, citado en Elizalde Hevia, Martí Vilar y Martínez Salvá, 2006), donde todas las personas necesitan sentirse parte de algo, lo que les da un lugar, favoreciendo el desarrollo del autoconcepto, la confianza y la autoestima; además, cuando se hace referencia a la familia extensa, ante la situación de la separación conyugal, es porque cumple el papel de acoger a los hijos de la pareja en disolución, ayudando a que sientan que aún pertenecen a un grupo familiar que los apoya en el proceso que están enfrentando.

De la misma manera, la copaternidad se puede considerar como otro de los factores que favorece el ajuste por parte de los hijos, ante los cambios que se presentan en la familia tras la separación o divorcio, y del mismo modo se minimice la exposición al conflicto. De acuerdo con Capdevila (2016), en la coparentalidad los progenitores “coordinan el cuidado de sus hijos, utilizan las habilidades para comunicarse, resolver problemas y decidir conjuntamente” (p. 43); en el trascurso de la conciliación es importante que los padres lleguen a interactuar positivamente, con el fin de establecer una relación cooperativa donde se ofrezcan apoyo mutuo en la crianza y posibilite la relación con los hijos; como se argumentó anteriormente, la implicación activa de ambos progenitores, en las actividades que atañen en los hijos, tienen considerables ventajas sobre el bienestar, equilibrio y salud mental de ellos. Yárnoz-Yaben (2010)

La minimización y evitación de los factores de riesgo, como el Síndrome de Alienación Parental -SAP-, continúan siendo un reto en construcción, el cual Gardner (2002) lo sugiere como:

Un trastorno infantil que surge casi exclusivamente en el contexto de disputas de custodia de menores. Su manifestación principal es la campaña de denigración del niño contra un padre bueno y amoroso, una campaña que no tiene justificación. Resulta de la combinación de los adoctrinamientos (lavado de cerebro) de un progenitor y las propias contribuciones del niño a la denigración dirigida al progenitor objetivo de la alienación (párr. 3).

En otras palabras, en el SAP ocurre que el padre alienador constantemente se victimiza, obviando que la primera y verdadera víctima es el hijo alienado, seguido por el padre objetivo de alienación; disponiendo del hijo como recurso propio, una “moneda de cambio” por medio del cual se pretende hacer daño y “castigar” al otro progenitor, olvidando que el auténtico afectado será el hijo, al no tener una relación con su padre. Como refiere De la Cruz (2008), “muchos de estos progenitores se manejan con sus hijos como si fueran extensión de su yo, no los perciben como sujetos diferentes de ellos mismos” (p. 156), al punto de imponer sus deseos, bloqueando la creación y manifestación

de las aspiraciones propias; es decir, se vive la vida de quien somete, llegando a controlarlo todo gracias a que “el niño suele ser vulnerable, sugestionable, con una relación muy intensa y estrecha con el padre alienante” (Maida, Herskovic y Prado, 2011, p. 488).

Del mismo modo, se puede encontrar un argumento prestado, así el hijo cree poseer la autonomía de sus pensamientos, pero en realidad son del adulto que ha desplazado su carga anímica, creando el fantasma de un padre perjudicial, al punto de no querer saber su existencia, su familia y entorno. Entre las estrategias que emplean para impedir la comunicación está mudarse de residencia sin avisar, cambiar de escuela, número de contacto, y en caso de darse cuenta que habla con el otro progenitor o que busca tener un acercamiento sin su autorización se molesta; lo anterior bajo el pretexto de proteger a los hijos, a pesar de gestar confusión, ambivalencia y polaridad afectiva de padre bueno—padre malo.

Dado que no se garantiza y se obstaculiza “el derecho fundamental del menor de mantener sus afectos y vínculos emocionales con sus progenitores y familiares, es una forma de maltrato que le provoca un daño a su bienestar y desarrollo emocional” (Segura, Gil y Sepúlveda, 2006, p. 127). En el posible caso donde los hijos se den cuenta lo que verdaderamente ocurre tras la alienación, sería complejo comprender que su padre se ha empeñado en crear una falsa imagen de su otro progenitor, generando graves secuelas, pues durante ese tiempo la relación padre e hijo fue imposibilitada; es ahí donde se intenta restablecer ese lazo y quizá todo lo instaurado se transfiera en contra de quien lo estableció.

Por consiguiente, en el SAP el padre alienador ejerce maltrato psicológico sobre su hijo alienado, al punto de llegar a irrumpir la relación con el progenitor rechazado, su familia y entorno, pues interfiere en los canales de comunicación, además persiste en crear sentimientos de odio y desprecio en el hijo, sin que este llegue a presentar signos de culpa al hacerlo y es evidente el discurso prestado, no propio (Vilalta, 2011); en definitiva, constantemente escucha al alienador hablar mal de la otra parte, desplazando su culpa y responsabilidad de las actividades verdaderamente importantes para los hijos.

De ahí lo significativo que las familias consideren el acompañamiento y asesoramiento de un profesional idóneo en este tipo de intervenciones, que contribuya desde una perspectiva de intervención-mediación al grupo familiar que consulta, tras su proceso de separación. Por ello, en el siguiente apartado se propone el rol del mediador como un experto que ofrece acompañamiento a las familias en el proceso de separación—divorcio, en busca de soluciones para el conflicto, y así favorecer el cumplimiento de la coparentalidad, recordando que la disolución se da entre los padres y no entre estos con sus hijos.

## *Profesional mediador: una relación de ayuda que irrumpe la vida familiar*

En algunas familias el proceso de separación se lleva a cabo de forma colaborativa, con el acompañamiento de profesionales de la salud mental, del derecho, la educación o financieros, como mediadores que contribuyen en la implementación de pautas de crianza que mitiguen los efectos negativos de la separación parental, se definan las necesidades de los hijos y que estas sean atendidas por los padres, además, ayudan a que los canales de comunicación se mantengan o se reestructuren en caso de ser necesario (Arboleda López, 2017). De acuerdo con Bernal (2000), uno de los objetivos de la mediación es enseñar a las parejas a separarse, así como a mantener su responsabilidad como padres, y se posibilite de manera idónea la relación y vínculo entre padres e hijos. Es decir, durante la conciliación se espera que las parejas en conflicto aprendan de qué manera llevar el proceso de separación lo más sanamente posible para las partes que integran el sistema familiar, sin evadir las responsabilidades que tienen los padres frente a los hijos y evitar posibles alineaciones.

Por tanto, es importante que al iniciar el proceso de disolución conyugal se considere la mediación como modo para hallar soluciones al conflicto, y se creen estrategias viables y aceptables para todos los implicados (Tejedor, 2007).

Asimismo The Task Force on Parenting Coordination (2006), propone la mediación como coordinación parental-CP, donde se esboza la creación de estrategias y alternativas para la resolución de los conflictos familiares, a cargo de un profesional con formación y experiencia en mediación, ya sea del área de la salud mental o del ámbito jurídico, que le ayude a los padres resolviendo oportunamente sus disputas y ofrezca orientación en los temas que implican a los hijos, tales como: responsabilidades (a cuál progenitor le corresponden qué tareas, en relación con las actividades cotidianas de los hijos), manutención, la crianza, tipo de educación, salud, bienestar, tiempos para compartir, actividades extracurriculares, recreativas y de ocio, además del lugar de residencia. Rodríguez Domínguez y Carbonell (2014) indican que “la función del CP es asesorar a los progenitores sobre las necesidades de sus hijos y, ayudarlos en la toma de decisiones consensuadas” (p. 196).

De ahí la importancia que los mediadores sean profesionales que constantemente se estén actualizando, por medio de cursos, seminarios, simposios y demás, pues se requiere de una formación continua para hacer lectura y reconocer necesidades, conductas, sentimientos y emociones de las familias en conflicto, que demandan ayuda de una persona con la habilidad, aptitud, experticia y ética, a fin de llegar a un beneplácito.

En cuanto al self del mediador se podrían esperar una persona abierta al diálogo, afable, empático, altruista, cercano a la realidad del otro, con habilidades comunicativas y para intervenir, incluso la capacidad para reconocer su subjetividad delimitando lo propio de lo que le pertenece al otro, dando cumplimiento a lo ético y respetando la salud mental de todas las partes implicadas en procesos



cooperativos; del mismo modo debe evitar crear juicios, tener clara su visión respecto a los roles de padre y madre, alejado de ideales dado que cada sistema tiene sus propias dinámicas lo cual debe ser respetado, de lo contrario no será posible llevar a cabo los objetivos de la mediación, convirtiéndose en algo perturbador. Vale aclarar que se debe acudir a los recursos internos de cada familia, sin que se impongan pensamientos y decisiones durante el acompañamiento realizado a estas. Es así como Raies y Manhey (2011) postulan que:

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. Que analice cuál es su visión respecto al rol del padre y la madre en este tipo de situaciones, al igual que las propias experiencias de duelo. Otras creencias son igualmente importantes de pesquisar como, por ejemplo, las que él tiene respecto a lo que es ser una buena madre o un buen padre, respecto a con quién deben vivir los hijos, a cuáles podrían ser las consecuencias de la separación conyugal en los hijos, entre otras más (p. 56).

Igualmente, Alzate Sáez de Heredia y Merino Ortiz (2010) realizan un perfil profesional del mediador; entre las habilidades allí descritas cabe resaltar la importancia de la imparcialidad, entendiendo esta como,

la posibilidad de ejercer la actividad mediadora desde la libertad y ausencia de vínculo con las personas o el tema que se trate. Es decir, la persona mediadora es capaz de manejar las emociones propias y ajenas sin perder su rol por motivos de favoritismos o prejuicios (p. 663).

Como se ha mostrado, es importante que quien oriente la mediación sea una persona externa al sistema familiar, con el propósito de llevar a cabo un proceso imparcialmente, con el profesionalismo pertinente, evitando los prejuicios, buscando comprender la realidad de cada familia y, a la vez, de los subsistemas que le conforman, además de posibilitar y fomentar la comunicación y la expresión de las emociones; es decir, conversar para dirimir.

## Consideraciones finales

La separación y el divorcio se convierten en dos acontecimientos que actualmente ocurren con más frecuencia de lo que se cree; por tal razón, es importante conocer e ir más allá de un proceso legal o de una decisión tomada en pareja, de tal modo que sus protagonistas dejan de lado las consecuencias que puede traer este cambio en el sistema familiar, especialmente en los hijos, y en los que se elige disolver una relación para dejar ser una pareja, lo que implicará a la postre una nueva reconfiguración de sus lugares como padre y madre. Es así como resulta conveniente resaltar los efectos de la separación de los padres; *primero*, al ser de tipo psicosocial pueden afectar el normal desarrollo de los hijos, tanto a nivel vincular, académico, afectivo y emocional; *segundo*, no

están ligados a la edad, sino que varían con respecto a esta, pues no existe una edad donde sea menos impactante este proceso; y *tercero*, están trazados por la adaptación a un cambio, a una nueva dinámica familiar, donde uno de sus pilares se desvincula del grupo y hay una alteración en la convivencia familiar.

Por ello, se hace necesario identificar los factores de protección que se tiene como familia y los que pueden emerger del entorno, para el afrontamiento y elaboración del duelo de los hijos, tales como la familia extensa, la comunicación asertiva, la escuela, las actividades lúdico-recreativas, el contexto espiritual, entre otros, y el reconocimiento de la importancia de un acompañamiento profesional, como se menciona en el presente artículo, ya sea del área de la salud, del derecho o el educativo, como mediador-conciliador en el proceso de separación conyugal para todos los miembros del núcleo familiar. Sin embargo, se ha identificado que recurrir a un profesional es poco común en las familias que están separadas o en proceso de disolución, por lo que se convierte en una de las principales tareas para los futuros profesionales y los que ya están en el ejercicio de la psicología especialmente, el abordar nuevas formas de atender esta problemática y de hacer llegar a los diferentes espacios estas reflexiones, que permitan ampliar el panorama de atención a hijos de padres en proceso de separación o divorcio o que ya hagan parte de una familia de padres separados. Los retos, las preguntas y las nuevas consideraciones en intervención quedan abiertas. Finalmente, y en palabras de Rodríguez, Jaramillo, y Giraldo, (2019) “Volver a la familia es en gran parte volver al lugar de origen, a las propias raíces” (p. 39) el texto en suma *Separación conyugal, efectos en la salud mental de los hijos* conlleva a la reflexión sobre lugares comunes y lugares distintos de quienes se aventuran a conformar familiar y los desencadenantes para quienes quedan en el fuego cruzado “los hijos”.

## Conflicto de intereses

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

## Referencias

Alzate Sáez de Heredia, R., y Merino Ortiz, C. (2010). Principios éticos y código de conducta para personas y entidades mediadoras. *Cuadernos de Filosofía del Derecho*, 33, 659-670. Recuperado de <http://www.cervantesvirtual.com/research/principios-eticos-y-codigo-de-conducta-para-personas-y-entidades-mediadoras/9f8ab077-af4b-4efb-b23b-a19290df4c39.pdf>

- Arboleda López, A. P. (2017). Conciliación, mediación y emociones: una mirada para la solución de los conflictos de familia. *Civilizar Ciencias Sociales y Humanas*, 17(33), 81-96. Recuperado de <https://revistas.usergioarboleda.edu.co/index.php/ccsh/article/view/900/769>
- Barea, S., Ben-Yahia, Y., Luque, C., y Molina, M. F. (2015). Experiencias sobre separación y divorcio en tres aulas de Educación Infantil. Una propuesta de intervención. *Ensayos: Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 30(2), 173-187. Recuperado de <https://revista.uclm.es/index.php/ensayos/article/view/903>
- Bernal, T. (2000). Relación ente las partes y el mediador. En *I Congreso Hispano Alemán de Psicología Jurídica*. Congreso llevado a cabo en Pamplona, España.
- Bonilla, E., y Rodríguez, P. (1997). *Más allá del dilema de los métodos. La investigación en Ciencias Sociales*. Santafé de Bogotá, Colombia: Norma.
- Capdevila, C. (2016). La coordinación de coparentalidad. Una intervención especializada para familias en situación de alta conflictividad crónica post-ruptura de pareja. *Anuario de Psicología*, 46(1), 41-49. doi: <https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2016.06.005>
- Cataño-Vanegas, Á. M., y Zapata-Serna, V. (2019). Configuración del rol paterno sin la presencia de la madre en dos tipologías de hogares. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 11(1), 146-169. Recuperado de [http://revlatinofamilia.ucaldas.edu.co/downloads/Rlef11\(1\)\\_9.pdf](http://revlatinofamilia.ucaldas.edu.co/downloads/Rlef11(1)_9.pdf)
- Cifuentes Neumann, O., y Milicic Müller, N. (abril-junio, 2012). Crisis en la infancia: ¿qué piensan, sienten y dicen los niños sobre la separación de sus padres? *Universitas Psychologica*, 11(2), 469-480. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v11n2/v11n2a10.pdf>
- Congreso de la República de Colombia. (19 de enero de 1976). *Ley 1*, por la cual se establece el divorcio en el matrimonio civil, se regulan la separación de cuerpos y de bienes en el matrimonio civil y en el canónico, y se modifican algunas disposiciones de los Códigos Civil y de Procedimiento Civil en materia de Derecho de Familia. Recuperado de <http://www.suin-juriscal.gov.co/viewDocument.asp?id=1556211>
- Congreso de la República de Colombia. (17 de diciembre de 1992). *Ley 25*, por la cual se desarrollan los incisos 9, 10, 11, 12 y 13 del artículo 42 de la Constitución Política. Recuperado de [https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma\\_pdf.php?i=30900](https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma_pdf.php?i=30900)
- Corona Miranda, B., Hernández Sánchez, M., y García Pérez, R. M. (2016). Mortalidad por suicidio, factores de riesgos y protectores. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 15(1), 90-100. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/rhcm/v15n1/rhcm11116.pdf>
- 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>

- Departamento Administrativo Nacional de Estadística –DANE-. (1993). *Censo República de Colombia. Resumen Nacional*. Recuperado de [http://biblioteca.dane.gov.co/media/libros/LB\\_771\\_1993.PDF](http://biblioteca.dane.gov.co/media/libros/LB_771_1993.PDF)
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística –DANE-. *Censo General 2005. Nivel Nacional*. Recuperado de <https://www.dane.gov.co/files/censos/libroCenso2005nacional.pdf>
- Elizalde Hevia, A., Martí Vilar, M., y Martínez Salvá, F. A. (2006). Una revisión crítica del debate sobre las necesidades humanas desde el Enfoque Centrado en la Persona. *POLIS, Revista Latinoamericana*, 5(15). Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=305/30517306006>
- Espinoza Calle, V. J., y Ramón Ochoa, J. J. (2018). *Problemas conductuales en niños entre 5 a 11 años, hijos de padres divorciados* (Trabajo de pregrado). Universidad de Cuenca, Ecuador. Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/30354>
- Fariña, F., y Arce, R. (2006). El papel del psicólogo en casos de separación o divorcio. En J. C. Sierra, E. M. Jiménez y G. Buela-Casa (Coords.), *Psicología forense: Manual de técnicas y aplicaciones* (pp. 246 -271). Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- Galeano, M. (2004). *Diseño de proyectos en la investigación cualitativa*. Medellín, Colombia: Universidad EAFIT.
- Galeano Marín, M. E., y Vélez Restrepo, O. L. (2002). *Investigación cualitativa. Estado del arte*. Medellín, Colombia: Universidad de Antioquia.
- García-Longoria Serrano, M. P., y Sánchez Uríos, A. (2004). La mediación familiar como forma de respuesta a los conflictos familiares. *Portularia*, 4, 261-268. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10272/218>
- Gardner, R. (2002). *The Parental Alienation Syndrome: Past, Present and Future*. Recuperado de <http://richardgardner.com/ar22>
- Garrido Fernández, M. (2016). El trabajo con las emociones de las familias y los profesionales ante las situaciones del divorcio. En AEPap (Ed.), *Curso de Actualización Pediatría 2016* (pp. 45-55). Madrid, España: Lúa Ediciones.
- Hetherington, E. M., y Kelly, J. (2002). *En lo bueno y en lo malo: la experiencia del divorcio*. Barcelona, España: Paidós Ibérica.
- Jadue, G. (2003). Transformaciones familiares en Chile: riesgo creciente para el desarrollo emocional, psicosocial y la educación de los hijos. *Estudios Pedagógicos*, (29), 115-126. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052003000100008>
- 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), 99-112.

- Johnson, L., y Rosenfeld, G. (1992). *El divorcio y los hijos*. Colombia: Norma
- Justicia, M. D., y Cantón, J. (2007). Problemas de adaptación de los hijos de divorciados. En J. Cantón, M. R. Cortés y M. D. Justicia (Eds.), *Conflictos entre los padres, divorcio y desarrollo en los hijos* (pp. 93-113). Madrid, España: Pirámide.
- Kelly, J. B. (2003). Changing perspectives on children's adjustment following divorce. A view from the United States. *Childhood*, 10, 237-254. doi: 10.1177/0907568203010002008
- Long, N., y Forehand, R. (2002). *Los hijos y el divorcio 50 formas de ayudarles a superarlo*. Madrid, España: Actúa.
- Mabres Boix, M. (2014). El divorcio de los padres y su repercusión en los hijos. *Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia Infantil*, (57), 27-33. Recuperado de <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=asn&AN=101067889&lang=es&site=ehost-live>
- Maida, M., Herskovic, V., y Prado, B. (2011). Síndrome de alienación parental. *Revista Chilena de Pediatría*, 82(6), 485-492. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v82n6/art02.pdf>
- Montoya-Ahmedt, C. A. (2017). La paternidad tras la ruptura de pareja: transformaciones derivadas de los procesos de separación. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 9, 131-147. Recuperado de [http://vip.ucaldas.edu.co/revlatinofamilia/downloads/Rlef9\\_9.pdf](http://vip.ucaldas.edu.co/revlatinofamilia/downloads/Rlef9_9.pdf)
- Montoya Zuluaga, D., Castaño Hincapié, N., y Moreno Carmona, N. (enero-junio, 2016). Enfrentando la ausencia de los padres: recursos psicosociales y construcción de bienestar. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 7(1), 181-200. doi: <https://doi.org/10.21501/22161201.1274>
- Muñoz-Ortega, M., Gómez-Alaya, P., y Santamaría-Ogliastri, C. (2008). Pensamientos y sentimientos reportados por los niños ante la separación de sus padres. *Universitas Psychologica*, 7(2), 347-356. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v7n2/v7n2a04.pdf>
- Núñez Mederos, C. S., 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/pdf/mgi/v33n3/mgi03317.pdf>
- Pedro-Carroll, J. A. (2005). Fostering resilience in the aftermath of divorce. The role of evidence-based programs for children. *Family Court Review*, 43(1), 52-64. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1744-1617.2005.00007.x>
- Pineda Gonzales J. A. (2018). *El Síndrome de Alienación Parental en la Legislación y Jurisprudencia Nacional* (Tesis de doctorado). Universidad Nacional del Altiplano de Puno, Perú. Recuperado de <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/8156>
- Ragel Sánchez, L. F. (2003). *Nulidad, separación y divorcio en la jurisprudencia*. España: Editorial Reus.

- Raies R., A., y Manhey S., C. (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*, 20(30) 53–90. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/291785>
- Rodríguez Bustamante, A., Jaramillo Henao, A., y Giraldo Usme, M. (2019). Familias educadoras e instrumentos de paz. *Poiésis*, (36), 27-45. doi: <https://doi.org/10.21501/16920945.3187>
- Rodríguez-Domínguez, C. R., y Carbonell, X. (2014). Coordinador de parentalidad: Nueva figura profesional para el psicólogo forense. *Papeles del psicólogo*, 35(3), 193-200. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/cb48/24674dba718204599a44868dc9d2295decd7.pdf>
- Rojas de González, N., Fonnegra de Jaramillo, I., y Pérez de Cabrera, S. (2010). *La separación de las parejas*. Bogotá, Colombia: Intermedio.
- Romero Navarro, F. (2002). La mediación familiar. Un ejemplo de aplicación práctica: la comunicación a los hijos de la separación de los padres. *Revista del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales*, (40), 31-54. Recuperado de [https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/2225\\_d\\_LA\\_MEDIACION\\_FAMILIAR.pdf](https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/2225_d_LA_MEDIACION_FAMILIAR.pdf)
- Segura, C., Gil, M. J., y Sepúlveda, M. A. (2006). El síndrome de alienación parental: una forma de maltrato infantil. *Cuadernos de Medicina Forense*, 12(43-44), 117-128. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/cmfn43-44/09.pdf>
- Serrano, J. A. (2006). Impacto psicológico del divorcio sobre los niños. *Revista de Psicología*, 2(3), 29-54. Recuperado de <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/revistas/impacto-psicologico-divorcio-ninos-serrano.pdf>
- Sierra, G. L. (2008). *Los hijos del divorcio*. Medellín, Colombia: Corporación Ser Especial.
- Slaikeu, K. (1996). *Intervención en crisis. Manual para práctica e investigación*. México: El Manual Moderno.
- Suares, M. (2002). *Mediando en Sistemas Familiares*. Argentina: Editorial Paidós.
- Task Force on Parenting Coordination. (2006). Guidelines for Parenting Coordination. *Family Court Review*, 44(1), 162-181.
- Tejedor, A. (2007). Intervención ante el Síndrome de Alienación Parental. *Anuario de Psicología Jurídica*, 17, 79-89. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3150/315024768005.pdf>
- Vallejo Orellana, R., Sánchez-Barranco Vallejo, F., y Sánchez-Barranco, P. (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=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000400006&lng=es&tlng=es)
- Vilalta, R. J. (2011). Descripción del Síndrome de Alienación Parental en una muestra forense. *Psicothema*, 23(4), 636-641. Recuperado de <http://www.psicothema.es/pdf/3934.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/service/r2020/downloadPdf/337/33712250006/1>
- Zafra Muñoz, D. Z. (2018). *Trastornos de comportamiento en niños de padres separados y no separados en una institución educativa particular de la ciudad de Cajamarca* (Tesis de pregrado). Universidad Privada del Norte, Cajamarca, Perú. Recuperado de <http://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/13052/Zafra%20Mu%c3%b1oz%20Domenika%20Zulema.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Zimmerman, J. (2016). Divorce: Using psychologists' skills for transformation and conflict reduction. *Journal of Clinical Psychology*, 72(5), 423-429. doi:10.1002/jclp.22262