



UADY

UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE YUCATÁN

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE YUCATÁN

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN CON
ENFOQUE COGNITIVO CONDUCTUAL EN UN
HIJO DE PADRES SEPARADOS**

TESIS

PRESENTADA POR

LIC. EN PSIC. MARIEN BAQUEIRO ACHACH

EN SU EXAMEN DE GRADO

EN OPCIÓN AL GRADO DE

MAESTRA EN PSICOLOGÍA APLICADA EN EL ÁREA DE CLÍNICA INFANTIL

DIRECTORA DE TESIS

DRA. SALLY VANEGA ROMERO

MÉRIDA, YUCATÁN, MÉXICO

2018

Agradezco el apoyo brindado por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) por haberme otorgado la beca No. 604539 durante el periodo agosto 2016 a julio 2018 para la realización de mis estudios de maestría que concluyen con esta tesis, como producto final de la Maestría en Psicología Aplicada de la Universidad Autónoma de Yucatán.

Declaro que esta investigación es de mi propia autoría, a excepción de las citas de los autores mencionadas a lo largo de ella. Así también declaro que este trabajo no ha sido presentado previamente para la obtención de ningún título profesional o equivalente.

Contenido

Resumen	6
Capítulo 1. Introducción	7
1.1. Planteamiento de problema, justificación y propósito	7
1.2. Marco Teórico	11
1.2.1. Enfoque cognitivo conductual.	11
<i>1.2.1.1. Bases Teóricas del enfoque cognitivo conductual.</i>	11
<i>1.2.1.2. Intervención con niños con enfoque cognitivo-conductual.</i>	12
1.2.2. Terapia Racional Emotiva Conductual.	13
<i>1.2.2.1. Bases Teóricas y metas de la TREC.</i>	13
<i>1.2.2.2. Intervención con niños en la TREC.</i>	15
1.2.3. Regulación emocional.	17
<i>1.2.3.1. Definición de regulación emocional.</i>	17
<i>1.2.3.2. Estrategias para la regulación emocional.</i>	18
1.2.4. Infancia intermedia.	20
<i>1.2.4.1. Desarrollo socioemocional en la infancia intermedia.</i>	20
1.2.5. Separación de padres.	22
<i>1.2.5.1. Definición de separación y divorcio.</i>	22
<i>1.2.5.2. Consecuencias de la separación de los padres sobre sus hijos.</i>	23
<i>1.2.5.3. Relación entre la separación de los padres y el desarrollo socioemocional en los niños.</i>	24
<i>1.2.5.4. Necesidades de los hijos durante el proceso de separación.</i>	28
<i>1.2.5.5. Intervenciones previas realizadas en niños de padres divorciados.</i>	29

Capítulo 2. Evaluación diagnóstica del problema	32
2.1 Descripción del escenario y participantes	32
2.2 Instrumentos, técnicas y estrategias utilizadas	33
2.3 Procedimiento	35
2.4 Informe de resultados de la evaluación diagnóstica	37
Capítulo 3. Programa de intervención	40
3.1. Introducción	40
3.2. Objetivo	40
3.2.1. Objetivo general.	40
3.2.2. Objetivos específicos.	40
3.3 Programa de intervención	41
Capítulo 4. Resultados de la intervención	46
4.1. Evaluación	46
4.1.1. Test de la familia al iniciar y finalizar la intervención.	46
4.1.2. Pensamientos expresados al iniciar y finalizar la intervención.	47
4.1.3. Emociones expresadas al iniciar y finalizar la intervención.	49
4.1.4. Conductas expresadas al iniciar y finalizar la intervención.	52
Capítulo 5. Discusión y conclusiones	53
Referencias	60

Resumen

La experiencia que viven hoy los y las niñas cuando sus padres pasan por una separación o divorcio puede afectar y reflejarse en el manejo y expresión de sus emociones, interfiriendo así, su desempeño en diferentes ámbitos en el que se desarrollan.

Esta investigación consistió en la realización un estudio de caso, para el cual se diseñó una propuesta de intervención con enfoque cognitivo conductual que constó de 16 sesiones con un niño de 9 años de edad, de nacionalidad mexicana y residente en el estado de Yucatán; mismo que estuvo dirigida a mejorar el manejo y expresión de las emociones, así como disminuir las conductas disruptivas generadas por la separación de los padres para alcanzar una mejor aceptación a la misma.

Previo al diseño y aplicación de la intervención, fue necesario llevar a cabo una investigación bibliográfica para recabar datos relevantes con respecto a las temáticas involucradas, y así desarrollar una etapa diagnóstica con el fin de delimitar aspectos a considerar dentro de la propuesta de intervención.

Como parte del proceso pudimos conocer los pensamientos irracionales y emociones que la separación de los padres generaba en el niño, así como las conductas disruptivas que se presentaban como resultado de lo anterior; fue posible refutar dichos pensamientos y proporcionar estrategias que propicien pensamientos más adaptativos y un mejor manejo emocional. Como resultado se pudo percibir una disminución de pensamientos irracionales, mayor control y mejor expresión emocional, y una adecuada aceptación del divorcio de los padres.

Capítulo 1. Introducción

En este trabajo se explora la relación entre la separación o proceso de separación de padres, con los pensamientos, emociones y conductas de los hijos. Se puede considerar que la importancia de esta temática va en aumento, dado que en la actualidad el porcentaje de separaciones y divorcios va acrecentando, por lo que un mayor número de niños y niñas se ven afectados por estas circunstancias.

En este capítulo se indaga sobre la problemática observada, se presentan los datos y estadísticas que contextualizan el entorno que se vive, se exhiben las consecuencias que se han observado en los hijos de padres separados, así como los motivos por los que se considera importante trabajarlas en un proceso terapéutico. Por último, se proporciona material bibliográfico acerca de trabajos que se han hecho sobre la separación de los padres y el enfoque cognitivo conductual, mismo con el que se llevaron a cabo las intervenciones descritas posteriormente en este estudio.

1.1. Planteamiento del problema, justificación y propósito

Durante las últimas décadas, el entorno de las familias en los países occidentales ha sufrido cambios fundamentales; el incremento del número de divorcios, de padres y madres sin pareja y de familias reconstituidas se ha traducido en una importante cantidad de niños que crecen en configuraciones familiares diferentes a la de la familia nuclear tradicional. Se calcula que el 19% de los niños nacidos en parejas casadas habrán vivido el divorcio de sus padres a los 10 años y el 28% a los 16; sin embargo, estas cifras pueden subestimar la proporción de disoluciones familiares, dado que no incluyen las separaciones de parejas que han llevado una

vida familiar como las tradicionales, sin haber pasado por un matrimonio legal (Dowling & Gorell-Barnes, 2008). Por lo anterior, en esta investigación al hablar de separación de padres o hijos de padres separados se estará contemplando a niños cuyos padres han pasado por un divorcio (aspectos legales) o una separación.

La revista Business Insider de Nueva York publicó en mayo del 2014 un artículo sobre las tazas mundiales de divorcio, en el que ubica a Bélgica como el país con mayor porcentaje de divorcio, en donde, en proporción hay un 70% de divorcios sobre matrimonios; este país es seguido por España, Portugal, Luxemburgo, Republica Checa y Hungría con más de 60%. Posteriormente se encuentra Estados Unidos con un 53% y varios países asiáticos en un rango entre 50 y 59%. En esa escala México aparece en el rango entre el 10 y el 19% (Engel, 2014).

En las encuestas e investigaciones del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) de México registraron el punto más bajo de divorcio en 1993, sin embargo, desde ese año ha ido aumentando paulatinamente; en el 2013 se registraron 108,727 divorcios en México, es decir, por cada cien matrimonios, ocurrieron 18.7 divorcios; y entre el 2000 y 2013 el monto de divorcio aumentó en un 107.6% (INEGI, 2017). En el 2015 se registraron 123,883 divorcios en México (22.2 divorcios por cada 100 matrimonios), de los cuales 2,676 se registraron en Yucatán, siendo el doceavo estado con más divorcios de la República (INEGI, 2016).

Varios autores han descrito el divorcio y la separación de los padres como una de las experiencias más difíciles y dolorosas por las que los hijos pueden pasar. Puesto que con este proceso la estructura familiar llevada hasta el momento se modifica, se puede provocar en los niños sentimientos de soledad, temor y dudas sobre su futuro (Capponi, 2003; Cifuentes-Neumann, y Milicic-Müller, 2012).

En los hijos, la separación de los padres interfiere en diversas áreas de su desarrollo, generando problemas afectivos, dificultades de adaptación, empobrecimiento de redes sociales, entre otros. Estos problemas se pueden ir dando debido a que el proceso de divorcio se traduce en los niños como la pérdida o disminución del contacto con alguno de sus padres, posibles cambios de casa que provocan pérdida de redes sociales de apoyo, reacciones emocionales intensas, miedo, preocupación, sentimiento de culpa, tristeza, desconfianza e inseguridad (Cifuentes-Neumann, y Milicic-Müller, 2012).

Smith y Jenkins (1991) investigaron la relación que existe entre la falta de armonía en los matrimonios y las conductas en niños de entre nueve y doce años, los niños provenientes de las familias con disarmonía matrimonial mostraron más síntomas negativos que los de hogares con matrimonios armoniosos (Smith y Jenkins;1991 en Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, Justicia-Díaz, 2007).

Es de esperarse que la mezcla de tantas emociones intensas genere en el niño cambios cognitivos y conductuales, tales como baja valoración personal, pérdida de interés en actividades que antes le generaban placer, aumento de la frecuencia de problemas de conducta, desmotivación escolar, bajo desempeño y conductas regresivas (Cifuentes-Neumann, y Milicic-Müller, 2012).

Por lo anterior, es conveniente que los niños que han enfrentado la separación de sus padres o se encuentran en éste proceso, sean acompañados y lleven a cabo ciertas tareas psicológicas que los ayuden a enfrentar esta crisis y superarla con el menor daño posible a su desarrollo. Estas tareas psicológicas pueden ser entendidas como diferentes técnicas y actividades llevadas a cabo dentro de un proceso psicológico, mismas que tengan la finalidad de dirigir al niño hacia la comprensión en forma realista de lo que la separación de sus padres

implica para la familia, y de los cambios concretos por los que pasarán; deben servir para retirar al niño del conflicto entre los padres y ayudarlo a asumir la ausencia total o parcial de uno de sus padres. Estas tareas de igual forma deben de ser útiles para entender que ellos no tienen la culpa de lo sucedido (Wallerstein, Lewis y Blakeslee, 2001; Cifuentes-Neumann, y Milicic-Müller, 2012).

Dado el aumento del número de divorcios en México y en Yucatán, y con base en los datos presentados sobre la influencia de este proceso sobre los hijos, es necesario e importante llevar esta temática a procesos terapéuticos que sirva de acompañamiento a los niños que se encuentran viviendo en esta situación, debido a que es probable que el trabajo psicológico por medio de tareas como las que se mencionaron anteriormente, durante o después del proceso de divorcio, faciliten al niño un mejor entendimiento y adaptación a la nueva condición familiar.

El propósito de este trabajo fue diseñar una intervención psicoterapéutica en el que, por medio de técnicas cognitivas y conductuales, se intervino con un niño de 9 años de edad (infancia intermedia), que había enfrentado la separación de sus padres aproximadamente un año antes de comenzar el proceso terapéutico, y que reside en el estado de Yucatán. Como parte del proceso se diseñó un programa de intervención, el cual se elaboró con base en la Terapia Racional Emotivo Conductual (TREC), adaptando la teoría y puntos claves de esta terapia a diferentes actividades y técnicas, utilizando un lenguaje adecuado que permitió al niño entender y aceptar el proceso de separación con mayor facilidad. Por medio de esta intervención se logró ubicar los pensamientos irracionales del menor que generaban conductas disruptivas y emociones insanas que se pensaba, eran provocadas por la separación de sus padres, se utilizaron diferentes técnicas que propiciaron pensamientos más adaptativos, conductas y emociones más sanas, y se alcanzó una mejor adaptación a la situación.

1.2. Marco Teórico

1.2.1. Enfoque cognitivo conductual.

1.2.1.1. Bases Teóricas del enfoque cognitivo conductual.

La terapia cognitiva sostiene que hay cinco elementos interrelacionados que deben tenerse en cuenta en la conceptualización de las dificultades psicológicas humanas. Estos elementos incluyen el contexto interpersonal y ambiental, la fisiología, las emociones, las conductas y la cognición del individuo. Los síntomas cognitivos, conductuales, emocionales y fisiológicos se presentan en un contexto interpersonal/ambiental. De este modo, el modelo incorpora explícitamente los aspectos relacionados con los contextos sistémicos, interpersonales y culturales que son de una importancia fundamental (Friedberg y McClure, 2002; Montalvo-Fuentes, 2016).

La terapia cognitivo conductual corresponde a un amplio espectro de técnicas de intervención, que varía desde aquellas predominantemente cognitivas hasta las que tienen un mayor componente conductual. Independientemente del énfasis puesto, estas técnicas compartirán tres elementos medulares: en primer lugar, la noción de que la valoración subjetiva de un evento puede alterar la respuesta conductual a dicho evento; en segundo lugar, se asume que es posible acceder a las cogniciones, monitorearlas y alterarlas; el último elemento a considerar es que la realización de modificaciones cognitivas puede producir los cambios conductuales buscados (Ducharme, 2004; Aceves, 2014).

Entre las técnicas más utilizadas en este enfoque se encuentra el modelamiento o aprendizaje por observación, reestructuración racional, inoculación contra el estrés, desensibilización sistemática, manejo de contingencias, tiempo fuera, autosupervisión, programación de actividades y registro de pensamientos disfuncionales (Schaefer, 2012).

1.2.1.2. Intervención con niños con enfoque cognitivo-conductual.

La terapia cognitiva conductual se ha utilizado y adaptado en el trabajo con niños, para esto se han utilizado diferentes juegos y explicaciones más simples; un ejemplo de esto es el uso de títeres, animales de peluche, libros, juguetes para modelar estrategias cognitivas, cuentos con mensajes y moralejas, fabulas, etc. Al igual que en el caso de la terapia para adultos, este proceso se caracteriza por ser de naturaleza breve (un periodo no mayor a 20 sesiones), de tiempo limitado (sesiones de entre 45 minutos y una hora), estructurada (sigue una guía de ideas), directiva, orientada al problema y psicoeducativa (Schaefer, 2012).

Menciona que una buena relación terapéutica es una condición necesaria para que el proceso sea eficaz. El terapeuta trabaja con el niño y la familia para establecer metas, ayuda al niño a esforzarse por obtenerlas y evalúa de manera continua su avance. La mayoría de las intervenciones incluyen alguna forma de modelamiento y el uso de modelos de afrontamiento, también puede realizarse a través de libros, películas o programas de televisión. Otro método que propone es el juego de roles en que el niño practica habilidades con el terapeuta y recibe retroalimentación continua (Schaefer, 2012).

Al incorporar en la terapia elementos cognitivos, el niño puede convertirse en un participante activo en el cambio, ya que al ayudar a los pequeños a identificar y modificar creencias que potencialmente pueden ser desadaptativas, éstos pueden experimentar una sensación de comprensión y permisión personales. La eficacia de este enfoque se relaciona con 6 atributos específicos (Schaefer, 2012):

- Integra al niño al tratamiento por medio de juego.
- Se enfoca en los pensamientos, sentimientos, fantasías y ambiente del niño.

- Proporciona una estrategia para el desarrollo de pensamientos y conductas más adaptativas.
- Es estructurada, directiva y se orienta a la consecución de objetivos.
- Incorpora técnicas demostradas de modo empírico.
- Permite un análisis empírico del pensamiento.

Los juegos infantiles populares también encajan con la Terapia de Juego Cognitivo-Conductual. Estos juegos son buenas herramientas, suelen tener componentes de resolución de problemas y activan las emociones. De igual forma, son útiles los juegos con muñecos o marionetas que permiten establecer diálogos socráticos e instaurar procedimientos autoinstruccionales. El terapeuta puede emplear estos juegos para identificar pensamientos y emociones, corregir patrones de pensamiento y mejorar habilidades sociales (Schaefer, 2012).

Considero que el enfoque cognitivo conductual cuenta con las características necesarias para llevar a cabo el objetivo de la intervención. Pese a que se busca una mejora en las conductas y las expresiones de emociones en los niños, se cree no necesario trabajar los procesos de pensamientos y modificar las ideas irracionales que afectan; de esta forma, el menor tendrá las herramientas necesarias para mantener los cambios y mejoras en su desempeño conductual y emocional.

1.2.2. Terapia Racional Emotiva Conductual.

1.2.2.1. Bases teóricas y metas de la TREC.

Una de las principales aportaciones a la terapia cognitiva-conductual fue realizada por Albert Ellis, a quien se le atribuye la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC), la cual sostiene que sucesos activadores de la vida de la gente contribuyen a sus perturbaciones

emocionales y conductuales, propone que una de las razones por lo que sucede esto es que están mezcladas con los pensamientos sobre dichos sucesos activadores, siendo el pensamiento irracional la causa principal de las perturbaciones emocionales (Lega, 1993; Montalvo-Fuentes, 2016).

La TREC se basa en la premisa de que las personas en gran medida controlan sus propias emociones y conductas, éstas son consecuencia de los valores básicos y creencias de cada persona; según la manera en que interpretan o consideran los acontecimientos que ocurren en sus vidas y según las acciones que eligen para que así sucedan. Con la idea anterior se creó el esquema A-B-C de la TREC en donde el punto A es la experiencia activadora o acontecimiento activador, la B es el sistema de creencias predispuesto, aprendido o adquirido, y la C es la consecuencia emocional y/o conductual (Ellis & Dryden, 1989; Ellis & Grieger, 2003).

La teoría central de la TREC afirma que las cosas que ocurren no son las que perturban a las personas, sino la opinión que tienen sobre ellas; una vez que aceptan que los acontecimientos externos ayudan en parte pero que no causan realmente sus sentimientos, sino que los causa la manera en la que piensan, aumenta enormemente el poder de control sobre sus propias emociones. Cuando la manera en la que piensan no es la adecuada, se presentan creencias irracionales; estas no solamente brotan de la tendencia humana a ver el mundo algo deformado y a hacer afirmaciones antiempíricas acerca de lo que ha ocurrido u ocurrirá probablemente, sino de las afirmaciones exigentes e imperativas acerca de los “deberías” y “tienes” absolutistas (Ellis & Dryden, 1989; Ellis & Grieger, 2003).

Al final de proceso terapéutico planteado por la TREC se espera que los clientes salgan con un mínimo de ansiedad, angustia, culpabilidad, depresión, auto culpa, enfado, y una mayor tolerancia a la frustración, así como con un método de auto-observación y auto-valoración. Es un

proceso reeducacional, ayuda a que las personas corrijan sus malas concepciones, olviden los viejos hábitos de pensar irracionalmente y que aprenda los nuevos hábitos de pensar de manera racional que sustituyan los anteriores (Ellis & Grieger, 2003).

Se espera lograr lo anterior con la obtención de tres clases de *insight*: el primer tipo de *insight* se da cuando el cliente ve que su conducta neurótica presente tiene ciertas causas anteriores; el segundo *insight* tiene lugar cuando el cliente llega a comprender que la razón por la cual, las causas originales de su perturbación todavía le trastornan y perturban, es porque todavía cree en las ideas o creencias irracionales que adquirió anteriormente y que continúa repitiéndoselas; y el tercer *insight* es el pleno reconocimiento de que no existe para él otro medio para superar su trastorno emocional sino su continuo observar, cuestionar y rebatir su propio sistema de creencias, y su trabajo y puesta en práctica para cambiar sus propias suposiciones filosóficas irracionales por medio de una activa contra propaganda verbal y motora (Ellis & Grieger, 2003).

Con la propuesta de intervención, se espera poder minimizar las emociones que le generan malestar al menor, como lo puede ser el enojo, la tristeza o la culpa; dicho esto, la TREC podría ser una herramienta muy útil dentro del proceso, ya que es una terapia estructurada y organizada con el mismo fin que ésta intervención, y es posible que sirva de guía para estructurarla.

1.2.2.2. Intervención con niños en la TREC.

Aunque al principio la TREC se utilizaba únicamente con adultos, con el tiempo se fue implementando en menores. Los niños aprenden sus actitudes al observar el comportamiento de los adultos, por lo que creó y comprobó un método de enseñar a los niños, un sistema racional de

pensamiento, partiendo de la hipótesis de que “los niños que son recompensados firme y constantemente por sus expresiones verbales del pensamiento racional lograrían mayor control de su conducta que los que no fueran reforzados de esa forma. Un esfuerzo consistente y exclusivo de las afirmaciones racionales tiene efectos notables sobre el cambio hacia un comportamiento más auto-controlado; la utilización de las técnicas de modificación de la conducta influye en las expresiones verbales del sistema de creencias de los niños y luego en sus emociones y en su conducta (Ellis & Grieger, 2003).

Por su parte Meichenbaum y Goodman (1971), demostraron que podían cambiar la conducta impulsiva de algunos alumnos de segundo grado empleando los principios conductuales (modelamiento y reducción gradual del estímulo verbal y del refuerzo) para establecer auto-afirmaciones apropiadas; para esto es necesario seguir una serie de pasos, comenzando con hacer que el niño describa los hechos activadores y sus consecuencias emocionales. Después de que el terapeuta le explica que sus pensamientos son los que le están causando el trastorno, entonces ellos pueden ensayar el papel del hecho activador, primero el terapeuta hace el papel del niño y el niño hace el papel de quien se supone que lo está perturbando; posteriormente al repetirlo varias ocasiones, se intercambian los papeles.

Cuando ocurre el hecho activador en la representación, se le enseña al niño a decir en voz alta las afirmaciones del modelo y después de esto debería seguir un refuerzo, de preferencia una aprobación social, pero se podrá utilizar el refuerzo material si el niño es muy pequeño o si es muy difícil de lograr ese tipo de conducta. Se continúa ensayando la situación y gradualmente el niño debe ir bajando la voz al decir la afirmación del modelo hasta que logre hacerlo en silencio, de igual manera se van reduciendo los refuerzos- (Ellis & Grieger, 2003).

1.2.3. Regulación emocional.

1.2.3.1. Definición de regulación emocional.

La regulación emocional es definida por Thompson (1994) como los procesos externos e internos responsables de monitorizar, evaluar y modificar nuestras reacciones emocionales para cumplir nuestras metas (Hervás y Jódar, 2008). Es la habilidad para modular las emociones, contribuye a la función comunicativa recogiendo información acerca de los pensamientos e intenciones de las personas y coordinando los encuentros sociales (López, Salovey, Cote & Beers, 2005; Rendón-Arango, 2007).

De igual manera, ha sido definida como una serie de procesos que las personas llevan a cabo para regular la expresión de sus emociones; puede desarrollarse tanto a nivel conductual como fisiológico, relacionándose con pensamientos y sentimientos específicos, a fin de lograr un equilibrio en cuanto a sus reacciones emocionales y demandas del entorno. Los estudios vinculados a las estrategias de regulación cognitiva de las emociones están tomando relevancia; hacen referencia a la forma cognitiva de abordar la información de carácter emocional que recibe la persona mediante diversos procesos, permitiendo a la persona tener un mayor control sobre sus emociones durante y después de una experiencia amenazante o estresante (Domínguez-Lara, 2017).

Se cree que la regulación emocional parece ser particularmente crítica en niños propensos a experimentar afectos negativos; es más probable que, aquellos individuos con habilidades regulatorias, modulen su reactividad emocional y actúen de manera competente en contextos altamente emocionales, mientras que individuos que experimentan emocionalidad negativa frecuente e intensa tienden a exhibir niveles relativamente más altos de agresión y otras conductas problemáticas (Eisenberg, 2000; Rendón-Arango, 2007).

Igualmente se ha visto que las diferencias individuales en funcionamiento social (la manera cómo responden los niños a diversas situaciones sociales como lo puede ser la separación de los padres) varían en función de la regulación emocional con la que los menores cuentan; aquellos niños con mala regulación y propensos a la emocionalidad negativa probablemente presenten respuestas negativas ante otros (Rendón-Arango, 2007).

Las diversas situaciones vividas por los niños y niñas posibilitan el desarrollo de competencias que les permiten regular las emociones generadas por éstas; a medida que el niño o niña madura va adquiriendo la habilidad de hacer frente a las exigencias sociales, lo que se vincula no sólo a la capacidad de limitar manifestaciones comportamentales y emotivas diversas, sino además a la posibilidad de establecer otra serie de asociaciones cognitivas nuevas. El niño o niña debe entender el porqué de lo que siente y cuál sería la reacción más adecuada ante esa situación, evaluando la forma más apropiada de enfrentarse a las exigencias externas (Henao-López, y García-vesga, 2009).

1.2.3.2. Estrategias para la regulación emocional.

El uso de diferentes estrategias para alcanzar niveles de autorregulación emocional es variado, específicamente porque esto depende de los objetivos que se tengan ante diversas situaciones. Poco a poco el niño o la niña aprenden que algunas estrategias son eficaces para ciertas situaciones y que éstas dependen del tipo de logro que se desea (Henao-López, y García-vesga, 2009). La flexibilidad en el manejo de las mismas y el desarrollo de niveles de interiorización dan cuenta de la utilidad del proceso regulatorio para el alcance de conductas adaptativas y de ajuste socioemocional (Dennis, 2006).

El objetivo central es crecer en la forma de expresar las diferentes emociones, buscando obtener consecuencias satisfactorias relacionadas con el medio que rodea a la persona y consigo misma. El proceso de socialización brindado por el entorno cercano, especialmente por los padres y madres, posibilita igualmente el desarrollo de habilidades reguladoras y la introyección de posibles respuestas del medio a consecuencia de una respuesta previa emitida por el niño o niña (Aluja, del Barrio, y García, 2007)

Las investigaciones sugieren diferentes estrategias que se han implementado para fomentar la regulación emocional, unas de ellas son la reevaluación cognitiva, que implica modificar la evaluación de la situación para alterar su impacto emocional; y la supresión o moderación de la expresión emocional, con la que se espera inhibir el curso expresivo de una emoción (Gross, 2014; Andrés, Stelzer, Vernucci, Canet-Juric, Galli, Guzmán, 2017). Por otro lado, se han utilizado habilidades como el reconocimiento de emociones, que permite asignar adecuadamente categorías semánticas a las experiencias emocionales; y la tolerancia al estrés; se busca resistir estados emocionales negativos al servicio de un objetivo (Andrés, Stelzer, Vernucci, Canet-Juric, Galli, y Guzmán, 2017).

Se ha comprobado también, que otras estrategias que han funcionado en ésta área son las rumiaciones, es decir, pensar excesivamente en los sentimientos y pensamientos asociados al evento; el catastrofización, que trabaja con pensamientos que sobredimensionan la experiencia; el autoculparse, culpar a otros y poner en perspectiva, con el fin de comparar con otro acontecimiento para disminuir el impacto emocional; la aceptación y focalización positiva, logrando generar pensamientos agradables; y la reinterpretación positiva y la refocalización en los planes, con el propósito de pensar en qué hacer para solucionar el problema. Las tres

primeras se asocian a emociones negativas, desajuste emocional, depresión y ansiedad; y las últimas a emociones positivas, autoeficacia y bienestar (Domínguez-Lara, 2017).

1.2.4. Infancia intermedia.

1.2.4.1. Desarrollo socioemocional en la infancia intermedia.

El estado emocional de una persona determina la forma en que percibe al mundo. El desarrollo emocional o afectivo se refiere al proceso por el cual el niño construye su identidad, su autoestima, su seguridad y la confianza en sí mismo y en el mundo que lo rodea, a través de las interacciones que establece, ubicándose a sí mismo como una persona única y distinta. Por medio de este proceso las personas podrían distinguir las emociones, identificarlas, manejarlas, expresarlas y controlarlas. Es un proceso complejo que involucra tanto los aspectos conscientes como los inconscientes (Verdejo-Escalante, 2012).

Durante los primeros años los adultos tratan de regular y modificar estos estados del bebé, haciendo que sepa adaptarse y afrontar las diferentes situaciones con unas implicaciones emocionales reguladas y manejables. Conforme el niño crece, va construyendo el significado de sus experiencias emocionales a partir de sus interacciones con las personas que lo cuidan; la actitud de estas personas desencadena respuestas propias en cada niño. El desarrollo emocional durante la infancia implica avanzar en el control y regulación de las propias emociones. (Palacios e Hidalgo, 1999 en Verdejo-Escalante, 2012).

Cada niño será el resultado de la interacción entre lo que traía al nacer, lo que los padres le hayan fomentado y lo que las condiciones familiares, escolares y sociales, le hayan estimulado, permitido o prohibido desarrollarse; todo esto se verá reflejado en la persona desde su infancia hasta la edad adulta (Pérez, 2001 en Verdejo-Escalante, 2012).

El desarrollo social y emocional temprano de los niños depende de una variedad de actores, incluyendo los genes y la biología (salud física, salud mental, desarrollo del cerebro, etc.), y factores ambientales y sociales. Estos factores pueden tener una influencia positiva o negativa en el desarrollo de los niños (Haring, Barratt y Hawking, 2002 en Verdejo-Escalante, 2012).

Según Davies y Cummings (1994), los niños responden a los conflictos destructivos de los adultos sintiéndose trastornados o con estrés y cólera; los niños están predispuestos a mediar los conflictos y la sensibilidad que presentan ante la resolución o no de los conflictos, se incrementa alrededor de los seis años y permanece en el resto de la infancia. Los niños se van volviendo más sensibles emocionalmente con la edad y se implican también más en las disputas familiares, aumentando el riesgo de que desarrollen problemas de conducta (Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, Justicia-Díaz, 2007).

Por otra parte, van elaborando un repertorio más amplio y efectivo de estrategias de afrontamiento que pueden mitigar los efectos de los conflictos que vivencian. Además, la vulnerabilidad se expresa de maneras diferentes dependiendo de la edad. Los más pequeños tienden a reaccionar de forma agresiva, se pueden volver desobedientes y se expresan por medio de rabietas; los mayores presentan depresión y pasividad (Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, y Justicia-Díaz, 2007).

Para la propuesta de intervención generada para esta investigación, fue importante prestar atención a la información plasmada en este apartado, ya que es necesario tomar en cuenta las características de la etapa del desarrollo en la que se encuentre el niño al momento de diseñar una serie de sesiones, y seleccionar las técnicas y ejercicios para las mismas.

1.2.5. Separación de padres.

1.2.5.1. Definición de separación y divorcio.

Se entiende por divorcio al trámite en el que se declara la disolución del contrato matrimonial de forma irrevocable; dado el aumento que se ha registrado en este proceso, en especial por parte de las parejas jóvenes, el Registro Civil de México ha flexibilizado el procedimiento proporcionando más de una manera para llevarlo a cabo con la finalidad de evitar el conflicto entre los cónyuges y la afectación que se ocasiona a los hijos con un procedimiento largo (Registro Civil, 2017).

Sin embargo es oportuno mencionar que el proceso legal de divorcio puede alargarse o complicarse en el caso de que la pareja cuente con hijos; ya que para esto es necesario incluir a otras instancias; Dentro de los lineamientos en los casos de divorcio cuando existan hijos menores de edad, el juez, de oficio o a petición de parte, deberá obtener los elementos necesarios que le permitan resolver las cuestiones relacionadas con ellos, por lo que, podrá escuchar al Ministerio Público, al área de psicología, a los padres y los propios hijos para mejor proveer (Congreso del Estado de Yucatán, 2018).

Hasta no hace mucho, la familia tradicional, se constituía en torno al matrimonio de un hombre y una mujer y era establecido por ley, por costumbres y por moral; es decir, pasaba por un aspecto legal en el que se registraba y concretaba el matrimonio y no únicamente por vínculos afectivos. La familia se ha convertido en una de las instituciones sociales que más ha cambiado, desde el punto de vista legislativo como en el social; actualmente, las personas pueden unirse sin pasar un matrimonio legal y sin que el entorno social que los rodea los juzgue de forma tan negativa como en el pasado. De este cambio surge la diferenciación entre separación de los padres y divorcio (Banús, 2010). Se entiende por separación a la interrupción de la vida conyugal

por conformidad de las partes sin que quede extinguido el vínculo matrimonial (en caso existir dicho vínculo) (RAE, 2017).

1.2.5.2. Consecuencias de la separación de los padres sobre sus hijos.

Según los diferentes estudios, la relación matrimonial constituye la base de la unidad familiar; de acuerdo a esta perspectiva, podemos entender que el matrimonio forma parte del ambiente que puede influir directamente en el desarrollo del niño. Las investigaciones señalan que los niños con problemas de conducta a menudo viven en hogares conflictivos, y que existe una relación entre disfunción matrimonial y la adaptación de los hijos (Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, Justicia-Díaz, 2007).

El divorcio puede significar una crisis tanto para los padres como para los hijos (Petit, 1986; Jiménez-Arrieta, Amarís-Macías y Valle-Amarís, 2012); dicha crisis puede traducirse en frecuentes contradicciones entre padres y/o con los hijos, violencia intrafamiliar, así como actitudes y comportamientos no adecuados a nivel psicológico, físico, emocional y social. Lo anterior podría explicar el comportamiento agresivo y la dificultad para superar situaciones problemáticas que presentan jóvenes y niños que atraviesan el divorcio de sus padres (Ruano, 2000; Jiménez-Arrieta, Amarís-Macías y Valle-Amarís, 2012).

En algunas ocasiones, aunque los padres se esfuercen por ocultar los conflictos entre ellos, o no consideren que ciertas conductas pueden ser conflictivas a los ojos de los niños, los menores si las perciben y se ven afectados por ellos, ya que los hijos crean sus propias ideas y teorías sobre esas situaciones. Si los padres no son conscientes de esto, es posible que les resulte complicado entender y comprender las emociones y actitudes de los niños (Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, Justicia-Díaz, 2007).

Se han realizado estudios sobre la forma en la que los conflictos de los padres implican negativamente en la práctica de crianza que utilizan, la inconsistencia de la misma, y la manera en la que esta disrupción da lugar al desarrollo de problemas de conducta en los hijos. Se cree que el proceso de separación de los padres genera en la madre un incremento de estrés, haciendo que se encuentre menos disponible emocionalmente para su hijo. Otro resultado de este proceso, es la aplicación de una estrategia de disciplina más negativa, que da lugar a una inconsistencia en la misma (Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, Justicia-Díaz, 2007).

1.2.5.3 Relación entre la separación de los padres y el desarrollo socioemocional en los niños.

Algunos niños expresan un sentimiento de alivio con la separación de sus padres, sobre todo cuando existen discusiones recurrentes entre los padres o una atmósfera doméstica previa a la ruptura extremadamente tensa o desdichada; en estos casos, es posible que los menores afirmen una mayor tranquilidad al ver a sus padres separados, e incluso es posible que, a partir de ésta, se vean menos estresados, ansiosos y preocupados (Beyer & Winchester, 2003).

Por otra parte, algunos niños que lamentan la conclusión de un matrimonio pueden experimentar una amplia gama de emociones y conductas, ya que tanto la edad como las circunstancias específicas de cada caso influyen en la manera en la que se desenvuelven los menores; si la forma en la que responden los hijos ante la separación de sus padres no es la más asertiva, es probable que dichas conductas los lleven a tener dificultades de adaptación y respuestas exageradas. Algunas de esas conductas pueden observarlas en la Tabla 1 (Beyer & Winchester, 2003):

Tabla 1

Conductas, emociones y signos de sufrimiento y problemas de adaptación en hijos de padres divorciados

Conductas y emociones	Signos de advertencia
Cambios en las pautas del sueño	Incapacidad para conciliar el sueño, dormir constantemente, pesadillas frecuentes.
Problemas de salud	Problemas continuos de salud, tales como dolores de cabeza o trastornos intestinales, cambios significativos en hábitos alimenticios, pérdida o ganancia considerable de peso.
Aferrarse o mostrarse reservado respecto a los amigos	Rechazar a los viejos amigos y entablar nuevas amistades que los padres consideran atípicas y/o indeseables.
Regresión en el desarrollo	Comportarse como niños más pequeños, cambios significativos en la personalidad, escaparse de casa.
Aceptación del divorcio	Renuencia a aceptar el divorcio.
Culpabilidad	Autoculpabilidad profunda, intentos de ser perfecto.
Enojo	Comportamiento explosivo, destrucción, autolesión a propósito o lesión a los demás, problemas escolares, mentiras, robos.
Tristeza	Introversión, aislamiento, regalar sus pertenencias personales, llorar demasiado o expresar una profunda desesperación.
Datos recuperados de “Como explicar el divorcio a los niños un manual para adultos” de Beyer & Winchester, 2003.	

La bibliografía actual explica estos supuestos principalmente a través de cuatro perspectivas teóricas: el aprendizaje observacional, la disrupción del sistema familiar, el marco cognitivo-contextual y las hipótesis de seguridad emocional. De igual manera, se cree que la separación de los padres afecta en mayor medida de forma indirecta, es decir, debido a los

cambios que se dan en la relación padres-niño y no por la exposición directa al conflicto (Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, y Justicia-Díaz, 2007).

La primera perspectiva teórica propuesta fue el aprendizaje observacional. El concepto de modelado sugiere que los niños aprenden las habilidades de interacción social observando las interacciones de otros, en este caso de los padres; de esta forma cuando éstos se implican en conductas hostiles o agresivas en sus conflictos, están sugiriendo un modelo inadecuado de resolución de problemas. Los niños pueden realizar un procesamiento de la información social inadecuado y percibir de forma sesgada las señales ambientales en término de hostilidad, viendo el mundo como un lugar lleno de conflictos. Es de esperarse que los conflictos de los padres influyan en las conductas de los niños, simplemente porque los niños tienen mayor oportunidad de observar la conducta de los padres debido a la frecuencia con la que conviven (Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, Justicia-Díaz, 2007).

La segunda perspectiva teórica propuesta fue la disrupción del sistema familiar; esta perspectiva teórica está basada en el modelo mediacional de Fauber (1990), el cual apunta que los problemas generados por la separación de los padres alteran la conducta (tanto de los padres como de los hijos) en tres maneras distintas: disminuye la consistencia y eficacia de la disciplina, descuido o rechazo de los padres hacia sus hijos como consecuencia de estar inmersos en sus conflictos de pareja, y el incremento del control psicológico o emocional ejercido por los padres sobre los hijos como medio para asegurar su apoyo (Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, Justicia-Díaz, 2007).

La tercera perspectiva está dirigida al modelo cognitivo contextual de Grych y Fincham (1990:2001). En esta teoría el niño es visto como un sujeto activo. Para poder resolver el estrés que el proceso de separación de los padres genera en el niño, éste intentará comprenderlo,

evaluarlo y afrontarlo. Tanto la cognición como el afecto guiarán su conducta de afrontamiento; mediante un procesamiento primario el niño toma conciencia de que se está produciendo un suceso estresante y extrae información sobre la negatividad, amenaza y relevancia que para él tiene dicho acontecimiento.

Mediante una segunda etapa de procesamiento, intentará comprender las causas del conflicto y decidirá las estrategias que debe adoptar para afrontarlo: realiza una atribución causal, atribuye la responsabilidad y la culpa a alguien, genera expectativas sobre la eficacia de las posibles respuestas de afrontamiento, y selecciona y pone en práctica una determinada estrategia o conducta para solucionar la situación. Si las atribuciones que el niño realiza son disfuncionales, las estrategias de afrontamiento que utilice serán inadecuadas (Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, y Justicia-Díaz, 2007).

Por último, se propuso la teoría de la seguridad emocional de Davies y Cummings (1994), esta perspectiva propone la idea de que los niños pueden desarrollar su seguridad emocional a partir de las relaciones que mantienen con los padres y del contexto de la relación matrimonial. La seguridad emocional afecta a la regulación que los niños presentan sobre sus emociones, incluidos su estado emocional subjetivo, la expresión conductual de la emoción y el funcionamiento fisiológico; afecta a las valoraciones cognitivas y representaciones internas de los niños sobre las relaciones familiares. La exposición continua del niño a los conflictos entre sus padres puede provocar una reactividad emocional y poco control de sus emociones y conductas, propiciando así problemas de adaptación (Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, Justicia-Díaz, 2007).

1.2.5.4 Necesidades de los hijos durante el proceso de separación.

La separación de los padres se trata de una etapa de grandes cambios tanto para los padres como para los hijos. Las transformaciones siempre son estresantes y generan en los niños una serie de necesidades; Roberta Beyer y Kent Winchester (2003) enlistaron unas de las más notables:

- Saber que tienen permiso para amar a papá y a mamá; y que éstos, de igual forma expresen afecto a sus hijos.
- Una explicación de lo que está sucediendo, con paciencia, sinceridad y de una manera adecuada a la comprensión de su edad y nivel de desarrollo.
- Entender que el divorcio es un problema de adultos y que ellos no tienen la culpa.
- Poder formular preguntas y hablar sobre sus preocupaciones, miedos y demás sentimientos.
- Saber que sus padres los escuchan, y adónde deben dirigirse cuando deseen hablar con alguien que no sea uno de sus padres.
- Estabilidad y capacidad para poder predecir los acontecimientos.

Pese a que es probable que los niños cuenten con otras necesidades durante la separación de sus padres, considero que éstas pueden cubrirse de manera apropiada con un diseño adecuado de intervención y con mayor facilidad gracias al enfoque seleccionado.

De igual forma estos autores hablan sobre trece puntos que consideran necesario trabajar en proceso terapéutico con los niños:

- Hablar sobre el divorcio.
- Dejar claro que no es su culpa.
- Saber que sus papás siempre lo van a amar.

- Entender que sus papás no volverán a estar juntos.
- Saber que es importante expresar los sentimientos.
- Platicar sobre cómo será su vida a partir de ese momento.
- Saber las contribuciones que harán los padres para que sea más llevadero.
- Saber que puede seguir queriendo a ambos padres.
- Entender que no debe preocuparse por el dinero.
- Entender que no tiene que preocuparse por el padre que no se quede con él.
- Entender que no estará en medio de las discusiones de los padres
- Saber que siguen siendo una familia.
- Comprender que pasarán por algunos cambios.

Utilizando estas ideas como base, fue posible seleccionar y organizar las técnicas y tareas más adecuadas dentro de la intervención, de manera que pudieran cubrirse las necesidades antes mencionadas por medio de los trece puntos.

1.2.5.5 Intervenciones previas realizadas en niños de padres divorciados.

Teniendo en cuenta que el divorcio y la separación de los padres es cada vez más frecuente, podríamos suponer que se han realizado un mayor número de intervenciones con motivo de esta situación a comparación de tiempos pasados. A partir de un análisis bibliográfico, se encontraron trabajos que plantean intervenciones basadas en la teoría del vínculo, en teorías sistémicas que se enfocan en la dinámica familiar, con una aproximación escolar, e incluso con una visión más espiritual. Sin embargo, la mayoría de las investigaciones se enfocan en trabajar con la pareja divorciada o separada, y en su mayoría no contemplan un enfoque cognitivo conductual, dejando

a un lado el impacto en los hijos, así como el impacto en los pensamientos y emociones de éstos. A continuación, se disponen algunas de las propuestas de intervención encontradas.

Lamela, Figueiredo y Bastos (2010), se enfocaron en la hipótesis de que la reorganización de la familia después del divorcio puede verse afectada negativamente por los procesos en los que se desenvuelve la expareja y por los estilos de apegos de éstos. Sugieren que el divorcio no anuncia el fin de la familia; mientras que los padres han disuelto su estado de pareja, siguen manteniendo su papel de padres. Con el propósito de disminuir la ansiedad, tanto en los padres como en los hijos, propusieron trabajar en la generación de nuevos códigos de relación entre los padres, así como en mejorar la relación de ambos padres con los hijos.

Diniz-Roladao (2010) percibe el divorcio como una experiencia compleja y difícil, y a las familias como una unidad sistémica. Ella plantea que la superación de la experiencia del divorcio implica la realización de luto por diversas pérdidas, y considera necesaria la asistencia de todos los miembros de la familia, así como el ofrecimiento de apoyo espiritual. Propone una intervención que tenga como base la empatía ante el proceso, y se refuerce el respeto y la atención especializada.

Yáñez-Yaben y Comino-González (2012) realizaron su trabajo con base en las ideas de Lebow y Newcombekart (2007); quienes proponen que la falta de perdón, el rencor hacia la expareja y el deseo de entorpecer las relaciones del otro progenitor con los hijos, son elementos que caracterizan la interacción que se producen durante los divorcios que se presentan con conflictos elevados. Por lo anterior, Yáñez-Yaben, y Comino-González consideran necesario diseñar programas, tanto para prevenir como intervenir, en los que se trabaje el perdón hacia la expareja con el fin de favorecer un mejor ajuste de toda la familia.

Dentro del contexto educativo, Barea, Ben-Yahia, Luque y Fernández-Molina (2015) se enfocaron en la diversidad familiar que se presenta en las aulas; han observado que existe poco conocimiento sobre cómo tratan los docentes este tema en el salón de clase o cómo lo perciben los niños y las niñas; consideran que, independientemente de que el procesos de separación o divorcio afecten o no el desarrollo de los niños como alumnos, la escuela debe conocer cuál es la situación en cada caso y cooperar con las familias.

La propuesta de intervención que comparten estos cuatro autores, está dividida en tres áreas: en primer lugar, una intervención en el contexto familiar en donde se recolecte información sobre la situación y detectar las carencias que puedan presentarse; posteriormente una intervención con el alumno, en la que se trabajen diferentes modelos de familia, tratándolos con normalidad y viendo los aspectos positivos; para ello, es importante darle un nuevo enfoque en el que no sea tan importante los componentes de la familia, como la calidad de las relaciones interpersonales. Por último, una intervención en el ámbito docente, en el que éstos reciban un curso para saber cuál es la forma más adecuada de trabajar dentro del aula, los contenidos referentes a divorcio y diferencias familiares (Barea, Ben-Yahia, Luque y Fernández-Molina, 2015).

Capítulo 2. Evaluación diagnóstica del problema

Para diseñar la propuesta de intervención que se llevó a cabo durante este trabajo, fue necesario una evaluación diagnóstica del problema; misma que diera la oportunidad de adentrarse en el tema no solo por medio de la recolección de información bibliográfica, sino también a través de evaluar a dos participantes (los cuales cumplían los criterios necesarios para la investigación), con la que se conozca las diferentes temáticas o situaciones que pueden desarrollarse dentro del proceso. El objetivo de esta evaluación diagnóstica fue identificar los principales pensamientos irracionales y las emociones más comunes que se presentan en los niños. Una vez obtenida la información, se seleccionaron los datos de mayor relevancia y/o semejanza entre la bibliografía y ambos pacientes, y se diseñó la propuesta de intervención señalando la duración de la misma, las temáticas a tratar y la estructura general de las sesiones.

2.1 Descripción del escenario y participantes

La evaluación diagnóstica se llevó a cabo con dos casos en un servicio público de atención psicológica perteneciente a la facultad de psicología de la UADY. Ambos pacientes pasaron por un proceso de solicitud y tiempo de espera para comenzar el proceso terapéutico. Posteriormente, se asignó el proceso psicoterapéutico y las sesiones tuvieron lugar dentro de las salas dirigidas a procesos infantiles, con una duración de entre 50 y 60 minutos cada una.

A continuación, se presentan los datos personales de cada menor:

Caso 1:

El participante del caso 1 es un niño de 9 años de edad al que llamaremos Julio. Julio es hijo único y de padres separados. La madre tiene una pareja de su mismo sexo. De igual forma, el padre tiene una pareja, misma que tiene un hijo de 8 años de edad. Julio vive únicamente con el padre,

aunque durante el mes pasa dos o tres fines de semana con la madre y su pareja. El padre solo tiene contacto con la pareja de la madre por vía telefónica y no tiene ningún contacto con la madre. El motivo de consulta por el que llega es una valoración psicológica, así como por un proceso terapéutico en el que se trabaje el tema de la separación de los padres.

Caso 2:

El segundo participante es un niño de 7 años de edad al que llamaremos Ricardo. Ricardo se encontraba en segundo grado de primaria cuando comenzó el proceso terapéutico; es el mayor de tres hijos del matrimonio y sus padres separados aproximadamente ocho meses antes de comenzar el proceso. Vive en casa de la madre, junto con sus dos tíos y sus abuelos maternos. Recibe visitas periódicas del padre, y entre dos y tres veces por semana duerme en casa de su padre. Llega a proceso terapéutico para trabajar los problemas emocionales que la madre observa como consecuencia de la separación del matrimonio.

2.2 Instrumentos, técnicas y estrategias utilizadas

Para la etapa de evaluación diagnóstica se utilizó la información recabada en dos casos que cumplieran con los requisitos expuestos en el primer capítulo, que sean niños o niñas de entre 6 y 12 años (infancia intermedia), que estén o han enfrentado el proceso de separación de sus padres en un tiempo no mayor a un año, y habitantes de Yucatán. con dichos participantes se llevó a cabo:

- Entrevista semiestructurada: Técnica de investigación que adopta la forma de un diálogo coloquial con el fin determinado de recabar información sobre una situación o temática específica. Al ser semiestructurada, presenta un grado de flexibilidad que permite partir de ciertas preguntas preestablecidas, las cuales pueden ajustarse a los entrevistados buscando aclarar términos e identificar ambigüedades (Díaz-Bravo, Turrucó-García,

Martínez-Hernández y Varela-Ruiz, 2013). En particular en este diagnóstico fue una entrevista con los padres, en la cual se recabaron los datos de la historia clínica del niño: Datos de identificación, descripción de las áreas implicadas (cognitiva, afectiva, somática, conductual, interpersonal), historia familiar e historia personal y de salud. Con el propósito de conocer los antecedentes familiares, personales y clínicos del caso.

- Pruebas proyectivas: Técnica psicológica que investiga la dinámica de la personalidad de manera global; a través de ellas se explora la expresión de la “subjetividad” de cada persona y nos permite comprender cómo el individuo estructura su mundo a partir de sus motivaciones internas (Esquivel-Ancona, Heredia-Ancona, y Gómez-Maqueo, 2007). En particular en este diagnóstico se utilizaron la prueba del dibujo de la figura humana, misma que permite evaluar aspectos emocionales, así como la maduración perceptomotora y cognitiva; y la prueba del dibujo de la familia, la cual sirve para conocer las dificultades de adaptación al medio familiar y los conflictos internos (Esquivel-Ancona, Heredia-Ancona, y Gómez-Maqueo, 2007). Dichas pruebas se seleccionaron con el propósito de obtener información, así como datos emocionales y familiares desde la perspectiva del menor.
- Conceptualización de Caso: Estrategia propia del enfoque cognitivo conductual, cuya función es condensar la información que se pueda recabar sobre el caso por medio de las técnicas antes mencionadas, así como por medio de la observación y plática directa con el menor. La información seleccionada en la conceptualización del caso se registró en un esquema en el que se incluyó el listado de creencias irracionales presentes en el niño que se relacionan con la separación de los padres.

2.3 Procedimiento

Para obtener los datos que integran la conceptualización de cada caso se realizó un análisis de contenido por medio del cual se seleccionó la información recurrente tanto en la entrevista realizada a los padres como la obtenida en la pruebas proyectivas. A continuación, en la Tabla 2 y Tabla 3 se presentan los puntos sobresalientes de cada caso.

Tabla 2

Conceptualización del caso 1

Conceptualización del caso	
Edad: 9 años	Familiograma:
Sexo: Hombre	
Escolaridad: 3° primaria	
Implicación	Cognitiva: Ideas fantasiosas, concepto pobre de sí mismo, pensamiento inmaduro. Conductual: Introversión, conductas impulsivas y agresivas, rasgos infantiles, retraimiento, inadaptabilidad y dependencia. Emocionales: Ansiedad, sentimiento de inadecuación, tensión y rasgos depresivos. Somática: Irritación en la piel y ardor estomacal al convivir con la madre por más tiempo del que hubieran establecido.
	Areas Familia: Poca identificación con la realidad familiar, ambivalencia hacia la madre, deseo por acercarse a ella y ansiedad al pasar mucho tiempo con ella sin la presencia del padre. Mucha cercanía con el padre. Social: Problemas para relacionarse con compañeros y gente adulta, mayor facilidad para tratar a niños más pequeños.
Areas	Escuela: Reportes por problemas conductuales, interrupción de clases, problemas con compañeros.
	Esquema A B C de la TREC A: Separación de los padres. B1: “Mi mamá debería mostrar mayor interés por mí” B2: “A mi mamá le preocupa más su trabajo que yo, mi papá es el que sabe cuidarme” B3: “Las mamás deben cuidar a sus hijos, mi papá no debe de hacerlo solo” C1: Insistencia del niño por ver a su mamá, aunque ella no lo busque. Cuando el niño habla sobre su familia, solo menciona cómo eran cuando los padres no se habían separado. C2: Ansiedad del niño cuando se quedaba con su mamá más tiempo del que habían acordado, somatizaciones. C3: Aceptación hacia la nueva pareja del papá, buena relación con ella y con su hijo.

Tabla 3

Conceptualización del caso 2

Conceptualización del caso			
Edad: 7 años	Familiograma:		
Sexo: Hombre	<p>The diagram is a family tree. At the top, there are two boxes representing parents, both labeled '29'. A horizontal line connects them, with a vertical line crossing it in the middle, indicating a separation. Below this line, three boxes represent children, labeled '7', '5', and '2'. Lines connect the parents to their children. A vertical line from the mother's side connects to the child '2', and a line from the father's side connects to the child '7'. There is also a line connecting the child '2' to the child '7'.</p>		
Escolaridad: 2º primaria			
Implicación	Cognitiva: Pensamientos irracionales, concepto pobre de sí mismo.		
	Conductual: Desmotivación, falta de atención, conductas disruptivas y agresivas, dependencia, inmadurez.		
	Emocionales: Culpa, frustración, ansiedad.		
Áreas	Somática: No presenta implicaciones somáticas.		
	Escuela: Problemas conductuales y conductas disruptivas dentro del salón, poca motivación para hacer tareas, no obedece y mal contesta a la maestra.	Familia: Ha presenciado discusiones fuertes entre los padres. Busca la atención del papá. No aceptación de la separación. No obedece y mal contesta a la madre. Expresa que espera que sus padres puedan volver a unirse.	Social: Muy apegado a su grupo de amigos, interés en mantener las relaciones con compañeros y primos de su edad.
	Esquema A B C de la TREC		
A: Separación de los padres.	B1: “Se separaron por mi culpa” B2: “No debieron haber tenido más hijos” B3: “Mis papás deberían volver a estar juntos” B4: “Mi mamá no quiere que mi papá regrese”	C1: Sentimiento de culpa y frustración. C2: Peleas constantes con sus hermanos. C3: Deseo por volver a ver a sus padres unidos, intento por hacer que sus padres convivan. C4: Conductas agresivas hacia la madre, no obedece y mal contesta, le dice que no la quiere.	

Posteriormente, se llevó a cabo una comparación entre al análisis y síntesis de los datos obtenidos en los casos planteados, y la información bibliográfica recabada previamente, esto con el fin de poder estructurar el programa de intervención en el que se trabajó durante la aplicación metodológica de este trabajo.

2.4 Informe de resultados de la evaluación diagnóstica

Después de realizar el análisis de los resultados obtenidos se pudo confirmar la importancia de realizar una recolección empírica de dato por medio de entrevistas, juegos e interacción con niños en las circunstancias planteadas, y la aplicación de pruebas; puesto que sin ellas, la información bibliográfica revisada, a pesar de ser útil para contextualizar sobre el tema, no hubiera permitido conocer a detalle las creencias irracionales que pueden estar generándose en los niños que se encuentran en la infancia intermedia que están pasando por la separación de sus padres.

Los casos presentados, en reducida escala, mostraron una gran gama de situaciones por medio de las cuales se expresan los pensamientos irracionales y las emociones desadaptativas en los niños. En ambos casos, si bien la edad y el contexto que rodean a los niños son diferente, podemos apreciar que comparten características como el concepto pobre de sí mismos, pensamiento inmaduro, conductas agresivas, dependencia y ansiedad. No obstante, las conductas con las que expresan estos pensamientos y emociones, así como los ámbitos en que lo hacen, son diferentes y en algunos casos opuestos. Por lo anterior, se consideró pertinente que los objetivos de las sesiones del proceso de intervención abarcaran las diferentes temáticas de manera general, con el fin de poder ubicar los pensamientos particulares del caso en el que se lleve a cabo el proceso, y abordar el objetivo desde la perspectiva y manera de afrontamiento individual del niño.

De igual manera, es pertinente tener en cuenta que, en ambos casos analizados, los sujetos fueron niños, puesto que era la población con la que se contaba en el momento de llevar a cabo la metodología del trabajo; si se presentase el caso en que el sujeto fuera niña, se esperaría poder llegar al objetivo del proceso sin la necesidad de adaptar el esquema de sesiones, puesto

que, como ya se había planteado, los objetivos de cada una se diseñaron de manera general, contemplando la etapa del desarrollo en que se encuentran, independientemente del sexo.

Como resultado del diagnóstico se creó una propuesta de intervención, en la que se consideró necesario un proceso de aproximadamente 16 sesiones de entre 50 y 60 minutos cada una; las sesiones contaron con un objetivo específico y una estrategia apropiada para trabajarlo; mismos que podemos observar en la Tabla 4.

Tabla 4

Esquema general de las sesiones de intervención.

Sesión	Objetivo	Estrategia
1	Conocer la historia y contexto del niño.	Entrevista con los padres para realizar la historia clínica.
2	Conocer al niño y crear un ambiente seguro y de confianza.	Dinámicas de rapport con el niño.
3	Conocer al niño y crear un ambiente seguro y de confianza. Que el niño conozca el modelo (TREC)	Continuar dinámicas de rapport y realizar actividades lúdicas que expliquen cómo funciona el modelo.
4-5	Introducir el tema de familia, conocer la opinión y los pensamientos del niño sobre el tema. Ubicar los pensamientos irracionales del niño sobre el concepto de familia.	Conocer por medio de actividades lúdicas y dinámicas lo que es la familia para el niño, sus ideas sobre cómo debería ser, cuál es la función de la familia y de sus miembros, cómo debería estar conformada y qué actividades se deberían hacer en familia.
6-7	Introducir a su familia en el tema, conocer la opinión y los pensamientos del niño. Ubicar los pensamientos irracionales del niño sobre su propia familia	Conocer por medio de actividades lúdicas y dinámicas lo que le gusta de su familia y lo que no, lo que cree que deberían hacer y lo que deberían dejar de hacer, y cómo cree que debería ser la relación entre los diferentes miembros.
8	Introducir el aspecto emocional relacionado con la separación de la familia, conocer las consecuencias emocionales que está teniendo el niño.	Conocer por medio de actividades lúdicas y dinámicas lo que siente el niño con respecto a toda la situación que está viviendo en casa.

9-10	Trabajar la refutación de ideas irracionales, que tiene el niño sobre su familia y la separación de sus padres.	Trabajar por medio de actividades lúdicas y dinámicas la idea de que existen diferentes tipos de familia, que no todas viven juntas, que cada familia tiene su propia estructura, reglamento, actividades, etc.
11-12	Trabajar el manejo de emociones, que el niño se sienta seguro de expresar sus emociones de manera adecuada, así como bajar la carga emocional que la separación de los padres puede generar en él.	Trabajar por medio de actividades lúdicas y dinámicas la idea de que los padres seguirán queriendo a sus hijos de la misma forma, aunque estén separados, que las personas se adaptan a los cambios y pueden estar bien a pesar de ellos, y que está permitido expresar lo que uno siente. Dinámicas que enseñen al niño maneras adecuadas de expresar enojo, tristeza, confusión, etc.
13	Evaluar los cambios de pensamiento y emociones presentados en el niño.	Comprobar los avances obtenidos en el niño por medio de diferentes dinámicas.
14-15	Trabajar el mantenimiento de los nuevos pensamientos e intervenir en posibles recaídas.	Hablar sobre las recaídas, que el niño y los padres entiendan que es algo normal, así como brindar estrategias para sobre llevarlas. Comunicarle al niño y a los padres que el proceso está por concluir.
16	Cierre del proceso.	Realizar dinámicas de despedida con las que el niño haga una retroalimentación del proceso y los cambios que ha logrado en él.

Capítulo 3. Programa de intervención

3.1. Introducción

El programa de intervención fue diseñado con base en la Terapia Racional Emotivo Conductual; tuvo como propósito ubicar los pensamientos irracionales del niño que generaban conductas disruptivas, y las expresiones mal adaptativas de emociones provocadas por la separación de sus padres. Con el uso de diferentes estrategias basadas en este enfoque, se buscó explicar la manera en la que los pensamientos afectan en las emociones y conductas, posteriormente se refutaron los pensamientos que el menor manifestó y se compartieron técnicas que favorecen un pensamiento más adaptativo. En conjunto con lo anterior, se trabajó el reconocimiento, manejo y expresión de las emociones relacionadas con la separación de los padres.

3.2. Objetivo

3.2.1. Objetivo general.

Fomentar un adecuado manejo y expresión de las emociones, así como disminuir las conductas disruptivas generadas por la separación de los padres para alcanzar una mejor aceptación a la misma.

3.2.2. Objetivos específicos.

- Conocer los pensamientos irracionales del niño que estén relacionados con la separación de sus padres.
- Conocer las emociones que la separación de los padres esté generando en el niño.

- Refutar los pensamientos irracionales del niño en relación con la separación de sus padres.
- Proporcionar estrategias que propicien pensamientos más adaptativos en el niño con respecto a la separación de sus padres.

3.3 Programa de intervención

El programa de intervención fue diseñado y aplicado tomando en cuenta las características del participante seleccionado, mismo que cumplía con los criterios mencionados anteriormente, éste fue un niño de 9 años de edad, el mayor de tres hermanos y cuyos padres se habían divorciado aproximadamente un año atrás; de nacionalidad mexicana y residente en el estado de Yucatán. Para referirnos al menor, se utilizará el seudónimo “Pedro”, con el fin de mantener la debida confidencialidad.

La intervención constó de 16 sesiones de 50 minutos cada una; se utilizó el enfoque cognitivo conductual como base de este proceso, aplicando, de igual manera, pruebas proyectivas para el diagnóstico inicial y final, técnicas de reconocimiento y regulación emocional, psicoeducación, refutación de creencias irracionales, trabajo con rumiaciones, moderación de la expresión emocional, reinterpretación positiva, aceptación y focalización positiva. A continuación, se describe cada sesión, junto con el objetivo, estrategias, técnicas, recursos y materiales necesarios en cada una.

Sesión 1

Objetivo: Conocer la historia y contexto del niño.

Estrategias y técnicas: Entrevista con la madre. Realización de la historia clínica.

Materiales: Cuestionario de historia clínica y documento de consentimiento para la aplicación del programa de intervención.

Sesión 2

Objetivo: Conocer al niño y crear un ambiente seguro y de confianza.

Estrategias y técnicas: Juego libre, Test de figura humana.

Materiales: Juguetes de la sala, lápiz, hojas en blanco.

Sesión 3

Objetivo: Conocer al niño y crear un ambiente seguro y de confianza. Que el niño conozca el modelo (TREC).

Estrategias y técnicas: Juego libre, Cuento para explicar el modelo A-B-C.

Materiales: Juguetes de la sala, hojas en blanco, lápiz, láminas de aplicación del Test Viso-Motriz de Bender.

Sesión 4

Objetivo: Introducir el tema de familia, conocer la opinión y los pensamientos del niño sobre el tema. Ubicar los pensamientos irracionales del niño sobre el concepto de familia.

Estrategias y técnicas: Test de la familia, cuestionario del Test de familia y juego libre.

Materiales: Hojas en blanco, lápiz, cuestionario del test de familia, juguetes de la sala.

Sesión 5

Objetivo: Introducir el tema de familia, conocer la opinión y los pensamientos del niño sobre el tema. Ubicar los pensamientos irracionales del niño sobre el concepto de familia.

Estrategias y técnicas: Red de características de “la familia perfecta”, elaboración de la casa de la “familia perfecta”.

Materiales: Hojas en blanco, lápiz, casa de juguete chica, casa de juguete grande, familias de animales, familias de personas, accesorios y muebles para las casas de juguetes.

Sesión 6

Objetivo: Introducir el tema de su familia, conocer la opinión y los pensamientos del niño.

Ubicar los pensamientos irracionales del niño sobre su propia familia.

Estrategias y técnicas: Test de la familia, cuestionario del Test de familia y juego libre.

Materiales: Hojas en blanco, lápiz, cuestionario del test de familia, juguetes de la sala.

Sesión 7

Objetivo: Introducir el tema de su familia, conocer la opinión y los pensamientos del niño.

Ubicar los pensamientos irracionales del niño sobre su propia familia.

Estrategias y técnicas: Análisis y comparación de la red de características de “la familia perfecta” con “su familia”, elaboración de la casa de “su familia”.

Materiales: Red de “la familia perfecta”, lápiz, casa de juguete chica, casa de juguete grande, familias de animales, familias de personas, accesorios y muebles para las casas de juguetes.

Sesión de estructuración 1

Fuera de terapia se requiere una sesión en la que se puntualicen las ideas irracionales sobre el tema de la familia y las diferencias entre lo que espera de las familias y la suya; con el fin de seleccionar las técnicas y estrategias necesarias para las sesiones siguientes.

Sesión 8

Objetivo: Introducir el aspecto emocional relacionado con la separación de la familia, conocer las consecuencias emocionales que está teniendo el niño.

Estrategias y técnicas: Memorama de emociones, reconocimiento emocional.

Materiales: laminas del memorama de emociones.

Sesión 9

Objetivo: Trabajar la refutación de ideas irracionales que tiene el niño sobre su familia y la separación de sus padres.

Estrategias y técnicas: reevaluación cognitiva, reconocimiento emocional y trabajo con rumiaciones.

Materiales: hojas en blanco, lápiz, tarjetas con ejemplos de pensamientos, juguetes de la sala.

Sesión 10

Objetivo: Trabajar la refutación de ideas irracionales, que tiene el niño sobre su familia y la separación de sus padres.

Estrategias y técnicas: reevaluación cognitiva, reconocimiento emocional y trabajo con rumiaciones.

Materiales: hojas en blanco, lápiz, juguetes de la sala.

Sesión 11

Objetivo: Trabajar el manejo de emociones, que el niño se sienta seguro de expresar sus emociones de manera adecuada, así como bajar la carga emocional que la separación de los padres puede generar en él.

Estrategias y técnicas: Moderación de la expresión emocional, reinterpretación positiva, aceptación y focalización positiva.

Materiales: Hojas en blanco, lápiz, juguetes de la sala.

Sesión 12

Objetivo: Trabajar el manejo de emociones, que el niño se sienta seguro de expresar sus emociones de manera adecuada, así como bajar la carga emocional que la separación de los padres puede generar en él.

INTERVENCIÓN COGNITIVO CONDUCTUAL EN UN HIJO DE PADRES SEPARADOS

Estrategias y técnicas: Moderación de la expresión emocional, reinterpretación positiva, aceptación y focalización positiva.

Materiales: Hojas en blanco, lápiz, juguetes de la sala.

Sesión 13

Objetivo: Evaluar los cambios de pensamiento y emociones presentados en el niño.

Estrategias y técnicas: Reevaluación cognitiva, así como el análisis y comparación de la red de características de “la familia perfecta” con “su familia”.

Materiales: hojas en blanco, lápiz, juguetes de la sala, red de “la familia perfecta”.

Sesión 14

Objetivo: Trabajar el mantenimiento de los nuevos pensamientos e intervenir en posibles recaídas.

Estrategias y técnicas: Reevaluación cognitiva, moderación de la expresión emocional, aceptación.

Materiales: Hojas en blanco, lápiz, juguetes de la sala.

Sesión 15

Objetivo: Trabajar el mantenimiento de los nuevos pensamientos e intervenir en posibles

Estrategias y técnicas: Test de familia, cuestionario del test de familia, reevaluación cognitiva, moderación de la expresión emocional, aceptación.

Materiales: Hojas en blanco, lápiz, cuestionario del test de familia, juguetes de la sala.

Sesión 16

Objetivo: Cierre del proceso.

Estrategias y técnica: Recapitulación del proceso, focalización positiva.

Materiales: Hojas en blanco, lápiz, juguetes de la sala.

Capítulo 4. Resultados de la intervención

4.1. Evaluación

4.1.1. Test de la familia al iniciar y finalizar la intervención.

A manera de diagnóstico, se realizó el test de familia tanto al inicio del proceso, como al finalizarlo; en la tabla 5 se presentan los rasgos obtenidos en ambos dibujos, mismos que se interpretaron con base a las teorías de Luis Corman, Joseph M. Lluís Font y E. M. Koppitz.

Tabla 5.

Resultados del test de la familia

Criterio	Dibujo inicial	Dibujo final
Amplitud	Trazos cortos: posible inhibición de la expansión vital y tendencia a replegarse en sí mismo.	Líneas trazadas con movimientos más amplios: mayor expansión vital y extraversión de las tendencias.
Ritmo	Repetición de trazos simétricos: poca espontaneidad.	Menor repetición de trazos simétricos: aumento ligero de espontaneidad.
Sección de la página	Sector inferior de la página: instinto de conservación de la vida.	Sector inferior de la página: instinto de conservación de la vida.
Plano estructural	Tipo racional: dibujo estereotipado y rítmico, escaso movimiento y personajes más aislados. Posible inhibición.	Tipo racional y sensorial: conserva el dibujo estereotipado y rítmico, aumento de líneas curvas y mayor cercanía. Posible inhibición, ligera espontaneidad y sensibilidad al ambiente.
Tamaño	Dibujos pequeños: posible sentimiento de inseguridad e inferioridad.	Dibujo en promedio normal.
Sombreado	Sombreado débil: posible ansiedad.	No presenta sombreado alguno.
Borraduras	Borraduras en las cinco personas: posible ansiedad.	Borraduras en dos de las cinco personas: posible ansiedad.

Distancia entre personajes	Mayor distancia: menor comunicación. Diferencia de planos (madre más atrás, hermana más adelante): menor comunicación con estos miembros.	Menor distancia: mayor comunicación. Dibujos en el mismo plano.
Jerarquía familiar	Orden jerárquico normal	Orden jerárquico normal
Indicadores del desarrollo	13 indicadores esperados y dos excepcionales	15 indicadores esperados y tres excepcionales
Indicadores emocionales	Sombreado del cuerpo, figuras inclinadas y pequeñas, omisión de nariz: Posible ansiedad, desvaloración, inestabilidad, falta de equilibrio, inseguridad, conductas retraídas y ausencia de agresividad manifiesta.	No presentó ningún indicador emocional.

4.1.2. Pensamientos expresados al iniciar y finalizar la intervención.

Durante la intervención se ubicaron diversos pensamientos con respecto a los siguientes criterios: unidad familiar, actividades familiares, relación madre-hijo y relación padre-hijo. A partir de las creencias expresadas por Pedro durante el proceso, se realizó un análisis de contenido con el fin de conocer y señalar los cambios en su manera de pensar, y de esta manera poder realizar una reflexión sobre lo obtenido en el análisis.

A continuación, se presenta la Tabla 6 en la que se exponen dichos pensamientos expresados textualmente dentro de las sesiones o escritos en los ejercicios destinados para la casa en los que Pedro practicaba lo trabajado en las sesiones; y posteriormente se describen las diferencias que se pueden observar entre las creencias al principio y al final del proceso.

Tabla 6.

Pensamientos al iniciar y finalizar la intervención.

Criterios	Pensamientos iniciales	Pensamientos finales
Unidad familiar	<i>“La familia debe estar unida” “No está mi papá” “Todos tienen que vivir en la misma casa”. “Del 1 al 10, sería un 6, porque no está mi papá ni mis tíos”</i>	<i>“Me gustaría que viviéramos todos juntos”. “Me gustaría que mi papá viniera”. “Del 1 al 10, sería un 7, porque están mis abuelitos”.</i>
Actividades familiares	<i>“Todos deberíamos salir” “Deberíamos salir a algún lugar los fines de semana” “Casi no salimos” “Del 1 al 10, sería un 6, porque no deberíamos estar encerrados”</i>	<i>“A veces salgo a caminar con mi mamá”. “A veces voy al parque con mis hermanos”. “A veces jugamos en la casa”. “Del 1 al 10, sería un 8, porque a veces salimos a hacer ejercicio o jugamos playstation”</i>
Relación madre-hijo	<i>“No deberían pelear” “Deberían andar en bici” “Deberíamos comer juntos” “Del 1 al 10, sería un 8, porque a veces se tiene que ir a trabajar”</i>	<i>“Pienso que puedo hacer para que no se moleste” “A veces la acompaño a su trabajo, aunque no me guste” “Del 1 al 10, sería un 8, porque nos divertimos”</i>
Relación padre-hijo	<i>“Deberían salir a pasear juntos” “Deberían andar en bici” “Debería comer con sus hijos” “Deberían jugar juntos” “Del 1 al 10, sería un 2, porque solo hablo con él por teléfono”</i>	<i>“Me gustaría hablar con mi papá” “Me gustaría visitar a mi papá” “Del 1 al 10, sería un 1, porque ya no hablamos, pero ya estoy acostumbrado a aquí”.</i>

En un principio, los pensamientos de Pedro se mostraban inflexibles, en su mayoría tenían una connotación negativa, y los expresaba por medio de afirmaciones exigentes, imperativas y absolutistas. Sugería la necesidad de convivir más tiempo con su papá, insinuaba la falta de actividades recreativas y la necesidad de que éstas se llevaran a cabo fuera del hogar. Sus pensamientos indicaban pocas ganas de permanecer dentro de la casa, demandaba la necesidad

de convivir más con la mamá, aunque insinuaban que mantenía pleitos constantes con ella y que éstos eran por culpa de la mamá y no por él.

Al finalizar el proceso, Pedro compartía creencias más flexibles, con una postura más positiva, y en lugar de expresarlas por medio de afirmaciones exigentes, sugería situaciones que le “gustaría” que pasaran. Ya no mostraba una necesidad tan intensa de convivir con el papá, por el contrario, daba mayor importancia a otras relaciones familiares como la de sus abuelos (quienes viven en la misma casa); del mismo modo, compartía la idea de sentirse cómodo y divertirse tanto fuera como dentro de su casa y conviviendo con mayor interés con sus hermanos y su mamá. Sugirió una mayor reflexión sobre sus conductas al momento de discutir con su mamá, explicando que prefería pensar bien sobre la manera en la que su comportamiento podría enojar o perjudicar a su mamá.

4.1.3. Emociones expresadas al iniciar y finalizar la intervención.

Para ubicar las emociones que la separación de los padres generaba, fue necesario realizar en primer lugar, un reconocimiento general de emociones; posteriormente, y con el uso de un memorama de emociones, se le pidió explícitamente que seleccionara y explicara las emociones específicas que él relacionaba con la separación de sus padres y con la situación familiar actual que vivía. En la Tabla 7 se enlistan las emociones elegidas al comenzar la intervención; en la Tabla 8 aparecen las emociones ubicadas al cierre del proceso. Posteriormente se da una comparación entre la información registrada en ambas tablas.

Tabla 7.

Emociones al iniciar la intervención.

Emociones	Motivo por el que la siente	Forma de expresarlo
Preocupación	<i>“Hubo un temblor en México y mi papá y abuelita viven ahí”.</i>	<i>“Le pedí a mi mamá que hable a mi abuelita”.</i>
Felicidad	<i>“Cuando hablo con mi papá y mi abuelita. El estar acostumbrándome a Mérida, al calor de aquí, me hace feliz”.</i>	<i>“Le dije a mi mamá y a mi abuelita que estoy feliz”.</i>
Aburrimiento	<i>“Ya casi no juego porque mi mamá vendió mis juguetes para venir”.</i>	<i>“No lo dije, pero mi abuelita dice que sabe que estoy aburrido porque friego a mis hermanitos”.</i>
Tristeza	<i>“No está mi papá”.</i>	<i>“Una vez le dije a mi mamá que extraño a mi papá y me puse a llorar; ella me dijo que lo sabe”.</i>
Miedo	<i>“A que se enoje mi mamá. Cuando hablo con mi papá, mis hermanos quieren hablar con él y luego lloran y mi mamá se enoja”.</i>	<i>“No se lo he dicho a nadie”.</i>
Enojo	<i>“Mi mamá solo me grita y regaña a mi cuando le hago algo a mis hermanos, aunque ellos hayan empezado”.</i>	<i>“Hablé con el novio de mi mamá y me dijo que solo ella puede gritarle o pegarle a mis hermanitos”.</i>

Tabla 8.

Emociones al finalizar la intervención

Emociones	Motivo por el que la siente	Forma de expresarlo
Felicidad	<i>“Porque hace calor aquí, por mi celular y mi familia está unida”.</i>	<i>“Me porto bien para que mi mamá no me quite el celular y le dije a mi abuelita que estaba feliz”.</i>
Sorpresa	<i>“Porque de repente mi mamá nos da regalos”</i>	<i>“Le di las gracias”.</i>
Enojo	<i>“Porque mis hermanos me golpean”</i>	<i>“Se lo digo a mi abuelita y me voy a mi cuarto”.</i>

Al iniciar del proceso, Pedro comenzó con un abanico mayor de emociones, cabe recalcar que le llevó más tiempo nombrar y definir las emociones que sentía, a comparación con la misma actividad realizada al final del mismo. En un primer momento, Pedro mencionó sentir cinco emociones desagradables, preocupación, aburrimiento, tristeza, miedo y enojo; y una emoción agradable, felicidad. De las seis emociones mencionadas, cuatro iban dirigidas hacia el papá, lo que sugiere una mayor concentración de pensamientos dirigidos a él y a la separación de sus padres, ya que recalca el hecho de que no estuviera con él o que no pudiera hablar tan frecuentemente con él como le gustaría.

En cuanto a las otras dos emociones restantes, ambas desagradables, se podría decir que iban dirigidas hacia la mamá, y se pudo notar cierto resentimiento o reclamo hacia ella, hacia las decisiones que había tomado y a la manera en la que lo trataba con respecto a sus hermanos.

Al evaluar los cambios al finalizar el proceso, Pedro fue más concreto y directo al mencionar sus emociones, no mostró dificultad por definir las o por saber qué emociones sentía en ese momento. A diferencia del comienzo, Pedro comentó sentir únicamente una emoción desagradable, enojo; y dos agradables, felicidad y sorpresa. Platicando sobre esas emociones, se pudo notar un cambio hacia los pensamientos y situaciones que generaban esas emociones, ya que hablaba de manera positiva de la manera en como estaba constituida su familia, lo que reflejaba una mayor aceptación a las circunstancias que trabajó la separación de sus padres.

A pesar de que la relación con sus hermanos continuaba siendo no tan favorable, aunque sí con una mejora notable, Pedro pudo apreciar el esfuerzo que su mamá realizaba por mantener a todos sus hijos de la mejor manera, y mostraba un mayor respeto y aceptación hacia las decisiones que ella tomaba.

4.1.4. Conductas expresadas al iniciar y finalizar la intervención.

En la Tabla 9 se enlistan las conductas observadas durante las sesiones a lo largo del proceso, las referidas por la mamá como consecuencia de la separación y las expresadas por el propio niño.

Tabla 9.

Conductas al iniciar y finalizar la intervención

Áreas	Conductas iniciales	Conductas finales
Casa	Peleas muy frecuentes con la madre y con sus hermanos. Reacciones agresivas y bruscas cuando se enoja. Gritos. Poca comunicación con la madre. Se dirige de forma grosera a sus abuelos. Mayor interés por videojuegos violentos.	Peleas constantes únicamente con la hermana. Acepta sin mostrar agresividad cuando se le pide que haga algo. Acepta las explicaciones cuando se le pone algún castigo. Interés por videojuegos, combinando ligeramente con juegos de mesa.
Escuela	Bajas calificaciones. Faltas en el cumplimiento de tareas.	Mejora en calificaciones y cumplimiento de tareas.
Amigos	No mostró ninguna conducta conflictiva ni mal adaptativa.	No mostró ninguna conducta conflictiva ni mal adaptativa.
Dentro de las sala de intervención.	Rasgos de retraimiento, contestaba educadamente las preguntas que se realizaban. Se sienta en las sillas de adultos. Juego con coches, legos y muñecos de acción, tema recurrente: robos. En la sala de espera, juega únicamente con sus hermanos	Inicia las conversaciones sin necesidad de que se le realice alguna pregunta. Se sienta en la silla de niños. Juego con diferentes juegos de mesa (juegos de agilidad motora, agilidad mental y dibujo). En la sala de espera, juega con otros niños.

Capítulo 5. Discusión y conclusiones

En el primer capítulo de este estudio se mencionó que la modificación de la estructura familiar tradicional llevada hasta el momento se ve afectada por el divorcio o la separación, generando en los niños sentimientos de soledad, temor y dudas sobre su futuro (Capponi, 2003; Cifuentes-Neumann, Milicic-Müller, 2012). En el caso presentado se pudo observar con mayor claridad el sentimiento de soledad y temor; Pedro mencionaba en un principio, que se sentía solo, no conocía a los vecinos de su cuadra, por lo que no podía jugar con ellos; mostró preocupación al no saber cómo se encontraban su papá y abuelos paternos, quienes residen en la Ciudad de México.

Se indicó de igual manera, que la separación de los padres interfiere en diversas áreas del desarrollo, generando problemas afectivos, dificultades de adaptación y empobrecimiento de redes sociales (Cifuentes-Neumann, Milicic-Müller, 2012). Pedro presentaba dificultad para expresar sus emociones; aunque mencionaba que quería a sus padres y hermanos, le resultaba complicado expresarlo con conductas adecuadas, y era posible percibir cierto resentimiento hacia su madre, pues fue decisión de ella regresar a Mérida, y Pedro continuamente mencionaba ese hecho. El cambio de ciudad, y la dificultad para relacionarse afectivamente generaron particularmente un mayor empobrecimiento de redes sociales, tanto dentro como fuera del ambiente escolar, Pedro no mencionaba tener muchos compañeros y presentaba problemas académicos.

Se pudieron observar síntomas negativos en el hogar de Pedro, tal como lo mencionaron Smith y Jenkins (1991) (Canto-Duarte, Cortés-Arboleda, Justicia-Díaz, 2007). El cambio de ciudad limitó hasta cierto punto, las redes de apoyo del menor; en Mérida vive con sus abuelos

maternos, sin embargo, en la ciudad de México se encuentran los familiares y amigos con los que había estado conviviendo desde su nacimiento; disminuyeron las actividades y juegos que realizaba, puesto que fue necesario dejar el deporte que practicaba, así como sus juguetes y otras pertenencias, mismas que se vendieron con el fin de juntar dinero para poder mudarse. La nueva casa y miembros del hogar generaron un cambio en las rutinas y normas de disciplina; son los abuelos maternos los que cuidan de Pedro y sus hermanos la mayor parte del día, dado que la madre trabaja jornadas completas.

En el caso de Pedro, fueron evidentes ciertas conductas y pensamientos, mismas que, según lo referido por su mamá, no se presentaban antes del divorcio. Tal como lo anticiparon Cifuentes y Milicic (2012) en su investigación, tanto en el colegio como en la casa aumentaron los problemas de conductas y las discusiones entre hermanos, especialmente en relación con su hermana menor; en el colegio se pudo observar un descuido en las calificaciones y el cumplimiento de tareas. Sin embargo, no fueron perceptibles conductas regresivas, baja valoración personal, ni pérdida de interés en actividades que le generaban placer.

Anteriormente, se presentó la investigación de Canto-Duarte, Cortés-Arboleda y Justicia-Díaz (2007) en la que señalan que existe una relación entre disfunción matrimonial y la adaptación de los hijos. Aunque en el caso de Pedro no se puede asegurar que los problemas de adaptación se deban exclusivamente al divorcio de sus padres, se podría decir que al menos de manera indirecta, formó parte de las consecuencias de la separación, puesto que a raíz de ésta fue necesario el cambio de ciudad, y consigo surgieron diversas implicaciones, mismas que afectaron en la socialización y adaptación al nuevo ambiente de Pedro.

Así mismo, estos autores explican que los niños pueden percibir como conflictos, algunas dificultades entre los padres, aún si ellos no las experimenten como tales, y que es complicado

para los padres tomar conciencia de los sentimientos y del estrés subjetivo que el niño presenta. Esta idea se pudo apreciar en la sesión en que se habló de las emociones; Pedro expresó que no le menciona a su mamá que se siente triste o enojado, y en la ocasión en que si lo hizo, no hubo una explicación o respuesta por parte de la madre. No considero prudente juzgar la conducta de la madre, sin embargo, podría ser ejemplo de la dificultad que podrían tener los padres para comprender el impacto emocional que tiene el divorcio en los hijos, en especial si éstos no lo expresan con llanto o gritos; de igual forma, podría relacionarse con el incremento de estrés en la madre, el cual provoca que se encuentre menos disponible emocionalmente para sus hijos, idea igualmente propuesta en la investigación Canto-Duarte, Cortés-Arboleda y Justicia-Díaz (2007).

Otra posible explicación para la dificultad de adaptación que presentaba Pedro se relaciona con las diferentes emociones que podría haber estado experimentando. Retomando la Tabla 1. Conductas, emociones y signos de sufrimiento y problemas de adaptación en hijos de padres divorciados, en la que se presentan algunas emociones y conductas propuestas por Beyer & Winchester (2003), podemos observar que Pedro presentaba un nivel elevado de enojo y tristeza; éstas se traducían en comportamiento explosivo, destrucción, problemas escolares, introversión y aislamiento.

Es posible explicar las respuestas conductuales y emocionales de Pedro con las tres teorías propuestas por investigación Canto-Duarte, Cortés-Arboleda y Justicia-Díaz (2007). En primer lugar, hablaban del aprendizaje observacional; Cuando los padres se encontraban juntos, Pedro fue testigo de conductas violentas entre ambos, malas formas de hablar y gritos; por otro lado, tanto la madre como la abuela materna refieren tener “carácter fuerte” y reaccionar de manera agresiva cuando algo les molesta. Es posible que parte de las conductas desadaptativas que Pedro presentaba, se deban a las que él percibía en sus ambientes familiares.

En su segunda teoría hablaron sobre la disrupción del sistema familiar, la disminución de la consistencia y eficacia de la disciplina, y el descuido de los padres hacia sus hijos. En el sistema familiar de Pedro fue evidente la inconsistencia de la disciplina, ya que durante el proceso de divorcio hubo dos cambios significativos, el primero se dio en la Ciudad de México cuando el padre dejó de vivir con ellos para regresar a la casa de sus padres, y el segundo cambio se presentó cuando Pedro se mudó a Mérida con su mamá y sus hermanos menores para vivir con los abuelos paternos.

En estos dos momentos la disciplina fue variando, en un principio dependía de ambos padres, posteriormente fue exclusiva de la madre, y actualmente son los abuelos maternos quien tienen un papel muy importante en esta tarea. Es probable que este cambio de rutinas generara descontrol y confusión en Pedro, puesto que en un periodo corto de tiempo se fueron modificando constantemente las normas del hogar.

En tercer lugar, propusieron la teoría de la seguridad emocional de Davies y Cummings (1994); los niños pueden desarrollar su seguridad emocional a partir de las relaciones que mantienen con los padres. A pesar de que Pedro y su madre mantienen una buena relación, se mencionó que él no recibía ninguna explicación al expresar que se encontraba triste o enojado; si analizamos este hecho, es probable que Pedro haya interpretado la falta de respuesta como una negativa a sus emociones, y esto haber llevado a pensar que no era apropiado mencionarlo nuevamente, o siquiera sentirlos. Por otro lado, la frecuencia con la que Pedro hablaba con su papá se había limitado considerablemente, puesto que el padre únicamente hablaba una vez al mes o cada dos meses; esta situación podría haber generado en Pedro la idea de que éste ya no lo quería tanto o ya no pensaba en él. Igualmente, pudo generar en el menor la idea de que su papá no estaba pendiente de lo que vivía o sentía.

Roberta Beyer y Kent Winchester (2003) enlistaron una serie de puntos a tratar cuando se interviene con hijos de padres divorciados; entre estos se encuentra: hablar sobre el divorcio, saber que sus papás siempre lo van a amar, entender que sus papás no volverán a estar juntos, saber que es importante expresar los sentimientos, platicar sobre cómo será su vida a partir de ese momento, saber que puede seguir queriendo a ambos padres, entender que no tiene que preocuparse por el padre que no se quede con él, saber que siguen siendo una familia y comprender que pasarán por algunos cambios.

En la intervención diseñada para el caso de Pedro, fue crucial trabajar los temas mencionados, puesto que se esperaba que de este modo se pudiera generar en él, un cambio de pensamiento y una mejor expresión de emociones. Las temáticas anteriores se fueron presentando y fomentando a lo largo del proceso, ubicando en cada una diferentes pensamientos y emociones, mismos que se platicaron y analizaron con las diferentes técnicas implementadas.

En la intervención se pudo confirmar la importancia que Wallerstein, Lewis y Blakeslee (Cifuentes-Neumann, Milicic-Müller, 2012) le daban al acompañamiento y a las diversas tareas psicológicas implementadas con los hijos de padres divorciados que ayudaran a enfrentar y superar esta crisis. Pese a que Pedro tiene un adecuado nivel intelectual y las habilidades suficientes para comprender lo sucedido, fue evidente que los múltiples cambios, y la falta de conocimiento de los padres al respecto de cómo manejar la situación con los hijos, propiciaban que no pudiera llevar una adecuada adaptación, presentara conductas inadecuadas y dificultad para expresar y regular las emociones.

De esta investigación se puede concluir que la modificación de la estructura y sistema familiar que atraviesan los niños durante el proceso de divorcio de sus padres podría generar una amplia gama de consecuencias; fue posible percibir a este factor como una de las raíces que

llevaban a Pedro a mantener pensamientos irracionales, conductas mal adaptativas y conflictos en la regulación emocional. Se podría considerar como de gran importancia implementar o generar algún proceso de intervención en el que se trabajen estos cambios desde antes de que se efectúen, de tal manera que los niños puedan tener mayor tiempo para comprenderlos y para expresar sus dudas y temores; se esperaría que con este tipo de intervenciones reduzcan las dificultades de adaptación, y propicien un mejor entendimiento y aceptación de las consecuencias del divorcio de los padres.

Se pudo apreciar una mayor facilidad para el manejo y modificación de pensamientos en comparación con los avances obtenidos en cuanto a la expresión y regulación de las emociones. Es posible pensar que el entendimiento y aceptación del divorcio no necesariamente es suficiente; en casos en los que no existía una adecuada regulación emocional previa al proceso de separación, la expresión adecuada de sentimientos del menor podría verse aún más afectada, en especial si dentro del ambiente familiar no se propicia la externalización de pensamientos y emociones. Por lo cual, se podría considerar una intervención grupal que trabaje a nivel familiar el conocimiento del vocabulario emocional, la importancia de la expresión de las emociones y diferentes técnicas que la fomenten de manera adecuada.

Aunado al punto anterior, y pese a que el objetivo de esta intervención era trabajar con los pensamientos, conductas y emociones del menor, se puede considerar indispensable el trabajo con el o los padres del niño, ya que el ambiente familiar interfiere directamente con los procesos internos de los hijos. Esta idea se podría considerar como una de las limitantes de esta investigación, dado que al diseñarla no se contemplaron sesiones de trabajo padres-hijos. Es posible sugerir un proceso de intervención en el que se proporcione una adecuada

psicoeducación a los padres con respecto a las consecuencias del divorcio en los niños y las necesidades de éstos antes, durante y después del proceso de separación.

Aunado a esto, puedo contar como limitación el hecho que la mamá de Pedro trabajaba en el horario en que se realizaban las sesiones, y era la abuela materna quien lo llevaba, por lo que era complicado contactar a la madre para hablar sobre los avances y situaciones. Así mismo, considero como limitación, la temporalidad en la que se llevaron a cabo las sesiones, ya que durante el proceso se presentaron algunos días inhábiles que pudieron haber interferido con la fluidez del mismo,

Se puede concluir que se cumplieron los objetivos planteados, ya que fue posible ver un cambio y mejora en los pensamientos, conductas y regulación de emociones en Pedro. Como se mencionó anteriormente, la TREC se basa en la premisa de que las personas en gran medida controlan sus propias emociones y conductas según la manera en que interpretan o consideran los acontecimientos que ocurren en sus vidas (Ellis & Dryden, 1989; Ellis & Grieger, 2003); por lo que podemos pensar que, al haber cambiado la manera como entiende y lo que piensa del divorcio de sus padres, Pedro fue capaz de regular sus emociones y modificar su conducta.

Al final de proceso planteado en la TREC se espera que los clientes salgan con un mínimo de ansiedad, una mayor tolerancia a la frustración, así como con un método de auto-observación y auto-valoración; al ser un proceso reeducacional, ayuda a que las personas corrijan sus malas concepciones, olviden los viejos hábitos de pensar irracionalmente y que aprenda los nuevos hábitos de pensar racional para que sustituyan a los viejos (Ellis & Grieger, 2003). Esto mismo se pudo apreciar, las cogniciones generadas por el menor se tornaron más flexibles y menos imperativas, hubo una mejora en el cumplimiento académico, se redujeron las conductas agresivas y pese a que se esperaba una mayor expresión de las emociones, Pedro fue capaz de regular sus respuestas emocionales agresivas y de verbalizar sus sentimientos.

Referencias

- Aceves, M. A. (2014). *Fortalecimiento de inteligencia emocional en un grupo de madres de jóvenes con discapacidad intelectual* (Tesis de maestría inédita). Universidad Autónoma de Yucatán. Mérida, Yucatán, México.
- Aluja, A., del Barrio, V., & García, L. F. (2007). Personalidad, valores sociales y satisfacción de pareja como factores predictores de los estilos de crianza parentales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7.
- Banús, S. (2010). Hijos ante la separación de los padres. *Gabinete psicodiagnosis*. Tarragona, España.
- Barea, S., Ben-Yahia, Y., Luque, C., & Fernández-Molina, M. (2015). EXPERIENCIAS SOBRE SEPARACIÓN Y DIVORCIO EN TRES AULAS DE EDUCACIÓN INFANTIL. UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN. (Spanish). *Ensayos: Revista De La Facultad De Educación De Albacete*, 30(2), 173-187.
- Beyer, R., Winchester, K. (2003). *Cómo explicar el divorcio a los niños. Un manual para adultos*. México. Editorial Paidós.
- Canto-Duarte, J., Cortés-Arboleda, M. R., Justicia-Díaz, M. D. (2007). Conflictos entre los padres, divorcio y desarrollo de los hijos. Ediciones Pirámide. Madrid, España.

Capponi, R. (2003). *El amor después del amor. El Camino del amor sexual estable*. Santiago: Grijalbo.

Cifuentes-Neumann, O., & Milicic-Müller, N. (2012). Crisis en la infancia: ¿qué piensan, sienten y dicen los niños sobre la separación de sus padres?. *Universitas Psychologica*, 11(2), 469-480. Recuperado de <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=zbh&AN=89130484&lang=es&site=ehost-live>

Congreso del Estado de Yucatán, (2018). *Código De Familia Para El Estado De Yucatán*.

Recuperado de

<https://poderjudicialyucatan.gob.mx/digestum/marcoLegal/03/2012/DIGESTUM03009.pdf>

Dennis, T. (2006). Emotional Self - Regulation in Preschoolers: The Interplay of Child Approach Reactivity, Parenting, and Control Capacities. *Developmental Psychology*, 42(1).

Díaz-Bravo, L., Turrucó-García, U., Martínez-Hernández, M., y Varela-Ruiz, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en educación médica*, 2(7)

Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572013000300009&script=sci_arttext

Diniz-Roldão, F. (2010). APOIO ESPIRITUAL A FAMÍLIAS QUE VIVENCIAM A EXPERIÊNCIA DO DIVÓRCIO. *Revista Pistis & Praxis: Teologia e Pastoral*, 2 (1), 173-191.

Dominguez-Lara, S. (2017). Influencia de las estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad y depresión en universitarios: análisis preliminar. *Salud Uninorte*, 33(3), 315-321.

Dowling, E., Gorell-Barnes, G. (2008). Cómo ayudar a la familia durante la separación y el divorcio. Los cambios en la vida de los hijos. Madrid, España. Ediciones Morata.

Ducharme, M. J. (2004). The Cognitive--Behavioral Approach to Executive Coaching. *Consulting Psychology Journal: Practice & Research*, 56(4), 214-224.
doi:10.1037/1065-9293.56.4.214

Henao-López, G.C., García-vesga, M.C. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 7(2).
Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3054533>

Hervás, G., Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. *Clínica y salud*, 19(2), 139-156. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v19n2/v19n2a01.pdf>

- Eisenberg, N. (2000). Emotion, regulation, and moral development. *Annual Review of Psychology*, 51, 665-697
- Ellis, A., Grieger, R. (2003). *Manual de Terapia Racional-Emotiva*. Bilbao, España. Editorial Descleé de Brouwer, S.A.
- Ellis, A., & Dryden, W. (1989). *Práctica de la Terapia Racional Emotiva*. Bilbao, España. Editorial Descleé de Brouwer, S.A.
- Engel, P. (2014). MAP: Divorce Rates Around The World. *Business Insider*. Recuperado de <http://www.businessinsider.com/map-divorce-rates-around-the-world-2014-5>
- Esquivel-Ancona, F., Heredia-Ancona, M.C., y Gómez-Maqueo, E.L. (2007). *Psicodiagnóstico clínico del niño*. Editorial El Manual Moderno, S.A de C.V. México.
- Friedberg, R., & McClure, J. (2002). *Práctica clínica de terapia cognitiva con niños y adolescentes*. Editorial Paidós, Psicología Psiquiatría Psicoterapia.
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. *Handbook of Emotion Regulation*. New York - London: The Guilford Press
- INEGI. (2016). *Población, Hogares y Viviendas*. Recuperado de <http://www3.inegi.org.mx/sistemas/temas/default.aspx?s=est&c=17484>

INEGI. (2017). *Estadísticas a propósito del 14 de febrero, matrimonios y divorcios en México.*

Recuperado de

http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2017/matrimonios2017_Nal.pdf

Jiménez-Arrieta, M., Amarís-Macías, M., & Valle-Amarís, M. (2012). Afrontamiento en crisis familiares: El caso del divorcio cuando se tienen hijos adolescentes. *Salud Uninorte*, 28 (1), 99-112.

Lamela, D., & Figueiredo, B., & Bastos, A. (2010). Adaptação ao Divórcio e Relações Coparentais: Contributos da Teoria da Vinculação. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 23 (3), 562-574.

Laura-Andrés, M., Stelzer, F., Vernucci, S., Canet-Juric, L., Ignacio-Galli, J., & Navarro-Guzmán, J. I. (2017). Regulación emocional y habilidades académicas: relación en niños de 9 a 11 años de edad. (Spanish). *Suma Psicológica*, 24(2), 79-86.
doi:10.1016/j.sumpsi.2017.07.001

Lebow J y Newcombekart K (2007). Integrative family therapy for high-conflict divorce with disputes over child custody and visitation. *Family Process*, 46, 79-91

Lega, L. (1993). Cómo aplicar algunas reglas básicas del método científico al campo de las ideas irracionales sobre uno mismo, otras personas y la vida en general. *Psicología Conductual*, 1(1). 101-110.

Lopes, P., Salovey, P., Cote, S. & Beers, M. (2005). Emotion Regulation Abilities and the Quality of Social Interaction. *Emotion*, 5 (1), 113-118

Montalvo-Fuentes, M. (2016). *Terapia cognitivo conductual para el tratamiento de niños con ansiedad* (Tesis de maestría inédita). Universidad Autónoma de Yucatán. Mérida, Yucatán, México.

Petit, C. (1986). *El diálogo entre padres e hijos: cómo comprender y superar los conflictos*. Barcelona: Martínez Roca.

RAE. (2017). Diccionario de la lengua española. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=XchMbHZ>

Registro Civil. (2017). Actas de *Divorcio en México*. Recuperado de: <http://www.registro-civil.com.mx/divorcio>

Rendón-Arango, M. I. (2007). Referencia 17. Pdf. Regulación emocional y competencia social en la infancia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 3(2), 349-363.

Ruano, R. (2000). Estrategias de afrontamiento en familias con hijos adolescentes. *Facultad de Psicología, España*; 16, 199-206.

Schaefer, C. E. (2012). *Fundamentos de Terapia de Juego*. México. Manual Moderno

Verdejo-Escalante, C. (2012). *Terapia de juego cognitivo-conductual para el desarrollo socioemocional con una adolescente con discapacidad intelectual* (Tesis de maestría inédita). Universidad Autónoma de Yucatán. Mérida, Yucatán, México.

Wallerstein, J., Lewis, J. & Blakeslee, S. (2001). *El inesperado legado del divorcio*. Madrid: Editorial Atlántida.

Yáñez-Yaben, S., & Comino-González, P. (2012). Un instrumento para la evaluación del perdón en el ámbito del divorcio y la separación. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12 (1), 49-58.