

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades

**Impacto en las Relaciones Interpersonales en Adultos
Debido al Divorcio Parental Durante la Infancia
Proyecto de Investigación**

Daniela Alejandra Cepeda López

Psicología Clínica

Trabajo de titulación presentado como requisito
para la obtención del título de
Psicóloga Clínica

Quito, 7 de mayo de 2019

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ
COLEGIO CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

**HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

**impacto en las Relaciones Interpersonales en Adultos Debido al Divorcio
Parental Durante la Infancia**

Daniela Alejandra Cepeda López

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Micaela Jiménez Borja, Ph.D.

Firma del profesor

Quito, 7 de mayo de 2019

Derechos de Autor

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma del estudiante: _____

Nombres y apellidos: Daniela Alejandra Cepeda López

Código: 00123975

Cédula de Identidad: 1716721236

Lugar y fecha: Quito, 7 de mayo de 2019

DEDICATORIA

A mis padres y hermano, que siempre me han apoyado.

AGRADECIMIENTOS

A Micaela Jiménez, por su apoyo incondicional durante mi proyecto de investigación. A mi familia, por estar siempre conmigo. A mis profesores, por todo el conocimiento transmitido durante mi carrera

RESUMEN

En el presente trabajo de investigación se expondrán las consecuencias que conllevan a los adultos ecuatorianos, estudiantes universitarios, quienes se encuentren entre las edades de 20 a los 25 años, quienes han pasado por un proceso de divorcio de sus padres durante las etapas infantil. Se realizará una profunda revisión literaria sobre el proceso del divorcio durante la infancia y cómo esta experiencia afecta en sus relaciones interpersonales durante la adultez. Asimismo, se propondrá una investigación, la cual se fundamentará en utilizar terapia de duelo como técnica de intervención. En el presente trabajo de investigación, se abordará la importancia del divorcio y cómo serán sus implicaciones a largo plazo en las relaciones interpersonales.

Palabras clave: Divorcio, adultez, etapa infantil, duelo, terapia de duelo, relaciones interpersonales, infancia.

ABSTRACT

In the present research work the consequences involving the Ecuadorian adult's university students, who are between the ages of 20 and 25 years and have passed through a process of divorce of their parents during their childhood, will be exposed. There will be a deep literary review about the process of divorce during childhood and how this experience affects their interpersonal relationships during adulthood. Furthermore, an investigation will be proposed which will be based on using grief therapy as an intervention technique. In the present research work, the importance of divorce will be addressed and how its long-term implications in interpersonal relationships will be.

Keywords: Divorce, adulthood, infant stage, grief, grief therapy, interpersonal relationships, childhood.

TABLA DE CONTENIDO

Introducción	9
Introducción a, problema.....	10
La historia del Proceso del Duelo: Una breve reseña.....	13
Problema	14
Revisión de la literatura	18
La Perdida	19
El Duelo	20
Síntomas del Duelo.....	23
El Duelo Infantil.....	24
Tipos de Duelos.....	24
Duelo Anticipado.....	24
Duelo Complicado.....	25
Terapia de Duelo	25
La Teoría del Apego	29
Tipos de Apego.....	30
El Apego y el Divorcio	32
Predictores del Divorcio.....	36
Consecuencias del Divorcio en los Hijos.....	37
Metodología y Diseño de la nvestigación.....	40
Diseño y Justificación de la Metodología Seleccionada	40
Participantes.....	41
Herramientas de Investigación Utilizadas.....	42
Procedimiento de recolección y Análisis de Datos.....	44
Consideraciones Éticas	45
Resultados Esperados.....	47
Discusión	49
Referencias.....	51
ANEXO A: Carta para reclutamiento de participantes.....	57
ANEXO B: Formulario de Consentimiento Informado.....	58
ANEXO C: Herramientas para levantamiento de información	61

INTRODUCCIÓN

En el presente proyecto de investigación se pretende exponer, cual es el impacto en las relaciones interpersonales en los adultos, cuando han pasado por un proceso de divorcio durante su etapa de desarrollo infantil. A continuación, se clarificarán los dos términos más utilizados durante la investigación. En primer lugar, se encuentra el divorcio, Según la Real Academia Española (2014), divorciarse significa “Disolver o separar, por sentencia, el matrimonio, con cese efectivo de la convivencia conyugal” entendiéndose así que es un proceso por el cual se pone un fin al matrimonio, debido a disfunciones existentes entre la pareja. El segundo término por tratar es duelo. Es un proceso de adaptación que pasan las personas, sobreviviente después de una pérdida (Worden, 2013). Es decir que, las personas modifican sus estilos de vida al nuevo cambio luego de haber pasado por una pérdida.

Durante el transcurso del presente trabajo, se responderán las siguientes preguntas, ¿en qué consiste el modelo Kübler-Ross?, ¿Qué son las relaciones interpersonales?, ¿De qué se trata terapia de duelo?, y ¿Cómo reaccionan los hijos ante el divorcio? con la finalidad de vincular y comprender de mejor manera como se relaciona el divorcio y las actitudes que puede adoptar un niño en su vida adulta.

Como resultado, la presente investigación aportará al contexto ecuatoriano a entender de mejor manera como el divorcio puede afectar a las relaciones interpersonales a largo plazo. Asimismo, se tiene como objetivo brindar un mejor conocimiento, en cuanto a lo que es recibir terapia de duelo como opción para contrarrestar los efectos negativos que conlleva el divorcio. A continuación, se hablará sobre los aspectos que conforman el trabajo de investigación, se planteará el problema al igual que la pregunta de investigación, las metodologías utilizadas, y las conclusiones.

INTRODUCCIÓN AL PROBLEMA

El duelo es un proceso, por el cual las personas deben adaptarse a una pérdida. No solamente se debe pensar el duelo como una pérdida de un ser querido, sino que también a pérdidas que se producen en nuestra vida y son significativas, algunos ejemplos son: Perder un trabajo, pérdida de facultades, contraer una enfermedad grave, entre otros. En este proyecto se analizará la pérdida de una relación interpersonal, en este caso la salida de uno de los progenitores del hogar, debido al divorcio.

En Estados Unidos, en el año 2009, la tasa nacional de divorcio fue de 9.7 por 1,000 para mujeres de 15 años o más; y de 9.2 por 1,000 para hombres de 15 años o más (Cope, Daniels, Vespa, & Mosher, 2012). A pesar de que no existe una cifra exacta, se puede apreciar que aproximadamente el 10% de cada 1,000 matrimonios terminan en divorcio. Asimismo, en Malasia se realizó una comparación con respecto a la tasa de divorcio. Los resultados fueron los siguientes: En el 2010 se reportaron un total de 38,000 casos de divorcio, seguidos por 43,137 casos en 2011 y 47,779 casos en 2012 (Bistamam, Jais., Nasir, & Arip, 2012). Se puede notar un incremento importante con respecto a los divorcios.

Sin ir muy lejos, en Ecuador, según el Instituto Nacional de Estadísticas y censos (2017), ha reportado que entre los años 2006 y 2016, los divorcios han incrementado un 83,45%. Tomando en cuenta este porcentaje de divorcio, algunas de las razones principales, fueron por abandono, mutuo acuerdo, hostilidad, u ofensas en contra de la pareja. De igual manera, en 1997 se reportó una tasa de divorcio del 7,9 mientras que en el año 2015 se dio una tasa de 15,78 por cada 10,000 habitantes (INEC, 2016). Al igual que Malasia, se puede observar que existe un incremento en cuanto a los divorcios.

Como se puede observar, el divorcio se encuentra presente en todos los países, independientemente de la cultura, un matrimonio puede finalizar en cualquier momento. En

caso de que, durante el matrimonio, la pareja haya concebido hijos, los niños también sufrirán consecuencias tanto a corto como a largo plazo. Según López-Larrosa (2009), algunos ejemplos en cuanto a las secuelas a corto plazo son: problemas a nivel académico, confusión, problemas conductuales, retrocesos, desobediencia, entre otros.

Las secuelas del divorcio, puede ser un factor de riesgo para desarrollar depresión en la adultez, en personas que han pasado por situaciones críticas durante su infancia. Osofsky (2003), menciona que a pesar de que algunas familias puedan sufrir violencia doméstica, generalmente son comórbidos con otras causas que también se incluyen en los problemas de salud mental, algunos de estos son: pobreza, abuso de sustancias, criminalidad, disfunción familiar, y el divorcio. A partir de lo expuesto, el niño durante su infancia no solamente experimenta la separación de sus padres, sino también se encuentra expuesto a vivenciar los conflictos que pueden suceder en sus padres. Lo cual, se verá reflejado en su vida adulta, volviéndose así más vulnerable en cuanto a la formación de relaciones interpersonales.

En México, Arroyo, López & Zúñiga (2017), plantearon una investigación la cual consistió en medir como la violencia intrafamiliar terminaba afectando en el desarrollo de las personas a largo plazo. En algunos casos de divorcio, la violencia doméstica se encuentra presente. En la presente investigación se determinó que la psico-educación en forma de talleres dirigidos, es una buena solución para lograr concientizar a los padres de familia, que disminuyan la violencia en casa y evitar crear repercusiones en sus hijos. Concluyendo así que es fundamental ya que ayudará a que los niños no tengan secuelas o malos recuerdos de su infancia, al psicoeducar a los progenitores y aportará a que los efectos negativos se reduzcan.

A partir de lo anteriormente mencionado, este trabajo de investigación será relevante, ya que no se va a trabajar con los padres, sino con el hijo del divorcio. De igual manera, tampoco se va a trabajar en la prevención, sino que tendrá un enfoque en el duelo no resuelto

de las personas. Es importante trabajar con este enfoque, ya que muchas personas no han tenido la oportunidad de asistir a terapia psicológica, provocando que las secuelas de dicho proceso se encuentren presentes. Debido a tener una experiencia difícil en una edad temprana, sin tener apoyo psicológico, puede causar un desequilibrio emocional. En el presente trabajo de investigación se enfocará en dicha población.

También es importante recordar que no existen pocas investigaciones, en el Ecuador con respecto al uso de la terapia de duelo como intervención en adultos que han pasado por un divorcio en su infancia. En el Ecuador, existen trabajos de investigación relacionados al divorcio y los hijos. Un ejemplo, es el trabajo de titulación que Daysi Pila Lema publicado en el 2016. El objetivo de la presente investigación fue identificar las consecuencias psicosociales que se presentan en los niños de 11 a 12 años por el divorcio de los padres, en un centro educativo de la ciudad de Quito. El propósito del presente trabajo de investigación fue analizar la realidad de las familias ecuatorianas que atraviesan procesos de divorcio; así como también los efectos que producen en los hijos ante el divorcio de los padres.

La población fueron 180 niños, los cuales 50% de ellos tiene padres divorciados, el 25% pertenecen a hogares disfuncionales y el 25% restantes corresponden a hogares con un solo miembro. La investigación tiene un diseño no experimental. Se puede observar que es un estudio con un método mixto. Por un lado, su método cualitativo, se basa en observaciones y entrevistas. Mientras que, en su método cuantitativo, se basa en evaluaciones y exploraciones psicológicas, en este caso se utilizó el cuestionario Argentino de Afrontamiento para niños de 8 a 12 años.

En los resultados obtenidos en el presente estudio, se concluyó que si se presentan consecuencias psicosociales luego del divorcio. Algunas de las consecuencias psicosociales fueron: con un 27% se presentan niños con problemas académicos y un 23% tienen

problemas conductuales. Existen diversos sentimientos, un 17% de culpabilidad, 13% de abandono, un 10% miedo.

Antecedentes

La historia del Proceso del Duelo: Una breve reseña

El duelo se encuentra presente en todas las culturas, es un proceso por el cual todas las personas deben atravesar en cualquier momento, el cual terminará afectando en diversos ámbitos de la vida. Afrontar un duelo, es un proceso único ya que cada persona lo vive de modo diferente. Existen maneras en cómo las personas confrontan el proceso del duelo, según Stroebe & Schut (2010), las culturas varían de acuerdo con las normas / sistemas de creencias que gobiernan las manifestaciones y expresiones de dolor. Es decir que, tanto el duelo como el ritual dependerá de las ideologías, pensamientos, crianza. No obstante, a pesar de que el proceso de duelo puede variar, existen expresiones emocionales, que se manifiestan comúnmente en todas las personas, esto fue estudiado por Elisabeth Kübler-Ross.

Elisabeth Kübler-Ross (1975), psiquiatra suiza-estadunidense, fue quien estudió a profundidad el proceso del duelo en los seres humanos, ya que se interesó por las experiencias místicas o paranormales asociadas con la muerte. En consecuencia, a los estudios realizados, en 1969 Elisabeth Kübler-Ross publicó su libro *on death and dying*, en donde por primera vez expuso su modelo Kübler-Ross. Actualmente, el modelo ha sido de gran ayuda para diversas investigaciones realizadas con respecto al duelo en diversos tipos de poblaciones, ya sea con pacientes con una enfermedad terminal, en niños y adultos que han pasado por algún tipo de pérdida, en heridas traumáticas, entre otros.

El divorcio es un proceso, que puede verse incluido fases del duelo. Las secuelas de la separación pueden aparecer en un futuro cuando los niños se encuentren en su vida adulta. Por tanto, es de relevancia estudiar el impacto y relación que tiene el divorcio a largo plazo

en la población de adultos jóvenes universitarios. Según Currier, Holland, & Neimeyer (2007), las terapias de duelo con niños se están volviendo cada vez más populares en la comunidad de salud mental. Es decir que la mayor parte de investigación ha sido enfocada en niños y adolescentes. No obstante, las secuelas del divorcio se pueden encontrar presentes a largo plazo. Finalmente, es preciso mencionar que el proceso de divorcio que experimentó el infante, dependiendo de qué tan traumático fue para la persona, podrían estar afectando en sus relaciones interpersonales en el futuro.

Por esta razón, el enfoque del presente trabajo de investigación es la medición de los niveles de ansiedad social en jóvenes de 20 a 25 años que cursen en una Universidad privada de la ciudad de Quito, que hayan pasado por un proceso de divorcio durante la etapa infantil y cómo éstos han impactado en la formación de sus relaciones interpersonales.

Problema

El problema planteado primordialmente, se fundamenta en los pocos estudios enfocados en la dificultad de la formación de relaciones interpersonales debido a la ansiedad social, en adultos jóvenes que hayan pasado por un proceso de divorcio durante su infancia, en el Ecuador. Existen estudios e investigaciones que se enfocan principalmente en el divorcio en las edades infantiles y adolescencia. Algunos de estos estudios son:

La mayoría de estos estudios miden el impacto en los niños en diversas áreas, ya sea en la depresión, autoestima, comportamental, problemas de aprendizaje, sobreprotección, ansiedad, etc. Algunos de estos estudios son: Los efectos del divorcio de los padres en el desempeño académico y la conducta de los hijos, realizado por Valdés, Martínez, Urías (2011). Otro ejemplo es Ajuste al divorcio de los progenitores y problemas de conducta en hijos de familias separadas. Infancia y aprendizaje, por Yáronoz-Yaben, Comino, & Garmendia (2012). Asimismo, Orgilés, & Samper (2011), investigaron sobre el impacto del

divorcio en la calidad de vida de los niños de 8 a 12 años en la provincia de Alicante. Entre otros estudios. No obstante, poco se ha estudiado sobre los efectos en una población adulta en cuanto a cómo el proceso del divorcio afecta en los adultos jóvenes.

De igual manera, el enfocarse en una población con datos demográficos distintos es importante, debido a que los estudios realizados no se han enfocado de manera sustancial en jóvenes adultos, siendo el proceso de divorcio un factor que sí influirá a largo plazo. De similar forma, es crucial plantearse cómo el divorcio durante la infancia se convertirá en un factor fundamental para el posible desarrollo de un trastorno de ansiedad social, lo cual dificultará relacionarse socialmente con otras personas. En 1989, Tweed, Schoenbaach, George, & Blazer, mencionaron que la muerte temprana de un progenitor, la separación / divorcio de los padres se asocian con mayores tasas de agorafobia (con y sin ataques de pánico), trastorno de pánico, trastorno de ansiedad generalizada, fobia simple, fobia social y trastorno obsesivo compulsivo. Un estudio más reciente realizado por Legerstee, Garnefski, Jellesma, Verhulst, & Utens (2010), se concluyó que los niños con trastornos de ansiedad experimentan significativamente más eventos negativos en la vida, un evento mencionado en la investigación fue el divorcio.

Por esta razón, el presente estudio se enfatizará en una población distinta, en este caso en jóvenes adultos, residentes en Ecuador. En estos casos, las personas pueden haber experimentado una experiencia negativa debido al divorcio de sus padres, por lo cual se les ofrecerá terapia de duelo como alternativa para mejorar en sus relaciones interpersonales y ayudarles a trabajar especialmente con la ansiedad.

Pregunta de Investigación

¿Como y hasta qué punto la terapia de duelo puede ayudar a mejorar las relaciones interpersonales en adultos ecuatorianos, estudiantes universitarios, entre las edades de 20 a 25 años que han experimentado el divorcio de sus padres durante las etapas de desarrollo infantil?

Propósito del Estudio

El propósito del estudio es que después de evaluar los resultados, la expectativa de utilizar terapia de duelo en los jóvenes adultos brinde de manera positiva mejoría en cuanto a formar relaciones interpersonales y la disminución de ansiedad social. Se espera que los jóvenes adultos después de la intervención puedan formar y mejorar de manera efectiva sus vínculos sociales, sin tener una percepción negativa en cuanto a entablar una relación interpersonal.

El significado del estudio

El presente estudio resulta significativo, pues al evaluar cómo el divorcio en edades temprana puede impactar en formar; y mantener relaciones interpersonales en personas que presentan características de tener ansiedad social en adultos jóvenes universitarios. Por lo cual se buscará hasta qué punto la terapia de duelo se volverá efectiva en dicha población. Al proponer la terapia de duelo como intervención, puede ayudar a que la persona comprenda de mejor manera la pérdida que experimentó en el pasado, y como trabajar para que la persona sea capaz de encontrar un equilibrio emocional asociados con la salida de un progenitor de la casa durante su infancia. En consecuencia, el presente estudio puede aportar al campo

psicoterapéutico al evaluar en cómo la terapia de duelo puede ayudar a procesar eventos del pasado a largo plazo.

Por consiguiente, este trabajo se implementará sesiones de psicoterapia en personas que han pasado por un proceso de divorcio durante su infancia y actualmente presentan dificultades en formar relaciones interpersonales debido a la ansiedad social. Estos factores, serán los puntos de partida para evaluar si la persona aún se encuentra en un proceso de duelo. Asimismo, hacer énfasis en que el presente trabajo de investigación se realizara en jóvenes adultos de 20 a 25 años estudiantes universitarios, ya que no existen amplios estudios sobre cómo la terapia de duelo aportará a facilitar el proceso de formar, mejorar y mantener relaciones sociales en Ecuador. Es importante aclarar que, en esta edad, las personas empiezan a formar relaciones amorosas más formales a comparación con la adolescencia. Por este motivo, es importante abordar un adulto joven en proceso de duelo debido a la separación de sus padres durante su infancia en la población ecuatoriana.

A continuación, se encuentra la Revisión literaria dividida en los siguientes temas: El duelo, terapia de duelo, apego, divorcio, ansiedad social. Seguido de la explicación de la metodología de investigación aplicada, el análisis de datos encontrados, las conclusiones y finalmente se encontrará la discusión.

REVISIÓN DE LA LITERATURA

En la siguiente sección, se explicará detenidamente los cinco temas que abarcan la Revisión de la Literatura del presente trabajo investigativo. Éstos son: El duelo en términos generales, la terapia de duelo, el apego, el divorcio, y la ansiedad social. Por lo tanto, en cada uno de los temas anteriormente mencionados se expondrán su definición y se presentarán estudios y teorías que se relacionan directamente con la pregunta investigativa.

Fuentes

La información utilizada para la Revisión de la Literatura en el presente trabajo de investigación fue por medio de la obtención de artículos científicos, revistas indexadas, libros clásicos de psicología, y libros generales de psicología. Fue por medio de la búsqueda en sitios académicos como son: EBSCO, JStor, Redalyc, y Google Scholar. Para esto, se utilizaron palabras clave desde lo más general, como divorcio y duelo hasta llegar a lo más específico, por ejemplo, como el divorcio en la infancia afecta a largo plazo. Asimismo, se conversó con profesionales del área, quienes de igual manera proveyeron artículos científicos y libros con relación a la pregunta de investigación. Por lo que, después de una larga investigación para encontrar información propicia, actual y con validez.

Formato de la Revisión de la Literatura

Para la exposición de la revisión literaria, se escogió dividirla por temas fundamentales, los cuales se abarca la investigación. Por lo tanto, éstos implican las teorías más importantes respecto al tema y lo que se pretende medir en este proyecto de investigativo.

El Duelo

La Perdida

Enfrentar pérdidas es normal en cada ser humano, pueden suceder en cualquier momento de la vida. Estas pueden ser pérdidas humanas, materiales, económicas, relaciones cercanas significativas, deterioro de la salud, relacionadas al ámbito laboral, entre otros. Según la Real Academia Española (2014), lo define como “Carencia, privación de lo que se poseía”. Es el sentimiento de haber perdido algo o alguien afectando a diversos niveles ya sea emocional, social, conductual, temperamental. Este impacto se le atribuye al valor sentimental que se ha ido formando. Según Cabodevilla (2007), cada pérdida acarreará un duelo, y la intensidad del duelo no dependerá de la naturaleza del objeto perdido, sino del valor que se le atribuye. Es debido a que las relaciones y pertenencias materiales que una persona haya creado u obtenido durante su vida, se crea un apego emocional; y al separarse empieza a causar dolor.

Una situación de pérdida común que se da a nivel social es el divorcio. En esta etapa de la vida, tanto la pareja como los hijos, deben afrontar cambios en su estilo de vida y afectaciones emocionales y sociales. El proceso de pérdida es distinto entre los progenitores y los niños. En el caso de los hijos, se puede observar duelo al momento de la partida de uno de los progenitores, en la etapa infantil se puede dar la pérdida ambigua. Ledesma, Cabrera, & Torres (2010) hacen referencia a situaciones en las cuales la privación de un ser querido es ambigua, confusa, incompleta o parcial. En los niños, esto puede ser fuente de un desajuste emocional y desconcierto en la despedida. Asimismo, se deben realizar cambios en las rutinas, perjudicando a las necesidades de los hijos ya que ellos deberán enfrentar su auto crianza; lo cual posiblemente dará lugar conductas relacionadas a la ansiedad. Por otro lado,

la pérdida ambigua en el progenitor se puede observar por medio de cambios en la cantidad de tiempo que tienen que disponer ya que deben asumir otros roles, como, por ejemplo, el trabajo.

El Duelo

El término duelo proviene del latín *dolus*, es decir dolor, es un proceso natural que todo ser humano debe atravesar en cualquier momento de su vida. Elisabeth Kübler-Ross, fue quien se interesó en las diversas reacciones que se producen en las personas al pasar por una pérdida. A pesar de que cada persona manifiesta de diferente manera, ella encontró reacciones que a todas las personas les pasa, creando así el modelo Kübler-Ross. Kearney & Hyle (2006), mencionan que el modelo cuenta de cinco etapas, las cuales tienen relación con emociones específicas. En este caso las emociones encontradas en el proceso de duelo son: Negación, Ira, Negociación, Depresión y Aceptación.

La primera etapa es la de Negación, este sentimiento Cohen (2013) lo define como afirmaciones de que algo no sucedió, no existe, no es cierto o no se conoce. En un proceso de duelo, la persona se encuentra desconcertada por lo sucedido, sin poder entender que su ser querido se ha ido. Un ejemplo es que la pareja se encuentra intentando recuperar la relación, se pueden observar conductas como invitarle a comer, realizar salidas, mantenerse en contacto, a pesar de encontrarse en un proceso de separación.

La Ira es la segunda etapa del proceso de duelo. Motataianu (2015) menciona que es una emoción que a menudo crea problemas interpersonales, es una emoción que se la entiende muy poco, la cual puede guiar a la persona a tomar una aptitud. Al momento que la persona está experimentando el divorcio, la ira es manifestada como rabia hacia sí misma o a la expareja. Pueden aparecer emociones como rabia, culpa, y/o venganza. Un ejemplo de ira

durante la separación puede ser al momento que la persona se echa la culpa por no haber dado lo mejor durante la relación.

La tercera etapa de duelo es la Negociación. Aragón & Cruz (2014) explican que se caracteriza por pretensión cognoscitiva y conductual de llegar a un acuerdo de reconciliación con la expareja. Cuando se está pasando por un proceso de divorcio, se extraña a la expareja, por este motivo, la persona se encuentra recordando los momentos vividos con su expareja. Puede ser que, al momento de realizar los trámites legales, decida aplazar las firmas, o llegar a acuerdos totalmente distintos a los que se encontraban planeados.

La Depresión se encuentra como la cuarta etapa en un proceso de duelo. Esta etapa puede ser la etapa más común en rupturas amorosas, puede ser larga y complicar el proceso de duelo. González (2016) explica que se da ante la certeza, lo inevitable de la pérdida. Se experimenta como tristeza, miedo e incertidumbre de lo que sucederá. De igual manera, se encuentran sentimientos de dolor, sufrimiento intenso, agotamiento y sensación de vacío. Siendo una de las etapas finales del duelo, la persona empieza a darse cuenta de que la relación efectivamente se está acabando y no podrá ser recuperada.

Por último, se encuentra la Aceptación. McAlearney, Hefner, Sieck, & Huerta (2015) explican que se da cuando la persona es capaz de ver una realidad cambiada. Se puede decir que la persona ha reflexionado la situación que acaba de vivenciar, que la ruptura se dio y no hay vuelta atrás. La persona abandona sus intentos de recuperar la relación y se puede manifestar sentimientos de optimismo, paz, ganas de salir adelante.

Otro exponente del duelo es William Worden, quien se lo reconoce por ser el máximo exponente en cuanto a los procesos del duelo, es autor de varios libros, uno de ellos es *“El Tratamiento del duelo. Asesoramiento Psicoterapéutico y Terapia”*, Worden creó un modelo, el cual se basa en cumplir con cuatro tareas específicas. Perschy (2012) las menciona de la siguiente manera: la primera tarea se llama aceptar la realidad de la pérdida, la siguiente es

identificar y expresar emociones, la tercera tarea se basa en adaptarse a vivir en un mundo en el que el otro ya no está presente y la última tarea recolocar emocionalmente al ser querido y seguir viviendo.

Worden (2013) explica la primera tarea como afrontar plenamente que la persona ha muerto, se ha marchado y que no va a volver. Es importante no negar la pérdida, debido a que es una forma de engañarse a sí mismo. En el caso del divorcio, a pesar de que la persona no ha muerto, no se encuentra físicamente en el hogar. Tanto la esposa o esposo como los hijos deben aceptar que el ex conviviente se fue del hogar y que ya no vivirá más junto a ellos. En cuanto a la segunda tarea, el poder identificar y expresar emociones, Worden (2013) menciona que se trata de que la persona viva el dolor. No obstante, no todas las personas lo viven del mismo modo, pero si es necesario que la persona lo sienta, para evitar prolongarlo. A pesar de que, en la muerte las personas no están preparadas para sentir el dolor, se puede decir que, en el proceso del divorcio ya existe un duelo anticipado. Sin embargo, luego de la separación definitiva pueden surgir o continuar emociones fuertes, las cuales es importante trabajarlas. Es fundamental aclarar que algunas personas buscan una cura geográfica. Worden (2013) explica que prefieren viajar o mudarse, con la finalidad de sentir algún tipo de alivio sin tener que pasar por el proceso del dolor.

Adaptarse a vivir en el mundo en el que el otro ya no es presente, se le conoce como la tercera tarea. Worden (2013) explica que existen tres tipos de adaptaciones la interna, la externa y las espirituales. Cuando se habla de una adaptación externa, hace referencia a cómo influye la muerte en la actuación cotidiana de la persona y los distintos roles que desempeñaba la persona. Por ejemplo, en un divorcio, la madre o padre deberán cubrir el rol del excónyuge en el hogar.

Es decir, si el padre era quien leía las historias a la hora de dormir, ahora es la madre quién deberá hacerlo. Por otro lado, cuando se habla de la adaptación interna, es cómo

influye la muerte en la imagen que la persona tiene de sí mismo. Un ejemplo, la madre que se divorcia, puede estar pensando que ya nunca va a encontrar alguien que le ame. Por último, se encuentra la adaptación espiritual, es como la muerte influye en las creencias, valores y supuestos. Un ejemplo, durante la separación la esposa deja de creer en Dios o deja de pensar que el amor es para siempre.

Por último, se encuentra la cuarta tarea que consiste en hallar una conexión perdurable con el fallecido al embarcarse en una vida nueva. Worden (2013) lo plantea como retirar la energía del fallecido y reinvertirla en otras relaciones. En esta tarea se habla sobre los vínculos que una persona tiene con un fallecido y la importancia de que se encuentren presentes, continuando así con la vida. En el caso de un matrimonio, el vínculo son los hijos. No obstante, la expareja puede enfocar todas esas energías a la misma relación con sus hijos o con nuevas parejas, logrando así que cada persona continúe con sus vidas.

Síntomas del Duelo

Los síntomas que se manifiestan al momento de procesar el duelo dependerán como cada persona se encuentre vivenciando el duelo. A nivel emocional, Según Penman, Breen, Hewitt & Prigerson (2014) se puede encontrar la tristeza, el enojo, la culpa, la ansiedad, la desesperanza, la fatiga, shock, entre otras. En cuanto a las sensaciones corporales, Worden (2009) describe que las personas generalmente suelen sentir vacío estomacal, opresiones en el pecho, opresión en la garganta, hipersensibilidad al ruido, fatiga, dificultad en la respiración, y falta de energía. Se considera importante tomar en cuenta estos síntomas debido a que en un futuro pueden ser predictores de ataques de pánico. Conductualmente, Worden (2009) menciona los siguientes: alteración en el sueño, alteración en el apetito, descuido, aislamiento social, llanto, entre otras.

El Duelo Infantil

En cuanto al duelo infantil se debe tomar en cuenta las edades y la etapa de desarrollo. Cohen, Weitzman, & Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health (2016) explican que los bebés no son capaces de entender la situación, sin embargo, son capaces de reaccionar al cambio de rutina del progenitor; por lo que se vuelven más inquietos. También se puede observar la regresión infantil, en donde el niño perderá diversas habilidades que ya las había desarrollado como el habla o rutinas ya perfeccionadas como el ir al baño. Otras áreas que también se encuentran afectadas son los trastornos alimenticios y rutinas de sueño. En cuanto a las edades preescolares, son incapaces de entender la permanencia, en el caso del divorcio, el niño vivirá repetidamente la ausencia de su progenitor. Algunas consecuencias son sentir culpa por el divorcio, regresión infantil, manipular, temor al abandono. En niños en edad escolar, sueñan con la unión de sus padres, de igual manera es común observar cambios tanto de humor como comportamentales, el rendimiento escolar puede disminuir, y puede sentirse abandonado por parte del padre ausente.

Tipos de Duelos

El proceso de duelo se puede dar de manera normal, pasando por las etapas o cumpliendo cada tarea. Sin embargo, existen otros dos tipos de duelo, los cuales son: el duelo anticipado y el duelo complicado. A continuación, se detallará lo que consiste un duelo anticipado y uno complicado.

Duelo Anticipado

En situaciones difíciles que se debe atravesar, las personas suelen anticiparse de lo que puede suceder. Por ejemplo, en enfermedades, las personas empiezan a tener negación o pensamientos catastróficos. Según Meza & Colaboradores (2008) mencionan que el duelo no comienza en el momento de la muerte, sino con anterioridad, permitiendo a las personas

prepararse y a su vez compartir sus sentimientos con sus allegados. En el divorcio, se puede hablar de un duelo anticipado, cuando la pareja empieza a tener dificultades a nivel interpersonal, cuando siempre tienen problemas o discusiones. Carr (2010) habla sobre las mujeres que se anticipan al divorcio, quienes incluso pueden regresar al mercado laboral incluso antes del divorcio, para que estén preparadas financieramente para la transición. En estos momentos, las personas empiezan a darse cuenta de que su matrimonio no anda bien y empiezan a planificar el futuro sin su pareja. Lo mismo sucede con los hijos, en la etapa infantil son igual de propensos en sufrir diversos tipos de duelo, como pérdidas de mascotas, muerte de un relativo, cambio de escuela, mudanza, entre otros. Arkes (2016), menciona que los niños ya están afectados por el proceso de interrupción al menos 2 a 4 años antes de la separación.

Duelo Complicado

Anteriormente se mencionaron diversas características que sucede en un duelo normal, no obstante, para algunas personas puede suceder que el proceso se complica. Millán-González & Solano-Medina (2010) explican que el duelo complicado es completamente diferente a los trastornos afectivos y ansiosos. Es importante tomar en cuenta que el tener un duelo complicado, no significa que la persona tiene una patología. De igual manera Meza & Colaboradores (2008) mencionan que la persona se encuentra desbordada, recurriendo a conductas desadaptativas o el estado del duelo se encuentra estancada sin lograr llegar a la etapa de la resolución. En muchos de los casos, se observa dificultades a nivel físico y emocional y puede empezar debido a que el dolor es prolongado durante el tiempo.

Terapia de Duelo

La terapia de duelo no es considerada como un enfoque teórico psicoterapéutico, sino una intervención distinta a lo que sería una terapia psicológica. A diferencia de un

proceso psicoterapéutico, la terapia de duelo principalmente se enfoca en apoyar a la persona con el objetivo de permitir al paciente aceptar e integrar la pérdida en su vida. Asimismo, permitirá al paciente recuperar y crear nuevas relaciones sociales. Otra característica de la terapia de duelo es el trabajo enfocado en emociones, pensamientos, sentimientos, los cuales se centran en la pérdida que la persona se encuentra atravesando.

A pesar de que la terapia de duelo se enfoca en el procesamiento del duelo y acompañar al paciente a elaborar su pérdida, se puede aplicar técnicas las cuales involucra características tanto cognitivas, conductuales y emocionales. Este tipo de intervención a nivel emocional permitirá que el paciente procese la experiencia del divorcio brindando un significado a esta experiencia. Mientras que, a nivel cognitivo se logre reducir el comportamiento disfuncional, eliminar creencias y pensamientos irracionales; las cuales posiblemente sean causantes de la ansiedad del paciente. Por consiguiente, se brindará ejemplos de posibles técnicas terapéuticas tanto a nivel emocional como cognitivo.

En cuanto a lo emocional, se realizan actividades que permiten procesar el duelo. Neimeyer (2015) propone un ejercicio llamado flores curativas. Dicha actividad se puede realizar en grupo, familia, o de manera individual. Comúnmente se aplica a situaciones con relación a relaciones terminadas, como son la ruptura amorosa o la ausencia física de una persona, pero psicológicamente presente. El objetivo es apoyar la recuperación de la pérdida relacional. Se trata de crear dos flores con papel, la primera flor representa a las personas, lugares, cosas más importantes que llenaron la vida del cliente. En cuanto a la segunda flor, representa la situación actual, en donde se representa cómo la relación ha cambiado con la persona y objetos significativos. Una vez realizadas las flores, el cliente junto al terapeuta, contrastan ambas flores para comprender el significado único de muchas pérdidas y se explora la reconstrucción de una vida posterior a la ruptura y el crecimiento personal del cliente.

Dicha actividad se puede utilizar tanto en el padre divorciado como en el hijo. En la primera flor, el paciente puede recordar o escribir momentos que ha vivenciado con su cónyuge y el infante representar la experiencia en cómo era su familia antes de la separación. Por otro lado, en la segunda flor, se puede trabajar tanto en el crecimiento personal del adulto como la del niño. Pueden utilizar la segunda flor para representar los cambios realizados tanto dentro como fuera del hogar, rutinas diferentes, la modificación de las relaciones. Finalmente, al comparar estas dos flores se podrá observar los efectos pre y post divorcio en los pacientes.

Greenberg & Angus (2011) hacen referencia la utilización del lenguaje para moldear sus historias personales en historias o narraciones. Es decir que los clientes son los propios narradores de las historias y dicho enfoque permite mirar hacia el pasado de manera selectiva y a la vez permite a la persona imaginar un futuro. Neimeyer (2012) explica la importancia de la imaginación durante las sesiones terapéuticas, ya que el cliente percibe la presencia del difunto y es capaz de conectarse. La imaginación tiene un componente curativo dentro de sesión, algunas técnicas que se pueden utilizar son la silla vacía, ya que se puede aplicar para asuntos inconclusos. En el divorcio, tanto el adulto como el infante pueden aplicar ejercicios de imaginación. En el caso del progenitor, re experimentar como era su relación antes del divorcio y permitirse procesar de mejor manera su duelo. Asimismo, al utilizar la silla vacía para trabajar en asuntos inconclusos que quedaron debido al divorcio. Erskine (2014) explica que, en casos de duelo por divorcio, es importante empezar desde la expresión de enojo, amargura o sentido de traición porque a menudo estos sentimientos se encuentran presentes. En este caso, el cliente puede cerrar los asuntos inconclusos con su expareja. En el caso de los hijos, pueden expresar sus emociones o sentimientos hacia el progenitor que ha salido del hogar.

En cuanto al lado cognitivo, Butler & Northcut (2012) señalan que existen componentes cognitivos que pueden incluir una amplia variedad de patrones de pensamiento que aparecen al comienzo, puede persistir o desencadenar reacciones emocionales. Por este motivo, se pueden aplicar dichas técnicas cognitivas para tratar al cliente, quien posee pensamientos o creencias disfuncionales. Como se pudo observar en el ejercicio anteriormente mencionado, se está trabajando a nivel cognitivo con la finalidad de racionalizar los pensamientos, lo cual se puede realizar mediante la reestructuración cognitiva. Aplicando esta técnica, se buscará reducir y mejorar los síntomas de la ansiedad, permitiendo al paciente mejorar en la formación de relaciones interpersonales.

Una técnica que se puede realizar, son técnicas basadas en la aceptación (ACT). Al pasar por situaciones difíciles, como el divorcio, el sufrimiento de muchas personas se debe a la negación inevitable de sentir el dolor de la situación que se está viviendo. Al momento de empezar a utilizar técnicas ACT permite al paciente desarrollar flexibilidad psicológica, aceptación, crear conciencia mental, separación cognitiva, y auto visualización. Abbasi, Dargahi, Bakhtiari, & Alipour (2017) explican que, al agregar conciencia mental en el presente, el individuo se vuelve consciente de sus estados mentales, pensamientos y comportamientos, separando así las experiencias subjetivas para que pueda actuar independientemente de su experiencia. En el caso del divorcio, al aplicar técnicas de aceptación, permite a los pacientes vean sus problemas desde una perspectiva externa, se sientan cómodos para hablar de sus problemas, y ayuda conocer e identificar claramente sus valores personales y convertirlos en objetivos conductuales específicos.

El Apego

La Teoría del Apego

Cada persona, desde que nace hasta que muere pasa por diversos tipos de relaciones, creando un lazo especial con cada una de ellas. Este vínculo se lo conoce como apego. John Bowlby, fue un psiquiatra y psicoanalista infantil, nacido en Londres, su trabajo más reconocido fue acerca de su investigación sobre la teoría del apego. De igual manera, Mary Ainsworth, psicóloga estadounidense, realizó diversos estudios sobre la teoría del apego, ella fue quien diseñó la situación del extraño y a su vez estudió las diferencias en cuanto a la calidad en la relación madre e hijo. Goldberg, Muir, & Kerr (2013) mencionan que la teoría del apego fue un trabajo en conjunto de los dos psicólogos, en donde por un lado Bowlby se basó en los conceptos de la etología, el procesamiento de la información, la psicología del desarrollo y el psicoanálisis, para la formulación de los principios básicos de la teoría de apego. Mientras que Ainsworth, probó algunas ideas de Bowlby de manera empírica, contribuyendo con el concepto de la figura adjunta como una base segura desde la cual un infante puede explorar el mundo. También formuló el concepto de sensibilidad materna a las señales infantiles y su rol de en el desarrollo de patrones de apego madre e hijo. De esta manera se creó la teoría del apego, revolucionando el pensamiento con respecto a los vínculos de un niño con su madre, tomando en cuenta aspectos como la separación, la privación y procesos de duelo.

Sin embargo, ¿Qué es apego? Waters & Sroufe (2017) lo definen como un vínculo afectivo entre el infante y el cuidador. Es la forma de relacionarse con una cierta figura. Este lazo es fundamental ya que será un factor que posiblemente influya a la manera en cómo una persona se relacione con otros seres humanos. No obstante, no significa que el tipo de apego que desarrolle una persona no sea modificable en un futuro. Moneta (2014) explica que el rango de edad más importante para la creación del vínculo se encuentra alrededor de los 0 a los 3 años como punto crítico. Se puede decir que el apego, es esencial debido a que se desarrolla

mucho antes que el habla. De esta manera, el infante creará la base de cómo serán sus relaciones a futuro, este vínculo será determinado por la manera en cómo fue creado con sus figuras paternas. No todos los niños tienen el mismo tipo de apego, por esto existen diferentes formas de como relacionarse con el resto de los seres humanos. A continuación, se explicarán los diferentes tipos de apego que existen, como se van formando y cuáles son las posibles consecuencias a futuro.

Tipos de Apego

Cada ser humano, desde el nacimiento busca mecanismos de supervivencia, en este caso son los padres, quienes se encargan de brindar los cuidados necesarios para que el bebé crezca de una manera saludable. Papalia, Olds, Feldman (2011) mencionan que a pesar de que se dan diferencias individuales en cada persona, los niños deben afrontar sucesos, también es importante satisfacer las necesidades básicas y determinadas tareas para que ocurra un desarrollo normal. Papalia, Olds, & Feldman (2011) explican que Mary Ainsworth y colaboradores realizaron estudios, quienes descubrieron cuatro estilos de apego, las cuales se formarán dependiendo de cómo los cuidadores primarios se relacionen con sus hijos. Dichos estilos son: El apego seguro, el apego inseguro-evitativo, el apego inseguro ansioso o ambivalente y el apego inseguro desorganizado. A continuación, se detallarán de manera individual cada uno de los apegos.

El primer tipo de apego se conoce como el apego seguro. Papalia, Olds, Feldman (2011) describen a este tipo de bebés, aquellos que suelen llorar o protestar cuando la madre se aleja, no obstante, se contentan cuando regresa. En este caso, la madre cuenta como una base segura para el infante, ya que cuando ellos se quedan solos o esta se aleja, los bebés aprovechan para ir a explorar, sin embargo, suelen verificar ocasionalmente que su madre se encuentre presente. García & Ibáñez (2007) enfatizan que son niños que muestran ayudar a

sus padres, cuando ellos se encuentran en una situación complicada. De igual manera, en cuanto a sus relaciones interpersonales, suelen tener respeto y ser empáticos. El desarrollo de este tipo de apego se da cuando los padres respondieron a tiempo las necesidades de sus hijos.

Por otro lado, se encuentra el apego inseguro. Papalia, Olds, Feldman (2011) explican que son niños quienes exhiben mucho temor, angustia y enojo. En este caso, la reacción del infante cuando la madre se ausenta, el niño se comporta de manera negativa, provocando un rechazo hacia sus progenitores, existe llanto, pueden ser agresivos y pueden ser niños inhibidos. Asimismo, García & Ibáñez (2007) describen a este tipo de infantes, como aquellos que no confían en tener una respuesta servicial por parte del progenitor cuando estén buscando satisfacer una necesidad, por este motivo se volverán personas autosuficientes. En cuanto a sus relaciones interpersonales con infantes de su misma edad pueden comportarse hostiles, victimizar al otro, y no disfrutan la proximidad de un tercero. Este tipo de apego se desarrolla cuando los progenitores no responden de manera consistente a las necesidades del bebé. Por este motivo, pueden los padres sentirse rechazados por sus hijos.

En cuanto al apego ansioso o también conocido como ambivalente. Papalia, Olds, Feldman (2011) mencionan que son infantes que se ponen ansiosos antes de que la madre se aleje y se llegan a alterar cuando la madre sale de la habitación. Las reacciones de estos infantes al volver a ver a su madre son ambivalentes, de tal manera que suelen llorar y para la madre es muy difícil poder consolarlos. Es decir que el niño busca retomar el contacto con sus progenitores, pero a su vez se resiste hacerlo. García & Ibáñez (2007) explican que estos niños no están seguros de que su progenitor se encuentre accesible al momento que busque ayuda. Esta incertidumbre provoca que el infante sienta ansiedad con su persona y también al momento de explorar su propio mundo. En cuanto a la formación de sus relaciones interpersonales, tienden a ser más victimizados, no son estables, y pueden perder el control

fácilmente. Este tipo de apego se da cuando los progenitores o cuidadores primarios muestran respuestas impredecibles cuando van en busca de satisfacer sus necesidades.

Por último, se encuentra el apego desorganizado. Papalia, Olds, Feldman (2011) detallan que son niños que carecen de una estrategia coherente para lidiar con el estrés ante una situación extraña. Asimismo, se comportan de manera contradictoria o repetitiva. Por ejemplo, buscan cercanía con un extraño en vez de querer ir con sus progenitores. No obstante, es importante recordar que son niños que sí se acercan a su madre, de manera positiva, pero en seguida se van a buscar contacto con un tercero. García & Ibáñez (2007) recalcan que este tipo de apego se desarrolla en poblaciones de alto riesgo, es decir en niños que han sufrido algún tipo de abuso o han pasado por negligencia. Por esta razón en cuanto a sus relaciones interpersonales, suelen ser difíciles ya que presentan desconfianza o sencillamente no saben cómo crear un vínculo emocional.

Como se puede observar, el apego se desarrolla dependiendo de cómo los progenitores reaccionan ante las necesidades que presenta el infante. No todos los niños se desarrollan de igual manera, dependiendo de cómo ellos se sientan o que experiencias han vivido, desarrollan un tipo de apego. Por esta razón es importante comprender qué relación tiene el apego con el divorcio. A continuación, investigaciones explicarán el tipo de apego se puede dar en niños que han pasado por un proceso de divorcio y cuáles son sus efectos a largo plazo.

El Apego y el Divorcio

El divorcio es un proceso, el cual implica la disolución de un matrimonio, poniéndole fin a la convivencia de una familia. Por esta razón, todos los miembros de la familia deben pasar por diversos procesos desde la adaptación de la nueva estructura familiar hasta la aceptación de la salida de uno de los familiares. Pero es importante plantearse las

consecuencias del divorcio va a terminar afectando a los integrantes más pequeños de la familia, en este caso, los hijos. También se debe considerar, que tipo de apego tendrán las personas que experimentaron un divorcio a temprana edad y finalmente, que consecuencias a nivel interpersonal existirán en un futuro. No obstante, es importante recordar que todos estos factores anteriormente mencionados variarán dependiendo de cómo el proceso de divorcio se llevó a cabo, es decir, si el infante pasó por una situación traumática o no.

El apego establecido por los padres es muy importante para poder observar el nivel de adaptación del infante al momento de experimentar un divorcio. Según Faber & Wittenborn (2010) no es infrecuente que los niños muestren problemas de adaptación luego del divorcio. Por este motivo, en algunas ocasiones suelen mostrar resistencia a los diversos cambios que se dan durante el proceso de divorcio. Para entender mejor cómo el niño se va a relacionar en un futuro con el resto de las personas, se debe comprender cómo se relaciona su tipo de apego con el divorcio. Faber & Wittenborn (2010) mencionan que el desarrollo del apego ocurre dentro del primer año de vida, esto no se considera una característica similar a un rasgo que no se puede cambiar. Sin embargo, en diversos contextos y ambientes, el tipo de apego desarrollado por el infante puede ser modificado. Mikulincer & Shaver (2012) mencionan que el estilo de apego puede cambiar de manera sutil o dramática, según el contexto actual, las experiencias recientes y las relaciones.

Faber & Wittenborn (2010) explican el concepto central de la teoría de apego de Bowlby, el cual se basa en la idea de que los cuidadores primarios proporcionan un contexto crítico, el cual los niños pueden organizar sus experiencias emocionales y aprende a regularlas. En el caso del divorcio, los cuidadores principales se encuentran pasando por situaciones estresantes, se puede dar la situación de que no tenga la misma capacidad de responder ante las necesidades básicas, modificando así el apego del hijo. Causando cambios

conductuales por parte de los cuidadores principales, especialmente por parte de las madres, quienes generalmente se quedan con sus hijos.

Wallerstein, Lewis, & Packer (2013), realizaron un estudio longitudinal cualitativo de 25 años sobre las relaciones maternas en una población de California de clase media, no afiliada y divorciada. En el presente trabajo se muestra la importancia crítica de la atención y disponibilidad de las madres durante los años posteriores al divorcio. En el estudio se pudo observar que más de la mitad de las madres, especialmente las que tenían dos o más hijos menores de edad, estaban significativamente menos disponibles y menos receptivas a sus hijos en los años posteriores al divorcio que durante el matrimonio fallido. Este cambio de conductas se puede observar debido a que los padres deben pasar por diversos procesos legales, cambios emocionales, deben buscar estabilidad económica, son menos comprensivos, tienen menos reglas, brindan menos supervisión creando más conflictos logrando así cambios en el apego de sus infantes.

Se han realizado diversos estudios sobre los efectos del divorcio en los niños. Faber & Wittenborn (2010) mencionan que el divorcio aumenta la probabilidad de desarrollar un apego inseguro. Se puede concluir que este tipo de apego se debe a la distancia que se forma entre los padres e hijos. Algunas consecuencias debido al divorcio, en los hijos según Cuixart (2013) son a partir de los 3 años quienes presentan síntomas de regresión, ansiedad de separación y aumento de agresividad. En niños de 6 a 8 años, se puede observar sentimientos de abandono, procesos de duelo, fantasías de reunificación, y lástima por el padre ausente. Entre las edades de 9 a 12, se encuentran sentimientos de enfado hacia los padres, sacudidas de su identidad y ansiedad acerca del sexo. En adolescentes que se encuentran en el rango de edad de los 13 a los 18, expresan pasar por sentimientos de pérdida, manifestaciones depresivas, y alianza con un progenitor. Como se puede observar, el divorcio, a cualquier

rango de edad las personas presentan síntomas y problemas tanto a nivel emocional como conductual.

No obstante, a pesar de que el divorcio es un predictor de formar apego inseguro en las personas, se debe tomar en cuenta que dichas emociones y conductas, no se puede generalizar para toda la población. También se ha encontrado estudios, en donde padres con apego seguro, pueden transmitirlo hacia sus hijos y los efectos secundarios del divorcio no serán tan perjudiciales. Schaan & Vögele (2016) explican en su investigación que el ayudar a los niños a entender y hacer frente a la separación de sus padres, se les puede dar herramientas para mantenerse saludables sin desarrollar ansiedad en sus relaciones. Es decir, que un proceso de separación saludable, sin crear trauma, no tendría que verse afectado el apego que el infante haya desarrollado hasta el momento. En este caso, se puede recomendar asistir a programas de prevención para ayudar a aumentar la resiliencia de los niños, el cual podrá reducir los efectos a largo plazo del divorcio en su estilo de apego.

Como se pudo observar, dependiendo de cómo los padres manejen la separación y el ambiente en el que se encuentre el infante, podrá o no modificar el estilo de apego. En caso de que el niño se encuentre en un ambiente saludable y los padres puedan manejar la situación, las consecuencias serán menos y su estilo de apego se mantendrá. Por otro lado, en caso de que el divorcio se lleve de una manera traumática, existirán consecuencias como se menciona Faber & Wittenborn (2010) las transiciones matrimoniales para la mayoría de los niños representan una interrupción temporal o permanente de la seguridad del apego de uno o ambos padres. Es decir, que efectivamente el infante puede pasar a desarrollar un apego inseguro o un apego ansioso. Algunas manifestaciones que se expresan son ansiedad, depresión enojo y problemas de conducta.

El Divorcio

Predictores del Divorcio

Entenderse como persona es difícil, el unir la vida con otra persona, se puede volver complicado. La unión de dos seres humanos, se vuelve un caos, si es que no se puede entablar una relación estable con la pareja, si no se logra entender a la otra persona, o simplemente no se pueden acoplar a las costumbres de cada uno. Estos ejemplos, pueden ser situaciones que marcan una predicción de un posible divorcio.

Generalmente las parejas se casan con grandes expectativas acerca de lo que les deparará su futuro como esposos. No obstante, la mayoría de los matrimonios no logran cumplir con sus planes, debido a que suelen terminar en separación. De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (2017) la tasa de divorcio aumentó en la última década en un 83,45%. Por lo que se puede observar una problemática en cuanto a las relaciones en pareja. Por esta razón, es importante analizar cuáles son los predictores del divorcio.

Las razones para que se disuelva un matrimonio pueden ser varias, desde una mala comunicación, conflictos a nivel económico, problemas de adaptación, la convivencia, clases sociales, diferencias culturales, entre otras razones. Amato (2010) menciona que algunos factores del divorcio son: casarse en la adolescencia, pertenecer a un estrato socioeconómico bajo, pasar por un desempleo, tener un nivel bajo académico, en el caso de las mujeres tener un parto prematrimonial. Es importante recordar que los factores antes mencionados son solamente predictores de matrimonio y no necesariamente determinará un divorcio. Asimismo, algunos de estas circunstancias pueden ser debatibles ya que pueden causar controversia. Amato (2010) explica la cohabitación prematrimonial juega un rol controversial, debido a que algunos investigadores han descubierto que se asocia con resultados negativos solamente bajo algunas circunstancias como el nacimiento de un bebé o aumenta el riesgo de discordia entre la pareja. Esto se debe ya que la pareja debe compartir

creencias, costumbres, o reglas las cuales aumenta el desacuerdo entre la pareja y puede darse el caso de que sean incompatibles.

Consecuencias del Divorcio en los Hijos

La edad de los niños cuando experimentan un divorcio juega un rol fundamental. Haskey (1990) menciona que la edad más común en un niño para experimentar un divorcio es alrededor de los 3 a 8 años. Asimismo, uno de cada cuatro niños experimenta el divorcio antes de cumplir los 16 años. Kim (2011) realizó un estudio longitudinal con niños quienes cursaban un centro de desarrollo infantil en los años 1998 y 1999 con la finalidad de medir los efectos del divorcio en dicha población. Para la presente investigación se utilizó la prueba *Early Childhood Longitudinal Program (ECLS)*. Los resultados encontrados fueron los siguientes: se pudo observar contratiempos entre los niños y los puntajes de matemáticas durante y después de la experiencia del divorcio. También existieron un efecto negativo en las habilidades interpersonales y los efectos combinados negativos durante los períodos dentro y después del divorcio. Sin embargo, Kim (2011) no encontró un aumento en los problemas de comportamiento externalizantes en ninguna etapa.

Asimismo, Huurre, Junkkari, & Aro (2006) realizaron una investigación longitudinal de 16 años con adultos entre la edad de 32 años. La muestra consistía en 316 adultos quienes sus padres se divorciaron antes de cumplir 16 años y 1069 personas quienes no experimentaron un divorcio en su infancia. Los resultados del presente estudio fueron interesantes. Se encontró que las mujeres que pasaron por un divorcio en su infancia reportaron más problemas psicológicos, fueron quienes puntuaron más alto en el inventario de depresión de Beck, el cuestionario de salud general. También se pudo observar que tienen problemas en sus relaciones interpersonales. Sin embargo, estos resultados no se observaron en los hombres. Sin embargo, tanto para hombres como mujeres se encontró que existe más

desempleo, probabilidad de divorcio, eventos negativos en su vida y tienden a tener más problemas en su salud. Estos hallazgos son importantes tomar en cuenta debido a que se relacionan con el apego inseguro, la experiencia, la crianza, entre otros factores.

Sin embargo, si los padres del niño manejan correctamente la situación, el riesgo de tener consecuencias disminuyen. Según Cohen, Weitzman, & Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health (2002) explican que las manifestaciones clínicas dependen de varias variables, como son, la edad, el nivel previo al funcionamiento psicosocial de la familia, la capacidad de los padres en medio de su propia ira, y la pérdida e incomodidad para centrarse en los sentimientos del niño. De esta manera, es importante conocer el contexto de la persona para entender las manifestaciones que se presentan en un futuro.

La Ansiedad

El proceso del divorcio durante la infancia se puede manejar de manera fácil o complicada. No obstante, la separación implica diversos factores y consecuencias, las cuales formarán parte de la experiencia de cada persona. En la mayoría de los casos, se pudo observar que el experimentar un divorcio conlleva a que los seres humanos desarrollen un apego inseguro, el cual a futuro será crucial para formar relaciones interpersonales. Esto se debe ya que la ansiedad que puede experimentar una persona al momento de conocer a alguien juega un rol importante. Tahirović, & Demir (2017) realizaron un estudio con 162 sujetos. El 3.7% puntuaron 36 en el inventario de ansiedad de Beck, lo que se considera como alto. El resto de los participantes, siendo un 32.7% indicaron tener ansiedad moderada. A continuación, se explicará a profundidad los criterios del DSM-IV-TR y lo que consiste la ansiedad social.

Conclusión

Es importante entender que un adulto que ha pasado por un divorcio durante su etapa del desarrollo infantil puede generar consecuencias a futuro. La separación dependiendo de cómo se lo maneje puede terminar siendo una situación traumática o no para los padres o hijos. El rol de los padres es fundamental, ya que son los encargados de brindar el apoyo adecuado a sus hijos y disminuir cualquier consecuencia a futuro en el infante. Los padres deben considerar que su crianza afectará al estilo de apego que desarrolle su hijo, el cual influencia la formación de los niños. En la mayoría de las ocasiones se puede observar que las personas que experimentaron un divorcio tienden a tener dificultades a nivel interpersonal. En caso de que una persona decide entrar a un proceso psicoterapéutico, se debe tomar en cuenta el tipo de duelo y en que etapa se encuentra la persona.

Englobando la literatura expuesta, se busca interrelacionar la terapia de duelo como una propuesta de intervención para buscar mejorar las relaciones interpersonales en la vida adulta de una persona que ha experimentado un divorcio durante su infancia.

METODOLOGÍA Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Diseño y Justificación de la Metodología Seleccionada

Es fundamental justificar el por qué y para qué es indispensable aplicar un diseño específico de investigación. Por este motivo, es importante que la metodología seleccionada sea sensata con la pregunta de investigación planteada. En el caso del presente estudio se busca medir de manera objetiva la terapia de duelo con un enfoque humanista utilizando la teoría propuesta por William Worden, como intervención para mejorar las relaciones interpersonales en adultos que han experimentado el divorcio parental durante su infancia. En consecuencia, se llevará a cabo una metodología mixta, es decir que se utilizarán métodos cuantitativos y cualitativos.

Hernández, Fernández & Baptista (2014) explican que el diseño mixto se utilizan diversas fuentes de información y tipos de datos como pruebas de laboratorios, entrevistas a profundidad con preguntas abiertas y cerradas, considerando el historial clínico del participante. En el presente trabajo de investigación se buscará medir la efectividad de la terapia de duelo para mejorar las relaciones interpersonales en adultos ecuatorianos entre las edades de 20 a 25 años, quienes hayan experimentado el divorcio parental durante su infancia. En este caso, la variable independiente sería la terapia de duelo, la cual es fundamental para poder observar el efecto que tiene dicha variable sobre la variable dependiente, los adultos que han experimentado un divorcio durante su infancia.

La pregunta del presente trabajo investigativo permite utilizar un método mixto. ya que representan procesos sistemáticos, empíricos y críticos. Hernández, Fernández &

Baptista (2014) explican que el método mixto representa un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos. Permitiendo una discusión conjunta y lograr un mejor entendimiento del fenómeno bajo estudio. Los datos que la investigadora se recogería para el presente estudio serían, las entrevistas y los cuestionarios realizados por los participantes. Mientras que la terapia de duelo será realizada por una terapeuta especializada en un enfoque humanista, quien al final brindará un certificado al participante, para que quede constancia de las asistencias a terapia. Mas adelante se explicará a profundidad la selección de participantes, las herramientas de investigación utilizadas, el procedimiento de recolección de datos y análisis y finalmente, las implicaciones éticas.

Participantes

Los participantes que se requerirían para el presente trabajo de investigación serían jóvenes adultos, tanto hombres como mujeres, entre las edades de 20 a 25 años. Asimismo, deben cursar sus estudios académicos en una Universidad privada de la ciudad de Quito, sin importar la facultad a la que pertenezcan. La muestra propuesta para el presente trabajo de investigación es de N=20 estudiantes. Sin embargo, es fundamental que los participantes cumplan con el requisito de reportar una experiencia de divorcio durante su infancia y aún se encuentren pasando por un proceso de duelo complicado, debido a la separación. El síntoma que se tomará en cuenta es la ansiedad, la cual debe encontrarse presente y es producto del divorcio de sus progenitores durante la infancia. En este caso, la ansiedad dificultaría la formación de relaciones interpersonales. Finalmente, se debe considerar que los participantes presenten asuntos inconclusos con uno de sus progenitores, debido al divorcio.

Herramientas de Investigación Utilizadas

Acorde con lo que se pretende medir cuantitativamente, se escogieron cuatro cuestionarios específicos, se debe mencionar que todos los cuestionarios que se utilizarían para la presente investigación ya se encuentran traducidos al español. El primer cuestionario para utilizar sería el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) fue desarrollado por Aaron Beck y Robert Steer en 1998. Sanz (2014) explica que el inventario más utilizado en los países con mayores estudios en el área de psicología y a su vez el más aplicado en el ámbito clínico. García, Reverte, García, Méndez, & Prigerson (2009) mencionan que el BAI consta de 21 ítems con cuatro categorías de respuesta tipo Likert, los cuales evalúan la severidad que se presentan las categorías sintomáticas y conductuales de la ansiedad. Los rangos van desde el 0 (ausencia del síntoma) hasta 3 puntos (severidad máxima). Dicha herramienta se tomaría previamente a la intervención. En cuanto a la validez y confiabilidad, Vázquez & Colaboradores (2015) mencionan que el BAI muestra una consistencia interna, alfa superior a 0,90. Tiene una validez convergente adecuada con una correlación mayor a 0,50. En cuanto a su validez divergente, se considera moderada con correlaciones menores a 0,60.

Clinical Outcomes in Routine Evaluation-Outcome Measure (CORE-OM), es el segundo inventario que se utilizaría en el presente proyecto de investigación. Feixas & Colaboradores (2012) mencionan que el cambio producido durante el proceso terapéutico es importante debido a que se puede observar tanto la eficacia del tratamiento. De igual manera, Feixas & Colaboradores (2012) indican que el CORE-OM fue creado por el Core System Group, un grupo de profesionales e investigadores directivos y encargados de los diferentes servicios públicos del sistema de salud británico. Feixas & Colaboradores (2012) explican que el CORE-OM consta de 34 ítems que evalúan las siguientes dimensiones: Bienestar subjetivo (4 ítems). Problemas/síntomas relacionados a la depresión, síntomas físicos, ansiedad, & trauma (12 ítems). Funcionamiento general incluyendo relaciones íntimas,

sociales, y otros aspectos del funcionamiento cotidiano. Finalmente, se puede observar el nivel de riesgo conductual (6 ítems), como intentos de suicidios, agresiones a terceros y/o autolesiones. La evaluación de cada ítem va desde el 0 al 4, las cuales se miden según la intensidad. Este inventario se utilizaría pre-mid-post terapia. En cuanto a su fiabilidad interna, Vogel, Wade & Ascherman (2009) explican que la fiabilidad para las subescalas de Problemas (.88 –.90) y Funcionamiento (.86 –.87).

La tercera herramienta por utilizar sería el Inventario de Experiencias de Duelo (IED) creado por Sanders, Mauger & Strong en 1977. García, Reverte, García, Méndez, & Prigerson (2009) consta de 135 ítems y 18 escalas. Las respuestas son dicotómicas, es decir, verdadero o falso. El objetivo de este inventario es evaluar áreas somáticas, emocionales y relacionales. El coeficiente de consistencia interna oscila entre 0,43 y 0,85. Asimismo, García & Colaboradores (2009) mencionan que se caracteriza por ser un inventario multidimensional y objetivo, siendo sensible a los cambios de tiempo.

Finalmente, para complementar la evaluación a nivel cualitativo, se aplicaría el Inventario de Duelo Complicado (IDC). García, Reverte, García, Méndez, & Prigerson (2009) fue creado por Prigerson en 1995. EL objetivo de IDC es diferenciar objetivamente el duelo normal y patológico. Consta de 19 ítems de tipo Likert, con cinco categorías (nunca, raramente, algunas veces, a menudo y siempre) numeradas del 0 al 4, en donde se puede observar síntomas cognitivos, conductuales y emocionales. Al obtener una puntuación mayor de 25 ya es un indicador de duelo complicado. Es importante recordar que, para estos dos cuestionarios IED & IDC, se reemplazará la palabra muerte o fallecido, por divorcio o salida del hogar. Con la finalidad de darle contexto al tema que se está investigando

Para complementar y trabajar de manera más específica, la propuesta de investigación también se utilizaría métodos cualitativos. Se implementará una entrevista estructurada, con la finalidad de indagar el historial clínico del paciente y conocer cómo es su funcionamiento a

nivel interpersonal. Se realizaría dos entrevistas una inicial y una final. La entrevista inicial consta de 9 preguntas abiertas, las cuales involucran temas de duelo, divorcio y relaciones interpersonales. En cuanto a la entrevista final, consta de 3 preguntas abiertas.

Procedimiento de recolección y Análisis de Datos

Para el reclutamiento de los participantes, se procedería a realizar una invitación por medio de una carta, a los estudiantes universitarios entre las edades de 20 a 25 años. En la presente invitación se especificaría los objetivos del estudio, las implicaciones, y un consentimiento informado, el cual debe ser firmado para proceder empezar con el proceso. La invitación se realizaría por vía electrónica utilizando las direcciones de correo pertenecientes a la de la universidad. Con el objetivo de conseguir la muestra necesaria, se le ofrecerá a cada participante recibir una retribución monetaria de \$5 americanos. Una vez obtenido el número indicado de participantes, se aplicaría la entrevista inicial y los Inventarios correspondientes con la finalidad de evaluar y seleccionar únicamente a los adultos que aún se encuentren en un proceso de duelo debido al divorcio parental en su infancia y tengan dificultades en sus relaciones interpersonales. En cuanto a la terapia de duelo, se realizarían 12 sesiones psicoterapéuticas, utilizando terapia de duelo en donde se trabajarán las tareas de Worden con una duración de 50 minutos cada intervención. Los participantes deben asistir donde una profesional y al final deberán entregar al investigador un certificado de haber asistido a las intervenciones psicoterapéuticas, utilizando la terapia de duelo.

En cuanto a la recolección de datos, los cuestionarios serán tomados de la siguiente manera. El Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) se tomará pre y post intervención. El objetivo de tomar pre-intervención es observar cómo se encuentran los niveles actuales de ansiedad y el post intervención, se podrá visualizar cómo los niveles de ansiedad cambiaron con la terapia. Por otro lado, el Clinical Outcomes in Routine Evaluation-Outcome Measure

(CORE-OM) se tomará tres veces: pre, mid y postintervención ya que permitirá evaluar el progreso terapéutico de los participantes. De igual manera, Inventario de Experiencias de Duelo (IED) se aplicaría al inicio y al final de la intervención, con la finalidad de evaluar como la experiencia del divorcio ha mejorado a través de la terapia de duelo. Finalmente, el inventario de Duelo Complicado se lo aplicaría pre-intervención con el objetivo de conocer si los participantes se encuentran en un duelo complicado.

Por otro lado, la entrevista sería inicial, se tomaría pre-intervención con la finalidad de comprender el funcionamiento de la persona y conocer cómo su experiencia de divorcio se relaciona con la dificultad en sus relaciones interpersonales. Finalmente, la entrevista final se tomaría post-intervención para evaluar la efectividad de la intervención en la persona, y conocer si sus relaciones interpersonales mejoraron.

Consideraciones Éticas

Los aspectos éticos en investigaciones son fundamentales y se deben tomar en cuenta al momento de trabajar con una muestra. Antes de realizar una investigación, según la Asociación Americana de psicología, en el código de ética 8.02 (2010) se debe realizar y firmar un consentimiento informado para cualquier tipo de investigación. Por este motivo, todos los participantes deberán firmar un consentimiento informado previamente a la aplicación de cuestionarios, entrevista e intervenciones psicoterapéuticas. El consentimiento informado para la presente investigación, se considerará aspectos solamente con fines académicos. Por lo cual, se explicará que la participación es completamente voluntaria y, asimismo, el participante se puede retirar en cualquier momento de la investigación si es que lo desea sin tener consecuencias negativas para la persona en cualquier ámbito ya sea académico o personal. De igual manera, el participante tiene alguna duda sobre el procedimiento, el investigador estará dispuesto a responder cualquier inquietud.

Es importante mencionar la confidencialidad. De acuerdo con la Asociación Americana de psicología, en el código de ética 4.01 (2010) se debe mantener confidencialidad como obligación primordial con la finalidad de proteger la información obtenida del paciente. Por este motivo, durante la investigación se asegurará hacer el uso anónimo de la información personal del participante. Para la recolección de datos únicamente se tomará en cuenta la edad y el género. Asimismo, se informará a la persona que tanto su involucramiento como toda información obtenida no influenciaría en potenciales de riesgo. Finalmente, se le informará al participante que tiene el poder de pedir sus resultados o algún tipo de retroalimentación.

RESULTADOS ESPERADOS

En el caso de aplicar el presente estudio en la vida real, se esperaría que el investigador prosiga con el procedimiento propuesto en la metodología. Es decir, que primero se debe identificar a la muestra descrita, estudiantes universitarios de la ciudad de Quito quienes presenten síntomas de ansiedad debido al divorcio parental durante su infancia y debido a su ansiedad tengan dificultades en sus relaciones interpersonales. A continuación, se debería aplicar las pruebas propuestas pre-intervención y la entrevista inicial. Luego, el participante deberá asistir a la intervención, la cual debe ser realizada por un terapeuta certificado. Finalmente, se evaluará al participante con las pruebas post-intervención y la entrevista final.

Es fundamental recordar que el presente trabajo investigativo es basado únicamente en exposiciones teóricas, por lo que conllevará a que la justificación de resultados descritos a continuación sean suposiciones según la información propuesta en la revisión de literatura. En primera instancia, se debe pensar en la relación de la terapia de duelo, utilizando las tareas de Worden, y cómo esta permitirá a la persona reducir los síntomas de ansiedad presentes debido a una pérdida, en este caso se habla de la salida de uno de los progenitores del hogar. Por este motivo al aplicar terapia de duelo en adultos con síntomas de ansiedad, se esperaría llegar a la cuarta tarea *hallar una conexión perdurable con el fallecido al embarcarse en una vida nueva*. Durante terapia el terapeuta tendría que trabajar con el paciente en resolver asuntos inconclusos del pasado, en este caso, la salida del progenitor del hogar. El efecto esperado de trabajar con las tareas de Worden, durante terapia es que la persona pueda adaptar dicha pérdida a su vida, bajando así los niveles de ansiedad y permitiendo reducir dificultades en sus relaciones interpersonales. Para evaluar el cambio o la reducción de

síntomas ansiosos en el paciente, se basarían en los resultados obtenidos del Inventario de Ansiedad de Beck, post-intervención.

Se debe mencionar que la ansiedad actual del paciente se debería al divorcio de los padres, el cual no fue trabajado de manera correcta, causando así traumas en el niño. Schaan & Vögele (2016) durante su investigación concluyeron que un divorcio saludable permite a los infantes a reducir síntomas de ansiedad. Esto se debe a que los padres deben involucrar a sus hijos en el proceso de separación ya que brinda la oportunidad a los padres psicoeducar a sus hijos. Es importante que ellos comprendan que la decisión tomada por los padres no es debido a ellos, por ende, los niños no terminarán con sentimientos de culpabilidad. Framo (1987) explica que los padres pueden incluir en la toma de decisiones a los hijos (lógicamente en las que ellos puedan ser parte), no incluir a los hijos en la pelea (sin embargo, ellos deben saber cómo las peleas empiezan y como estas terminan), luego del divorcio no usar a los hijos como mensajeros o chantajear emocionalmente, intentar mantener la relación del hijo con cada progenitor y trabajar de manera colaborativa. Se esperaría que una buena separación, evitará consecuencias emocionales negativas en sus hijos, en este caso tener dificultades en sus relaciones interpersonales. Sustentando los resultados en esta base empírica, se esperaría que, mediante la terapia de duelo los participantes puedan reformar o trabajar en el apego con sus progenitores. Es evidente que los participantes pasaron por un divorcio complicado en donde no se han sentido validados, formando así apego inseguro en la persona.

DISCUSIÓN

La pregunta de investigación expuesta en el presente trabajo de investigación fue: ¿Como y hasta qué punto la terapia de duelo puede ayudar a mejorar las relaciones interpersonales en adultos ecuatorianos, estudiantes universitarios, entre las edades de 20 a 25 años que han experimentado el divorcio de sus padres durante las etapas de desarrollo infantil? La razón por la que se eligió dicha pregunta fue debido a que muchos trabajos de investigación se basan en las consecuencias durante la infancia y en psicoeducación hacia los padres para trabajar de manera adecuada con sus hijos sobre el divorcio. No obstante, se asumiría que existe una población que ha pasado por un divorcio complicado y que no ha sido trabajado por la persona, manteniendo así consecuencias a largo plazo. A continuación, se explicará a profundidad las conclusiones, las limitaciones y recomendaciones para un futuro estudio.

Conclusiones

Respondiendo la pregunta de investigación, se puede asumir hipotéticamente basado en la teoría expuesta, la terapia de duelo podría ayudar a disminuir la sintomatología ansiosa del paciente. Por este motivo, se espera encontrar a largo plazo mejorías en los pacientes, las cuales implicarían mejorar en sus relaciones interpersonales. De igual manera, al final de la intervención sean capaces de aceptar y resolver asuntos inconclusos con los progenitores.

Limitaciones del Estudio

En el presente estudio se puede observar ciertas limitaciones. En primer lugar, se debe tomar en cuenta que el presente trabajo de investigación se basa en una muestra muy limitada, por lo cual se puede expandir a otro tipo de población, por ejemplo, a clases sociales

más bajas u otros rangos de edad, asimismo se podría aumentar el número de participantes. En segunda instancia, se puede observar que en el presente trabajo de investigación los participantes deben asistir a 12 sesiones psicoterapéuticas, por lo cual involucra factores económicos, tiempo, y compromiso, por ende, puede causar que los sujetos no logren completar el mínimo de sesiones y la investigación se encuentre perjudicada. Finalmente, la evidencia recolectada para el presente trabajo se basa en investigaciones realizadas en otros países, por lo cual no se utilizó mucha información basada en el Ecuador.

Recomendaciones para Futuros Estudios

Se recomienda que, para futuros estudios, la muestra se amplíe con la finalidad de poder recolectar más información y poder observar mejores resultados. Por otro lado, sería óptimo que se realicen estudios similares dentro del Ecuador con la finalidad de comparar el impacto de estudios parecidos, para aumentar y mejorar el nivel de investigación en el Ecuador. Por último, el presente trabajo de investigación consta de un pago a los participantes, por esto, se podría analizar la posibilidad de incrementar el pago ya que los asistentes deben pagar por sus sesiones terapéuticas y al aumentar el pago, podría ser motivación para que los participantes se mantengan en el proyecto de investigación.

REFERENCIAS

- Abbasi, M., Dargahi, S., Bakhtiari, Z., & Alipour, G. (2017). Effect of acceptance and commitment based training on psychological well being and marital satisfaction in divorce applicants couples. *Journal of Research & Health, 4*.
- American Psychological Association. (2010). *Código de Ética*. Extraído en noviembre del 2018 de <https://www.apa.org/ethics/code/>
- Angus, L., & Greenberg, L. (2011). *Working with narrative in emotion-focused therapy: Changing stories, healing lives*. American Psychological Association.
- Aragón, R., & Cruz, R. (2014). Causas y caracterización de las etapas del duelo romántico. *Acta de investigación psicológica, 4*(1), 1329-1343.
- Arkes, J. (2016). The temporal effects of divorces and separations on children's academic achievement and problem behavior. *Journal of divorce & remarriage, 56*(1), 25-42.
- Arroyo, E., López, D. & Zúñiga, Y. (2017). Depresión en adultos jóvenes expuestos a violencia intrafamiliar durante la infancia. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas, 3*(6), 96-103.
- Bistamam, M., Jais, S., Nasir, R., & Arip, M. (2016). The effect of REBT Structured Group Counseling towards the psychology aspects of adolescents of divorced parent. *Advances in Environmental Biology, 10*(4), 44-50.
- Butler, S., & Northcut, T. (2012). Enhancing Psychodynamic Therapy with Cognitive-Behavioral Therapy in the Treatment of Grief. *Clinical Social Work Journal, 41*(4), 309–315.
- Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *Anales del sistema sanitario de Navarra, 30*, pp. 163-176. Gobierno de Navarra. Departamento de Salud.

- Carr, D. (2010). New perspectives on the dual process model (DPM): What have we learned? What questions remain?. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 61(4), 371-380.
- Cohen, S. (2013). *States of denial: Knowing about atrocities and suffering*. United States: John Wiley & Sons.
- Cohen, G., Weitzman, C., & Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. (2016). Helping children and families deal with divorce and separation. *Pediatrics*, 138(6), 1-9.
- Currier, J., Holland, J., & Neimeyer, R. (2007). The effectiveness of bereavement interventions with children: A meta-analytic review of controlled outcome research. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 36(2), 253-259.
- Cuixart, P. C. (2013). El hijo de padres separados. *Pediatr Integral-Universidad Abat Oliba CEU, de Barcelona*, 17(10), 71-677.
- Erskine, R. (2014). What do you say before you say good-bye? The psychotherapy of grief. *Transactional Analysis Journal*, 44(4), 279-290.
- Faber, A., & Wittenborn, A. (2010). The role of attachment in children's adjustment to divorce and remarriage. *Journal of Family Psychotherapy*, 21(2), 89-104.
- Feixas, G., Evans, C., Trujillo, A., Saúl, L. A., Botella, L., Corbella, S., ... & López-González, M. A. (2012). La version española del CORE-OM: Clinical outcomes in routine evaluation-outcome measure. *Revista de Psicoterapia*, 89(1), 22.
- Framo, J. (1978). The Friendly Divorce. *Psychology Today*. pp. 77-102.
- García, J., Reverte, M., García, J., Méndez, J., & Prigerson, H. (2009). Adaptación al castellano del Inventario de Duelo Complicado. *Medicina paliativa*, 16(5), 291-297.
- García, M., & Ibáñez, M. (2007). Apego e Hiperactividad: Un Estudio Exploratorio del Vínculo Madre-Hijo. *Terapia psicológica*, 25(2), 123-134.

- Goldberg, S., Muir, R., & Kerr, J. (Eds.). (2013). *Attachment theory: Social, developmental, and clinical perspectives*. Routledge.
- González, M. (2016). Narrativas de la experiencia de mujeres mexicanas de la ciudad de Guadalajara Jalisco en el proceso de duelo por divorcio. *Revista REDES*, (34), 47-80.
- Haskey, J. (1990). Children in families broken by divorce. *Population Trends*, (61), 34-42.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ed). México: McGraw-Hill
- Huurre, T., Junkkari, H., & Aro, H. (2006). Long-term Psychosocial effects of parental divorce. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, 256(4), 256-263.
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2017). *Anuario de Estadísticas: Matrimonios y Divorcios*. Extraído en 2018 de http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Poblacion_y_Demografia/Matrimonios_Divorcios/Publicaciones/Anuario_Matrimonios_y_Divorcios2015.pdf
- Kearney, K., & Hyle, A. (2006). A look through the Kubler-Ross theoretical lens. *Theoretical frameworks in qualitative research*, 1, 109-128.
- Kim, H. (2011). Consequences of parental divorce for child development. *American sociological review*, 76(3), 487-511.
- Kübler-Ross, E. (1975). *On death and dying*. Nova York: Macmillan.
- Ledesma, R., Cabrera, A., & Torres, L. (2010). Pérdida y duelo infantil: una visión constructivista narrativa. *Alternativas en Psicología*, 15(23), 58-67.
- Legerstee, J. S., Garnefski, N., Jellesma, F. C., Verhulst, F. C., & Utens, E. M. (2010). Cognitive coping and childhood anxiety disorders. *European child & adolescent psychiatry*, 19(2), 143-150.
- López-Larrosa, S. (2009). El sistema familiar ante el divorcio: factores de riesgo y protección y programas de intervención. *Cultura y educación*, 21(4), 391-402.

- McAlearney, A., Hefner, J., Sieck, C., & Huerta, T. (2015). The journey through grief: Insights from a qualitative study of electronic health record implementation. *Health services research, 50*(2), 462-488.
- Meza, E., García, S., Torres, A., Castillo, L., Sauri, S., Martínez, B. (2008). El proceso del duelo. Un mecanismo humano para el manejo de las pérdidas emocionales. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas, 13*(1), 28-31.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). *An attachment perspective on psychopathology. World Psychiatry, 11*(1), 11–15.
- Millán-González, R., & Solano-Medina, N. (2010). Duelo, duelo patológico y terapia interpersonal. *Revista colombiana de psiquiatría, 39*(2), 375-388.
- Moneta, M. (2014). Apego y pérdida: redescubriendo a John Bowlby. *Revista chilena de pediatría, 85*(3), 265-268.
- Motataianu, I. (2015). The Relation between Anger and Emotional Synchronization in Children from Divorced Families. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 203*, 158-162.
- Neimeyer, R. (Ed.). (2015). *Techniques of grief therapy: Assessment and intervention*. Routledge.
- Neimeyer, R. (2012). *Presence, Process, and Procedure: A Relational Frame for Technical Proficiency in Grief Therapy. In Techniques of grief therapy*. Routledge.
- Osofsky, J. D. (2003). Prevalence of children's exposure to domestic violence and child maltreatment: Implications for prevention and intervention. *Clinical child and family psychology review, 6*(3), 161-170.
- Papalia, D., Olds, S., & Feldman, R. (2011). *Psicología del desarrollo: De la infancia a la adolescencia* (11ed.) Mexico, DF: McGrawHill.

- Perschy, M. K. (2012). *Helping Teens Work Through Grief*. (2da edición). Great Britain: Routledge.
- Penman, E. L., Breen, L. J., Hewitt, L. Y., & Prigerson, H. G. (2014). Public attitudes about normal and pathological grief. *Death studies*, 38(8), 510-516.
- Pila, D. (2016). "Consecuencias psicosociales por el divorcio de los padres en niños de 11 a 12 años, en el Centro Educativo "William James" Bilingual School en el periodo abril 2016 – agosto 2016. Extraído en 2018 de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/7133/1/T-UCE-0007-317c.pdf>
- Real Academia Española. (2014). Divorcio. En *Diccionario de la Lengua Española*. (23^a ed.). Extraído en 2018 de <http://dle.rae.es/?id=E1nfwYR>
- Real Academia Española. (2014). Pérdida. En *Diccionario de la Lengua Española*. (23^a ed.). Extraído en 2018 de <http://dle.rae.es/?id=SYJfFP1>
- Sanz, J. (2014). Recomendaciones para la utilización de la adaptación española del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) en la práctica clínica. *Clínica y Salud*, 25(1), 39-48.
- Schaan, V., & Vögele, C. (2016). Resilience and rejection sensitivity mediate long-term outcomes of parental divorce. *European child & adolescent psychiatry*, 25(11), 1267-1269.
- Stroebe, M., & Schut, H. (2010). The dual process model of coping with bereavement: A decade on. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 61(4), 273-289.
- Tahirović, S., & Demir, G. (2017). Influence of Parental Divorce on Anxiety Level of Adolescents. In *Contemporary Perspective on Child Psychology and Education*. IntechOpen.
- Tweed, J., Schoenbaach, V., George, L., & Blazer, D. (1989). The effects of childhood parental death and divorce on six months history of Anxiety Disorders. *British Journal of Psychiatry*. 154, 823-828.

- Vázquez, O., Rojas, E., Meneses, A., Aguilar, J., Álvarez, M., Alvarado, S. (2015).
Propiedades Psicométricas del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) en Pacientes
con Cáncer. *Psicooncología*. 12(1), pp.51-58.
- Vogel, D., Wade, N., & Ascheman, P. (2009). Measuring perceptions of stigmatization by
others for seeking psychological help: Reliability and validity of a new stigma scale
with college students. *Journal of counseling psychology*, 56(2), 301.
- Wallerstein, J., Lewis, J., & Packer Rosenthal, S. (2013). *Mothers and their children after
divorce: Report from a 25-year longitudinal study*. *Psychoanalytic Psychology*, 30(2),
167-184.
- Waters, E., & Sroufe, L. (2017). Attachment as an organizational construct. *In Interpersonal
Development*, Routledge.
- Worden, J. (2009). *Grief Counseling and grief therapy*. New York, NY: Springer Publishing
Company.
- Worden, J. (2013). *El tratamiento del duelo: Asesoramiento psicológico y terapia*. (4ta
edición). España: Paidós

ANEXO A: CARTA PARA RECLUTAMIENTO DE PARTICIPANTES

A. 1. CARTA DE RECLUTAMIENTO DE PARTICIPANTES

Queridos estudiantes de la USFQ:

Les invito cordialmente a ser partícipes de un proyecto de investigación donde se evaluará como la terapia de duelo ayudaría a mejorar las relaciones interpersonales en adultos entre las edades de 20 a 25 años, quienes hayan experimentado el divorcio de sus padres durante su infancia. La presente investigación tendrá el propósito de obtener información que aporte en el área de psicología. Se agradece con anticipación su colaboración para el desarrollo de este proyecto de investigación. Se ofrecerá una retribución de 5 dólares por su participación.

Daniela Cepeda López

Estudiante de último año de Psicología Clínica

A.2. CARTA DE COORDINACIÓN DE LUGAR Y FECHA PARA LA REALIZACIÓN DE ENTREVISTAS INICIALES

Queridos estudiantes de la USFQ:

Agradezco de antemano su participación en mi presente proyecto de investigación. Se procederá a contactarnos con ustedes para coordinar el lugar y fecha donde se llevarán a cabo las entrevistas, así también para discutir su disponibilidad de tiempo. La remuneración se entregará una vez finalizado el proceso completo (entrevista inicial, toma de cuestionarios y asistencia a las 12 sesiones psicoterapéuticas) cualquier inquietud no duden en contactarnos.

Gracias por su colaboración,

Daniela Cepeda

Estudiante de último año de Psicología Clínica

ANEXO B: FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO



Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos
Universidad San Francisco de Quito
 El Comité de Revisión Institucional de la USFQ
 The Institutional Review Board of the USFQ

Formulario Consentimiento Informado

Título de la investigación: Impacto en las Relaciones Interpersonales en Adultos Debido al Divorcio Parental Durante la Infancia

Organización del investigador *Universidad San Francisco de Quito*

Nombre del investigador principal *Daniela Alejandra Cepeda López*

Datos de localización del investigador principal *Telf: 023555555 cel: 0982425655 correo: dcepeda@estud.usfq.edu.ec*

Co-investigadores

DESCRIPCIÓN DEL ESTUDIO
<p>Introducción <i>(Se incluye un ejemplo de texto. Debe tomarse en cuenta que el lenguaje que se utilice en este documento no puede ser subjetivo; debe ser lo más claro, conciso y sencillo posible; deben evitarse términos técnicos y en lo posible se los debe reemplazar con una explicación)</i></p>
<p>Este formulario incluye un resumen del propósito de este estudio. Usted puede hacer todas las preguntas que quiera para entender claramente su participación y despejar sus dudas. Para participar puede tomarse el tiempo que necesite para consultar con su familia y/o amigos si desea participar o no. Usted ha sido invitado a participar en una investigación sobre como la terapia de duelo ayuda a mejorar las relaciones interpersonales en adultos entre las edades de 20 a 25 años, quienes hayan pasado por un divorcio parental durante su infancia.</p>
<p>Propósito del estudio <i>(incluir una breve descripción del estudio, incluyendo el número de participantes, evitando términos técnicos e incluyendo solo información que el participante necesita conocer para decidirse a participar o no en el estudio)</i></p>
<p>El objetivo de este estudio es medir mediante inventarios, entrevistas y una intervención psicoterapéutica (terapia de duelo) de 12 sesiones, como la terapia ayuda a mejorar las relaciones interpersonales una vez procesado el duelo. De esta manera se buscará relacionar la terapia de duelo con las relaciones interpersonales y ver cuál es el impacto que tienen uno sobre el otro. Para llevar a cabo este procedimiento se pedirá la ayuda de voluntarios de esta universidad privada de Quito entre las edades de 20 a 25 años y se espera alcanzar al menos 20 personas como número de participantes.</p>
<p>Descripción de los procedimientos <i>(breve descripción de los pasos a seguir en cada etapa y el tiempo que tomará cada intervención en que participará el sujeto)</i></p>
<p>Para el procedimiento, en primer lugar, se pedirá al participante que lleve un inventario de experiencia de duelo, duelo complicado, el inventario de ansiedad de Beck y el CORE, lo cual tomará aproximadamente 25 minutos. Luego, se les realizará una entrevista abierta inicial con un tiempo aproximado de 25 a 30 minutos. Se le pedirá a cada participante asistir donde un profesional por 12 sesiones donde pueda realizar terapia de duelo. Al concluir se les pedirá presentar un certificado de haber asistido. Seguido se les realizará una</p>

entrevista final, y se les tomará el CORE. Luego, se les podrá otorgar una retroalimentación al participante si este lo requiere. Finalmente, se hace entrega de la remuneración de 5 dólares por haber sido parte de la investigación.

Riesgos y beneficios (explicar los riesgos para los participantes en detalle, aunque sean mínimos, incluyendo riesgos físicos, emocionales y/o psicológicos a corto y/o largo plazo, detallando cómo el investigador minimizará estos riesgos; incluir además los beneficios tanto para los participantes como para la sociedad, siendo explícito en cuanto a cómo y cuándo recibirán estos beneficios)

En primera instancia, los riesgos de esta investigación, aunque mínimos, puede ser el impacto emocional o psicológico que pueda existir al momento de encontrarse acudiendo a las sesiones psicoterapéuticas. Sin embargo, para disminuir este riesgo se ofrecerá a los participantes apoyo psicológico o psicoeducación respecto a la información que recibieron por los profesionales que llevan a cabo la investigación en caso de que el participante lo solicite.

En cuanto a beneficios, los participantes podrán observar como el procesar el duelo pueden tener un mejor conocimiento sobre el divorcio. Asimismo, pueden mejorar sus síntomas de ansiedad lo cual permitirá mejorar sus relaciones interpersonales. Una vez que se hayan evaluado los inventarios y recopilado la información de las entrevistas tanto iniciales como finales, se le brinda al participante la opción de tener una retroalimentación.

Otro beneficio para tomar en cuenta es que este proyecto de investigación aportan a la sociedad, especialmente a los padres quienes no tienen el conocimiento de cómo el divorcio terminó afectando a largo plazo a sus hijos. Por esta razón, esta investigación ayuda a psicoeducar a la sociedad.

Confidencialidad de los datos (se incluyen algunos ejemplos de texto)

Para nosotros es muy importante mantener su privacidad, por lo cual aplicaremos las medidas necesarias para que nadie conozca su identidad ni tenga acceso a sus datos personales:

1) La información que nos proporcione se identificará con un código que reemplazará su nombre y se guardará en un lugar seguro donde solo el investigador tendrán acceso.

2A) Si se toman muestras de su persona estas muestras serán utilizadas solo para esta investigación y destruidas tan pronto termine el estudio.

2B) Si usted está de acuerdo, las muestras que se tomen de su persona serán utilizadas para esta investigación y luego se las guardarán para futuras investigaciones removiendo cualquier información que pueda identificarlo

3) Su nombre no será mencionado en los reportes o publicaciones.

4) El Comité de Bioética de la USFQ podrá tener acceso a sus datos en caso de que surgieran problemas en cuando a la seguridad y confidencialidad de la información o de la ética en el estudio.

Derechos y opciones del participante (se incluye un ejemplo de texto)

Usted puede decidir no participar y si decide no participar solo debe decírselo al investigador principal o a la persona que le explica este documento. Además, aunque decida participar puede retirarse del estudio cuando lo desee, sin que ello afecte los beneficios de los que goza en este momento.

Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0982425655 que pertenece a Daniela Cepeda López, o envíe un correo electrónico a dcepeda@estud.usfq.edu.ec

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. Iván Sisa, Presidente del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la USFQ, al siguiente correo electrónico: comitebioetica@usfq.edu.ec

Consentimiento informado *(Es responsabilidad del investigador verificar que los participantes tengan un nivel de comprensión lectora adecuado para entender este documento. En caso de que no lo tuvieron el documento debe ser leído y explicado frente a un testigo, que corroborará con su firma que lo que se dice de manera oral es lo mismo que dice el documento escrito)*

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

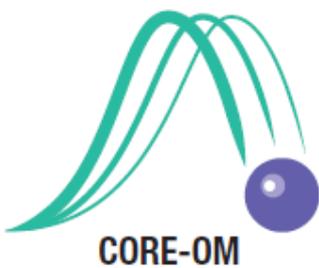
Firma del participante	Fecha
Firma del testigo <i>(si aplica)</i>	Fecha
Nombre del investigador que obtiene el consentimiento informado	
Firma del investigador	Fecha

ANEXO C: HERRAMIENTAS PARA LEVANTAMIENTO DE INFORMACIÓN

C.1 Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

En el cuestionario hay una lista de síntomas comunes de la ansiedad. Lea cada uno de los ítems atentamente, e indique cuanto le ha afectado en la última semana incluyendo hoy:				
Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)				
	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
1 Torpe o entumecido.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Acalorado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Con temblor en las piernas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 Incapaz de relajarse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 Con temor a que ocurra lo peor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Mareado, o que se le va la cabeza.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Con latidos del corazón fuertes y acelerados.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Inestable.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Atemorizado o asustado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10 Nervioso.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
11 Con sensación de bloqueo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12 Con temblores en las manos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13 Inquieto, inseguro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14 Con miedo a perder el control.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15 Con sensación de ahogo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16 Con temor a morir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17 Con miedo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18 Con problemas digestivos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19 Con desvanecimientos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20 Con rubor facial.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
21 Con sudores, fríos o calientes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

C.2 Clinical Outcomes in Routine Evaluation-Outcome Measure (CORE-OM)



Código del centro:

Código del cliente

Nombre o código del psicoterapeuta

Fecha

A A A A M M D D

Edad

Hombre

Mujer

Fase actual

S Selección

R Derivación

A Evaluación

F Primera sesión de terapia

P Pre-terapia

D Durante terapia

L Última sesión de terapia

X Seguimiento 1

Y Seguimiento 2

Fase

Episodio de terapia

IMPORTANTE. POR FAVOR LEA ESTO ANTES DE EMPEZAR EL TEST.
A continuación encontrará 34 frases. Lea cada frase y piense con qué frecuencia usted se ha sentido así **durante los últimos siete días.**
Después marque la casilla que mejor lo refleje.

Durante los últimos siete días...

	Nunca	Muy pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Siempre o casi siempre	USO PROFESIONAL
1 Me he sentido muy solo y aislado	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> F
2 Me he sentido tenso, ansioso o nervioso	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
3 He sentido que tenía a alguien en quien apoyarme cuando lo he necesitado	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> F
4 Me he sentido bien conmigo mismo	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> W
5 Me he sentido totalmente sin energía ni entusiasmo	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
6 He sido violento físicamente hacia los demás	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> R
7 Me he sentido capaz de afrontar las cosas cuando han ido mal	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> F
8 He tenido molestias, dolores y otros problemas físicos	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
9 He pensado en hacerme daño a mí mismo	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> R
10 Me ha costado mucho hablar con la gente	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> F
11 La tensión y la ansiedad me han impedido hacer cosas importantes	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
12 Me he sentido satisfecho con las cosas que he hecho	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> F
13 Me han inquietado pensamientos y sentimientos no deseados	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
14 He tenido ganas de llorar	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> W

Por favor continúe en la página siguiente

spa-(m)

© CORE System Trust: <http://www.coreims.co.uk/copyright.pdf>

Página: 1

Durante los últimos siete días...

	Nunca	Muy pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Siempre o casi siempre	NO RESPONDA
15 He sentido pánico o terror	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
16 He hecho planes para acabar con mi vida	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> R
17 Me he sentido agobiado por mis problemas	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> W
18 He tenido dificultad para conciliar el sueño o permanecer dormido	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
19 He sentido afecto o cariño por alguien	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> F
20 Me ha sido imposible dejar a un lado mis problemas	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
21 He sido capaz de hacer la mayoría de las cosas que tenía que hacer	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> F
22 He amenazado o intimidado a otra persona	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> R
23 Me he sentido desesperado o sin esperanza	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
24 He pensado que sería mejor que estuviera muerto	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> R
25 Me he sentido criticado por los demás	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> F
26 He pensado que no tengo amigos	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> F
27 Me he sentido infeliz	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
28 Me han angustiado imágenes o recuerdos no deseados	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
29 Me he sentido irritable cuando estaba con otras personas	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> F
30 He pensado que yo tengo la culpa de mis problemas y dificultades	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> P
31 Me he sentido optimista sobre mi futuro	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> W
32 He conseguido las cosas que quería	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> F
33 Me he sentido humillado o avergonzado por otras personas	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> F
34 Me he hecho daño físicamente o he puesto en peligro mi salud	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> R

GRACIAS POR COMPLETAR ESTE CUESTIONARIO

Puntuación total

Puntuaciones medias

(Puntuación total en cada apartado dividida entre el número de respuestas completadas en ese apartado)

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	→	<input type="text"/>	→	<input type="text"/>
↓	↓	↓	↓		↓		↓
(W)	(P)	(F)	(R)		Todos los ítems		Todos menos R

C.3 INVENTARIO DE EXPERIENCIAS DE DUELI (IED)

CÓDIGO: _____

INVENTARIO DE EXPERIENCIAS EN DUELO (IED)

Catherine M. Sanders, Paul A. Mauger & Paschal, N. Strong Jr
(autores de la versión original inglesa)

Jesús A. García-García, Victor Landa, M^a Cruz Trigueros,
Pilar Calvo & Idoia Gaminde
(autores de la versión adaptada al castellano)

INSTRUCCIONES

- Este cuestionario tiene que ver con lo que se siente cuando muere un ser querido.
- Las frases incluidas en el mismo representan pensamientos y sentimientos comúnmente expresados por las personas que han perdido un pariente o amigo íntimo.
- Por favor, lea atentamente cada frase y a continuación intente determinar si coincide o no con lo que usted experimentó o experimenta en la actualidad.
- Si en lo que a usted se refiere la frase es verdadera –o verdadera en su mayor parte– rodee con un círculo la V de 'verdadero'.
- Si la frase es falsa –o falsa en su mayor parte– rodee con un círculo F de 'falso'.
- Si la frase no es aplicable a su caso, déjela en blanco.

1.	Inmediatamente después de su muerte me sentí agotado/a.	1 V F
2.	Tiendo a estar más irritable con los demás.	2 V F
3.	Estoy obsesionado/a con su imagen.	3 V F
4.	Con frecuencia me siento enfadado/a.	4 V F
5.	Sigo manteniendo relaciones sociales con mis amistades sin dificultades.	5 V F
6.	Siento pesadez en los brazos y en las piernas.	6 V F
7.	Me fijo más de lo normal en todas las cosas relacionadas con la muerte.	7 V F
8.	Me parece que se podría haber hecho más por él/ella.	8 V F
9.	Mostré poco mis emociones en el funeral.	9 V F
10.	Después del fallecimiento sentí una gran necesidad	

	de mantener el ánimo de los demás.	10 V F
11.	Me siento apartado/a y aislado/a.	11 V F
12.	Rara vez tomo aspirinas.	12 V F
13.	Tengo pocas ganas de asistir a reuniones sociales.	13 V F
14.	Cuando me comunicaron su muerte no pude llorar.	14 V F
15.	Me siento culpable porque yo estoy vivo/a y él/ella no.	15 V F
16.	Tengo más necesidad de estar cerca de otras personas.	16 V F
17.	A menudo me siento confuso/a.	17 V F
18.	Me siento perdido/a y desamparado/a.	18 V F
19.	Me consuela pensar que él/ella está en el cielo.	19 V F
20.	Desde su muerte he tenido frecuentes dolores de cabeza.	20 V F
21.	Me resultó difícil deshacerme de su ropa y del resto de sus cosas.	21 V F
22.	Después de su muerte necesité tomar pastillas para dormir.	22 V F
23.	La/le hecho tanto en falta que a veces siento un dolor en el pecho.	23 V F
24.	Lloro con facilidad.	24 V F
25.	Desde que murió tomo tranquilizantes.	25 V F
26.	Tengo la boca y la garganta secas.	26 V F
27.	Me siento intranquilo/a.	27 V F
28.	Al enterarme de su muerte me quedé como una cosa tonta.	28 V F
29.	Me resulta difícil concentrarme.	29 V F
30.	Siento que ya nada me interesa.	30 V F
31.	Cuando murió tuve la sensación de que "algo moría dentro de mí".	31 V F
32.	Apenas tengo achaques.	32 V F
33.	Noto que me enfado a menudo con los demás.	33 V F
34.	No pude llorar hasta después del funeral.	34 V F
35.	Siento que, de alguna manera, he podido contribuir a su muerte.	35 V F
36.	Me sorprende a mí mismo/a haciendo cosas parecidas a las que él/ella hacía.	36 V F
37.	Yo me encargué de los preparativos del funeral.	37 V F
38.	Me faltan fuerzas para disfrutar con el ejercicio físico.	38 V F
39.	Pocas veces me siento ilusionado/a.	39 V F
40.	Creo que el sufrimiento me ha envejecido.	40 V F
41.	Nunca he soñado con él/ella como si todavía estuviera vivo/a.	41 V F
42.	Con frecuencia me pregunto "¿por qué tuvo que morir de esta manera?".	42 V F
43.	A veces me cuesta creer que esté muerto/a de verdad.	43 V F
44.	Tengo muchas ganas de terminar algunas cosas que él/ella	

empezó y dejó sin acabar.	44 V F
45. Muchas veces he soñado con momentos en los que él/ella estaba vivo/a.	45 V F
46. A menudo estoy de mal humor.	46 V F
47. He tenido sueños en los que él/ella estaba muerto/a.	47 V F
48. Me siento tremendamente ansioso/a e intranquilo/a.	48 V F
49. Siento tensión en el cuello y en los hombros.	49 V F
50. A veces siento muchas ganas de gritar.	50 V F
51. Estoy tan ocupado/a que casi no tengo tiempo para llorar su muerte.	51 V F
52. Estoy enfadado/a con Dios.	52 V F
53. Cuando me entran ganas de llorar siento el deseo de encogerme como un ovillo.	53 V F
54. Siento la necesidad de pasar mucho tiempo a solas.	54 V F
55. No suelo pensar en mi propia muerte.	55 V F
56. Me resulta difícil llorar.	56 V F
57. Me resulta demasiado doloroso mirar sus fotografías.	57 V F
58. Para mí la vida ya no tiene sentido.	58 V F
59. No tengo problemas digestivos.	59 V F
60. He pasado por momentos en que realmente me sentía enfadado/a porque me hubiera abandonado.	60 V F
61. No tengo problemas para dormir desde su fallecimiento.	61 V F
62. Tengo buen apetito.	62 V F
63. Me siento sano/a.	63 V F
64. Me consuela hablar con otras personas que han sufrido una pérdida parecida.	64 V F
65. La/le echo mucho de menos.	65 V F
66. Rara vez me siento deprimido/a.	66 V F
67. Tengo la sensación de que me veo pasar por la vida sin vivirla realmente.	67 V F
68. La vida me parece vacía y sin sentido.	68 V F
69. Hay momentos en que tengo la sensación de que él/ella está presente.	69 V F
70. A menudo tomo tranquilizantes.	70 V F
71. Tengo frecuentes cambios de humor.	71 V F
72. Algunas personas hacen cosas que me ofenden.	72 V F
73. No es fácil herir mis sentimientos.	73 V F
74. Estoy perdiendo peso.	74 V F
75. Me agobio por cualquier cosa.	75 V F
76. A veces me siento culpable por ser capaz de divertirme.	76 V F

Parte II: sentimientos actuales

Por favor, responda a las siguientes frases indicando que siente en la actualidad sobre el fallecido. Por favor no consulte la primera parte.

1. Todavía tengo ganas de llorar cuando pienso en él/ella
2. Todavía me pongo triste cuando pienso en él/ella
3. No puedo aceptar su muerte
4. A veces la/le echo mucho de menos
5. Todavía me resulta doloroso traer a la memoria su recuerdo
6. A menudo me quedo ensimismado pensando en él/ella
7. Llora a escondidas cuando pienso en él/ella
8. Nadie podrá ocupar jamás el lugar que él/ella ha dejado en mi vida
9. No puedo dejar de pensar en él/ella
10. Creo que no es justo que haya muerto
11. Las cosas y las personas que me rodean todavía me hacen recordarla/le
12. Soy incapaz de aceptar su muerte
13. A veces me invade la necesidad de que él/ella esté conmigo

	Completamente verdadera	Verdadera en su mayor parte	Ni verdadera ni falsa	Falsa en su mayor parte	Completamente falsa
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					

Muchas gracias por responder a todas las preguntas

C.4 INVENTARIO DE DUELO COMPLICADO (IDC)

Inventario de duelo complicado (IDC)⁽⁹⁸⁾

Por favor, ponga una cruz en la opción que más se adapte a su situación actual (último mes).

	SIEMPRE	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARAS VECES	NUNCA
1. Pienso tanto en la persona que ha fallecido que me resulta difícil hacer las cosas como las hacía normalmente.					
2. Los recuerdos de la persona que murió me trastornan.					
3. Siento que no puedo aceptar la muerte de la persona fallecida.					
4. Anhele a la persona que murió.					
5. Me siento atraído por los lugares y las cosas relacionadas con la persona fallecida.					
6. No puedo evitar sentirme enfadado con su muerte.					
7. No me puedo creer que haya ocurrido.					
8. Me siento aturdido por lo sucedido.					
9. Desde que él/ella murió me resulta difícil confiar en la gente.					

	SIEMPRE	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARAS VECES	NUNCA
10. Desde que él/ella murió me siento como si hubiera perdido la capacidad de preocuparme de la gente y distante de la gente a la que quiero.					
11. Siento dolores en la misma zona del cuerpo o tengo alguno de los síntomas que sufría la persona que murió.					
12. Me tomo la molestia de desviarme de mi camino para evitar los recuerdos de la persona que murió.					
13. Siento que la vida está vacía sin la persona que murió.					
14. Escucho la voz de la persona fallecida hablándome					
15. Veo a la persona que murió de pie delante de mí.					
16. Siento que es injusto que yo viva mientras que él/ella ha muerto					
17. Siento amargura por la muerte de esa persona.					
18. Siento envidia de otras personas que no han perdido a nadie cercano					
19. Me siento solo/a la mayor parte del tiempo desde que él/ella ha muerto.					

Corrección: 4= Siempre ; 3=A menudo; 2= Algunas veces; 1=Raras veces; 0 = Nunca

Puntuación = 0-25 , después de 6 meses del fallecimiento se valora duelo complicado

C.5 PREGUNTAS ENTREVISTA INICIAL

ENTREVISTA INICIAL

1. ¿A qué edad experimentaste el divorcio de tus padres?
2. ¿Cómo tus padres manejaron la situación contigo?
3. ¿Cómo te sentiste con la forma de respuesta de tus padres?
4. ¿De tu experiencia, desearías que se hubiera manejado de otra manera? ¿Cómo? Ej. Asistir a terapia, hablar con tus padres sobre cómo te sientes, evitar presenciar conflictos
5. ¿Cómo son tus relaciones interpersonales?
6. Del 1 al 10, ¿Cómo se te dificulta crear una nueva relación interpersonal? ¿Y por qué?
7. ¿Cómo relacionarías el divorcio con tus habilidades sociales?
8. ¿En que situaciones sociales aumenta tu ansiedad?
9. ¿Consideras que aun te encuentras en proceso de duelo debido al divorcio? ¿Por qué?

C.6 PREGUNTAS ENTREVISTA FINAL

1. ¿Cómo describirías la efectividad de la terapia?
2. ¿Piensas que tu duelo ya fue procesado correctamente?
3. ¿Cómo el recibir una intervención psicoterapéutica ha ayudado en las relaciones interpersonales?