

EL DIVORCIO

American Academy of Child and Adolescent



Los padres que se están divorciando se preocupan a menudo acerca del efecto que el divorcio tendrá en sus hijos.

Los padres se preocupan principalmente por sus propios problemas, pero a la vez están conscientes de que son las personas más importantes en la vida de sus hijos.

Los padres se pueden sentir o desconsolados o contentos por su divorcio, pero invariablemente los niños se sienten asustados y confundidos por la amenaza a su seguridad personal.

Algunos padres se sienten tan heridos y abrumados por el divorcio que buscan la ayuda y el consuelo de sus hijos.

Los hijos no pueden entender el divorcio y los padres deben explicarles lo que está pasando, cómo se afectan y cuál será su suerte.

Los niños pueden creer que son la causa del conflicto entre sus padres.

Muchos niños tratan de hacerse responsables de reconciliar a sus padres y muchas veces se sacrifican a sí mismos en el proceso.

La pérdida traumática de uno o de ambos padres debido al divorcio puede hacerlos vulnerables a enfermedades físicas y mentales.

Los padres deben percatarse de las señales de estrés persistentes en sus hijos.

Estas señales pueden incluir la falta de interés en la escuela, por los amigos o aún al entretenerse. Otros indicios son el dormir muy poco o demasiado y el ser rebeldes y argumentativos con los familiares.

Los niños han de saber que su mamá y su papá seguirán siendo sus padres aún si el matrimonio se termina y los padres no viven juntos.

Las disputas prolongadas acerca de la custodia de los hijos o el presionar a los niños para que se pongan de parte del papá o de la mamá le pueden hacer mucho daño a los hijos y puede acrecentar el daño que les hace el divorcio.

La continuación de la obligación de los padres por el bienestar de los hijos es vital.

Si el niño parece tener indicios de estrés, los padres deben consultar con su médico de familia o pediatra para que lo refiera a un psiquiatra de niños y adolescentes.

El psiquiatra podrá evaluar y darle tratamiento al niño para aliviar las causas del estrés.

Además, el psiquiatra podrá aconsejar a los padres ayudándolos a minimizar los problemas que causa el divorcio en la familia.

LA SEPARACIÓN Y EL DIVORCIO, CUANDO NO HAY MÁS REMEDIO

Para los psicólogos, la separación y el divorcio son alternativas por las cuales puede pasar la pareja en un momento dado de su vida.

Fomentamos la familia y procuramos resolver los problemas de pareja que puedan conducir a una separación, sin embargo, existen sin duda circunstancias que obligan al terapeuta familiar a considerar, en ocasiones, estas posibilidades.

LAS DIMENSIONES DEL PROBLEMA A NIVEL PSICOLÓGICO

En los Estados Unidos, 1 de cada 2 matrimonios se divorcian.

En Inglaterra y Francia, 1 de cada 3.

Ejemplos que son significativos de cómo el divorcio avanza en los países desarrollados.

Más del 40% de los niños de estos países, vivirán con sus padres durante su 1ª etapa de la niñez y -luego de un divorcio- con uno de sus padres y su nueva pareja, en la 2ª etapa de su vida.

La intensidad de las emociones, el dolor, las ofensas, el rencor y otros sentimientos provocan un daño profundo en la pareja difícil de recuperar.

Por otro lado, la victimización de los hijos atrapados en la "batalla conyugal", produce deterioros psicológicos irreparables en la psiquis de los menores.

En **el Departamento de Psiquiatría de la Universidad de Michigan** se encontró que los hijos de divorciados eran tratados en una proporción de 2 a 1 con la población general.

Estos niños sufrían, en la mayoría de los casos, síntomas asociados a la falta de control en la agresión.

En los más pequeños, la agresividad era contra los padres separados y los hermanos.

En los mayores, ya adolescentes, el problema tomaba forma de actos antisociales y de delincuencia, así como alcoholismo y adicción a las drogas.

En los casos de las hijas de divorciadas adolescentes se encontró frecuencia de promiscuidad sexual, en mayor proporción que las hijas de matrimonios no divorciados.

Otros autores han enfatizado la importancia de la depresión en el cuadro clínico de los niños de padres divorciados.

En una investigación, también en los Estados Unidos, entre niños tratados como pacientes psiquiátricos ambulatorios de depresión media y severa, un alto porcentaje de la muestra era de niños de padres divorciados.

En un estudio de seguimiento de una muestra nacional de 5.362 niños nacidos en la misma semana de 1946 en Inglaterra, se encontró que el 36.5% de los hombres cuyas familias se habían visto afectadas por un divorcio o separación antes de los 5 años, sufrían algún tipo de psicopatología o falta de ajuste social y fueron hospitalizados antes de los 26 años por enfermedades psiquiátricas de tipo afectivo o por úlceras gástricas, colitis o se hicieron delincuentes hacia los 21 años, comparados con el 17.9% de los hombres provenientes de familias no divorciadas.

En este mismo **estudio de Wadsworth, Pekham y Taylor (1985)**, también se encontró que el 26.3% de las mujeres cuyas familias se rompieron antes de los 5 años, fueron hospitalizadas por enfermedades psiquiátricas o por úlceras gástricas, colitis o se hicieron delincuentes hacia los 21 años o se separaron o divorciaron antes de los 26 o tuvieron hijos ilegítimos, comparadas con el 9.6% de las familias que no sufrieron divorcio.

El 29% de los hombres cuyas familias se rompieron antes de que cumplieran 16 años, sufrieron antes de los 26 años, problemas psicopatológicos o de inadaptación social o se divorciaron o separaron antes de los 26 años, comparados con el 18% de los hombres de familias intactas.

El 21% de las mujeres cuyos padres se divorciaron antes de los 16 años, hacia los 26 sufrieron lo mismo que los hombres o tuvieron hijos ilegítimos, comparadas con el 10.1% de las mujeres de familias no divorciadas.

También en este interesante estudio longitudinal se demuestra que los hombres de familia de clase social trabajadora, hijos de padres divorciados, a la edad de 26 años, ganaban de forma significativa menos ingresos si se los comparaba con los hombres de familia no divorciados. Igualmente encontraron que los hijos de ambos sexos, de padres separados, tenían una vida académica significativamente menor que sus pares de familias no divorciadas.

Es de hacer notar que los hijos de padres fallecidos tenían poca repercusión en la diferencia en los logros académicos de hijos de padres no divorciados, lo que demuestra que el divorcio impacta aún más psicológicamente que la muerte que los seres queridos.

Los hallazgos indican que la separación y divorcio de los padres, tienen un considerable perjuicio sobre la vida de los hijos que se expresa en patologías psicológicas, inadaptación social, menores logros educativos en ambos sexos y menores logros económicos en hombres.

Ahora bien, lo que **tendríamos que preguntarnos es si el daño lo provoca la ausencia de uno de los padres o el propio trauma del divorcio.**

Si observamos que el daño en los hijos de padres fallecidos no es igual al de los hijos de padres divorciados, podríamos concluir que **más que la falta de uno de los padres es posiblemente los elementos que componen la crisis del divorcio lo que traumatiza irreversiblemente a los hijos.**

La mayoría de los divorcios están precedidos por meses o años de disputas, ofensas, desamor, peleas, desilusiones y frustraciones.

En un primer lugar, las parejas comienzan con provocaciones mutuas, con trato y vocabulario hostil y episodios de gritos y de abuso físico verbal.

Allí los niños quedan amedrentados por las escenas, sin saber qué hacer y se sienten desorientados, impotentes y tristes por la falta de control de sus padres.

Además los padres tienden a pedirles solidaridad a los hijos -cada uno por su lado- generándoles graves conflictos de decisión.

Posteriormente, si la pareja no logra manejar los conflictos y comienzan un proceso de divorcio, inician un período de enfrentamiento por distintas razones, sean por rencor, rabia o por la división del patrimonio conyugal.

En esta fase se intensifica la hostilidad, el deseo de daño de uno al otro.

Surge el odio, la amargura y a veces hasta el deseo de venganza.

En esta etapa, la mayoría de las parejas piensa que quitándole los hijos el uno al otro ganan la pelea, sin darse cuenta que le están haciendo un gran mal a la psiquis de los muchachos.

De manera que, cuando la pareja se plantea un divorcio y no hay más remedio, hay que tomar en cuenta todo lo expresado y procurar el mayor esfuerzo en que no se generen tantos problemas.

Aunque parezca difícil, el divorcio o la separación debe ser acordada hasta donde se pueda y negociada. El terapeuta familiar en este momento puede jugar un gran papel, al ser el referee psicológico para juzgar lo que el juez legal no puede resolver.

LA SEPARACIÓN

El Estado defiende la institución familiar y por ello no es fácil divorciarse, tanto como sí lo es casarse. Por esta razón se instituyó el status de separación, como fase intermedia entre el matrimonio y el divorcio.

El legislador buscaba que esta etapa funcione como un período de reflexión y de reconciliación entre los miembros de la pareja afectada.

La experiencia nos demuestra que una separación acordada con asistencia psicológica, en buena proporción, permite el reencuentro de la familia y en el peor de los casos, si se llega al divorcio, los hijos sean menos afectados.

La separación, por ello, es importante porque es un período de adaptación a la nueva vida, porque se avanza a una relación de pareja mejor -aunque sea la misma pareja- y permite, sobretodo, que los hijos se adapten a la nueva realidad.

LAS CAUSAS

Problemas que pueden deteriorar el amor de una pareja: El advenimiento del primer embarazo, cuando es producto de una gestación no deseada, la insatisfacción sexual, la falta de comunicación o la comunicación negativa, el tránsito del amor pasional al amor maduro, la distribución de las tareas del hogar, la intervención de la familia de ambos cónyuges en su vida, la infidelidad y los celos, el problema de los "amigos de él" y los "almuerzos de ella" y los problemas económicos.

Declarada de Utilidad Pública. Ayuntamiento de Madrid.

Registro Autonómico de Asociaciones ciudadanas: 16.931

Registro de Asociaciones Ayuntamiento de Madrid: 02.041

Telf: 649116241

CIF: G-81695025
e-mail: usedimad@gmail.com

De acuerdo a algunas leyes mundiales, son causales de divorcio el adulterio, el abandono voluntario, los excesos, injurias graves que hagan imposible la vida en común, el conato de uno de los cónyuges para corromper o prostituir al otro o a sus hijos, así como la connivencia en su corrupción o prostitución, la condenación a presidio, la adicción alcohólica u otras formas graves de farmaco-dependencia, la interdicción por causa de perturbaciones psiquiátricas graves.

Igualmente la Ley prevé que se podrá declarar el divorcio luego de declarada la separación de cuerpos y haya transcurrido 1 año, o cuando los cónyuges hayan permanecido separados, de hecho, por más de 5 años.

Desde un punto de vista humano, podemos señalar como causales de divorcio distintas razones de índole personal, social, moral, religiosa, económica o estrictamente psicológicas.

La experiencia demuestra que una de las primeras causales de divorcio que se plantea en la práctica de la Psicología Clínica, es que la pareja no se conocía bien antes de casarse.

En muchas oportunidades el novio y la novia, durante la **etapa prematrimonial**, tratan de hacerle ver a la otra parte que ellos son como se supone que quiere la pareja que sea; y no se muestran como en realidad son.

En **los noviazgos cortos**, las parejas no tienen tiempo real de conocerse y cuando se casan pueden encontrarse que lo han hecho con una pareja que dista mucho de ser el ideal que tenían como lo que debería ser su cónyuge.

Esta causa, que es fundamental desde nuestro punto de vista, conlleva al segundo motivo de consulta, como lo es la presencia del "otro" o la "otra".

La mayoría de los problemas en **la pareja recién casada**, se fundamentan en la falta de conocimiento de ellos mismos.

En menor grado aparecen otras razones, tales como problemas de cambio de personalidad, trastornos psíquicos, problemas de alcoholismo, de drogas, desavenencias en la educación y otros.

¿Y CON LOS HIJOS QUÉ?

El principal problema que tienen los hijos cuando surge la separación o el divorcio, es que los padres incurren en una serie de conductas erróneas para con ellos.

Los padres no deben utilizarlos como "espías" para que les informen qué está haciendo el otro cónyuge, o como "corre ve y dile" o "mensajeros" para comunicarse entre ellos.

Los padres no deben presentar reacciones agresivas contra sus hijos para vengarse de la pareja.

No deben amenazar a la pareja en el sentido de que si se divorcian le harían un daño tremendo a los hijos para tratar de evitar la separación.

Luego, al producirse el divorcio, los padres no deben quedar resentidos con sus hijos.

Luego del divorcio, no deben existir conductas inapropiadas contra los hijos, tales como el abandono afectivo por parte del padre que no tiene la custodia o sobreprotección por parte de quien la tiene.

No se le debe presentar al hijo una nueva pareja antes que él esté en capacidad de asimilar ese impacto.

Todos estos comportamientos provocan conductas profundamente obstaculizadas en la evolución psicológica de los niños.

Investigaciones revelan que los hijos de padres divorciados presentan menor autoestima que los de matrimonios constituidos.

El divorcio es el más grande stress que un niño pueda soportar como hemos visto.

Los niños perciben la muerte de un padre de manera más natural que un divorcio.

Los hijos de divorciados necesitan más tratamiento psicológico que los de los no divorciados.

Las consecuencias de una conducta inadecuada de los padres cuando se divorcian puede ocasionar ansiedad, miedo, inseguridad, sentimientos ambivalentes y diferentes trastornos de conducta.

De manera que si una pareja se encuentra en proceso de divorcio, debe tener en cuenta:

1º El problema es con su pareja, nunca con sus hijos.

2º La única forma en que sus hijos no sufran durante la separación o divorcio es que los padres estén plenamente conscientes de que deben explicarles claramente la situación a ellos y decirles que, independientemente de la decisión que tomen, ambos cónyuges seguirán queriéndolos y ayudándolos.

3º Si no hay más remedio que el divorcio, siempre será preferible una separación amistosa que una conflictiva, por el bienestar y seguridad de los hijos y de la propia pareja.

4º Hay que hacer un gran esfuerzo para superar el rencor y la rabia, pero es indispensable por el bien de todos.