

Separated parents Therapy:
A couple's therapy approach based on bonds

Regina Giraldo Arias^a

^aDoctora en Bienestar Social y Cooperación. Psicóloga. Terapeuta familiar y de parejas. Fundaterapia. Bogotá, Colombia. r_giraldoarias@hotmail.com

Historia editorial

Recibido: 20-04-2018

Primera revisión: 20-04-2018

Aceptado: 10-05-2018

Palabras clave

padres, separación, divorcio, litigio

Resumen

El presente artículo describe los postulados teóricos, así como los procedimientos y estrategias terapéuticas de la *Terapia de Padres Separados*, una intervención que se realiza con padres en proceso de separación, o ya divorciados, principalmente aquellos en litigio por la custodia de los hijos. Habitualmente el litigio parental se presenta por rupturas conflictivas de la pareja, conduciendo a grandes sufrimientos en toda la familia, pero principalmente en los hijos, quienes afectados emocionalmente sufren las consecuencias de la disputa entre los padres.

La terapia de padres separados, es una propuesta de la autora del artículo, quien la ha venido desarrollando a través de su práctica clínica con este tipo de parejas, la mayoría de ellas derivadas de los juzgados y comisarías de familia de Bogotá, Colombia. El objetivo de la terapia es lograr una relación adecuada "cordial" entre los padres; donde el amor por los hijos, el bienestar de la familia, y la tranquilidad y paz personal de cada uno de los progenitores son las claves para el cambio.

Abstract

This article describes the theory, the strategies and the procedures of *Separated Parents Therapy*. This is an intervention done for parents who are either in the process of separation or who are already divorced. However, the main emphasis of this article are the interventions done for parents who are in the process of litigation for child custody.

Normally, litigation for custody in this manner is due to a conflictive break-up of the parent's relationship which is conducive to suffering for the whole family. It is the children who are the primary affected party and who suffer the biggest emotional consequences of this dispute.

The Therapy of Separated Parents is a proposal that the author of this article proposes from her own clinical practice on cases of these type which are in their majority parallel or in conjunction to court hearings in Bogotá, Colombia. The objective of this therapy is to arrive to an "amicable" relationship between the parents where the love for their children, the well-being of the family and the personal tranquility of each of the parents are key for this change.

Keywords

parents, separation, divorce, litigation

*Los enamorados se acuestan para morir.
Así terminan las historias de amor.
Boris Cyrulnik*

*El problema con la familia es que
los hijos abandonan un día la infancia,
pero los padres nunca dejan la paternidad.
Osho*

1. INTRODUCCIÓN

Trabajar el ajuste del grupo familiar y la coparentalidad post divorcio no es nuevo. Existen diversos programas implementados desde hace más de 20 años en los Estados Unidos y en Europa. No obstante, esos programas son de tipo pedagógico y no poseen características de psicoterapia. Mayoritariamente ofrecidos por consejeros, van encaminados al asesoramiento e incluyen counseling individual y parental, grupos de apoyo tras el divorcio y, talleres sobre diversos aspectos prácticos del mismo.

La propuesta de *Terapia de Padres Separados*, actúa bajo la premisa de la necesidad de *trabajar con el vínculo, la ruptura, la pérdida, y la cooperación*, ya que, si se acepta solo el plano de lo pedagógico, se termina inevitablemente cayendo en una intervención que provee desde el exterior soluciones mágicas para el problema, sin mucha implicación por parte de los interesados. Al respecto de lo pedagógico en terapia familiar, “aunque lo solicite alguno de los familiares o lo justifique una situación de malestar, a veces insostenible, la sugerencia pedagógica impide a la familia reapropiarse de su historia o sentirse artífice del cambio”. (Andolfi, 1991, p.51).

El abordaje psicoterapéutico de parejas en proceso de separación o divorciadas, en conflicto por la custodia de los hijos, requiere de una aproximación *terapéutica sistémica compleja* desde los vínculos, incluyendo en el contexto de terapia y como estrategias de la misma, mediación y psicoeducación. Una intervención por separación o post divorcio, exenta o carente de la perspectiva terapéutica compleja, es insuficiente, y fracasa en el intento de superar el conflicto, encontrar bienestar emocional para los adultos, y proteger a los niños de las graves consecuencias psicológicas que el conflicto intraparental provoca.

2. POSTULADOS TEÓRICOS

2.1 EL VÍNCULO DE APEGO Y LA PÉRDIDA AFECTIVA

La conducta de apego fue definida por Bowlby (1983, 1988), como una forma de conducta que tiene como resultado, el logro o la conservación de la proximidad con otro individuo, al que se considera mejor capacitado para enfrentarse al mundo. Cuando la relación con una figura de apego perdura en el tiempo, recibe el nombre de vínculo de apego. Cuando se trata solamente de activaciones inmediatas, recibe el nombre de conductas de apego. Por vínculo de apego, se refiere el autor a la accesibilidad y capacidad de respuesta de ese individuo, la figura de afecto, que no solo debe estar accesible, sino responder de manera apropiada dando protección y consuelo.

El concepto de apego se refiere pues, a la disposición de una persona (niño o adulto) para buscar proximidad y contacto con otro individuo, sobre todo en circunstancias percibidas como adversas. Esta disposición cambia lentamente con el tiempo, y no se ve afectada por situaciones del momento.

Son cinco las ideas centrales del vínculo afectivo de apego: a) componente básico de la naturaleza humana, presente en forma embrionaria en el neonato, b) tendencia a establecer lazos emocionales íntimos con individuos determinados c) los lazos se establecen en la infancia con los padres (o padres sustitutos), a los que se recurre en busca de protección, consuelo y apoyo, d) los lazos persisten pero son complementados por nuevos lazos durante la adolescencia y la vida adulta, y e) el vínculo prosigue a lo largo de la vida adulta, hasta la vejez (Bowlby, 2014).

1. TIPOS DE VÍNCULO Y CONSTITUCIÓN DE PAREJA:

Ainsworth (1979) evaluó el “como” de la vinculación afectiva precoz, en donde los niños resuelven la inevitable angustia que experimenta cuando su madre, padre o adulto que le resulte familiar se ausenta. A partir de allí se formularon cuatro tipos o formas de vínculo, que se conforman en la infancia (entre los 12 y los 18 meses) y acompañan al individuo hasta la edad adulta. Los estudiosos del tema han clasificado en estos tipos a la población general de la siguiente manera: a) vínculo afectivo protector/seguro, 65% de los casos, b) vínculo afectivo de evitación, 20 % de los casos, c) vínculo afectivo ambivalente, 15 % de los casos, d) vínculo afectivo desorganizado, 5% de los casos.

El temperamento de un niño de entre 12 y 18 meses de edad, su estilo de comportamiento, su modo de establecer el vínculo afectivo, todo ello constituye un excelente testimonio de los primeros respuntes de su lazo [...] Sin embargo estos estilos no duran más que lo que duran los contextos [...] cuando cambia el contexto, un breve periodo de adaptación inversa hace posible que el niño experimente cambios en una dirección opuesta (Cyrlunick, 2006. Pág. 74)

2.1.1.1 EL TIPO DE APEGO EN LAS RELACIONES ADULTAS

La teoría del apego (Bowlby, Op. cit) es una teoría de las relaciones. Parte del principio de que las relaciones establecidas con la madre o con la figura de apego durante los primeros años de vida, condicionan la experiencia de las relaciones posteriores, marcando las bases para un estilo relacional y de regulación emocional.

Con el trabajo de Hazan y Shaver (1987), surge el interés por el estudio de la teoría del apego infantil en las relaciones de pareja adultas. En dicho trabajo, se plantea que estas relaciones comparten características similares a las experimentadas en la infancia entre el niño y sus cuidadores, por ejemplo sentimiento de seguridad y confianza ante la disponibilidad del otro, búsqueda frecuente del contacto íntimo y próximo, interés y preocupación por el otro, o sentimientos de inseguridad cuando el otro se muestra lejano e inaccesible.

Los teóricos del desarrollo plantean que, los patrones funcionales o distorsionados asociados con la regulación emocional temprana, sirven como prototipos para los estilos individuales posteriores de regulación emocional adulta (Carlson, 1998). Esto significa que la forma en que un infante organiza su conducta hacia su madre o su cuidador principal, influye en la manera como organiza su comportamiento hacia los otros y hacia su ambiente, y ello será constitutivo –no necesariamente permanente– como aprendizaje, en las propuestas relacionales que en la edad adulta establezca.

De acuerdo con Fonagy, Steele, Higgitt y Target (1994), la organización del vínculo provee un núcleo de continuidad al desarrollo a pesar de los cambios que ocurren con el desarrollo tanto cognitivo como socioemocional, sin que esto signifique que la forma de vínculo sea insensible a cambios en la conducta materna o a eventos vitales significativos posteriores. Por su parte Blatt y Levy (2003), afirman que la organización afectivo-cognitiva que se conoce como vínculo, provee continuidad en el funcionamiento interpersonal desde la infancia hasta la adultez.

Ainsworth (1991) destacó el rol fundamental que el sistema de apego juega en las relaciones adultas, principalmente a partir de la base segura como un componente central de las mismas (si hay seguridad y disponibilidad en esas relaciones, el sujeto puede alejarse de esa base segura, con la confianza de poder comprometerse en otras actividades). En complemento, Martínez, Fuertes, Orgaz, Vicario, y González (2014) afirman que desde el planteamiento inicial y pionero de Bowlby,

el estudio del apego ha seguido dos líneas o trayectorias independientes: la relación padres-hijos durante la infancia y adolescencia, y la de las dinámicas del apego en relaciones de pareja adultas.

Repetur y Quezada (2005) plantean que los tipos de vínculo descritos por Ainsworth se han visto relacionados con patrones de conducta y con desarrollos posteriores de personalidad característicos. Por ejemplo, se ha estudiado la relación entre el tipo de vínculo y la satisfacción y calidad de las relaciones maritales y sexuales, constatando que las personas seguras muestran los mayores niveles de satisfacción e implicación, mientras que los sujetos inseguros registran los mayores niveles de insatisfacción en las relaciones de pareja (Ortiz, Gómez y Opodaca, 2002).

En personas adultas, el vínculo seguro se ha asociado a un mejor manejo de las emociones negativas, a un mayor conocimiento sobre estas emociones, y a la capacidad de buscar soporte y consuelo en las figuras de apego cuando lo necesitan. Los estudios señalan que las personas con vínculo seguro muestran tanto la capacidad para establecer lazos afectivos, como la posibilidad de tolerar y beneficiarse de la separación. (Blatt y Levy, Op. cit).

Para terminar, y respecto del proceso de divorcio desde el punto de vista de la teoría del apego, puede apreciarse la confluencia de varios temas centrales a este enfoque, algunos de ellos desarrollados por Bowlby y sus colaboradores y otros fruto de la evolución y expansión de esta teoría: la importancia del apego a lo largo de todo el ciclo vital de la persona, el estilo de relacionarse como una consecuencia de las primeras interacciones tenidas con la figura de apego, la regulación de las emociones en función del tipo de vinculación, con especial incidencia en el miedo, el enfado y la tristeza; las diferentes maneras de reaccionar a la pérdida en función del tipo de apego; y el complicado interjuego entre la búsqueda de venganza y el perdón. (Yáñez-Yaben, 2013).

2.1.2 LA RUPTURA VINCULAR EN LA SEPARACIÓN Y EL DIVORCIO

La separación y el divorcio como ruptura vincular producen en la pareja una sensación de fracaso. Puede aparecer el sentimiento de liberación por la decisión tomada, o por haber actuado para solucionar un problema insoportable, o haber dado un paso decisivo hacia un nuevo camino. Pero la duda, la sensación de haber fallado y la culpa, generan desazón y un profundo sentimiento de pérdida (Pérez, Pujol, Valls y Aramburu, 2009).

La ruptura de pareja como cualquier pérdida genera una serie de sentimientos, emociones, fantasías, actitudes y conductas que constituyen procesos de duelo. El duelo empieza cuando se percibe que no se podrá recomponer la relación y termina con la introyección y la superación de la ambivalencia con respecto a la pareja que se perdió, en los momentos de tristeza, protesta y desesperanza.

Cuando los cónyuges han integrado la nueva situación sin necesidad de negar la realidad, aceptando el fracaso de su relación de pareja se declara superado el duelo por la pérdida; y con ello la contención de ansiedades desestructurantes, y el manejo controlado de emociones negativas, así como de los sentimientos de odio, envidia y celos. La elaboración normal del duelo tiende a la reconstrucción del mundo interno, enriquecido por la nueva experiencia y por una confianza básica fortalecida que permite recomponer los vínculos con el mundo externo, deteriorados parcialmente por la pérdida. Ser capaz de generar fantasías y sentimientos reparatorios que den lugar a representaciones mentales de vinculación y a un aumento de la capacidad de insight en lugar de atribuir las causas del conflicto al mundo externo, sintiendo que toda la culpa es del otro (Mabres-Boix, 2014).

El divorcio constituye una experiencia de riesgo que provoca sufrimiento para la pareja y para los hijos por la cantidad de pérdidas que supone. Los padres tendrán que elaborar los elementos de protesta, nostalgia y tristeza inicial que oscilan entre la melancolía, la desesperanza y el desafecto. Enfrentarán una nueva organización familiar en la que dejarán de ser cónyuges pero no padres. Y los hijos habrán de afrontar la pérdida de la vivencia de los padres juntos, el miedo al abandono por parte de uno de los progenitores o los dos, la distancia respecto al progenitor no custodio y su familia, la pérdida de las rutinas familiares diarias, de símbolos y de tradiciones; y además asumir diversos cambios: vivienda, amigos, empobrecimiento económico, supresión de actividades extraescolares etc.

2.1.2.1 ESTILO DE APEGO, PÉRDIDA Y PERDÓN

Los acontecimientos del duelo normal y patológico en las distintas etapas de la vida desde la infancia a la adultez, así como los distintos tipos de duelo debido a separaciones, pérdidas, o la muerte; forman parte de la estructura básica de la teoría del apego.

La pérdida de la pareja por separación o divorcio, suele ser un suceso traumático con importantes efectos adversos en el bienestar psicológico de las personas que lo sufren. A pesar de que podría establecerse un cierto paralelismo entre la pérdida de la pareja por muerte (viudedad) y la separación o divorcio, hay indicios de que, debido a la naturaleza de la pérdida, es más difícil adaptarse a la segunda. A diferencia de la viudedad, el divorcio es un proceso voluntario, plagado de sentimientos ambivalentes. La muerte permite con frecuencia una idealización del finado, de sus características personales y de su manera de relacionarse. En el divorcio no es posible utilizar ese mecanismo (Yáñez-Yaben, 2008).

En la elaboración del duelo por divorcio, surge la necesidad de ser perdonado y perdonar mediante una petición, explicación o disculpa por parte del ofensor. La omnipresencia del conflicto en un divorcio de acuerdo con Hopper (2004), no sólo es consecuencia del conflicto de intereses y de las múltiples batallas materiales que se libran en torno a él – económicas, por la custodia de los hijos, por objetos concretos etc.-, sino también por la respuesta psicológica a sentirse dolido, humillado o avergonzado por el divorcio y su valor simbólico.

Yáñez-Yaben (Op.cit) por la revisión de varios estudios encontró asociaciones entre el estilo de apego y el perdón; donde el estilo de apego seguro ayuda a superar afectos negativos como la hostilidad y la ira, reduce la rumiación del enfado y facilita el perdón. Las personas con un estilo seguro de apego perdonarían con más facilidad una ofensa específica y mostrarían niveles más elevados de perdón-rasgo, es decir, una mayor tendencia a perdonar.

Existen diversas definiciones del perdón, y distintos modelos explicativos sobre el proceso por medio del cual se logra. La mayoría de los investigadores están de acuerdo en que perdonar conlleva un trabajo intrapsíquico, la elaboración del enfado consecuencia de una ofensa real o percibida, y la ubicación de dicha ofensa en el contexto de una visión integrada del ofensor en su totalidad (Yáñez-Yaben, Op. cit).

El perdón como proceso sigue una ruta: la recepción de explicación o disculpa produce una emoción positiva disonante o no compatible con el no-perdón. Ocurrida la disonancia emocional se activa la búsqueda del balance que da como resultado una emoción positiva –perdón-, o emoción negativa –no perdón- (Worthington y Wade, 1999). Perdonar implica pues, la disminución de los sentimientos negativos (ej. resentimiento, enfado) y la aparición de sentimientos positivos (ej. compasión).

Teniendo en cuenta que el divorcio disuelve el matrimonio, pero no la familia, y que los cónyuges serán ex cónyuges pero no ex padres, los miembros de la pareja deben redefinir sus roles tras la separación en un contexto caracterizado por intensas emociones contrapuestas. Emociones como la ira y la hostilidad, que frecuentemente se observan en las relaciones entre progenitores divorciados, pueden transformarse en perdón, lo cual aporta beneficios no sólo a los hijos sino también a los progenitores implicados: el perdón, como se ha mencionado, está asociado con cogniciones, afectos y conductas más adaptativos que el no-perdón (Yáñez-Yaben, op.cit)

Perdonar a la expareja está estrechamente relacionado con la implicación de los dos padres en el cuidado adecuado de los hijos. El ejercicio de la coparentalidad post-divorcio, vital para el adecuado desarrollo de los hijos, depende del ajuste a la situación de divorcio de los padres (Yáñez-Yaben, 2010).

2.1.2.2 LA GESTIÓN DE LA PARENTALIDAD TRAS LA RUPTURA DE PAREJA

La ruptura del vínculo conyugal precisa una redefinición del vínculo parental en la que la pareja, en tanto padres, han de decidir qué tipo de relación quieren mantener a partir de ese momento, cómo van a organizarse respecto a sus hijos una vez disuelto el vínculo conyugal. Hay padres que

deciden no decidir. Otros pretenden dar por cerrada su relación debido a la carga emocional asociada a la pérdida de vínculo de pareja. Y otros hacen esfuerzos por encontrar una nueva manera de relacionarse que garantice la continuidad de su función común (Bolaños, 2015).

Una buena gestión de la parentalidad tras la ruptura y la pérdida del vínculo sólo es posible cuando los progenitores han elaborado positivamente el duelo. La percepción del apoyo recibido de la ex pareja, estará estrechamente relacionada con la adaptación al divorcio y muy especialmente con la propia disposición a la coparentalidad (Yáñez-Yaben, 2010). Anota esta autora que investigaciones anteriores sugerían que una coparentalidad de calidad sólo es posible cuando los progenitores se han adaptado adecuadamente al divorcio, y han tomado conciencia de su identidad de co-progenitores. No obstante lo anterior, en la mayoría de los casos la elaboración del duelo y la gestión de la parentalidad, se deben realizar de manera paralela y simultánea. Los niños ni pueden ni deben esperar a que sus padres salgan de sus propias angustias para lograr su equilibrio; con lo cual nos encontramos en el terreno de lo volitivo, se ha de apelar entonces a la voluntad de la pareja para realizar dicha tarea.

La buena gestión de la parentalidad post-divorcio derivando a la adecuada coparentalidad, sería aquella en la que los dos padres interaccionan positivamente, cooperan entre sí y mantienen una relación de apoyo mutuo centrada fundamentalmente en la crianza de los hijos, estando ambos implicados activamente en las sus vidas (Ahrons, 1981). No obstante, es un proceso dinámico y evolutivo, con equilibrios y desequilibrios en diferentes momentos y según la situación familiar y contextual.

La coparentalidad supone un vínculo relacional –interaccional- constante. Se negocia, se define y redefine en cada encuentro o intercambio de información, constituyendo un contrato implícito, no escrito, en el que se acuerdan las maneras de relacionarse o de tratarse, así como el reparto de roles y funciones respecto a los hijos comunes. Ello exige en algunos momentos hablar de la propia relación (meta comunicar), aunque no siempre sea necesario para seguir negociando (Bolaños, Op.cit).

La custodia compartida sería el natural desenlace de una buena gestión de la parentalidad post-divorcio, y no al contrario, custodia compartida como resultado del litigio entre los padres. La custodia compartida es más que un concepto legal, es una filosofía que está en relación con la definición social que se hace de la maternidad y la paternidad, y en consecuencia con la forma como los padres continúan sus relaciones paterno-filiales después del divorcio. Parte del principio según el cual, el divorcio pone fin al matrimonio pero no a los vínculos de padres e hijos (Romero, 2009). Este autor, señala que la custodia compartida supone en los padres separados una predisposición para la negociación respetuosa y fluida que permite una aproximación a los hijos exenta de tensiones y conflictos sobreañadidos. Así pues, compartir la parentalidad requiere una decisión.

Como lo anota Walsh (2004), la custodia compartida incentiva el compromiso pero requiere un alto grado de confianza mutua, cooperación y comunicación. No se trata tanto de una característica implícita en lo nominal, de una etiqueta atributiva, como de una intención conductual dirigida a poner en marcha comportamientos colaborativos y prosociales en relación a los hijos comunes (Ajzen, 1991). No es fácil ponerla en práctica porque exige una organización compleja: proximidad de la escuela, espacio suficiente para cada uno de los hijos en los dos domicilios, etc. No obstante, cuando se dan las condiciones optimas en lo relacional y en lo práctico, los conflictos se atenúan ya que la responsabilidad y el afecto se encuentran mejor repartidos (Darchis y Decherf, 2009).

2.2 AMOR Y DESAMOR EN LA PAREJA: CONYUGALIDAD Y PARENTALIDAD.

Las relaciones de pareja comportan dos dimensiones que la constituyen de manera fundamental, la conyugalidad y la parentalidad, ambas en mutua interacción e influenciadas por el tiempo en trayectoria natural del ciclo vital. Estas dimensiones relacionales son de gran importancia para definir la atmósfera relacional de la familia y, en consecuencia, la personalidad y la salud psicológica de los hijos.

Ser cónyuges y padres, y el ejercicio de los roles correspondientes supone, en algún grado, dar y recibir amor. En el amor como fenómeno humano, afirma Linares (2002), se encuentran componentes cognitivos, emocionales y pragmáticos, –lo que se piensa, lo que se siente y lo que se hace-. El amor cognitivo incluye la percepción del ser amado, el amor emocional recoge los afectos que la presencia del otro moviliza, y el amor pragmático refleja el trato que se dispensa.

2.2.1 ETAPAS DEL AMOR: DEL ENAMORAMIENTO AL LITIGIO

En el proceso evolutivo de la pareja, es decir en su ciclo vital, distingue Linares (2010) cuatro etapas del amor : a) el enamoramiento, b) el amor, c) el desamor y d) el litigio. Las dos primeras son prácticamente inevitables, mientras que las otras dos, el desamor y el litigio, pueden o no presentarse y en ellas la óptica terapéutica es esencial.

- a) El enamoramiento suele presentarse en los primeros momentos del ciclo vital conjugando alegría con deseo, excitación y una sensación de bienestar, todo ello en presencia de la persona que lo provoca o evocado por su representación mental. Está teñido de emociones positivas, aunque la amenaza de la pérdida, o su materialización puede generar afectos como agresividad o depresión.
- b) El amor propiamente dicho es la etapa de plenitud y madurez de la relación de pareja, en la que se consolida y se hace compatible con la vida en sociedad y con las actividades creativas. En esta etapa, las tormentas emocionales ceden el paso al predominio de los componentes cognitivos del amor, y se prepara la pareja para el ejercicio de la parentalidad.
- c) El desamor es el resultado de una evolución negativa del amor. Ha adquirido significancia por fenómenos como la separación y el divorcio. Si la relación hace crisis y el desamor se instaura, la preparación de la separación y el divorcio debería conllevar una reconversión de la conyugalidad en post-conyugalidad, con predominio de los componentes pragmáticos del amor, dirigidos adecuadamente hacia cuestiones como la división del patrimonio común y la positiva gestión de los hijos.
- d) El litigio, se presenta solo cuando la relación de pareja no se reformula armoniosamente como post-conyugal. En ella predominan los componentes emocionales de signo negativo, si se instala una dinámica pleitista, se produce un regreso al clima pasional pero revertido. El odio lo invade todo y arrastra cualquier otra vivencia.

2.2.1.1 LAS ETAPAS DEL AMOR Y LOS HIJOS:

La etapa del amor propiamente dicho, reúne las condiciones idóneas para la crianza de los hijos: una buena y serena relación conyugal, exenta de turbulencias permite desarrollar una adecuada parentalidad atendiendo a los hijos conforme a sus necesidades.

Si la pareja conyugal se desliza hacia la etapa del desamor, por el deterioro de la relación se anticipan la separación y el divorcio. Amato y Keith (1991) en un meta-análisis de 92 estudios respecto de la situación de los niños ante el divorcio de los padres, encontraron que la ausencia de uno de los padres, la desventaja económica y el conflicto familiar parecen ser todos fuentes de sufrimiento y afectación psicológica para los niños. Sin embargo, el conflicto entre los padres posterior al divorcio y mantenido en el tiempo, puntuó significativamente, asociado con un mayor impacto negativo en la emocionalidad del niño.

El deterioro de la relación se convierte pues, en un escenario ideal para conseguir aliados, y los hijos son los primeros candidatos. Aunque se pueden defender (más si cuentan con figuras protectoras como abuelos o tíos dispuestos y disponibles), en caso que sucumban a las presiones en el juego de alianzas y contra-alianzas de los padres, quedarán triangulados y en consecuencia afectados emocionalmente según el grado en el que hayan sido instrumentalizados. Las triangulaciones afirma Mastropaolo (2015), son disfuncionales porque impiden la resolución del conflicto en los adultos involucrando a los hijos, y estos reciben el peso de la infelicidad de los padres, convirtiéndose a

Finalmente si en la pareja se instala el litigio –última etapa-, los hijos pueden vivir todo tipo de situaciones disfuncionales, en un contexto relacional caótico y dramático con graves consecuencias psicológicas. No es raro que aparezcan entonces fenómenos como el *síndrome de alienación parental* (SAP), reformulado por Linares (2015) como PAF *prácticas alienadoras familiares*, considerando que, en el conflicto participan ambos progenitores triangulando manipulatoriamente los hijos; y, en ocasiones, se involucran otros miembros de la familia que teniendo influencia sobre los niños, inconscientemente fomentan el conflicto con alianzas disfuncionales que dañan a los niños, y resultan inútiles en la resolución del litigio.

El síndrome de alienación parental (SAP) propuesto por Gardner en 1985, ha sido ampliamente cuestionado primero por carecer de las características clínicas de síndrome, y segundo por emplearse legalmente de manera indiscriminada por abogados y padres transmitiendo la idea de que los niños “enferman” de SAP, dejando a los jueces atrapados en dilemas más humanos que jurídicos (Giraldo y Wild, 2015). En la lógica lineal perversa del SAP, un progenitor programaría una campaña denigratoria contra el otro usando al hijo para lanzarle su rabia; y, a su vez, el segundo se definiría y posicionaría como víctima, demostrando públicamente la maldad del primero.

Se trata más bien, de un juego simétrico rígido que mantiene el conflicto en el tiempo con despliegue de armas cada vez más complejas, aunque los actores se sitúan en posiciones aparentemente pasivas, en comparación a la agresividad actuada ante el juez interlocutor. El grave conflicto se manifiesta bajo la apariencia de la inactividad “no peleo contigo, ni siquiera te hablo”. La pelea profunda de ambos padres no se expresa abiertamente pero está dedicada, es demostrativa ante un tercero: los parientes, los amigos, la sociedad, la justicia (Mastropaolo, Op. Cit).

2.2.2 LEALTADES FAMILIARES DE HIJOS A PADRES EN CONFLICTO

Desde el punto de vista de la familia, la conducta del niño no solo es reflejo de sus conflictos intrapsíquicos, sino además de sus intentos por ayudar a los padres. El hijo inmerso en los conflictos conyugales y paternos, en forma inconscientemente leal, permite que lo usen como blanco. El conflicto parental, precedido por duelos no elaborados y dificultades de un cierre conyugal disfuncional, promueve en los padres comportamientos saboteadores y, como ya se dijo antes, triangulaciones en la búsqueda de alianzas o coaliciones con los hijos. Ello genera cambios jerárquicos en la familia, creando como consecuencia traumáticos conflictos de lealtades en los hijos.

Lealtad en terapia familiar, se puede comprender como el sentimiento de unidad y compromiso que agrupa necesidades, expectativas, exigencias y límites, así como los pensamientos, sentimientos y motivaciones de cada uno de los miembros de la familia. Se comprende también; como la importancia, la necesidad y el deseo humano de justicia. Puede entenderse además la lealtad familiar, como la expectativa de adhesión a las reglas, bajo la amenaza implícita de castigo o expulsión si se transgreden. La lealtad es fundamental para comprender la delegación, en la cual se le entregan a los hijos misiones que cumplir, para satisfacer necesidades de los padres. Ello se vuelve problemático sobre todo, cuando las exigencias no son apropiadas para la edad del hijo, cuando superan o contradicen las necesidades del mismo, o cuando hay dificultades como consecuencia de la exposición a conflictos que dicha delegación impone.

En ese sentido, afirma Bolaños (2002) que en la lucha de los padres, los niños reciben encargos/misiones habitualmente encubiertas, para acercarse a una u otra posición. Si no toman partido se sienten desleales con ambos progenitores, pero lo si lo hacen sentirán que traicionan a uno de los dos. En tales casos los sentimientos naturales del niño, pueden llevarle a querer proteger a uno –para el niño el mas vulnerable- y mostrar rechazo al otro padre quien aparentemente es el responsable de la ruptura de la relación conyugal (el que se fue, el que ha ejercido menor eficacia, el que está menos presente).

Respecto de la lealtad de los niños a los padres Boszormeny-Nagy y Spark afirman:

En los sistemas familiares patogénicos los niños son utilizados como objetos sobre los cuales los padres proyectan muchos sentimientos conscientes e inconscientes. De este modo los niños se perciben como fuentes de fuerza dadora de vida: como objetos de lealtad o deslealtad. Ellos pueden verse atrapados en una lucha de poder entre los padres, e incluso entre los progenitores y su familia de origen. Los niños pueden ser percibidos como estímulos generadores de conflictos, en quienes recae la culpa. Además pueden ser vividos como fuentes de dependencia inductores de rechazo, del mismo modo en que los padres también pueden haberse sentido rechazados. No obstante, los niños continúan eternamente leales. Puede parecer que sus padres los explotan, pero en determinado nivel, los pequeños (llevados por la lealtad) en forma inconsciente satisfacen la necesidad paterna de explotación. (Boszormeny-Nagy y Spark, 2008. p. 297).

3. LA TERAPIA DE PADRES SEPARADOS

La terapia de padres separados es una forma de terapia en pareja, que surge de la experiencia clínica de la autora del artículo, en su trabajo por más de 18 años, en el centro clínico psicoterapéutico Fundaterapia de Bogotá, Colombia. El centro recibe derivaciones de los servicios sociales y de justicia –juzgados y comisarías de familia-. Casos de separación y divorcio conflictivo, y casos de familia con diversas problemáticas, la mayoría centradas en la pareja y los hijos.

3.1 LA MEDIACIÓN DESDE EL VÍNCULO

El modelo relacional simbólico de mediación (MRS) de Cigoli y cols. en Milán (Italia), plantea el concepto “vínculo” desde dos ejes uno afectivo y otro ético. La mediación significa para el equipo del MRS de Milán, intervenir el conflicto de la pareja parental, para restituir la confianza y la esperanza como pilares fundamentales del trabajo de reconstrucción de los vínculos. Entienden el vínculo como una forma de relación que incluye lo simbólico, ya que permite intuir que aquello que es significativo en un conflicto va más allá del simple interés por obtener algo, para ser la representación de aquello que está en juego en este conflicto. Esto mediado por la noción de confianza, esperanza, justicia y lealtad como principios reguladores de esta interacción. (Restrepo y Campos, 2008).

3.2 LA PSICOEDUCACIÓN COMO ESTRATEGIA TERAPÉUTICA: EL CUIDADO DE LOS VÍNCULOS

Se entiende por psicoeducación al proceso que permite brindar a los consultantes la posibilidad de desarrollar y fortalecer sus capacidades para afrontar las diversas situaciones de conflicto de un modo más funcional. Cuando se usa la psicoeducación en la terapia de padres separados se busca, fomentar el cuidado de los vínculos identificando con mayor entendimiento y claridad el conflicto como relacional, y gestionando mejor las emociones negativas individuales.

La psicoeducación eficaz va mucho más allá de la información. Aspira a modificar actitudes o conductas para lograr una mejor adaptación mediante cambios en la cotidianidad, y en los pensamientos acerca del problema. La psicoeducación no resuelve el conflicto, pero cura la incompreensión, el reproche, la culpa y la indefensión aprendida, a menudo asociados al mantenimiento del conflicto por los intentos de solución que la pareja ha usado, y no han sido exitosos. La psicoeducación facilita la reconstrucción del vínculo, porque sustituye la culpa por la responsabilidad, la indefensión por la proactividad, y la negación por la integración.

Así pues, se ha de psicoeducar a la pareja en: a) los aspectos relacionales-comunicacionales como ex cónyuges, b) la gestión de la colaboración y cooperación para con los niños y, c) ser competentes cubriendo las necesidades de afecto y de protección a los hijos. La educación de un niño depende de los procesos relacionales, especialmente del tipo de vinculación emocional entre padres e hijos. Los niños que se sienten queridos y bien tratados, aprenden a ser educados con y para alguien (Barudy y Dantagnan, 2005; Cyrulnik, 2005).

Gráfico 1. Preliminares: Al iniciar la terapia

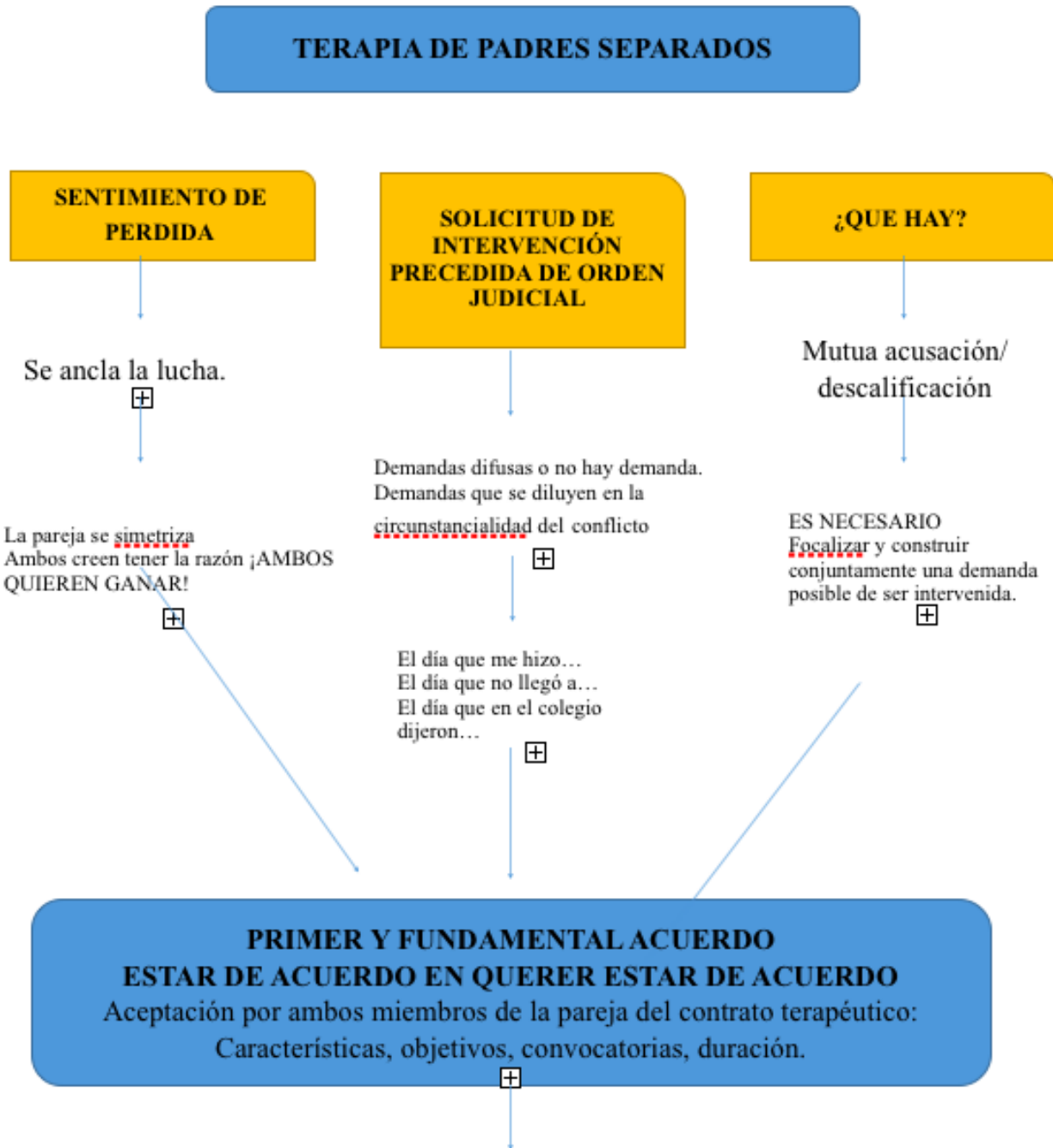
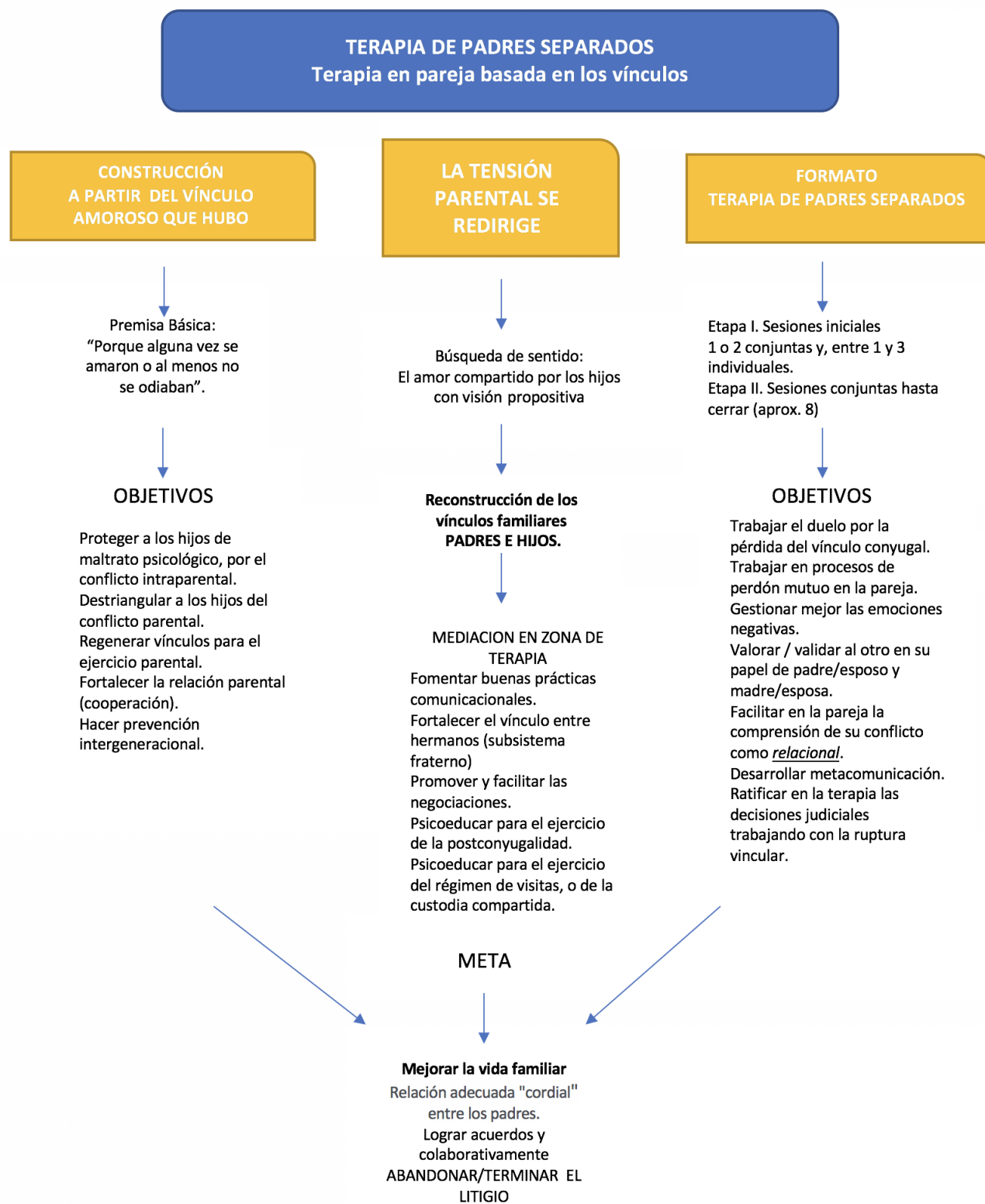


Gráfico 2. Procedimientos y estrategias terapéuticas.



PREGUNTAS FRECUENTES	RESPUESTA	DETALLES
¿Y SI ALGUNO NO QUIERE EN PAREJA?	PREMISA: Las derivaciones de justicia se deben atender.	Porque los pacientes están obligados a realizar la terapia. Porque los terapeutas al aceptar el caso, están obligados a dar informe de resultados al juez.
¿Y SI NO SE HABLAN?	La indicación a quien realiza el primer contacto (telefónico), es que ambos deben asistir a la primera cita.	Si no fuera posible que acudan ambos a la primera consulta, se realiza individual, con quien solicita la cita, y la/el terapeuta, luego personalmente contacta al otro miembro.
¿Y SI EN PAREJA LEGALMENTE NO FUERA VIABLE? Casos derechos de las mujeres por violencia doméstica con medidas judiciales de protección: Ej. Alejamiento.	Se realiza terapia individual con cada miembro de la pareja, con terapeutas distintos, ambos miembros del equipo de terapia. <i>Trabajando en equipo estratégicamente.</i>	Cada terapeuta hace terapia a su paciente. Ambas terapias con el mismo objetivo conjunto: Elaborar el duelo por la pérdida, gestionar mejor las emociones negativas y colaborativamente lograr <i>acuerdos parentales</i> sin litigio. Se realiza únicamente con el acuerdo de la pareja y aceptación del juez o comisario, de concluir la terapia de padres separados con sesiones en pareja, realizadas con los dos terapeutas.
DRA. ¿CUANDO VIENEN LOS NIÑOS? ... QUIERO QUE LOS ANALICE	El modelo prevé intervención con los niños, solo después de varias sesiones con los padres. Objetivos: 1) Conocer los niños y abrir el foco para continuar la terapia con los padres. 2) Destriangular a los niños y sacarlos del conflicto. 3) Fortalecer el vínculo entre hermanos.	A los padres se les comunican los objetivos, y se les anticipa que: a) No se harán valoraciones psicológicas. b) No se examinará a los niños. c) No se darán informes del niño.

<p>¿Y CUÁNDO LA ORDEN DEL JUEZ ES: “RESTABLECER EL VINCULO” CON EL PADRE NO CUSTODIO?</p>	<p>En el contexto de la terapia de padres separados, se realizan sesiones del padre no custodio con los hijos. Se requiere haber avanzado en la consecución de los objetivos de pareja y parentales: a) elaboración del duelo por la pérdida del vinculo conyugal, b) procesos de perdón mutuo en la pareja, con alcances de colaboración-cooperación.</p>	<p>Se trabajarán las expectativas del padre no custodio, con base en la historia, la realidad del momento y las posibilidades. Se realiza psicoeducación al padre no custodio. Se trabajan terapéuticamente <i>los temores del padre/madre custodio</i>.</p>
<p>¿EL MODELO DE TERAPIA DE PADRES SEPARADOS SIRVE EN TODOS LOS CASOS DE DIVORCIO CONFLICTIVO?</p>	<p>El modelo es generoso en el tipo de casos, aunque se ha de usar solo en casos comunes.</p>	<p>NO en casos de abuso sexual NO en situaciones legales que impidan judicialmente relacionar a los niños con padre/madre</p>

UN CASO

José y Luisa, ambos de Bogotá se conocieron en Manizales, él con 24 años y ella con 21. Fueron allí, José porque estudiaba Odontología y realizaba su año rural, y Luisa que radicaba en Sogamoso donde vivía toda su familia, porque eligió a Manizales para estudiar lo que quería, Instrumentación Quirúrgica. En Manizales estaban los dos muy solos, lejos de sus familias, lejos de sus amigos más íntimos. En una reunión de amigos comunes los presentaron, y desde entonces estuvieron juntos y se amaron. Primero fueron novios, luego se fueron a vivir juntos, y con el embarazo de su pequeña Lu, decidieron casarse. Siempre juntos, siempre a gusto. Las naturales y esperables diferencias de pareja, en Manizales las superaron sin dificultad.

Terminados los estudios regresaron a Bogotá, y se acomodaron en casa de los padres de José. La casa era enteramente para ellos. Los padres de José vivían en los Estados Unidos y aunque visitaban Bogotá, y llegaban a quedarse en su propia casa, eso solo ocurría unas tres veces al año. José continuó estudiando apoyado económicamente por sus padres, se especializaba en Ortodoncia. Luisa en cambio, terminados sus estudios se sintió preparada para trabajar, y eso hizo. El trabajo que escogió, fue como instrumentadora independiente. Ello le significaba tener cirugías a pedido de los cirujanos, con lo cual sus horarios eran inciertos, unas veces temprano en la mañana, otras veces tarde en la noche.

La pequeña Lu crecía, y se desarrollaba física y psicológicamente sin dificultad. José y Luisa se repartían el cuidado de la niña y se las apañaban para estar siempre alguno al tanto de sus necesidades: ambos eran buenos padres. La pareja en cambio, poco a poco se iba deteriorando. Luisa seguía trabajando y José estudiando.

Para ese momento, ya la pequeña Lu tenía 4 años y José reclamaba a Luisa más atención y cuidados a él y a la niña. No aceptaba que trabajara hasta tarde y que llegara a su casa a las 11 o 12 de la noche. Luisa por su parte reclamaba a José más implicación, más apoyo emocional, y más compromiso económico. No soportaba vivir de los padres de su marido, que por cierto, habían regresado a vivir a Bogotá y se instalaron de nuevo en la casa familiar.

José estaba en su casa con sus padres, a los que sentía les debía lealtad. Luisa en cambio estaba en casa ajena, sin el esposo del principio, sin sentir apoyo emocional. José se refugió en sus padres,

Luisa se refugio en el trabajo. La pareja hizo crisis con la sobre-involucración del suegro de Luisa en la relación. José no sabía que hacer, amaba a Luisa pero no estaba seguro de ella, su comportamiento no era el que él, y todos en su familia, esperaban de una buena esposa y madre.

Un día tarde en la noche, hacia la 12:30 al llegar Luisa a casa, cansada de trabajar después de un día con varias cirugías, se encontró con un esposo y un suegro reclamándole por su comportamiento y la hora de llegar. Hubo una gresca familiar con maltrato verbal. El padre de José echó de su casa a Luisa, quien enfrentó sola la soledad de la calle a las 2 de la madrugada, y con su familia a 4 horas de camino.

Ese fue el final del matrimonio de José y Luisa, y el inicio de una separación conflictiva, con un divorcio en litigio por la custodia de la pequeña Lu.

DEFINICIÓN DEL CASO

1. José y Luisa llegan a terapia en Fundaterapia, derivados de un Juzgado de Familia de Bogotá. La Juez de familia decidió un divorcio litigioso, entregando la custodia a la madre –Luisa-, y ordenó la “terapia de padres separados de Fundaterapia”.
2. Luisa (29) Instrumentadora Quirúrgica y José (32) Ortodoncista.
3. Una hija Lu (6 años).
4. José y Luisa no tenían comunicación directa entre ellos. Cumplían el régimen de visitas ordenado por la Juez, haciéndose mutuamente trampas simétricas dañinas para la niña.
5. Proceso de individuación de José deficiente e insuficiente.
6. Imaginarios culturales distintos respecto del concepto de familia, y de ser buena esposa y madre.
7. Dificultades en ajustes a ciclo vital de la pareja: tránsito de conyugalidad a parentalidad.
8. Conflicto de lealtades de José, respecto a su familia de origen en especial con el padre.
9. Relaciones conflictivas entre Luisa y la familia de origen de José.
10. Duelo no elaborado por la pérdida de la pareja, especialmente por José.
11. Revinculaciones difíciles.
12. Vínculos estropeados por el maltrato verbal y el desamor.

PROCESO DE TERAPIA

A la primera sesión acude sola Luisa, con la orden del Juzgado. Se realiza la sesión en solitario dado que entre la pareja no había comunicación. La terapeuta luego de la sesión, contacta directamente a José, quien acepta asistir y realizar la terapia conforme lo ha ordenado la juez *terapia de padres separados*. A partir de allí se siguió el modelo de terapia de padres separados, haciendo énfasis en el amor incondicional y compartido hacia Lu, y en la reconstrucción del vínculo como padres, partiendo de la bonita y buena historia de la pareja.

En la antepenúltima sesión, se realizó sesión con la pequeña Lu y sus padres, para ese momento con la relación mas fluida y mejorando. La sesión fue muy intensa, dado que era la primera con la niña, y porque se presentaron situaciones importantes, en especial en lo referente a informaciones desconocidas por la psicoterapeuta, que al trabajarlas terapéuticamente en esa sesión, señalaron la cercanía del cierre de la terapia.

Se incluyen apartados de la sesión y comentarios.

T: terapeuta – H: hija Lu – M: madre Luisa – P: padre José.

[...]

T: Bueno pues ¿sabes que Lu? yo he estado hablando con tus papás. Ellos han venido aquí, los conozco por eso. Me han hablado mucho, mucho de ti, que te quieren mucho, que eres una niña muy especial, que eres cariñosa, que eres juiciosa. Los dos dicen lo mismo, porque yo he hablado tanto con mami como con papi, y también han venido los dos y ¿tú sabes a qué vienen? ¿a que vienen ellos aquí?

H: Aaah.. a hablar.

T: ¿De qué?

H: Yo no sé.

T: ¿Tú le has explicado? (se dirige a la madre)

M: Sí, yo te he explicado.

T: Recuérdale a Lu que le has dicho.

M: Estamos aquí para mejorar la comunicación entre los papitos.

T: Ajá. (asiente y pregunta a la hija) ¿A ti te gustaría que eso ocurriera? Que ellos se entendieran mejor?, ¿Porque hasta ahora que ha pasado?

H: (Asiente, mira a la madre)

M: Cuenta amor... No me mires a mí yo no estoy (se tapa la cara con las manos)

P: Habla Lu. Listo...

M: Ayer me dijo... Yo le dije, vamos a la cita recuérdate que tenemos la cita el viernes ... y me dijo... ¡Y si me van a preguntar algo ustedes dos se salen!

T: ¡¡ Ah perfecto ¡!, Si, ¿Los sacamos? (sonríe) un poquito y hablamos.. ¡Que no estén!

H: Asiente con la cabeza.

T: Vale, perfecto entonces me quedo un rato con Lu. ¿Les parece?

M: Si?

P: Sí, vale

P y M: (salen de la sala)

La terapeuta busca saber qué le han transmitido los padres a la niña, y de qué manera. Esto es importante para evaluar el progreso de los padres, y también para valorar el peso que los consultantes dan al proceso de terapia. Se evidencia un adecuado manejo sobre todo visible por parte de la madre, y un positivo anclaje terapéutico en la pareja.

[...]

T: ¿Cuéntame que hacen los domingos?, ¿Qué haces tú un domingo que estás con tu papi?

H: Monto a caballo

T: ¿Montas a caballo? ¿Dónde?

H: En...

T: ¿Es un caballo de verdad o un caballo de juguete?

H: ¡De verdad!

T: De verdad, ¡Ah que maravilla!. Cada vez que vas con tu papi vas a montar en un caballo. ¿Dónde tienen, es una finca o por qué montas en caballo?

H: Porque estoy en clases.

T: ¿Estás en clases de caballo, de equitación?

H: Ujum

T: Ay no sabía, ellos no me habían contado. Desde cuánto hace ¿Hace rato?

H: Umm desde los cuatro años.

T: Wao, ya tienes seis, o sea que hace dos que vas a caballo y ¿cuando estas con tu mami también vas a caballo?

H: Umm (niega con la cabeza)

T: O sea cuando estas con tu papi vas a caballo. Y cuando estás con tu mami no vas a caballo.

H: Ujum

T: ¿Y sabes por qué cuando estás con tu mami no vas?

H: Hm porque, queda lejos.

T: Queda lejos

H: Si, en Sopó.

H: Si, pero de pronto estos días me toca ir porque tengo un concurso.

T: (Asombro) ¿Tienes un concurso? ¡Que bien!

H: Aja, me gané una primera medalla. Sigo con la segunda.

T: Ah, y cuando te ganas esas medallas ¿Quién esta ahí contigo, tú papi?

H: Sí

T: ¿A veces tu mami también está? ...

H: Pero mi mami casi no.. Casi no ha ido.

T: Casi no ha ido... ¿Y a ti te gustaría que ella fuera?

H: Sí

T: Y ¿Sabes porque casi no ha ido?

H: Es que no tiene tiempo ni los sábados.

T: No tiene tiempo ni los sábados.

H: Asiente

Esta es una información que la terapeuta no conocía. Luego la retomará cuando ingresen los padres al consultorio, para cuestionar que no se hubiera trabajado este tema, e introducir la expectativa de Lu, de que su madre esté en las competencias de equitación.

[...]

T: Ya, ¿Recuerdas que te dijo tu mamá a que venías?, A esto, a hablar... Bueno si tu quisieras decirle algo a tus papis a los dos, y quieres que yo se los diga ¿Que les dirías?

H: Que los quiero.

T: Que los quieres muy bien, les diré que los quieres, ¿Que más?

H: Ya.

T: ¿Quieres que lo diga yo, o quieres decírselo tú?

H: Tú

T: ¿Yo? Bueno, ¿Pero solamente eso? Y qué otra cosa, pensemos, pensemos. Tú dices que han mejorado que tu papá ya no le habla tan duro a tu mamá. Ya no estás en dos, sino en un solo colegio y eso te gusta. Porque antes ellos no se ponían de acuerdo en cual colegio ¿Verdad? Ahora ya se pusieron de acuerdo en un solo colegio. Y también ya se pusieron de acuerdo en el nuevo colegio que quieren que estés el año entrante... ¿A ti te gusta que ellos estén de acuerdo en tus cosas?

La pareja atrapada simétricamente en el conflicto, tenían prácticas extremas dañinas para la niña, como matricular a la pequeña Lu simultáneamente en dos (2) jardines de niños, en el que cada uno creía estaba mejor. A uno iba una semana y al otro la siguiente semana.

[...]

H: Ah

T: Ya (ríe)... Y este nuevo colegio donde vas a ir ¿Quien lo escogió?

H: Los dos.

T: Los dos.

H: Porque había uno que era muy caro, pero era muy bonito.

T: Pero estaba muy caro.

H: Y en Patriotas había unas opciones que dijeron las profesoras.

T: Umm (Asiente atenta)

H: Entonces no quisimos ninguna, fuimos a averiguar en Oxford, y otro que no me acuerdo.

Nótese que la niña habla en plural -de nosotros-. Esto deja ver que ha participado en las decisiones, y también que ha estado presente cuando los padres hablan de temas que a ella le competen.

[...]

T: ¿Ah bien no? Qué bueno ¿Entonces, hacemos seguir a tus papis?

H: Sí

T: ¿Sí? Bueno, última oportunidad, ¿Qué más les decimos?

H: Nada más.

T: Les digo que tú los quieres, ¿Se los quieres decir tú? ¿O les digo yo?

H: Tú

Ingresan los padres:

T: (Sonríe) Bueno pues entonces... Lu me recordó que antes estaba en dos colegios.

P: Ujum

T: En Patriotas y, Lu... se me olvido el otro.

H: Y Nuevo Reino

T: Y Nuevo Reino. Que primero estaba en dos colegios, Patriotas y Nuevo Reino, una semana en uno y otra semana en el otro ... Y que este donde está ahora le gusta más. Le gusta más estar en uno solo, porque era cansado ir a dos ¿Cierto?

H: (asiente y sonríe)

T: Era cansado porque tenía que ir, tenía que venir por la noche, y era muy cansado. En cambio a uno solo pues está menos cansado. Además allí en este, tiene una mejor amiga, que se llama ¿cómo?

H: Vanesa

Los padres al ingresar de nuevo al consultorio se encuentran expectantes. Por tanto, primero es necesario y considerado con los padres “informarlos” acerca de lo tratado con Lu, y segundo, importante la información ser usada terapéuticamente para reestructurar, afianzar, y consolidar los cambios.

[...]

T: (sonríe) Bueno, Lu me contó algo que yo no sabía, que ella monta a caballo.

M: Ah, si.

P: Sí, ella monta caballo y monta ¡súper bien!

T: Yo no sabía, yo no sabía que ella montaba caballo...

M: Si, este año entró.

T: Y entonces ella me cuenta que va cada 15 días a montar a caballo. Se va contigo (mira al padre), tú la llevas ...

P: Si

T: Y también hablamos de por qué cada 15 días, entonces ella me explica que es cuando está contigo (mira al padre).

T: Mirando a la niña la terapeuta le dice ¿Lu, tú quieres ir a montar, quieres ir cada 8 días a los caballos?

H: Siiii

T: Aunque Lu... Dice que a veces es algo cansado, porque todos los domingos todos los domingos se cansaría...

P: Hum (duda) Por las piernitas ...

T: ¿Por las piernitas?

P: Ella ya sabe del tema, ella ya es una experta ella ya galopa, salta...

T: ¿Dónde es?, ¿En Sopó? ¿En qué parte?

P: Ehhh

H: En Sopó (susurra al padre)

P: ¿Qué? ...

T: En Sopó me dijo ella.

M: Sí, yo no conozco el lugar.

T: Y también me contó Lu, que ha ganado varias cosas, que le han dado premios.

H: Medallas

P: Sí, ha ganado varias competencias.

H: Una competencia (señala uno con la mano)

T: Una competencia ... Cuando hay competencias Lu, ¿Cuándo hay competencias te gustaría que tu mami fuera?

H: Sii

M: Claro, obvio.

T: ¿Y a ti te gustaría ir? (pregunta a la madre)

M: Sí, ¡claro!

T: ¿Y a ti José?, te gustaría que Luisa estuviera cuando hay competencias y Lu participa?

P: (Ríe pero no responde)

La terapeuta introduce el tema novedoso, y hace uso de los contenidos para evaluar la relación. La expectativa de Lu, es compartida por la madre. El padre siente el espacio de las clases de equitación como suyo, con lo cual es esperable que se resista a ceder en un aspecto vital para el –la relación íntima con Lu, donde no participe la madre.

M: (Lo mira)

H: “*El gusano dentro de la boca del pollito*”

Una preciosa metáfora de lo que significa para la niña el silencio del padre. –Lu desde el inicio de la sesión, en el consultorio ha estado jugando con una gallina de tela que tiene huevos, pollitos, mariposas y gusanos.–

P: Puesssss.. ¡Bueno!

H: Pollitooo

M: (Ríe)

P: Pues aquí ya en este momento... pues ...

T: Eso lo hablamos luego...¿ De acuerdo?

P: Sii

M: Sii

T: Luego habrán cosas que hablemos entre nosotros... entre ustedes dos.

P: Eso si mejor (Ríe)

[...]

T: Bueno otra cosa. Yo le dije a Lu, vamos a entrar con los papás también, para que hablemos del colegio. Del colegio donde vas a estar el año entrante. Ella no se acordó cómo se llamaba, pero ella sabe que lo eligieron entre ustedes dos.

M: Sii...

T: Ella sabe que ese colegio los dos lo eligieron, que tenían varias opciones, que había uno que era muy caro, y entonces ustedes dos decidieron que el colegio que querían para ella era otro. Y ¿qué posibilidades hay?

P: No sé ...

M: Ella es muy juiciosa, yo no sé, es un examen.

T: ¿Qué le podrán preguntar?

P: Lo básico de su..., de su curso, no sé algunas preguntas... ¿Psicotécnicas? (ríe)

H: ¿Psicotécnicas?...

T: (Ríe)

P: Si, eso me preocupa un poco.

T: ¿Te preocupa eso?

P: Eh más adelante pues .. pues si pasa todo esto...

T: ¿Entre ustedes dos?

P: Si claro. Ahí si toca .. Yo hable con ella (mira a la madre), le dije como era la situación, ahí nos toca...

M: (lo mira y asiente)

La pareja en terapia se comunica, y evidencian que aún con dificultad, han logrado avances importantes en la relación parental en beneficio de la niña.

T: Si, porque cuando los niños van a entrar al colegio, al niño le hacen algún examen o algo. A los niños les hacen una prueba, y a los padres les hacen una entrevista.

P: Si, claro una entrevista entonces...

M: Si, ya sabemos.

T: Eso es. Es una evaluación familiar independientemente de que los padres no vivan juntos, van hacer la entrevista a ambos ...

P: Claro.

M: Van a mirar el nivel de comunicación.

T: Van a mirar el nivel de comunicación.

M: Nadie quiere un problema en su colegio ...

T: Nadie quiere un problema en su colegio ... Van a ver que tan de acuerdo están.

P: Eso ya no hay problema.

T: ¿Es historia?

M: Eso.. ya es historia patria.

P: Historia patria, o sino se maquilla, se disfraza eso no tiene problema.

M: Allá toca llegar con hola, hola ...

T: ¡Yo creo que tiene que ser historia patria ya!

P: Sii

M: Sii

P: Obvio.

T: Porque eso, eso se ve...

P: Sii, claro.

T: La tensión entre las personas no hay que decirla. La tensión entre las personas se percibe, se siente, y creo que ustedes están ahora algo más tranquilos ...

M: Sii

Padre y madre, sienten que han avanzado bien en el aspecto de la colaboración escolar, significativo es la seguridad con la que expresan que ese aspecto, es un asunto superado. La terapeuta hace respuestas espejo, y señala los avances que la pareja ha tenido con la terapia, dando esperanza de que lograrán completamente el bienestar. Se trata de hacer evidente la capacidad de cambio, manteniendo la motivación y voluntad de continuar haciendo las cosas bien.

[...]

P: Las sesiones han ido sirviendo de una manera lenta pero pues ...

T: Pero, ahí vamos.

P: Si si, a veces veo el paso como medio, como medio flojo pero pues ahí se van dando, listo.

T: Aja, así es.

P: Me gusta verla así, tranquila si. No me gusta que se estresa cuando vienen a recogerla pues ... se estresa demasiado.

T: La ves pasada hablamos de que el estrés de Lu, no tiene que ver con ella, sino con en el entorno.

P: Con el entorno, si.

M: Si

T: Clarísimo

P: Si

M: Ajá.

P: Correcto, la idea es que ella se siga aprovechando de este tipo de situaciones, de todas estas cosas, para que pues..., para crecer lo mejor posible.

T: ¡Claro!

P: Es lo más fundamental y lo más importante.

M: (Ríe, asiente)

P: Perfecto, bien, ¡Súper!

T: En la medida en que ambos se van relajando y mejorando, ella se va a tranquilizar, todos se van sintiendo mejor, que no es fácil ...

La pareja reflexiona en consulta acerca de los avances. Los perciben lentos pero importantes, sobre todo en el bienestar de Lu. La terapeuta lo ratifica y hace intensidad en que, para que la niña esté bien, ellos deben estar bien. Es el mensaje que desde el inicio se transmite a los padres, y que sesión tras sesión se reafirma.

M: Si, Ujum

T: Bueno, entonces tenemos que hacer otra sesión.

M: ¿Con ella? (refiriéndose a la niña)

T: No, con ella ya nos conocimos. Me encantó conocerte Lu, ¿Te gustó haber venido aquí?

H: (mira a la terapeuta y asiente)

T: Cuando quieras puedes venir Lu. Un día si quieres le dices a la mamá. ¡Mamá quiero ir a donde tienen los muñecos!

[...]

T: Bueno, bueno Lu. Ya nos tocó dejar la gallina, los pollitos y sus huevitos.

M: Ok, estamos listos

T: Chicos me encantó verlos.

M: Bueno, muchas gracias Doctora, vamos (se levanta)

P: (Se levanta) Chao Doctora, que esté muy bien.

4. REFLEXIÓN FINAL A MANERA DE CONCLUSIÓN

El propósito general de este artículo ha consistido en presentar la propuesta de *terapia de padres separados*, una forma de terapia basada en los vínculos, con parejas de padres donde se instaura el litigio por la custodia de los hijos. Para ello se ha utilizado un marco conceptual y teórico discutido del vínculo de apego, la pérdida afectiva, el amor y el desamor en la pareja, la post conyugalidad, la gestión de la parentalidad tras la ruptura, y el ejercicio positivo de la coparentalidad. Es una propuesta de terapia sistémica compleja desde los vínculos, integrando en el *contexto de terapia* la mediación y la psicoeducación.

El artículo desarrolló de manera sucinta los aspectos metodológicos y pragmáticos del proceso de terapia, con procedimientos y estrategias de intervención expuestos de forma esquemática. La presentación de la propuesta, se fundó en la expectativa de ser replicada, como una alternativa de intervención con parejas de padres en conflicto con las características arriba mencionadas. Por ello se ejemplificó el modelo con un caso comentado, de tal manera que los interesados en el uso del método, puedan apreciar los procedimientos.

Con la propuesta de *terapia de padres separados*, se avanza en la búsqueda de soluciones a los conflictos graves por la custodia de los hijos, ya que, aunque trabajar el ajuste del grupo familiar y la coparentalidad post divorcio no es nuevo, los programas existentes son más de tipo pedagógico y no poseen características de psicoterapia. Se trata pues, de una perspectiva relacional compleja y simbólica de la psicoterapia, que facilita abandonar el yo individual para acudir a la comprensión y ejercicio del nosotros como padre y madre.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahrons, C. (1981). The continuing coparental relationship between divorced spouses. *American Journal for Orthopsychiatry*, 51(3), 415-428. Recuperado de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/j.1939-0025.1981.tb01390.x>
- Amato, P.R., & Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110 (1), 26-46. Recuperado de http://slatestarcodex.com/Stuff/divorce_paper.pdf
- Ainsworth, M.D. (1979). Infant-Mother Attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932-937.
- Ainsworth, M.D. (1991). Attachments and other affectional bonds across the life cycle. En C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, y P. Marris (Eds.). *Attachment across the life cycle* (pp.122-149). Londres: Routledge.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational behavior and human decision processes*, Vol. 50, 179-211.
- Andolfi, M. (1991). Terapia familiar. *Un enfoque interaccional*. Barcelona: Paidós.
- Barudy, J. y Dantagnan, M. (2005). *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa Editorial.
- Blatt, S. J., y Levy, K. N. (2003). Attachment Theory, Psychoanalysis, Personality Development, and Psychopathology. *Psychoanalytic Inquiry*, 23(1), 102-150.
- Bolaños, I. (2002). El síndrome de alienación parental. Descripción y abordajes psico-legales. *Psicopatología clínica, legal y forense*. 2(3), 25-45. Madrid.
- Bolaños, I. (2015). Custodia compartida y coparentalidad: una visión relacional. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 15, 57-72.
- Boszormenyi-Nagy, I y Spark, G. (2008). *Lealtades invisibles. Reciprocidad en terapia familiar intergeneracional*. Buenos Aires: Paidós (3era reimpresión, a primera edición en castellano).
- Bowlby, J. (1983): *Attachment and Loss, volumen III, La pérdida afectiva*. Primera edición. Buenos Aires: Paidós
- Bowlby, J. (1988): *Una base segura: Aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Barcelona: Paidós.
- Bowlby, J. (2014). *Vínculos Afectivos: Formación, Desarrollo y Pérdida*. (6ª edición). Madrid: Morata.
- Carlson, E. (1998). A prospective longitudinal study of attachment disorganization/disorientation. *Child Development*, 69(4), 1107-1128.
- Cyrlink, B. (2005). *Bajo el signo del vínculo. Una historia natural de apego*. Barcelona: Gedisa.
- Cyrlink, B. (2006). *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Bar-

- Darchis, E. y Decherf, G. (2008). *La séparation*. France: Nathan.
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Higgitt, A., & Target, M. (1994). The theory and practice of resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 35(2), 231- 257.
- Gardner, R.A. (1985). *The parental alienation síndrome*. Cresskill, NJ: Creative Therapeutics.
- Giraldo, R. y Wild, C. (2015). Alienación Familiar: constitución y ruptura de la relación de pareja. En J.L., Linares (comp). *Prácticas alienadoras familiares, el síndrome de alienación parental reformulado*. (pp 181 -206). Barcelona: Gedisa.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524. Recuperado de https://public.psych.iastate.edu/ccutrona/psych592a/articles/Hazan_and_Shaver_1987.pdf
- Hopper, J. (2004). The symbolic origins of conflict in divorce. *Journal of Marriage and Family*, 63, 430-445. Traducción al español: Los orígenes simbólicos del conflicto en el divorcio (2004). Recuperado de: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/j.1741-3737.2001.00430.x>
- Linares, J.L. (2002). Del abuso y otros desmanes. *El maltrato familiar entre la terapia y el control*. Barcelona: Paidós.
- Linares, J.L. (2010). Paseo por el amor y el odio: La conyugalidad desde una perspectiva evolutiva. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*. Fundación Aiglé. XIX (1), 75-81. Buenos Aires. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921797007> . ISSN: 0327-6716
- Linares, J.L. Comp. (2015). *Prácticas alienadoras familiares, el síndrome de alienación parental reformulado*. Barcelona: Gedisa.
- Mabres-Boix, M. (2014). El divorcio de los padres y su repercusión en los hijos. *Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente*, (57), 27-33. ISSN: 1575-5967.
- Mastro Paolo, L. (2015). Sobre las prácticas alienadoras familiares en Italia. En J.L., Linares (comp). *Prácticas alienadoras familiares, el síndrome de alienación parental reformulado*. (pp 151 -180). Barcelona: Gedisa.
- Martínez, J., Fuertes, A., Orgaz, B., Vicario, I., y González, E. (2014). Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de jóvenes adultos: el efecto mediador del apego actual. *Anales de psicología*, 30 (1), 211-220. Recuperado de http://scielo.isciii.es/pdf/ap/v30n1/psicologia_evolutiva6.pdf
- Ortiz, MJ., Gómez, J., Apodaca, P. (2002). Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja. *Revista Psicothema*, 14(2), 469-475.
- Pérez T, C., Pujol, M., Valls Vidal, C., y Aramburu, I. (2009). El divorcio: una aproximación psicológica. *La Revue du REDIF*, 2, 39- Recuperado de http://fiuc.org/archivos/redif_02.pdf. ISSN: 2070-9021.
- Repetur, K. y Quezada, S. (2005). Vínculo y desarrollo psicológico: la importancia de las relaciones tempranas: *Revista Digital Universitaria*, 6 (11). Recuperado de http://www.revista.unam.mx/vol.6/num11/art105/nov_art105.pdf ISSN: 1067-6079
- Restrepo, M., y Campos, O. (2008). Noción de vínculo en la mediación del modelo relacional simbólico en una pareja de separados. *Investigación Maestría en mediación familiar y comunitaria. Facultad de Medicina, programa de Psicología*. Bogotá: Universidad del Rosario.
- Romero, F. (2009). Coparentalidad y género. *Revista de Intervención psicosocioeducativa en la desadaptación social, IPSE. ds. 2*, 11-28 Recuperado de <file:///Users/reginagiraldo/Downloads/Dialnet-RespuestaEducativaEmpleadaEnAlemaniaParaLaIntegrac-3247781.pdf>
- Walsh, F. (2004). *Resiliencia familiar. Estrategias para su fortalecimiento*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Worthington, Jr. E y Wade, N. (1999). La psicología de la falta de perdón y el perdón y las implicaciones para la práctica clínica . *Revista de Psicología Social y Clínica*, 18(4), 385-418. Recuperado de <https://doi.org/10.1521/jscp.1999.18.4.385>
- Yárnoz-Yaben, S. (2008). El divorcio como un proceso de pérdida y duelo. Aportaciones de la teoría

- del apego. En S. Yáñez-Yaben (comp). *La teoría del apego en la clínica: Evaluación y clínica*, (pp. 187-212). Madrid: Psimática.
- Yáñez-Yaben, S. (2010). Hacia la coparentalidad post - divorcio: percepción del apoyo recibido de la ex pareja en progenitores divorciados españoles. *International Journal of Health Psychology* 10, 295-307. Recuperado de file:///Users/reginagiraldo/Downloads/2010IJHPHACIALA-COPARENTALIDADPOSTDIVORCIO.pdf
- Yáñez-Yaben, S. (2013). La teoría del apego como herramienta terapéutica para comprender el divorcio y la separación. *Revista APRA (Asociación de Psicoterapia de la República Argentina)* 6 (1). Monográfico el apego. Recuperado de <https://www.apra.org.ar/mayo2013.ph>
- Yáñez-Yaben, S. (2013). Perdón y divorcio: una perspectiva clínica. *Revista clínica contemporánea*, 4(3), 211-221. Recuperado de <http://www.revistaclinicacontemporanea.org/archivos/cc2013v4n3a1.pdf>

