



asociación  
mexicana de  
tanatología, a. c.

**DUELO DE LOS HIJOS POR  
EL DIVORCIO**

**TESINA**  
QUE PARA OBTENER EL DIPLOMADO EN  
**TANATOLOGIA**

PRESENTA:  
REMEDIOS PILAR MERCADO ANDRADE



Asociación Mexicana de Educación Continua y a Distancia, A.C.  
México, D.F.a 31del mes de marzo del 2011

México, D.F.a 31del mes de marzo del 2011

DR.FELIPE MARTINEZ ARRONTE

**COORDINADOR DEL DIPLOMADO EN TANATOLOGIA  
P R E S E N T E**

Por medio de la presente le informo que revisé y aprobé la tesina que presentó  
(presentaron):

Remedios Pilar Mercado Andrade

Integrante de la generación 2010-2011

El nombre de la Tesina es:

**DUELO DE LOS HIJOS POR EL DIVORCIO**

**Atentamente**

**Director(a) de Tesina**

Profesor: Ricardo Domínguez Camargo

## **MIS AGRADECIMIENTOS...**

### **Gracias a Dios**

Mi señor, mi guía, mi proveedor, primeramente por darme la vida, ver lo maravillosa que es, sólo Tú sabes lo importante que ha sido para mí alcanzar esta alegría, esta meta.

### **Gracias a mis Padres Roberto y Ma.Elena**

Por ser fuente de mi inspiración para alcanzar los objetivos que me he propuesto, por enseñarme que todo esfuerzo es al final una recompensa, este triunfo es suyo. Los amo desde el fondo de mi alma, me siento muy afortunada de ser su hija.

### **Gracias a mis hermanos:**

**Adriana, Carina, Lorena y Juan Carlos**, por ser mi familia y por lo que cada uno apporto durante todo este tiempo, por sus felicitaciones en cada logro que obtuve, los quiero con el corazón.

### **Gracias a mi ex esposo...**

Por lo mejor que tengo en la vida, nuestra hija.

### **Para ti Sarahi con todo mi amor y cariño. Gracias por ser mi hija, Te Amo.**

Gracias en especial a mi ángel del cielo que bajó hasta acá para permitirme ser madre y así, la mujer más feliz y realizada del mundo,. Porque nunca pensé que de tan pequeño cuerpecito emanará tanta fuerza y entusiasmo, el cual me impulsa todos los días a seguir adelante. **Esto es por ti.**

### **Gracias a mis profesores**

Que participaron en mi desarrollo profesional, duante mi carrera, sin su ayuda y conocimientos no estaría en donde me encuentro ahora.

### **Gracias a mis amigas.**

Porque también por su apoyo y entusiasmo que me brindaron en todo momento, puede lograr esta meta.

# INDICE

Agradecimientos.....	3
Justificación.....	5
Objetivos.....	8
Duelo de los hijos por el divorcio.....	9
El desarrollo emocional.....	9
Etapas psicológicas del hombre.....	9
El divorcio.....	9
Concepto de divorcio.....	10
Generalidades.....	11
Periodos del proceso de divorcio.....	12
Tipos de divorcio.....	12
El papel que se le asigna al niño.....	13
Factores de riesgo para los niños en el divorcio.....	14
El recién nacido.....	17
El niño de 2 a 3 años.....	18
El niño de 3 a 5 años.....	18
La edad más difícil de 6 a 12 años.....	18
El adolescente.....	20
Los errores que comenten los padres durante el divorcio.....	22
Duelo.....	24
Concepto.....	24
Alternativas para superar el enojo.....	25
Propuestas para aminorar la culpa.....	27
Herramientas para superar el miedo.....	28
Otras alternativas para superar el duelo de los hijos por el divorcio.....	30
Derechos de los hijos de padres separados.....	31
Los niños aprenden lo que viven.....	32
Conclusiones.....	33
Bibliografía.....	34

## JUSTIFICACION

Elegí el tema del efecto del divorcio en los hijos debido a que una nueva generación se esta transformando en nuestra sociedad, la dinámica de la separación de las familias nos proporciona los detalles de la personalidad de esta nueva generación, las cuales tienen requerimientos psicológicos y emocionales distintos a las personas que son educadas en el entorno de una familia unida de manera tradicional.

Las familias rotas por lo general pueden brindar menos soporte emocional a los hijos que se crían en ellas, simplemente porque los factores de inestabilidad familiar son más agudos que en las familias unidas.

El hecho de que los padres de un niño estén y permanezcan separados tiene un efecto abrumador en el futuro desarrollo de los hijos, ya que el ideal de un hijo es que al abrir los ojos estén papá y mamá y que al llegar la hora de dormir estén ambos para brindar lo necesario para que el crecimiento se de física, psicológica y emocionalmente de manera sana. Según un informe del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), presentado el 14 de febrero del 2008, 12.3% de los matrimonios en México se divorcia. El divorcio existe en todo el mundo, y Suecia ocupa el primer lugar, donde 54.9% de las uniones conyugales termina su relación; en Estados Unidos, 45.8%; en Canadá, 37%; en España, 15.2%, y en la India, 1.1 por ciento.

Las consecuencias del divorcio fluyen de generación en generación, ya que los hijos del divorcio tienen mayores probabilidades de experimentar los mismos problemas y de trasladarlos, a sus propios hijos.

Investigadores de distintas especialidades han estudiado los efectos del divorcio en los niños y adolescentes, pero no hay conclusiones unánimes. Un estudio publicado por UNICEF señala que las consecuencias pueden ir de moderadas a graves, de transitorias a permanentes y que dependen:

1. Del grado del conflicto previo, especialmente que se involucre o no a los hijos.
2. Del ejercicio o no de la coparentalidad (crianza conjunta de los hijos)

3. De los efectos del deterioro económico y del estilo de vida que por lo general trae aparejado.

El divorcio implica la transformación de la familia nuclear original - constituida por padres e hijos - en una familia con una estructura diferente: la familia binuclear, con dos núcleos representados por la casa de la mamá y la casa del papá. Este tipo de configuración familiar requiere para ser viable, el ejercicio conjunto de la parentalidad o coparentalidad. Los divorcios que afectan la coparentalidad se conocen como divorcios destructivos y sus consecuencias adversas para los hijos son irreparables.

## OBJETIVOS

- Establecer propuestas específicas que puedan servir de herramienta para los padres que se encuentren en proceso de divorcio y así evitar errores en el manejo de las emociones que presentan los hijos, tanto durante el proceso de divorcio como después del mismo.
- Ayudar a los hijos a superar su duelo por el divorcio analizando cada una de las reacciones emocionales que se presentan de acuerdo a su edad, y con ello dar alternativas de solución.
- Proporcionar una alternativa tanatológica basada en el conocimiento, fundamentación de propuestas y con un enfoque holístico, ayudando a que los hijos de padres separados tengan una vida plena, sana, productiva y feliz.

## **DUELO DE LOS HIJOS POR EL DIVORCIO**

Las familias separadas por lo general pueden brindar menos soporte emocional a los hijos o menores que se crían en estas familias, debido a factores de inestabilidad familiar los cuales suelen ser más agudos que en las familias unidas, por lo que es importante explicar y comprender el desarrollo emocional del individuo de forma normal y natural teniendo como base, la crianza afectiva de sus progenitores, la cual es fundamental en su desarrollo físico y psicológico

### **El desarrollo emocional.**

Erik Erikson (1902-1994) ha proporcionado un modelo para entender el desarrollo emocional del individuo. Se basa ampliamente en Freud, pero toma también en cuenta nuevos conocimientos respecto a las diferentes circunstancias de aprendizaje, así como de lo que se aprende. La teoría de las “edades y etapas” de Erikson sugiere que el carácter emocional incluyendo las actitudes hacia el mundo y hacia los demás, hacia sí mismo y el sexo, el trabajo, la pareja, los hijos, y finalmente la muerte se desarrolla gradualmente a través de las calidades de la interacción con las personas significativas en el ambiente. A esta interacción cada individuo lleva una serie única de potencialidades para relacionarse.

### **Etapas psicológicas del hombre.**

Cada una de las etapas descritas por Erikson es aproximada porque pueden variar de un individuo a otro:

- ❖ **La confianza básica:** Coloca a la madre como responsable de establecer la clase de relación que permitirá al niño formar y desarrollar un sentido de confianza.
- ❖ **Autonomía:** El sentido de ser alguien que puede decidir por sí mismo, de poder hacerlo solo-un calidad de independencia vigorosa y permanente; edad aproximada de 1 a dos años.
- ❖ **Iniciativa:** Es la búsqueda del saber “que seré”, edad entre los tres y cinco años, (años escolares). En la imaginación y los juegos, los papeles a desempeñar se in-



tentan, prueban y finalmente se desechan; trae consigo la seguridad interna de que será posible crecer y ser un hombre o mujer muy respetados.

- ❖ **Industria y Logros:** Es el niño de edad escolares la época en que el niño debería aprender a trabajar enérgicamente en algo y sentir la emoción y satisfacción que viene de hacerlo bien.
- ❖ **Identidad:** La labor crítica de la adolescencia, según Erikson. Implica adquirir un claro sentido del yo, por separado de los patrones de familia y niñez.
- ❖ **Intimidad:** El adulto joven que ha logrado con éxito tener un sentido del yo y de la identidad encuentra la escena lista con alguien muy especial. El adulto joven está listo para compartir una verdadera intimidad.
- ❖ **Generatividad:** Representa la etapa madura y fructífera de la existencia humana, no sólo es la reproducción, sino los aspectos creativos de la edad adulta.
- ❖ **Integridad:** “Es lo último de la vida”, corresponde a la maduración de las siete etapas previas. Es la aceptación del ciclo único y exclusivo de nuestra vida y esta caracterizado por la integración emocional y la dignidad, sin temor a la muerte.

Con este marco referencial mostramos un panorama del desarrollo humano, con un enfoque especial sobre las influencias psicosociales y la madurez, descrito por Erikson a través de Ocho Etapas del Hombre, en donde cada labor del desarrollo para cada etapa de la vida hace posible que la siguiente etapa proceda en forma apropiada. La comprensión de las edades y etapas ayuda a colocar mucho del comportamiento en perspectiva.

### **Concepto de divorcio**

*El divorcio es la consecuencia de la decisión acordada entre los dos cónyuges o tan solo la voluntad de uno de ellos, según corresponda el caso, de disolver el vínculo matrimonial por las diferencias irreconciliables que se suscitaron en la pareja.*

Dentro de estas diferencias y obviamente atendiendo a que cada caso tendrá sus propias peculiaridades, podemos contar: la infidelidad de algunos de los cónyuges, el abandono, injurias, violencia doméstica para con el cónyuge y los hijos, la cual puede ser o física o psicológica o un mix de ambas.

## **Generalidades**

Cuando una pareja decide divorciarse es que ya no hay nada más por hacer para salvar a la misma y entonces el hecho de avanzar al paso del divorcio supone que cada cual recuperará la libertad para por ejemplo rehacer su vida con otra persona en caso de desearlo. Si bien en la actualidad, la mayoría de las legislaciones del mundo aceptan y contemplan en sus leyes al divorcio, todavía existen algunas que ostentan una muy cerrada convicción y que no permiten bajo ningún punto de vista que esta unión se disuelva tan solo por aducir problemas en la pareja.

De todas maneras, de hecho o por ley, desde que existe la figura del matrimonio ha existido a su lado la del divorcio, aunque claro, en los tiempos más remotos era más común que tanto el hombre o la mujer solicitasen el mismo como consecuencia del adulterio de la otra parte y no como se ha hecho común hoy en día, más, por diferencias irreconciliables surgidas de la convivencia.

El divorcio deberá ser pedido y tramitado ante un tribunal que se ocupa de las cuestiones civiles o de familia y como decíamos más arriba, puede ser pedido por los dos cónyuges luego de un acuerdo previo o solicitada por una sola de las partes. Luego de la sentencia favorable, la persona no vuelve al estado civil de soltero, sino de divorciado, pero de todos modos esto es por ejemplo lo que le permitirá poder casarse nuevamente.

Pero el divorcio trae aparejado algunas cuestiones que una vez que queda instituido deberán resolverse también si o sí como consecuencia de este, como ser, en el caso de haber bienes en común deberán ser divididos en partes iguales y en la circunstancia que haya hijos en común lo que se hará es dirimir, también en un tribunal, la patria potestad de los chicos y luego establecer un régimen de visitas para aquel cónyuge que no se haya quedado con la tenencia pero que quiere por supuesto cumplir su rol de padre/ madre.

Sin lugar a dudas el divorcio es uno de los eventos de mayor impacto en la vida de una persona, lo que trae consigo la disolución de los vínculos emocionales, los legales y so-

ciales y que no sigue un cierto orden establecido, pues existen parejas que disuelven el vínculo jurídico rápidamente y no así el emocional, mientras en otras ocurre a la inversa. Lo cierto es que resulta un proceso largo y complejo, al cual, no se le concede por parte de ambos miembros de la pareja la debida atención desde el punto de vista de la preparación que deben tener para emprenderlo sin dañarse ellos, los demás familiares y sobre todo a los hijos.

“El ser humano es la criatura más indefensa del planeta porque a diferencia de las crías de los demás animales mamíferos, es el único que llega al mundo a medio terminar, y por eso en sus genes están grabadas las figuras titulares de los padres como aquellas que las amarán y lo protegerán hasta que pueda valerse por sí mismo”. (Eva Gilberti 1999)

### **Periodos del proceso de divorcio.**

- 1. Periodo de preparación:** Es una etapa previa al proceso de divorcio que es denominada de “construcción” y se refiere a la edificación de la pareja o familia, donde se sientan las bases de la futura ruptura, así como los matices con que transcurrirá la misma.
- 2. Periodo de Evolución:** Es la toma de conciencia por uno o ambos cónyuges de que el matrimonio no funciona y se lleva acabo el proceso específico del divorcio.

### **Tipos de divorcio.**

#### **→ Divorcio conyugal**

Es la separación judicial o de hecho-habitualmente de mutuo acuerdo-entre dos personas con un vínculo matrimonial, que implica distanciamiento físico y afectivo debido a la imposibilidad de continuarla.

#### **→ Divorcio Parenteral**

Es la separación de hecho entre las figuras parenterales y los hijos tanto física como afectiva, con lo que habitualmente los hijos no pueden participar de la decisión, no se tienen en cuenta sus demandas y necesidades,(haya o no un divorcio conyugal previo).

### **El papel que se le asigna al niño en el Divorcio.**

Quizá lo más difícil para los hijos, cuando hay un rompimiento entre sus padres, es que ellos no solo pierden buena parte de la presencia afectiva de aquel padre que se va de casa...sino también de aquel que se queda con ellos. En las circunstancias de divorcio y separación, el hijo es considerado una víctima pasiva o fuera del juego, lo que no implica que él sea poco activo y responsable. Algunos niños parecen estar alienados por la voluntad de uno de los padres (alienación parenteral), en tanto que otros, a pesar de las dificultades que existan, manifiestan cierta independencia y pueden llegar a ser autónomos.

1. **El hijo niño:** Se ven tentados a sacar provecho de las circunstancias para conseguir de uno de sus padres lo que no pueden conseguir del otro.
2. **El hijo “adulto”:** Es aquel cuyos padres no logran entender que su hijo pueda seguir siendo un “niño”.
3. **El hijo “mensajero”:** El niño conserva el vínculo entre sus padres, quienes sólo consiguen comunicarse entre sí por ese intermediario, cuya existencia los obliga a mantenerse en contacto.
4. **El hijo “terapeuta”:** Los hijos se sienten obligados a ayudarlos a superar la prueba, adquieren vocación de redentores, transformándose entonces en terapeutas de sus padres.
5. **El hijo “estorbo”:** Se aplica a todos los hijos que se encuentran formando parte del juego de LEGO (característico de las familias reintegradas),en ocasiones ya se han constituido en los “terapeutas” del progenitor con el que viven, cuando sucede que el otro se casa y tiene un nuevo hijo, son como muebles que se compraron en otro tiempo y solo se conservan.
6. **El hijo “vengador”** Es una de las categorías de mayor gravedad patológica y con mayor intensidad obstaculizan el desarrollo del niño, él toma partido en la querrela parenteral, sin que nadie le pida que así lo haga.

7. **El hijo “dividido”** “Es el caso más conocido, el niño pasa del padre a la madre, se adaptan al cambio de las reglas contradictorias y es aconsejado en que decir cuando vea al otro padre.
  
8. **El hijo “objeto”** El niño se ve siempre adornado con todas las virtudes, se encuentra atrapado en el deseo del adulto, cuya preocupaciones comparte, y que lo obliga a suscribir una personalidad “por poder”

## FACTORES DE RIESGO PARA LOS NIÑOS EN EL DIVORCIO

Al estudiar los efectos del divorcio en los hijos es difícil determinar si es el propio divorcio lo que les afecta o una serie de factores sociales que acompañan muy frecuentemente a la separación de las parejas. Entre los factores sociales destacan (Kalter et al. 1989):

- ❖ **Pérdida de poder adquisitivo.** La convivencia en común supone el ahorro de una serie de gastos que se comparten. La separación conlleva una pérdida de poder adquisitivo importante.
- ❖ **Cambio de residencia, escuela y amigos.** El divorcio de los padres conlleva cambios importantes en el entorno del hijo. Puede tener que cambiar de colegio, o de residencia. El impacto que tiene este factor en el desarrollo y ajuste social del niño es muy importante.
- ❖ **Convivencia forzada con un padre o con miembros de la familia de alguno de ellos.** No siempre la elección del padre con el que se convive es la que el niño quiere. La familia de los separados apoya el trabajo adicional y aporta frecuentemente el apoyo necesario para que el padre que se hace cargo del niño pueda realizar sus actividades laborales o de ocio. Este factor conlleva una convivencia con adultos, muchas veces muy enriquecedora y otras no
- ❖ **Disminución de la acción del padre con el que no conviven.** El padre que no está permanentemente con su hijo deja de ejercer una influencia constante en él y no puede plantearse modificar comportamientos que no le gustan los fines de semana que le toca visita. Por otro lado, el niño pierde el acceso a las habilidades del padre que no convive con él, con la consiguiente disminución de sus posibilidades de formación.
- ❖ **Introducción de parejas nuevas de los padres.** Es un factor con una tremenda importancia en la adaptación de los hijos y tiene un efecto importantísimo en la relación padre/hijo.

- ❖ Si se dan, además factores emocionales en los padres los efectos negativos en los hijos pueden multiplicarse por ejemplo:
  - Una mala aceptación del divorcio por uno de los padres puede llevarle a convivir con una persona deprimida u hostil.
  - Un divorcio conlleva de forma por su propia esencia una cierta hostilidad entre los padres. Cuando esa hostilidad se traslada a los hijos, intentando que tomen partido o que vean a la otra persona como un ser con muchos defectos, se está presionando al niño para que vea a su padre desde un punto de vista equivocado, porque tendrá muchos defectos; pero siempre será su padre. Si la hostilidad entre ellos persiste después del divorcio, es difícil que no afecte la convivencia con el niño.

Los efectos del divorcio, ya sean debidos a estos estos factores o el propio divorcio, Amato (1994) realizó un estudio resumiendo los efectos que se habían encontrado en los niños cuyos padres se habían divorciado y señala diferencias con los niños cuyos padres continúan juntos:

1. Baja en el rendimiento académico.
2. Baja autoestima
3. Dificultades sociales
4. Dificultades emocionales como depresión, miedo, ansiedad,...
5. Problemas de conducta.
6. Wallerstein (1994) ha realizado el seguimiento de 131 niños durante 25 años y ha encontrado que estos efectos del divorcio en ellos no se limitaban al periodo de duración del divorcio, sino que trascendían a toda su vida. Otros estudios confirman esta afirmación (Sigle-Rushton, Hobcraft y Ciernan, 2005)

Por buenos que sean los términos en que se lleve acabo el final de un matrimonio, la separación con anestesia no existe... y es "la tragedia familiar más difícil que un niño tiene que superar en la vida" (Judith S.Wallerstein, 2000).

La terminación de una unión marital es un huracán emocional, un proceso en el que los padres experimentan emociones con una intensidad avasalladora: vergüenza, tristeza, angustia, desengaño, frustración, miedo, confusión, ira, culpa las cuales surgen con fuerza y vienen entrelazadas con celos, soledad, deseos de venganza y, a veces, con un cierto alivio, porque se ha terminado una existencia en la que las desdichas eran más que las dichas. Como podemos observar si este huracán de emociones pasa en los adultos en cuanto a los niños se refiere, lo que más experimentan es pánico a que uno o ambos padres lo vayan a abandonar, el más intenso de sus sentimientos es sin duda la tristeza por perder el padre que se va de casa y el “desamparo” emocional de aquel que se queda con ellos.

Las reacciones emocionales que se dan en los hijos no están predeterminadas. Dependen de un número importante de factores, como la historia del niño y la manera y habilidad que tiene para enfrentarse a la nueva situación que tiene una influencia tremenda en su vida.

### **El recién nacido**

- ❖ El niño de pecho o recién nacido descubre la separación parenteral a partir de la ausencia física del progenitor que ya no vive con él.
- ❖ De los seis a los nueve meses de edad, responde con llanto cada vez que la madre abandona la habitación, y así descubre la ausencia.
- ❖ En ocasiones puede llamar “papá” a todos los hombres que se encuentra, como si hubiese asimilado las características corporales masculinas de su padre, pero sin recordarlas con precisión, lo que lo lleva a buscarlo con las figuras masculinas de su entorno.
- ❖ En los juegos manifiesta su búsqueda haciendo que sus muñecos, encuentren al padre desaparecido.



- ❖ Es sensible al estado psicológico de sus padres, favorece el surgimiento de estados depresivos o de ansiedad que perturban la disponibilidad del adulto con el niño.

### **El niño de dos a tres años de edad.**

- ❖ Puede perturbar el desarrollo psicomotor del niño ,por lo cual disminuye su capacidad para explorar nuevos terrenos ,como son caminar, jugar y controlar esfínteres
- ❖ Retraso en la aparición del lenguaje lo cual una dificultad para comunicarse con sus padres y los demás adultos.
- ❖ El bloque al nivel del lenguaje puede ser la manifestación de una actitud de repliegue sobre sí mismo y de inhibición.

### **El niño de tres a cinco años:**

- ❖ Se creen culpables por no haber hecho la tarea o no haber comido. Su pensamiento mágico les lleva a tomar responsabilidades tremendamente imaginarias.
- ❖ Temen quedarse solos y abandonados. Hay que recordar que en estas edades los padres constituyen el universo entero de los niños y que la relación en la pareja es el medio en el que ellos están cuidados y mantenidos.
- ❖ Es común que los niños pequeños esperen la reconciliación durante varios años. También creen ser responsables por el divorcio y como si hubieran hecho algo malo, se preguntan si el papá (o la mamá) se fue porque ellos hicieron algo que no debían.

Pueden desarrollar:

- Conductas regresivas, como: orinarse en la cama, succionar el pulgar, hablar como bebé o portarse mal
- Miedo ante el derrumbe de la estructura familiar
- Miedo a no ver más al padre que se va de la casa o a que el otro lo abandone
- Miedo a que los padres dejen de quererlo. Miedo al rechazo.

- Enojo, que manifiestan golpeando o rompiendo sus juguetes
- Tristeza, depresión, baja autoestima
  - ✓ Se sienten responsables del divorcio: auto – acusaciones y con preocupación

**La edad más difícil es la de 6 a 12 años.**

- ❖ Se dan cuenta de que tienen un problema y que duele y no saben como reaccionar ante ese dolor.
- ❖ Creen que los padres pueden volver a juntarse y presionan o realizan actos que no llevan más que a un sentimiento de fracaso o a problemas adicionales en la pareja.
- ❖ No relacionan en un principio la conducta de sus padres con la disolución de la familia. Piensan que sus progenitores se volvieron locos, sienten miedo, angustia y desconcierto; están confundidos, tratando de comprender quienes son y adónde pertenecen. Cuando los padres se separan, los niños se sienten solos, impotentes, profundamente tristes, pero también con rabia y enojo.
- ❖ El aspecto menos diagnosticado del divorcio es la depresión en los niños. A menudo están tristes, distantes y esquivos aunque les vaya bien en la escuela. Los síntomas incluyen mal humor, enojo y peleas. Habitualmente estos síntomas no son considerados una evidencia de depresión pero generalmente los son. Los chicos cuando se deprimen se vuelven irritables, contestan mal, no escuchan y hasta sobresaltan con exabruptos. Cuando la depresión no se detecta y orienta, estas conductas empeoran dejando perplejos y sin saber que hacer a padres y maestros.
- ❖ Idealizan al padre ausente y agreden aquél con el cual conviven,
- ❖ Sienten que sus padres son egoístas por no haber conservado la familia,
- ❖ Sienten que sus padres los han traicionado,

- ❖ El miedo puede derivar en problemas de conducta,
- ❖ Están preocupados por el padre que se va, no importa cómo haya sido su relación con él,
- ❖ Otras veces sienten que el padre que se va de la casa los abandona deliberadamente,
- ❖ Sienten que no los quieren,
- ❖ No pueden usar la fantasía para negar - como hacen los más chiquitos - pero no son lo suficientemente maduros como para entender el proceso de duelo,
- ❖ Anhelan volver a unir a sus padres,
- ❖ Se distraen con facilidad, dificultades para concentrarse en el juego y en las tareas escolares,
- ❖ Pueden convertirse en "cuidadores" de un padre (generalmente al que ven más sólo o más débil) o asumir un rol parental en el hogar,
- ❖ Llanto fácil, pesadillas, dolor de panza o de cabeza,
- ❖ Otras veces, dicen que "todo está bien", niegan la tristeza y la incomodidad o inventan historias sobre el padre ausente,
- ❖ Pueden tornarse demandantes para compensar lo que les falta,
- ❖ En los "divorcios destructivos" el miedo deriva en el desarrollo patrones de comportamiento perjudiciales a largo plazo: mentira, robo o agresión,
- ❖ Otras veces, tienen conductas manipuladoras y aprovechan las fisuras entre los adultos para satisfacer sus caprichos,
- ❖ Hay niños que ven a sus padres violar las normas que ellos mismos les enseñaron y les da vergüenza cuando los escuchan pelear,

- ❖ Otros, cuando la tensión familiar crece, desarrollan síntomas físicos (vómitos, dolor de cabeza, de panza) que a modo de "bracke" separan a los contrincantes para ocuparse de ellos.

### **El adolescente.**

La adolescencia es una compleja etapa de la vida que señala la transición de la infancia a la edad adulta, con todo lo que ello implica de transformaciones psicológicas, fisiológicas y sociales. La separación parenteral, cuando sobreviene en esta etapa del desarrollo, puede experimentarse como un "sinsentido": es al adolescente a quien le corresponde dejar a sus padres, no a la inversa.

- ❖ Presenta dificultad para tolerar la nueva vida sexual de sus progenitores, que se coloca en posición de rivalidad ante ellos. (se reactiva el complejo de Edipo).
- ❖ Busca la seguridad afectiva en los grupos de jóvenes marginados.
- ❖ Siente la vigorosa necesidad de pertenecer a un grupo cuanto mayor es su rechazo a pertenecer a una familia.
- ❖ Existe el riesgo de pasar a los actos de suicidio, alcoholismo, la droga, anorexia, bulimia, deriva sexual o del mal aprovechamiento escolar
- ❖ En la actualidad un niño que no fue tratado terapéuticamente durante su etapa de crisis o paso desapercibida por los padres durante el divorcio se ha transmitido en una forma de agresión contra el otro llamado "bulling"

No hondaremos más sobre esta etapa del desarrollo del niño, por lo antes mencionado debido a que sólo nos interesa mostrar las repercusiones que se presentan en los niños de los padres divorciados y el adolescente debe tener un apartado especial, debido a todo el cambio emocional que sufre en esta etapa, y ya que las estrategias terapéuticas deben ser más específicas para la crisis emocional que se valla presentando.

## LOS ERRORES QUE COMETEN LOS PADRES DURANTE EL DIVORCIO

Por ser una experiencia tan dolorosa y difícil, el final del matrimonio da lugar a una serie de errores que cometen los padres, lo que empeora la situación de los hijos y genera más motivos para sembrar la culpa en ambas partes.

- ❖ Complacer demasiado a los hijos es muy notorio en los casos de separación y lo es aun más de quien tomo la decisión de terminar con la relación
- ❖ Tratar de hacer todo lo posible por minimizar la pena de los niños y la de ellos mismos para evadir el dolor que los embarga.
- ❖ Sus esfuerzos se ven encaminados a mantener a sus hijos felices, abundan los ratos o días divertidos, y se convierten en un paseo a Disney con Navidad incluida, abundan los juegos, las risas , los regalos ,el relajo, mientras desaparecen las normas, los horarios y las exigencias.
- ❖ Permiten en algunas ocasiones a los hijos a actuar en forma incorrecta con tal de que no estén contrariados.
- ❖ Les compran cosas o hacen cualquier cosa por evitar desagradar a los hijos para poder verlos contentos, cubriendo así su herida más no para sanarla.
- ❖ Esperar que loa hijos se alíen con alguno de ellos; frecuentemente colocan a los hijos “entre la espada y la pared” y les exigen que escojan a uno, cuando ellos aman y necesitan a ambos. Manipulan a los hijos para que permanezcan a su lado, con expresiones sutiles de temor y de tristeza por parte de alguno de los padres o de ambos cuando se van con el “ex”, son una forma de manipulación para que no los dejen nunca, y de lealtad (síndrome de alienación parental Richard A.Gardner 1985).
- ❖ Alimentar fantasías de reconciliación.

- ❖ Convertir a los hijos en pareja, como el divorcio desequilibra a la familia los padres se recargan de manera emocional en uno de sus hijos, normalmente suele ser en el primogenito, para sostener la tambaleante estructura familiar.
- ❖ Criticar o desacreditar al “ex” influye en los hijos en la percepción de sí mismos como personas inadecuadas o malvadas.

Adueñarnos de los hijos para desquitarnos, detrás de las separaciones conflictivas hay, por lo general, un deseo no identificado de “cobrarle las cuentas” a la otra parte. Por lo que es perjudicial para ambos y lo que ocasiona que pasen a un conflicto que no es de ellos.

## **DUELO**

### **Concepto**

Se le llama duelo al conjunto de estados emocionales y comportamientos que se suscitan cuando perdemos algo. La muerte de un ser querido, la ruptura de una relación, una quiebra económica, la pérdida de la salud, de un objeto preciado, etc. todas ellas nos inducirán a un duelo, el cual siempre va unido a las pérdidas de todo tipo; en este caso el divorcio. Los padres pasan por su propio duelo y de igual manera los hijos.

Un duelo implica la vivencia de una variedad de estados y sentimientos que van desde: la negación, la culpa, el miedo, el enojo y la tristeza, hasta la resolución del duelo que conlleva aceptación y paz.

La realidad es que el divorcio es doloroso para los hijos (para algunos más que otros). Aunque hay quienes piden y hasta presionan a su madre y padre para que terminen esa relación por lo disfuncional, conflictiva y dolorosa que resulta para toda la familia, y ante el divorcio experimentan paz y alivio, de todas maneras pasarán por un inevitable proceso de duelo.

### **La tristeza.**

El sentimiento de la tristeza es inevitable ante el divorcio, ya que se considera una pérdida. Hay formas efectivas para asimilar y sanar dicho sentimiento:

- ❖ Permitir que en su familia se valga llorar. La tristeza va de la mano con el llanto, ya que es una sanadora catarsis que lamentablemente muchos padres no tienen claro como manejar o están confundidos respecto de si es sano permitir a sus hijos hacerlo, ya que existe la errónea creencia de que no debemos llorar porque nos hace daño, y porque es una muestra de debilidad.
- ❖ Enseñar a los hijos a llorar, que es sano y necesario. Cuando experimentamos un shock o desequilibrio emocional como consecuencia de una experiencia dolorosa, eliminamos una cantidad de sustancias tóxicas que se generan en nuestro cuerpo

como producto de ese estado emocional; a través de suspiros profundos tomamos buenas cantidades de oxígeno que nuestro cerebro y en general todo nuestro cuerpo necesitan para lidiar con las hormonas del estrés y demás toxinas que se produjeron.

- ❖ Si se da el caso permitir a los hijos que los vean llorar, no ocultarse, no mentir al respecto.
- ❖ La verdad ante todo; responder siempre la verdad, de acuerdo con su edad y con las circunstancias, evitar encubrir los motivos de tristeza o de enojo, ni mucho menos negar que lo está.

## **El enojo**

La gran mayoría de los niños experimentan el sentimiento de enojo hacia uno o ambos padres durante la separación; es normal que lo sientan, ya que de alguna manera perciben a los padres como causa de dolor, de los cambios, de incomodidad o de los inconvenientes que el divorcio le acarrea toda la familia. Con frecuencia ese enfado está dirigido hacia el padre que tomó la decisión de separarse. Casi siempre detrás del enojo se esconde el dolor.

El enojo puede presentarse de diferentes maneras; a veces con un sentimiento casi secreto que hay que adivinar, porque se escinde detrás de comportamientos; en otras lo expresan de manera abierta, directa y desbocada

### **Alternativas que pueden ayudar para asimilar el enojo:**

- ❖ Invitarlos a escribir una carta para que expresen todo lo que sienten, explicarles que no tienen porque mostrarla a nadie, a menos que ellos lo decidan, no burlarse de lo que escriban ya que sería un gran error, pues perderían la confianza en alguno de los padres y erróneamente se enviara el mensaje “uno no debe expresar sus sentimientos; es mejor reprimirlos y negarlos”.



- ❖ Poner la carta o las cartas en un recipiente adecuado y quemarlas. Una vez convertidas en ceniza depositarlas en la tierra de alguna planta o árbol, este ritual es un poderoso símbolo: el fuego transmuta y purifica la energía de enojo que se plasmo en ellas, convirtiéndolas en un nutriente para las plantas, ya que las cenizas contienen minerales. Explicar a los niños este significado, repetir esto cuantas veces lo sientan necesario o lo largo del tiempo que dure su proceso de duelo.
- ❖ Crear un rincón en la casa llamándole el rincón del enojo, puede ser un espacio pequeño o hasta una habitación completa. Ahí poner cojines, una toalla vieja, alguna perilla de box con sus respectivos guantes. Cada vez que alguno de los niños se sienta enojado, en lugar de golpear a su hermano u otras personas, o de aventar, destrozar cosas o decir insultos, el niño irá al rincón del enojo para desahogarse, apaleando los cojines o la perilla de box, retorciendo la toalla, etc.
- ❖ Otras opciones son dar una vuelta a la manzana corriendo o caminado (acompañado de un adulto), subir y bajar escaleras o darse un baño.
- ❖ La razón por la que se hacen estas cosas es que cuando el fuego de la ira se enciende en el cuerpo de produce u fuerte desequilibrio bioquímico, se incrementa la producción de sustancias como la adrenalina, la bilis, el cortisol y otras hormonas y agentes químicos que pasan al torrente sanguíneo. Se tensan los músculos y se acelera el ritmo respiratorio y cardiaco. Hacer movimientos fuertes con el cuerpo nos ayuda a metabolizar esos químicos y retornar al equilibrio.
- ❖ Ayudar a los niños a transformar el enojo en algo productivo, como escribir, pintar, hacer figuras de plastilina o yeso, crear una artesanía, componer una canción o una pieza musical, hacer deporte, etc. El enojo es una fuente de energía que puede ser canalizada hacia donde queramos.
- ❖ En los niños menores de siete años, podemos ayudarles atreves del juego, proporcionarles un juguete que represente una familia: de ositos, de vaquitas, de aviones, de muñequitos, piedritas o tablitas. El objetivo es que ese grupo de obje-

tos de la idea de un papá, una mamá y unos hijitos; aun cuando los objetos no tengan formas específicas los niños inconscientemente percibirán en ellos el símbolo de “familia” y “actuarán” sus sentimientos con cada uno de ellos. No es necesario, ni recomendable explicarles que eso es una familia, simplemente dejarlos que jueguen a su manera, libre y espontáneamente, sin involucrarse en lo absoluto.

### **La culpa.**

Los hijos se pueden sentir culpables por creer que pudieron hacer algo para evitar el divorcio de sus padres o que de alguna manera lo causaron. A veces lo razonan de manera consciente y abierta, pero en la mayoría de los casos sucede inconscientemente.

### **Propuestas que ayudan a aminorar la culpa.**

1. Lo más importante es aclarar con ellos que la decisión de divorciarse no tiene nada que ver con algo que ellos hayan hecho, que ellos no son culpables de nuestra decisión.
2. Alerta con los comportamientos auto punitivo, lo cual significa que de manera inconsciente se castigarán así mismos. Ese auto castigo puede presentarse en varias formas. Lastimándose físicamente con mucha frecuencia al caerse, golpearse, cortarse, etc.; haciendo cosas que les van acarrear regaños castigos de sus padres o maestros, como estropeando un paseo, una fiesta o cualquiera de las cosas buenas y agradables que la vida u otras personas le dan.
3. Verbalizar el auto castigo que se están causando, lo cual es una herramienta útil que los ayuda a volverse conscientes de ello y a detener ese patrón de conducta, explicándole que en ocasiones las personas a veces hacemos eso para castigarnos porque nos sentimos culpables.
4. Utilizar la valiosa herramienta de los cuentos. Estos pueden ser grandes aliados para dar a los hijos todo tipo de mensajes y –en este caso-para ayudarlos a superar no solo la culpa ,sino todos los sentimientos relacionados con su duelo por el

divorcio, a través de un proceso de identificación; es decir, que al identificarse con el personaje que logra vencer al dragón o encontrar la salida, o tal vez salvarse de las garras de la bruja, el niño recibe indirectamente el mensaje que dicho personaje pudo resolver el problema, de seguro él también será capaz.

5. Inventar sus propios cuentos. Los niños les encantan inventar ficciones, al hacerlo mientras papá o mamá escucha con atención, verbalizarán sus propios conflictos emocionales, proyectados en los personajes y situaciones de la historia, esta es una forma de catarsis que les permite procesar dichos conflictos o sentimientos.

### **El miedo**

No es de extrañar que ante el divorcio de sus padres los hijos sientan incertidumbre y miedo al futuro, a la pérdida, a los cambios, a lo desconocido. Dentro de sí mismos les surgen numerosos cuestionamientos que contribuyen a generar ese sentimiento de temor a ¿Cómo va ser la vida ahora?, ¿Con quién voy a vivir?, ¿Voy a perder a uno de mis padres?, ¿Me van a cambiar de escuela?, ¿Nos vamos a cambiar de casa?, ¿Quién me va a cuidar?

Los miedos se disfrazan de maneras extrañas: se pueden mostrar de una forma que no tiene nada que ver con el miedo real. Por ejemplo, el niño comienza a sentir temor de ir al baño solo; quizás empiece a mostrar pavor a los perros o a ciertos insectos, pero en realidad no es eso a lo que teme; el verdadero temor es otro. Puede tratarse de un miedo a quedar desprotegido.

### **Herramientas para superar el miedo:**

1. Motivar a tu hijo a hablar de sus dudas y las respuestas de manera clara y simple.
2. Es recomendable que se realicen los menos cambios posibles, porque el que el divorcio trae en sí mismo es ya enorme como para agregar otros. Mientras sea viable es preciso no mudarnos de escuela o de casa, y en caso de que esto tenga que ser así, hay que hacerlos parte del proceso:

→ Diseñar juntos la decoración de la nueva casa y la distribución de los espacios.

→ Explorar juntos el nuevo vecindario.

3. Pedirle al niño que hable de manera detallada acerca de su miedo. Sin criticarlo, sin burlarte, sin minimizarlo, pero sin hacer drama como si fuera la cosa más espantosa del mundo.
4. Escuchar con atención y preguntarle todos los detalles posibles.
5. Transmitirle confianza y tranquilidad con el tono de tu voz y con tu lenguaje corporal.
6. Acompañarlo en el proceso de “enfrentar” el miedo. Por ejemplo: ve con él al baño, enciende la luz, mostrarle que no hay nada de qué preocuparse.
7. Si no habla de sus miedos o no se atreve, no presionarlo, en su lugar contarle acerca de los miedos que usted tenía en su infancia y como lo supero, esto puede motivarlo a hablar de los que él tiene, y si no, le enviará un mensaje. No soy el único, no soy tonto, no soy malo por sentir esto...y es posible superarlo.
8. A la medida que vaya superando el miedo, alabar su valentía y su esfuerzo para que adquiera más confianza en si mismo.
9. Siempre contestar con la verdad, de acuerdo con su edad, responder y explicar con detalle lo que pregunta sin caer en el extremo de platicarle intimidades o cosas que puedan causarle un shock y empeorar las cosas
10. Conteste solo lo que se le pregunta.

## **OTRAS ALTERNATIVAS PARA SUPERAR EL DUELO DE LOS HIJOS POR EL DIVORCIO**

Hasta aquí las acciones antes mencionadas siempre y cuando se lleven a cabo resultan eficaces para apoyar a los niños a superar su enojo, su tristeza, su culpa y su miedo. No obstante, existen otras alternativas cuya eficacia ha sido probada por muchos años, y de los cuales podemos echar mano tanto para ayudar a los hijos a superar su proceso de duelo ante el divorcio como el de sus padres:

- ❖ Tratamientos naturalmente inofensivos y altamente eficaces para sanar las emociones son: la homeopatía y las flores de Bach, pueden ser consumidos por personas de cualquier edad sin ningún riesgo. Un personal capacitado en estas áreas sabrá que formula preparar para armonizar el estado emocional en conflicto.
- ❖ El ejercicio físico disminuye los niveles de las hormonas del estrés y los diversos elementos relacionados con el equilibrio emocional, e incrementa la producción de sustancias que lo devuelven.
- ❖ El contacto con la naturaleza es una amorosa fuente de tranquilidad y paz.
- ❖ Realizar actividades artísticas como la pintura, el baile, el canto o el teatro ayudan a expresar los propios talentos, a relajarse y a sentirse contento.
- ❖ Otras alternativas promueven la relajación y el equilibrio emocional son el reiki, la meditación, la aromaterapia, la musicoterapia, etc.
- ❖ ¡Divertirse!...la vida sigue y hay que seguirla disfrutando. Salir y conocer lugares interesantes, hacer cosas que les gusten, convivir con amigos divertidos, explorar nuevas actividades, hacer nuevos amigos, comer cosas sabrosas.

## **DECLARACION UNIVERSAL DE LOS DERECHOS HUMANOS DERECHOS DE LOS HIJOS DE PADRES SEPARADOS**

1. Derecho a ser amado por ambos padres.
2. Derecho a amar a mi padre y a mi madre.
3. Derecho a continuar con mis estudios después de la separación de mis padres.
4. Derecho a convivir con ambos padres.
5. Derecho a disfrutar la convivencia con mis dos padres.
6. Derecho a platicar a uno de mis padres que quiero al otro padre.
7. Derecho a no escuchar peleas entre mis padres.
8. Derecho a no escuchar denigraciones o maldiciones de uno de mis padres en contar del otro.
9. Derecho a viajar con ambos padres.
10. Derecho a compartir con ambos padres mis actividades en la escuela, fiestas y amigos.
11. Derecho a convivir con mis abuelos por parte de mi padre y madre.
12. Derecho a convivir con mis tíos y primos de parte de ambos padres.
13. Derecho a que ambos padres me hablen con la verdad.
14. Derecho a no escuchar o conocer los problemas personales entre mis padres.
15. Derecho a tener contacto directo con sus progenitores, de recibir una protección integral desde el punto de vista familiar y no ser maltratados emocionalmente

*Fuente: Asociación Mexicana de Padres de Familia Separados, A.C (www.amps.com.mx).*

**“LOS NIÑOS APRENDEN LO QUE VIVEN”     Dorothy Law Nolt**

Si un niño vive con reproches, aprende a condenar.

Si un niño vive en un ambiente hostil, aprende a ser agresivo.

Si un niño vive con miedo, aprende a ser aprensivo.

Si un niño vive con lástima, aprende a auto compadecerse.

Si un niño vive ridiculizado, aprende a ser temeroso.

Si un niño vive con celos, aprende a sentir envidia.

Si un niño vive con vergüenza, aprende a asentirse culpable.

Si un niño vive con ánimo, aprende a confiar en sí mismo.

Si un niño vive con tolerancia, aprende a ser paciente.

Si un niño vive con elogios, aprende a apreciar a los demás.

Si un niño vive con aceptación, aprende a amar.

Si un niño vive con aliento, aprende a tener confianza.

Si un niño vive estimulado, aprende a apreciar.

Si un niño vive con honradez, aprende a ser justo.

Si un niño vive con seguridad, aprende a tener fe

Si un niño vive. aprobación, aprende a valorarse.

Si un niño vive con reconocimiento, aprende a tener metas.

Si un niño vive con solidaridad, aprende a ser generoso.

Si un niño vive con honestidad, aprende qué es la verdad.

Si un niño vive con ecuanimidad, aprende qué es la justicia.

Si un niño vive con amabilidad y consideración, aprende a respetar a los demás.

Si un niño vive con afecto, aprende que el mundo es un lugar maravilloso donde vivir.

## CONCLUSIONES

En nuestra cultura existe el prejuicio de que el matrimonio es bueno y el divorcio es malo. Como pudimos observar que mas que la separación de los padres, los efectos negativos en la vida se deben al crecer y desarrollarse en un ambiente de agresividad, desamor y conflictos. Lo ideal es que los hijos crecieran al lado de su madre y de su padre, en un hogar lleno de amor y respeto mutuo.

La cruda realidad es sólo en muy pocos casos sucede así. Lamentablemente hoy en día los hijos crecen en familias llenas de resentimiento, odio y agresión entre los padres, aún cuando estos permanezcan casados toda la vida. El divorcio es, sin duda alguna, devastador y doloroso y muy difícil para los padres como para los hijos, no es el divorcio en sí lo que les arruina la vida a los hijos, sino el desamor de los padres, Si nos esforzamos en ayudar a sanar las heridas de estos niños del divorcio no simplemente cubrirlas para no verlas ellos tendrán la oportunidad de salir fortalecidos de esta experiencia. Ser hijos de padres divorciados, no significa un destino de fracaso o infelicidad.

Lo que va marcar este destino estén los padres o no es el manejo que hagamos de las cosas de la vida; es la cantidad de amor, de apoyo y presencia que se les de; es el cumplir o no con TODOS los aspectos que conlleva el compromiso sagrado que adquirimos con la vida al traerlos al mundo, y el amor y la entrega con que lo hacemos. El miedo, la culpa, el enojo y la tristeza son parte inevitable de un duelo. No hay forma de impedir que los hijos sufran con la separación de sus padres, pero sí podemos evitar que la manera como la manejemos perpetúe su dolor y sea una desventaja que empobrezca sus posibilidades de vivir sanos y felices...

Por fortuna hay muchas cosas que se pueden hacer para superarlos.

**“El peor legado que los padres les pueden dejar a sus hijos son sus propios conflictos no resueltos.”**

*John Bradshaw*

**“Los hijos no pierden a sus padres cuando mueren”.**

**“Sólo los pierden cuando los abandonan voluntariamente”.**

*Frank Pittman.MD.*



## BIBLIOGRAFIA

1. **Vangyseghem y Appelboom**, Psychological repercussions of parental divorce on child. [Article in French] 2004 Rev Med Brux. 2004 Oct;25(5):442-8.
2. **Wendy Sigle-Rushton John Hobcraft and Kathleen Kiernan**, Parental Disruption and Adult Well-Being: A Cross Cohort Comparison
3. **Martha Alicia Chávez**, CONSEJOS PARA PADRES DIVORCIADOS, editorial Grijalbo, México, 2009
4. **Marulanda, Ángela**, DE LA CULPA ...A LA CALMA, editorial Alfa Omega ,México,2010
5. **Poussin Gerard, Martin Elisabeth –Lebrun**, LOS HIJOS DEL DIVORCIO,PSICOLOGIA DEL NIÑO Y SEPARACIÓN PARENTERAL, editorial Trillas, México, 1999.
6. **Chávez Martha Alicia**, HIJOS TIRANOS O DEBILES DEPENDIENTES,EL DRAMA DEL HIJO SOBREPOTEGIDO, editorial Grijalbo, México, 2010
7. **Lorraine Bradt Dennis**, PSICOLOGÍA EVOLUTIVA, editorial Interamericana, México 1987.
8. **Fuente: Asociación Mexicana de Padres de Familia Separados, A.C** ([www.amps.com.mx](http://www.amps.com.mx)).
9. **Fuente: Instituto Nacional de Estadística y Geografía,** ([www.inegi.gob.mx](http://www.inegi.gob.mx))
10. **Fuente: Americans for Divorce Reform, Inc.g,**( [wwwdivorcere-form.org](http://www.divorcere-form.org).)
11. **Eva Gilberti**, Los chicos del tercer milenio, en Escuela para padres, El Divorcio, núm.17, El Clarín Buenos Aires, 1999.

12. **Jorge Alba**, Cuando los hijos crecen sin padre (o madre)..., El Tiempo, Bogotá, Colombia, junio del 2004.
13. **Martha Alicia Chávez**, Tu hijo, tú espejo, editorial Grijalbo, México, 1997
14. **Rosas, María** ,El trabajo, la casa y los hijos,México,Editorial Norma,2002
15. **Uribe,Marisa**,Papá te necesitamos tanto, Nota de Crianza núm.046,Calí,2003
16. **Patricia Juárez Badillo**, Pequeños emocionalmente grandes, Editorial Grijalbo, México, 2006.
17. **Robert Brooks**, Cómo criar niños autodisciplinados,Editorial Aguilar,México,2008
18. **Judith Wallerstein**, El divorcio es el colapso de una estructura y el niño se siente solo y asustado.
19. **UNICEF Y UDE**, Las Nuevas formas de familia. Perspectivas Nacionales e Internacionales,Uruguay,noviembre,2003
20. **Verónica Orozco** ,Lazos de dolor, lazos de amor, Guía para superar la violencia familiar,Grijalbo,México,2006