

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**  
Facultad de Humanidades  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social



**Estudio de Caso: Ruptura familiar por separación o divorcio**  
(Sistematización de la Práctica Profesional Dirigida)

Ana Isabel Monterroso Corado

Guatemala, junio 2019

**Estudio de Caso: Ruptura familiar por separación o divorcio**  
(Sistematización de la Práctica Profesional Dirigida)

Ana Isabel Monterroso Corado

M Sc. Anabella Cerezo de García (**Asesora**)

M.A. Eymi Castro de Marroquín (**Revisora**)

Guatemala, junio 2019

## **Autoridades Universidad Panamericana**

Rector M.Th. Mynor Augusto Herrera Lemus

Vicerrectora Académica Dra. Alba Aracely Rodríguez de González

Vicerrector Administrativo M.A. César Augusto Custodio Cobar

Secretaria General EMBA Adolfo Noguera

## **Autoridades Facultad de Humanidades**

Decano M.A. Elizabeth Herrera de Tan

Vice decano M.Sc. Ana Muñoz de Vásquez

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala enero año 2017.**

*En virtud de que el presente informe de Sistematización de la Práctica Profesional Dirigida con el tema: **“Estudio de Caso: Ruptura familiar por separación o divorcio”**. Presentada por el (la) estudiante: **Ana Isabel Monterroso Corado** previo a optar al grado Académico Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

*Anabella CEREZO*

**MSc. Anabella Cerezo Alecio**  
**Asesora**



**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, mayo de 2019. -----**

*En virtud de que el Informe Final de la Sistematización de Práctica Profesional Dirigida, con el tema: “Estudio de Caso: Ruptura familiar por separación o divorcio”. Presentada por el (la) estudiante: **Ana Isabel Monterroso Corado**, previo a optar al grado Académico de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

**M.A. Eymi Castro de Marroquín**  
**Revisor**



# UPANA

Universidad Panamericana  
"Sabiduría ante todo, adquiere sabiduría"

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**, Guatemala mes de junio del 2019. -----

*En virtud de que el informe final de Sistematización de la Práctica Profesional Dirigida, con el tema: **"Estudio de caso: Ruptura familiar por separación o divorcio"** Presentado por el (la) estudiante: **Ana Isabel Monterroso Corado** reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, esta Decanatura extiende **Dictamen de Aprobación** previo a optar grado de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, para que el (la) estudiante proceda a la entrega oficial en Facultad.*

M.A. Elizabeth Herrera de Tan  
**Decano**  
Facultad de Humanidades



**Nota:** Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.

# Contenido

<b>Resumen</b>	i
<b>Introducción</b>	ii
<b>Capítulo 1</b>	1
<b>Marco de Referencia</b>	1
1.1 Antecedentes	1
1.2 Descripción	1
1.3 Ubicación	2
1.4 Organización	3
1.5 Organigrama	3
1.6 Visión	4
1.7 Misión	4
1.8 Programa establecido	4
1.9 Justificación de la investigación	4
<b>Capítulo 2</b>	5
<b>Marco Teórico</b>	5
2.1 El divorcio	5
2.1.1 La decisión del divorcio	6
2.1.2 El trauma de la separación	7
2.1.3 La montaña rusa	8
2.1.4 La labor de revisión	8
2.1.5 El yo recentrado	9
2.2 Baja autoestima	10
2.3 Relaciones interpersonales	11
2.4 Manejo de emociones	12



<b>Capítulo 3</b>	14
<b>Marco Metodológico</b>	14
3.1 Planteamiento del problema	14
3.1.1 Problemática del caso de estudio	14
3.2 Pregunta de investigación	15
3.3 Objetivo general	15
3.4 Objetivos específicos	16
3.5 Alcances y límites	16
3.6 Metodología	16
<b>Capítulo 4</b>	18
<b>Presentación de Resultados</b>	18
4.1 Sistematización de estudio de caso	18
4.1.2 Motivo de consulta	18
4.1.3 Historia del problema actual	19
4.1.4 Historia clínica	19
4.1.5 Historia familiar	21
4.1.6 Examen del estado mental	22
4.1.7 Estado de la cognición y del sensorio	23
4.1.8 Resultados de las pruebas	23
4.1.9 Impresión diagnóstica	26
4.1.10 Evaluación DSM 5	27
4.1.11 Recomendaciones	27
4.1.12 Plan terapéutico	27
4.2 Análisis de resultados	28
Conclusiones	30
Recomendaciones	31
Referencias	32
Anexos	33

## **Lista de imágenes**

Imagen No. 1 Ubicación georeferencial del Centro de Asistencia Social CAS	2
Imagen No. 2 Organigrama del Centro de Asistencia Social CAS	3
Imagen No. 3 Genograma	21

## **Lista de cuadros**

Cuadro No. 1	24
Cuadro No. 2	25

## **Resumen**

El presente trabajo muestra como la ruptura por separación o divorcio, afecta no solo a la pareja, sino que también influye en el comportamiento de los hijos ya que todos pasan por un proceso individual en el que se sienten culpables, inseguros, con vergüenza, rabia y sobre todo mucho dolor. El divorcio es un proceso que puede compararse con un duelo, ya que muchos investigadores lo catalogan como el segundo proceso más estresante durante la edad adulta, inmediatamente después de la muerte de uno de los cónyuges.

La baja autoestima es inevitable cuando se pasa por un proceso de divorcio debido a que el abandono de la pareja hace que la otra persona se sienta que no es amado, que no ha sido valorado y en la mayoría de los casos se han faltado en gran manera el respeto, que se sienten que no han sido respetados.

Durante este proceso tan complejo las relaciones se ven afectadas en todas las direcciones tanto la pareja que se está divorciando como los hijos y el resto de la familia. Provocando especialmente en los hijos comportamientos agresivos o tendencia a quebrar las reglas, mientras que a nivel interno pueden darse problemas de ansiedad y depresión, tanto en los hijos como también en la pareja.

Emocionalmente cuando se da un proceso de divorcio todos los miembros de la familia se ven afectados con diversas emociones y sentimientos, como la frustración, culpa, inseguridad, enojo, etc. La separación es inevitablemente traumática; por lo que sería de vital importancia que se buscara ayuda profesional para superar este proceso en el menor tiempo posible sin dejar de pasar por todas las etapas que este conlleva, todo esto con el fin de lograr un mejor funcionamiento de la familia después del divorcio.

## **Introducción**

El divorcio es la disolución del matrimonio, es el proceso de dar por terminada la unión conyugal; es el resultado de un conjunto de inconvenientes, desavenencias y problemáticas vividas en el contexto del matrimonio. Los terapeutas que trabajan con personas divorciadas han constatado que el proceso de duelo puede ser tan profundo para un matrimonio de tres años como para uno de treinta. Suelen necesitarse dos o tres años para tener un sólido vínculo con una pareja; por lo que una vez creado la separación será inevitablemente traumática.

En una sentencia de divorcio las medidas adicionales las decreta el juez de familia y estas son: una pensión de alimentos, que deberá pagar el padre a la madre o viceversa, en favor de los hijos. También decidirá el juez a que progenitor le corresponde la custodia de los menores, aunque puede ser compartida, por lo regular en este nuestro país Guatemala, se le otorga a la madre a menos que se le compruebe que no está apta para hacerlo. Por pensión alimenticia la mayoría de las legislaciones mundiales contempla que la integran la comida, vestido, y estudios hasta que se cumpla la mayoría de edad.

Los bienes obtenidos o adquiridos durante el matrimonio pertenece por igual a ambos cónyuges (excepto en las legislaciones que se contempla al matrimonio bajo el régimen de separación de bienes o el régimen de participación en los gananciales), no así los bienes provenientes de herencias que pertenecen enteramente al cónyuge que los recibiera o las donaciones. Sin embargo, en algunas legislaciones se permite capitulaciones matrimoniales o acuerdos prenupciales donde los cónyuges pueden determinar todo tipo de cuestiones inherentes a los bienes anteriores al matrimonio y también a los obtenidos con posterioridad inclusive hasta se suelen establecer indemnizaciones ante una eventual ruptura del vínculo que los unía.

# **Capítulo 1**

## **Marco de Referencia**

### **1.1 Antecedentes**

La implementación del Centro de Asistencia Social, surge como proyección social, o bien como responsabilidad social universitaria. La Universidad se proyecta en su entorno social, con el fin de procurar un impacto estructural, a través de un servicio social responsable, de alto nivel. Esta proyección Social se propone para la práctica profesional de los estudiantes de la facultad de Ciencias psicológicas, en la cual los estudiantes puedan dar apoyo emocional y asistencia psicológica a niños, adolescentes y adultos. Siendo (CAS), una oportunidad de contribuir con personas que no cuenten con los recursos económicos, para obtener el servicio y mejorar su salud integral.

El Centro de Asistencia Social de Universidad Panamericana (CAS), cumple con la finalidad de incrementar los valores académicos en la formación de los estudiantes, tales como: supervisión directa y personalizada para el desarrollo de las diversas etapas prácticas que las mismas carreras requiere, con el objetivo de dar seguimiento puntual, oportuno y adecuado a los casos que se atiende por parte de los estudiantes de la carrera de psicología. Así como parte de su preparación académica, fomentar los principios y valores fundamentales de ética y moral. Refuerza la práctica de principios y valores en los profesionales de la psicología, contribuyendo a la sociedad guatemalteca de manera eficiente.

### **1.2 Descripción**

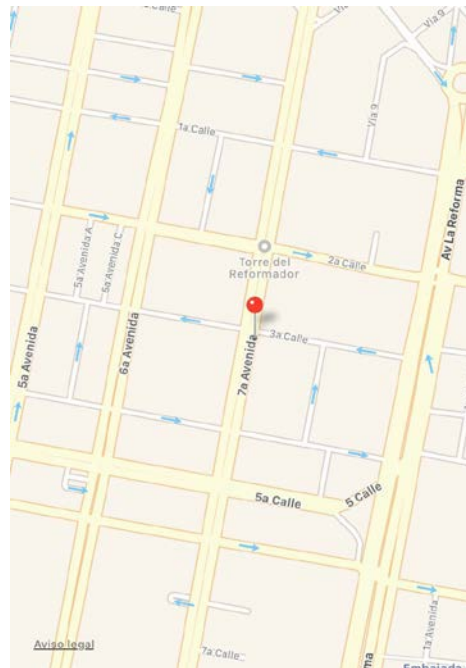
La práctica se llevó a cabo en el Centro de Asistencia Social (CAS), la realización de este ejercicio profesional fue coordinado y supervisado por la Licenciada María Fernanda Ramírez, quien asignó varios casos clínicos, para fortalecer la labor psicológica de las personas que lo solicita. La fecha

de práctica de Psicología Clínica se inició el 08 de febrero de 2016, realizándose todos los días lunes, martes y jueves hasta el 16 de noviembre de 2016.

### 1.3 Ubicación

La práctica se llevó a cabo en la siguiente dirección: 7ª. Avenida, 3-17 Zona 9 Edificio Buonafina 3er. Nivel.

**Imagen No. 1**  
**Ubicación georeferencial CAS**



Fuente: Google earth 2,016

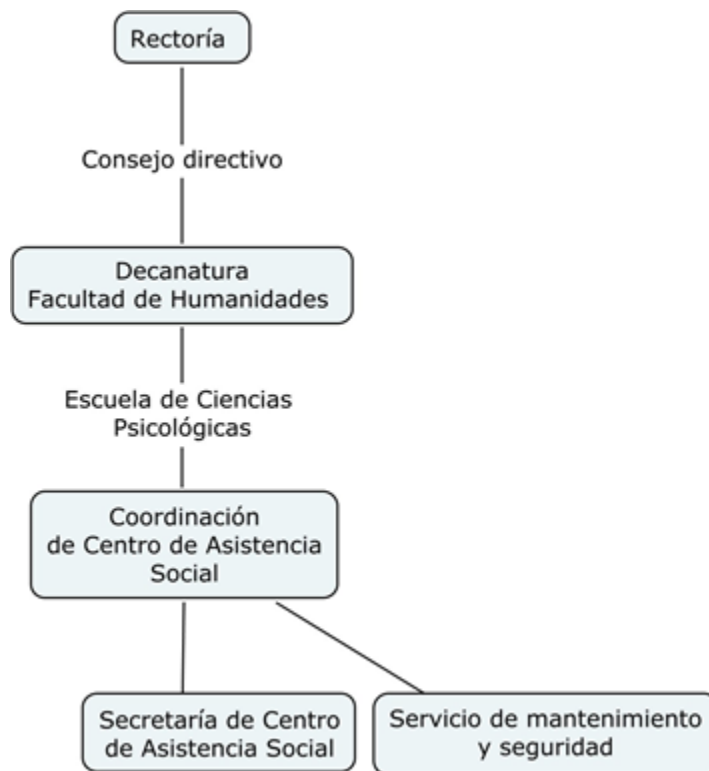
## 1.4 Organización

La organización del Centro de Asistencia Social está integrada por la Rectoría de la Universidad Panamericana, el Consejo directivo y Decanatura. Coordinando el Centro la Licenciada María Fernanda Ramírez con el apoyo de dos secretarías quienes se encargan del área administrativa.

A continuación, se presenta el organigrama del Centro de Asistencia Social CAS.

## 1.5 Organigrama del Centro de Asistencia Social CAS

**Imagen No. 2**  
**Organigrama del Centro de Asistencia Social CAS**



Fuente: Elaborado por el Centro de Asistencia Social CAS, (2,016).

## 1.6 Visión

Proyección social a la vanguardia del desarrollo científico, social y humanístico de la psicología en Guatemala. Comprometidos en el desarrollo de la salud integral, de la sociedad guatemalteca, por medio del apoyo psicosocial y ayuda emocional de manera eficiente, y ética.

## 1.7 Misión

Nuestra misión es brindar asistencia Social en la esfera emocional, ofreciendo una oportunidad de acceso al campo de la psicología, a niños adolescentes y adultos. Con la intención de contribuir al bienestar integral de la sociedad guatemalteca y mejorar así su calidad de vida.

## 1.8 Programa establecido

El Centro de Asistencia Social (CAS), ha sido creado para brindar apoyo psicosocial y ayuda emocional a niños, adolescentes y adultos de escasos recursos. Contribuyendo de esta manera al bienestar integral de la sociedad guatemalteca.

## 1.9 Justificación de la investigación

Para poder optar al título de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, en la Universidad Panamericana, fue necesario, en el 5to. Año de estudios, realizar la Práctica Profesional Dirigida, para lo cual, la estudiante, la llevó a cabo en el Centro de Asistencia Social CAS. La práctica se realizó del 8 de febrero al 30 de noviembre de 2,016.



## **Capítulo 2**

### **Marco Teórico**

El presente capítulo se basa en las investigaciones de científicos sociales para explicar cómo afecta el divorcio, la vida emocional y familiar de una persona.

#### **2.1 El divorcio**

Samos Oroza, Ramiro (1995, p. 226) afirma: “El divorcio, es la disolución del vínculo del matrimonio, legalmente establecido, mediante la dictación por autoridad judicial de sentencia dentro de un proceso en apoyo a las causales señalados por la ley”.

Existe cierto apego en las parejas que a pesar de ser infelices en el matrimonio se niegan a separarse o divorciarse por todo lo que esto implica; este es un apego más fuerte y poderoso que el amor mismo. Las parejas dejan pasar muchas cosas, como el engaño, la traición, abusos verbales, hasta físicos y persisten en tener una mala relación a no tener ninguna. Aunque el amor termine y el sueño por una vida feliz desaparezca, ambos necesitan sentirse seguros y apegados. Durante el proceso de tomar la decisión de separarse viene la negativa, ya que se niegan a terminar algún día con la relación a pesar de que estén viviendo una vida conflictiva, llena de peleas, enojos, tristezas y peor aún, sintiendo los dedos acusadores de la culpa. Por lo que intentan hacerse creer ellos mismos que el matrimonio es sólido.

Piensan que no es posible romper un vínculo tan fuerte ya que culturalmente se ha inculcado que el matrimonio es para toda la vida y la mujer especialmente tiene que tolerar cualquier situación por difícil que sea. Un segundo tipo de negativa es la seudoindiferencia con la que los cónyuges suelen ocultar sus sentimientos de dolor y miedo. Negar el apego puede hacerlo todo más doloroso cuando la separación inicia su proceso. Los sentimientos afloran sin aviso cuando finalmente se toma conciencia de la enormidad de la pérdida.

A medida que un matrimonio se vuelve más doloroso, uno de los cónyuges si no son ambos, empieza a perder la capacidad de negarlo. Es aquí donde inicia el proceso de evaluación, ya que empiezas a preguntarte, quizás por primera vez, cuánto dolor, frustración e insatisfacción más puedes soportar, cuán realistas son las expectativas que tienes de que tu pareja cambie, cómo podrás arreglártelas por ti sólo y qué efecto tendrá la separación en tu familia. Las respuestas te pueden quedar claras inmediatamente, o puede que necesites meses para saber cómo te sientes. A veces este proceso de evaluación tiene lugar con el simple hecho de advertir cómo te sientes cuando estas conversando con tu pareja o siendo consciente de la atmósfera emocional en actividades comunes como ver la televisión, preparar la comida o cuidar de los niños.

El proceso de evaluación avanza con violencia. Los episodios de profunda insatisfacción pueden ir seguidos de semanas de negación. Puedes declarar que estás listo para marcharte y acabar pidiendo perdón porque te sentiste culpable de no dar tu mayor esfuerzo en la relación. El camino que emprendes hacia la decisión es individual y casi siempre las dudas entre la negación, el miedo al cambio y una profunda insatisfacción toman parte del proceso.

### 2.1.1 La decisión del divorcio

Cuando una pareja decide divorciarse, cada uno de ellos queda profundamente afectado ya que sienten culpa, inseguridad, baja autoestima, vergüenza, rabia y sobre todo mucho dolor. Los estudios muestran que tanto la pareja abandonada como la que abandona, ambos padecen aproximadamente el mismo grado de confusión emocional, aunque sean diferentes emociones las que enfrenten. La brevedad o duración del matrimonio tampoco parece marcar una gran diferencia. Los terapeutas que trabajan con personas divorciadas han constatado que el proceso de duelo puede ser tan profundo para un matrimonio de tres años como para uno de treinta. Suelen necesitarse dos o tres años para tener un sólido vínculo con una pareja; por lo que una vez creado, la separación será inevitablemente traumática.

Según Mc Kay, Mathew y otros (1999), afirma: “No hay dos personas que experimenten de la misma manera el divorcio y la separación”. Sin embargo, en el proceso de recuperación, las cuatro principales etapas emocionales del divorcio son:

- El trauma de la separación.
- La montaña rusa.
- La construcción de la identidad.
- El yo recentrado.

En 1999, Mc Kay sostiene: Lo más importante que hay que reconocer respecto a las etapas emocionales del divorcio es que todos pasan por ellas ya que son similares a las de un duelo por fallecimiento. Este es un proceso de aflicción, reconocimiento de la pérdida, hasta llegar a la aceptación. Así como lleva tiempo llorar a un muerto, lleva tiempo llorar una pérdida de pareja. Durante éste habrá momentos en que te sientas muy solo. Quizá creas que estás realmente mal para sentir tal dolor. La verdad es que muchos otros han sentido lo mismo que tú y han sobrevivido.

### 2.1.2 El trauma de la separación

La primera reacción después de una separación puede ser alivio o pánico. Cuando ha sido un proceso largo y complejo puede sentirse alivio, aunque puede venir el pánico dependiendo los términos en los que haya quedado la relación y si la pareja es violenta o no. Para muchas personas el trauma de la separación física empieza tras varias semanas de negación. El aturdimiento puede irte bien. Sirve para poner freno a las emociones o acallar sentimientos que aún no puedes afrontar.

El miedo al abandono también se hace presente, es el mismo sentimiento que tuviste de niño cuando perdías por un momento a tu madre. Aunque el miedo a la separación llega de varias maneras, la mayoría de la gente lo experimenta como aprensión o ansiedad. Se sienten física y psicológicamente vulnerables y tienen grandes problemas para concentrarse en cualquier tarea compleja. También se presentan muchos efectos colaterales como la ansiedad, trastornos del sueño,

cambio de apetito puede ser que aumente o disminuya depende de la constitución de la persona (Mc Kay, 1999).

### 2.1.3 La montaña rusa

En esta fase de la montaña rusa pasas de una emoción a otra con mucha rapidez. Tu ex pareja te llama y rompes a llorar. Entonces recuerdas súbitamente todas las veces que te causó dolor y pasas de repente a la rabia. Luego te da vergüenza haber sentido rabia. Una de las características de la montaña rusa es que puedes hundirte en cuestión de segundos. El programa Homes de Situaciones Estresantes fue diseñado para medir el estrés y otorga 73 puntos al divorcio, en segundo lugar y solo tras la muerte de un cónyuge. El estrés es producido por el cambio, ya que muchas cosas cambian; el dinero escasea, algunas amistades se desvanecen, y además ahora se tiene que afrontar la vida sin el apoyo de un marido o una esposa.

A menudo los cambios más duros son los de identidad. Quién se divorcia suele afrontar un gran cambio en su percepción personal. En vez de ser dueño de una casa y padre, un hombre puede encontrarse en un pequeño apartamento donde sus hijos vienen a visitarle dos veces al mes. En vez de disfrutar del rango de ama de casa casada, una mujer puede encontrarse con la etiqueta de “divorciada”, un término que en algunos círculos significa una mujer sexualmente promiscua y en cierto modo, echada a perder (Mc Kay, 1999).

### 2.1.4. La labor de revisión

La revisión es una parte importante del proceso de aflicción, implica repasar tu matrimonio para ver quien tenía la culpa y que podrías haber hecho de otro modo. También significa revivir los buenos momentos y lamentar la pérdida de la intimidad. Este proceso puede durar meses y es una de las causas principales de la montaña rusa porque cada recuerdo y cada toma de conciencia tienen sus propias emociones. El proceso de revisión ayuda a liberarse del pasado. Una consecuencia de reducir el dolor es que ya puedes prestar más atención a tu nueva vida. Hay una sensación de futuro, de potencialidades y posibilidades. En este período es como que se estuviera en la adolescencia,

viene la experimentación sexual, diversión, amigos. El objetivo es descubrir con quién te diviertes y de quién debes alejarte. El peligro de la labor de identidad es quedarse en una segunda adolescencia.

### 2.1.5 El yo recentrado

Mc Kay (1999), cuando se termina la labor de identidad, se puede experimentar una sensación de poderío y realización. Se ha superado una enorme prueba. Ahora es momento de integrar lo que ha ocurrido. El pasado queda atrás, quizá recaigas ocasionalmente en la aflicción, pero será porque eliges seguir con tus sentimientos y no porque seas incapaz de evitarlo. La pena está allí, pero generalmente sin rencor o culpa. El presente es lo que importa ahora. Recentrarse significa esculpir tu vida para ajustarla a la persona que eres. El divorcio te ha dado la oportunidad de experimentar, de intentar nuevas cosas, de verte reflejado en nuevas relaciones. Quizá hayas descubierto que prefieres la gente amable en vez de la autoritaria. El yo recentrado difiere de la persona casada que fuiste una vez. Has soportado la separación, te has subido a la montaña rusa y has sobrevivido.

Hetherington recomienda las siguientes estrategias para los adultos divorciados (Hetherington y Kelly, 2002):

- Pensar que el divorcio constituye una oportunidad para el crecimiento personal y para el desarrollo de relaciones más positivas.
- Tomar decisiones con atención. Las consecuencias de la toma de decisiones con respecto al trabajo, el amor y los hijos pueden durar toda una vida.
- Centrarse más en el futuro que en el pasado. Se debe pensar en lo que de verdad importa para el avance en la vida, establecer ciertos objetivos que supongan un reto y planear cómo se van a alcanzar.
- Utilizar los puntos fuertes y los recursos para hacer frente a las dificultades.
- No esperar el éxito y la felicidad en todos los ámbitos de la vida. “El camino que lleva a una vida más satisfactoria tiene baches y desvíos” (p. 109).

- Recordar que “nunca se está atrapado en una única vía. La mayoría de los individuos considerados “perdedores” tras un divorcio, solían evolucionar de forma gradual hacia estilos de vida más positivos, pero este progreso exigía cierto esfuerzo” (p.109).

## 2.2 Baja autoestima

La autoestima es la imagen que se tiene de sí mismo y esta se ve afectada después de la separación, ya sea porque por mucho tiempo la pareja se denigró o porque sintieron que no los consideraban o hacían relucir los errores y defectos. Por lo regular antes de una separación la pareja empieza a tener conflictos, dificultades y se tratan mal entre sí, muchas veces utilizando palabras hirientes que dañan a la persona. Cuando existe infidelidad dentro de la pareja provoca un mayor daño, causando una baja autoestima.

La autoestima se puede ir reconstruyendo a medida que la persona aprenda a valorarse, amarse y respetarse primero ella misma antes de iniciar una nueva relación. Es importante que la persona pueda ver sus propias cualidades, para poder luego ver las de otra persona y poder así establecer una nueva relación satisfactoriamente. Es necesario reconocer que cada uno, según su concepción de vida, tendrá derecho a acceder a una nueva relación de pareja y a vivirla sin rabias, penas, culpas o angustias.

Después de una separación no solo es importante cuidar la autoestima de la pareja, sino también de los hijos; ya que seguramente enfrentarse a esta nueva etapa de la vida les resultará difícil. Pero se tiene la confianza y la firme creencia de que es posible enseñar a las personas y especialmente a los hijos ciertas habilidades que les permitan enfrentarse a las vicisitudes de la vida y no sólo mantenerse ocupados con pensamientos negativos y disfuncionales o contraproducentes que sólo los lleva a tener menos esperanza en el futuro. Es importante no hablar mal de la ex pareja debido a que los niños repiten y guardan pensamientos erróneos y destructivos. Siendo lo mejor cambiar estos pensamientos negativos por positivos. Es decir, el objetivo es lograr reconstruir las vidas, disminuyendo el sufrimiento, el miedo, sintiéndose seguro de sí mismo y promoviendo la confianza.

## 2.3 Relaciones interpersonales

Psicológicamente, una de las características que con mayor frecuencia se detecta en los adultos divorciados es la dificultad para volver a confiar en alguien y establecer una nueva relación amorosa. Tras un divorcio, las vidas de los individuos se encaminan por diferentes sendas. Según la investigación realizada por E. Mavis Hetherington, “existen seis trayectorias que los hombres y mujeres siguen tras un divorcio” (p. 108).

Los triunfadores. Este grupo está formado por un 20 por 100 de los adultos divorciados, y la mayoría de ellos son mujeres que “adquieren una mayor competencia, un mejor ajuste y niveles más elevados de realización personal” tras su divorcio. Su competencia resultaba evidente en distintas áreas de la vida, mostraban una gran capacidad para recuperarse tras pasar por circunstancias que producían estrés y eran capaces de aprender de los problemas (p. 108).

Los que lo llevan bien. Este grupo constituye el más numeroso entre los adultos divorciados. Se les describe como individuos que sobrellevan bien su divorcio. Daban muestras de puntos fuertes y débiles, de éxitos y fracasos. Cuando se enfrentaban a un problema, intentaban resolverlo. Muchos asistían a clases nocturnas, encontraban nuevos amigos, desarrollaban vidas sociales activas y estaban motivados para conseguir trabajos con mejores salarios. Sin embargo, no se mostraban especialmente eficaces a la hora de planificar y eran menos constantes que los individuos del grupo de “triunfadores”. Las mujeres “que lo llevan bien” solían casarse con hombres muy similares en los aspectos educativos y económicos a sus primeros maridos. Por ello, con frecuencia comenzaban una nueva relación conyugal que no representaba una gran mejora con respecto a la anterior (p. 109).

Los buscadores. Estos individuos presentaban una gran motivación para encontrar una nueva pareja lo antes posible. “Un año después del divorcio, se podía clasificar como “buscadores” al 40 por 100 de los hombres y 38 por 100 de las mujeres. Sin embargo, debido a que los individuos encontraban nuevas parejas, volvían a casarse o se mostraban más seguros y satisfechos de llevar

una vida de solteros, menos personas se clasificaban dentro de esta categoría que pasaba a estar dominada por los varones (p. 102).

Los libertinos. Estos individuos solían pasar más tiempo en locales nocturnos para personas solteras y mantenían un número mayor de relaciones sexuales esporádicas que los sujetos clasificados en otras categorías. Sin embargo, al finalizar el primer año tras su divorcio, estos individuos se mostraban decepcionados con su estilo de vida (marcado por la búsqueda de nuevas sensaciones) y deseaban conseguir una relación estable.

Los solteros competentes. Estos individuos, que constituían tan sólo el 10 por 100 de todos los divorciados, mostraban “un buen ajuste, un alto grado de autonomía y habilidades sociales adecuadas”. Solían tener éxito en sus vidas profesionales, vidas sociales activas y una amplia gama de intereses. Sin embargo, “al contrario de los triunfadores, los solteros competentes no mostraban interés en compartir sus vidas con otras personas” (p. 105).

Los vencidos. Algunos de estos individuos ya presentaban problemas antes del divorcio, que aumentaban tras la separación cuando “se mostraban incapaces de hacer frente al estrés provocado por el fracaso matrimonial”. Para otros, el divorcio resultaba difícil de encarar porque suponía la pérdida de una pareja que los apoyaba o, en el caso de que existieran problemas de alcoholismo, limitaba su acceso a la bebida.

## 2.4 Manejo de emociones

Cuando las familias se ven expuestas a la experiencia de la separación, se genera toda una serie de emociones que van desde la tristeza, la rabia y el abandono hasta la culpabilidad, y pueden terminar manifestándose en comportamientos agresivos. Resulta sumamente negativo el hecho de que estas emociones se entrecrucen, porque crean más confusión y ambivalencia.



Se espera que este proceso sea manejado con el mayor grado de inteligencia emocional de parte de los padres; es importante que no utilicen a los hijos para descargar en ellos los conflictos que no pueden trabajar en forma abierta con la pareja. Con frecuencia ocurre que cuando uno de ellos quiere presionar al otro para que cumpla con sus obligaciones, utiliza a los hijos como canal de comunicación, como mecanismo para expresar el conflicto o como vía para transmitir una crítica. Este tipo de manejo termina por deteriorar la imagen parental, que es básica para el establecimiento del soporte emocional.

Tanto niños como adolescentes deben ser estimulados a hacer un buen examen de las emociones que experimentan en este proceso, que no termina con la separación física de los integrantes de una familia. En algunos casos es necesario buscar ayuda profesional, para poder lograr un buen entendimiento y manejo de la situación. Hay que tener en cuenta que la separación genera un sentimiento de ruptura y pérdida de una base emocional importante para cada integrante de la familia, en especial para los hijos. Es muy factible que se presenten momentos de tristeza o depresiones, que son normales en la primera etapa de la separación. No es extraño que los hijos manifiesten rabia hacia uno de los padres, porque sienten que no hizo lo suficiente para evitar la ruptura. En algunos casos, los niños se sienten culpables por la separación, sobre todo si han incurrido en fallas recientes.

Cuando las familias se reorganizan debido a las nuevas relaciones de pareja que se establecen, los pequeños se ven expuestos a la necesidad de adaptarse a nuevas costumbres y a acoger nuevos miembros. Es muy frecuente que en ocasiones se creen celos y rivalidades entre hijos y padrastro, al igual que entre padres y padrastros; la falta de un manejo apropiado de estas situaciones puede deteriorar con facilidad la armonía de la nueva familia.

## **Capítulo 3**

### **Marco Metodológico**

#### **3.1 Planteamiento del problema**

La ruptura por separación o divorcio, es un problema que cada día es más frecuente en la sociedad, generando en la pareja baja autoestima, inseguridad, culpa, auto desaprobarción, falta de perdón hacia sí mismo y a los demás. También se ven afectadas las relaciones interpersonales tanto con la ex pareja como con los hijos.

A continuación, se presenta la problemática del divorcio de un hombre de 35 años.

##### **3.1.1 Problemática del caso de estudio**

La problemática planteada en el estudio del caso giró alrededor del tema de divorcio.

Luis refiere que inició su vida sexual con Patricia la madre de sus hijos a los 18 años. A los 21 años, Patricia quedó embarazada de su hija Ana.

Luis estudiaba en la Universidad, pero debido al nacimiento de Ana, tuvo que casarse y dejar sus estudios. Todo se complicó porque tuvo que conseguir un trabajo para mantener a su familia. Al principio de la relación se llevaban muy bien con su esposa. Luego Patricia decidió estudiar en la universidad y fue ahí donde la relación se empezó a deteriorar ya que muchas veces faltaba a dormir a la casa porque tenía que hacer trabajos en grupo con sus compañeros. Luis tenía que cuidar a su hija después del trabajo, luego tuvieron a su segunda hija Camila y después de un año tuvieron a su hijo Pablo. Patricia continuaba con su misma vida aun teniendo ya 3 hijos.

La vida marital se fue deteriorando, porque todo el tiempo estaban peleando porque ella, no se hacía responsable de cuidar a sus hijos. Luis estaba cansado de que después de trabajar todo el día,

no tuviera atención de parte de su esposa, sino que le tocaba que cuidar a sus hijos. Patricia terminó la universidad y se dedicó a trabajar, entonces la situación empeoró porque ahora ya no era que faltaba a dormir por las tareas, sino que se dedicaba a salir con sus amigos del trabajo. Luis estaba cansado de esta situación y un día conoció a una persona con la que duró 3 años, quien fue la que lo ayudó a poder irse de su casa.

Luis se divorció hace siete años y sigue teniendo muy mala relación con su ex esposa, ya que continúa la falta de atención hacia sus hijos por parte de ella. Las edades de los hijos son Ana de 14 años, Camila de 19 años y Pablo de 9 años, ellos viven con la madre y su nueva pareja.

Luis asiste a terapia porque quiere ser una mejor persona y tener una mejor relación con sus hijos. Él es muy colaborador, tolerante y equilibrado, aunque muestra sentimientos de inferioridad, inseguridad, culpa y timidez. Es muy difícil para él expresar sus sentimientos, poner límites y muestra ansiedad. Su hija Ana también está asistiendo a terapia por la mala relación que tiene con la madre.

Por lo anteriormente expuesto surge la siguiente interrogante:

### 3.2 Pregunta de investigación

¿Cómo afectó la ruptura por separación o divorcio la vida emocional y familiar del paciente del caso de estudio?

### 3.3 Objetivo general

Evaluar como afectó la ruptura por separación o divorcio en la vida emocional y familiar del paciente de caso de estudio.

### 3.4 Objetivos específicos

- Determinar cómo afectó el divorcio en la baja autoestima del paciente del caso de estudio.
- Evaluar el manejo de las relaciones interpersonales en el paciente.
- Determinar las secuelas y sentimientos de culpabilidad e inseguridad marcados en el paciente del caso de estudio.

### 3.5 Alcances y límites

#### Alcances

Dentro de los alcances obtenidos cabe mencionar que se atendieron 16 casos de los cuales únicamente se sistematizó uno. En el estudio de caso de la Práctica Profesional Dirigida, se encuentra conducir al paciente hacia un mejor conocimiento de sí mismo, logrando aumentar la autoestima del paciente. Reforzando de esta manera las fortalezas y trabajando en las debilidades, para reducir el sentimiento de culpa e inseguridad que presenta. Se brindaron herramientas al paciente para mejorar sus relaciones interpersonales.

#### Límites

Durante el proceso de práctica las dificultades fueron la resistencia del paciente a expresarse, el poder mostrar sus emociones, la inseguridad, la timidez, los sentimientos de inferioridad y de culpabilidad hacia sus hijos debido a la separación.

### 3.6 Metodología

La presente investigación se realizó mediante el enfoque cualitativo. Esta es una técnica de investigación que es utilizada particularmente en las ciencias sociales. Como parte de la asignatura de Sistematización de Práctica Profesional Dirigida, del quinto año de la Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social. La investigación cualitativa se basó en el estudio de caso, de un hombre de 35 años que pasó por el proceso de ruptura por separación o divorcio.

## Procedimiento

La investigación se basó en el estudio de caso de un hombre de 35 años por ruptura por separación o divorcio.

En el caso de estudio se realizó un psicodiagnóstico: donde se utilizó la observación, entrevista y pruebas psicológicas; en las cuales el paciente presentaba sentimientos de inseguridad, culpa, ansiedad, tristeza, temor y baja autoestima.

Se realizó con el paciente examen mental, entrevista y pruebas psicológicas como herramienta diagnóstica en la cual se observó que Luis estaba afectado por el divorcio. Para el proceso se empleó: Test de la Figura Humana, Test del Árbol, Test de la Familia, Test de los Temperamentos, CAQ. El resultado de la batería de test aplicada muestra inseguridad, culpa, timidez, inhibición de instintos, fuerte tendencia a replegarse en sí mismo. Denota desvalorización, ansiedad y problemas emocionales. Acorde a las necesidades del paciente y los resultados obtenidos de las pruebas psicológicas se realizó un plan terapéutico basado en Logoterapia, lo cual ayudó a transformar la experiencia de divorcio en una oportunidad para hacer cambios en su vida y encontrarle sentido a la misma; alternado con técnicas de Programación Neurolingüística, PNL, lo que permitió otorgar perdón y mejorar las relaciones interpersonales.

El proceso terapéutico se llevó a cabo con éxito, ya que el paciente mostró actitud responsable y comprometida en realizar las tareas y recomendaciones que se le proponían para lograr los objetivos establecidos.

## **Capítulo 4**

### **Presentación de Resultados**

#### 4.1 Sistematización de Estudio de Caso

##### Datos generales

Nombre:	L. M.
Sexo:	Masculino
Fecha de Nacimiento:	05-02-1,981.
Edad:	35 años
Estado Civil:	Soltero
Escolaridad:	Bachiller
Profesión:	Bachiller
Ocupación:	Call Center
Lugar de trabajo:	ADN
Teléfono:	-----
Referido por:	Anuncio
Fecha de inicio del proceso terapéutico:	08-02-2,016.

##### 4.1.2 Motivo de consulta

El paciente refiere “Deseo mejorar como persona, para tener una buena relación con mis hijos”.

### 4.1.3 Historia del problema actual

#### Fecha de inicio y duración

El paciente refiere que está separado desde hace 7 años, inició terapia porque quiere ser mejor papá ya que tiene tres hijos. Expresa que tiene buena relación con sus hijos, pero no platican mucho.

#### Estresores o factores precipitantes

El paciente comenta que sus hijos tienen muy mala relación con la madre, porque ella no se preocupa por ellos, ni les pone atención. Ella vive sus hijos y su nueva pareja.

#### Impacto del problema

El paciente comenta que su hija mayor de 14 años está asistiendo a terapia y que él decidió entrar en lugar de quedarse afuera, esperándola. El está tratando de hacer bien su papel de padre; pero es difícil porque solo ve a sus hijos los fines de semana y ellos no platican mucho.

### 4.1.4 Historia Clínica

#### Historia prenatal

Primer embarazo de la madre. Durante el embarazo todo fue normal.

#### Nacimiento

Desconoce detalles sobre el mismo; solamente indica que fue el primer hijo de cuatro.

#### Evolución neuropsíquica

No se tienen datos exactos. El paciente considera que no tuvo problemas en este aspecto y no se observa ninguna evidencia de problema en el desarrollo.

#### Evolución del lenguaje

El paciente indica que fue normal.

### Desarrollo escolar

Refiere que fue un buen alumno, que sacaba buenas notas y estuvo en tres diferentes colegios.

### Desarrollo social

El paciente comenta que era muy callado y de pocos amigos. Empezó a tener libertad cuando los papas decidieron enviarlo al colegio en camioneta; aunque no le gustaba. Ahí fue donde tuvo más seguridad en sí mismo.

### Adolescencia

Durante la adolescencia lo cambiaron varias veces de colegio. Esto ayudó a que el tuviera más relaciones interpersonales. Le gustaba tener la libertad de salir y hacer todo lo que él quisiera con sus amigos del colegio y con sus primos, con los que pasó un buen tiempo.

### Adultez

El paciente refiere que, a los 20 años, la madre de sus hijos quedó embarazada de su hija Ana, él tenía 21 años. Estudió en la universidad, pero debido a que tuvo que casarse, se le complicó. Al inicio del matrimonio tuvo que trabajar muy duro para mantener a su familia. Trabajó como agente de seguridad, pero era un trabajo muy sacrificado y muy mal pagado. Por lo que después cambió de trabajo al área de Call Center, que es a lo que se dedica actualmente. Al inicio de este año consiguió un mejor trabajo, debido a que en el anterior ya no tenía la posibilidad de aspirar a un mejor salario.

### Historia psicosexual y vida marital

Comenta el paciente que inició su vida sexual a los 18 años con su ex esposa porque era muy tímido, al inicio se llevaban bien. Luego la vida marital se fue deteriorando, hasta que el conoció a una persona con la que duró 3 años, quien fue la que lo ayudó a poder irse de su casa.

### Historia médica

El paciente considera que básicamente ha tenido buena salud. La madre sufrió de los bronquios pero ahora ya está bien, el padre padece de insuficiencia renal.

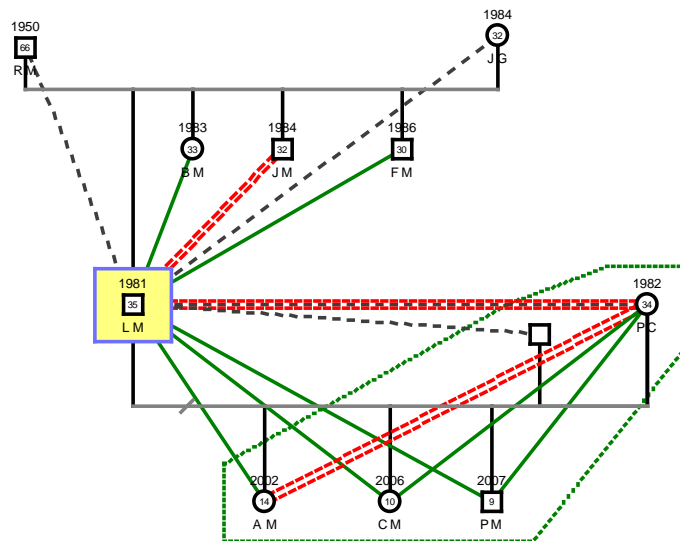


Antecedentes de desórdenes emocionales o mentales anteriores:

No refiere ninguno.

#### 4.1.5 Historia familiar

**Imagen No. 3**  
**Genograma**



Fuente: Elaboración propia, mayo 2016.

#### Estructura familiar

El paciente comenta que tiene siete años de estar divorciado de su esposa. Tiene tres hijos, Ana de 14 años, Camila de 10 años y Pablo de 9 años. Refiere el paciente que actualmente vive solo y ve a sus hijos los fines de semana. La ex esposa vive con su nueva pareja junto con sus hijos. La relación del paciente con sus hijos es buena, la relación de la madre con Ana es conflictiva; no así con sus otros dos hijos. La relación del paciente con su ex esposa es conflictiva y distante con la pareja de la ex esposa. Con los padres, la relación es distante cuando llega a la casa de ellos se siente extraño. Con la hermana la relación es de armonía al igual que con su hermano Francisco a diferencia de la relación con su hermano José, que es conflictiva.

#### Antecedentes familiares

Referente a los padres de Luis, Luisa de 60 años y Roberto de 65, la relación es distante, los visita un par de veces al mes. Tiene tres hermanos Beverly de 33 años, con ella tiene buena relación, aunque se buscan solo cuando algunos de los dos necesitan algo; con José de 32 años, tiene mala relación, y normal con Francisco de 30 años. Cuando eran niños tenían buena relación con los primos maternos, fue una infancia agradable, porque jugaban, iban a bicicletear y meterse a los barrancos. Ahora ya no tienen relación porque cada uno tiene sus compromisos.

#### Antecedente familiar relacionado con problemas mentales

No refiere ninguno.

### 4.1.6 Examen del estado mental

#### Presentación

El paciente se presenta con buen aliño, arreglo personal e higiene adecuados. Se observa con sobrepeso leve. Establece contacto visual, buena postura. Apetito y sueño apropiado. Presenta adecuación de vestuario. Es cooperador, un poco hostil y tenso, se muestra atento aunque algunas veces evasivo y con resistencia a hablar, ansioso e inseguro.

#### Conducta motora

No presenta movimientos estereotipados.

#### Afectividad

Se observa calma, tristeza, depresión leve, aflicción, ansiedad en el paciente. También muestra sentimiento de culpa y miedo. Muestra congruencia de afecto con discurso. Afecto al nivel de intensidad apropiado y expresión de verdaderos sentimientos. Preocupación por sus hijos. Actitudes y expectativas constructivistas y realistas. Dificultad en la entrevista porque es muy reservado. La personalidad es; respetuoso, sumiso, indiferente, inseguro, introvertido. No le gusta tener muchos amigos, disfruta estar solo. No tiene ninguna dificultad para aceptar su papel en cuanto a sexo, familia y trabajo. Actitudes hacia sí mismo son; preocupado, cohibido, limpio. Es

saludable se alimenta adecuadamente y practica ejercicio. La actitud hacia éxitos y fracasos es adecuada. Humor y ánimo: Estable, preocupado y práctico. Tiene pocos amigos. Tolerancia a la frustración y desilusiones. Utiliza el mecanismo de defensa de represión. Rasgos del carácter pasivo.

#### 4.1.7 Estado de la cognición y del sensorio

Se orienta en persona, lugar y tiempo. Muestra atención y concentración. Su memoria a corto, mediano y largo plazo apropiada.

##### Discurso

Habla escasa, escueta, expresión precisa, usa palabras apropiadas.

##### Contenido del pensamiento

No presenta ideas obsesivas, compulsiones o fobias. No expresa ideas suicidas. Lo que más le preocupa en este momento es el bienestar de sus hijos.

#### 4.1.8 Resultados de las pruebas

Durante la prueba mostró interés y colaboración. Las completó en un tiempo adecuado.

## Cuadro No. 1

### Pruebas e instrumentos aplicados

Pruebas e instrumentos aplicados	Fecha de aplicación
Test de los temperamentos	19-05-2,016
Test de la figura humana	26-05-2,015
Test de la familia	26-05-2,016
Test del árbol	26-05-2,016
CAQ	09-06-2,016

Fuente: Elaboración propia, junio 2,016.

#### Test de los temperamentos

La prueba muestra que el paciente es de Temperamento Flemático-Melancólico.

#### Test de la figura humana

La prueba muestra delicadeza de sentimientos, timidez, inhibición de instintos y de la expansión vital y fuerte tendencia a replegarse en sí mismo. La prueba denota que se relaciona en general con la expansión imaginativa, es la región de los soñadores e idealistas. Representa el mundo de las fantasías, las ideas y las tendencias espirituales. Se considera guiados por las reglas. La prueba se asocia con sentimientos de inferioridad, inseguridad, timidez, retraimiento o depresión. Percibe el ambiente como amenazante y se inhibe ante él. La prueba muestra figura desvalorizada, ansiedad y problemas emocionales relacionados con la figura. Relacionados con inmadurez, impulsividad y controles internos pobres. Presión del ambiente, preocupación, inseguridad, evasión resistencia.

#### Test de la familia

La prueba muestra delicadeza de sentimientos, timidez, inhibición de los instintos y expansión vital, fuerte tendencia a replegarse en sí mismo. Se relaciona en general con la expansión imaginativa, es la región de los soñadores e idealistas. La prueba denota sentimientos de inferioridad, inseguridad, timidez, retraimiento o depresión. Percibe el ambiente como amenazante

y se inhibe ante él. La prueba muestra falta de jerarquía familiar. La prueba denota dificultad en el contacto con los demás. Sentimientos de inadecuación o de culpa por no lograr actuar correctamente, o por la incapacidad para actuar. Ansiedad de castración.

#### Test del árbol

La prueba proyecta el pasado, el Yo, que se encamina hacia lo que fue. Siente delicadeza o debilidad de energía. Impresionabilidad al contacto con la realidad. Preocupación de ser claro, señal de resistencia. Denota desarraigo, fluctuación, falta de apoyo o de estabilidad.

#### Test CAQ

### Cuadro No. 2

#### Resultado cuantitativo

<b>Escala</b>	<b>Puntuación Directa</b>	<b>Decatipo</b>
D1	2	6
D2	-	4
D3	14	8
D4	6	6
D5	3	4
D6	9	6
D7	9	9
Pa	9	8
Pp	14	5
Sc	2	4
As	15	8
Ps	8	8

Fuente: Elaboración propia, junio (2,016).

### Resultado cualitativo

En la prueba se observa, satisfecho de la vida y sus aspectos, goza de ella. Incansable, busca excitación, acepta riesgos, intenta lo nuevo. Enérgico, muestra entusiasmo por el trabajo, sueño profundo. Evita contactos interpersonales, no se halla comfortable con los demás. Cree que le persigue, espía, controla o maltrata. Evalúa con realidad a las personas, sin conductas regresivas. Le molestan ideas repetitivas, insistentes o hábitos compulsivos. Tímido, pierde su aplomo, con pensamientos de inferioridad.

### Otros estudios diagnósticos

Ninguno

#### 4.1.9 Impresión diagnóstica

Luis es una persona, abierta, tolerante y equilibrada. Se ubica en la región de los soñadores e idealistas, con expansión imaginativa. Se considera guiado por las reglas. Asocia sentimientos de inferioridad, inseguridad, timidez. Tiene sentimientos de culpabilidad hacia sus hijos debido a la separación. Se molesta ante los desacuerdos. En el trabajo le disgusta que lo acosen, emplea demasiado tiempo planeando, prefiere analizar antes que trabajar, se auto desaprueba, se exige la mayor perfección, aunque tarde mucho tiempo. Difícil de complacer y siente una gran necesidad de aprobación. No expresa sus sentimientos, le cuesta poner límites, muestra ansiedad. Es socialmente inseguro, le disgusta los que se le oponen, sospecha de las personas y recibe los cumplidos con escepticismo. Por otra parte, el resultado del Test de Temperamentos muestra que Luis entre sus fortalezas tiene una personalidad tranquila, sereno, relajado, imperturbable, callado, pero de buen humor y contento con su vida. Estos aspectos podrían ser tomados en cuenta para orientar la propuesta y los objetivos terapéuticos que se planteen para el paciente.

#### 4.1.10 Evaluación DSM 5

- V61.03 (Z63.5) Ruptura familiar por separación o divorcio.
- Rasgos de depresión.

#### 4.1.11 Recomendaciones

Se recomienda que, el paciente continúe con el proceso terapéutico basado en Técnicas de Logoterapia. Ya que según este enfoque la vida posee un sentido absoluto que no se pierde bajo ningún concepto ni circunstancia, y cualquier situación vital encierra una posibilidad de mejorar. Se combinará con la Programación Neurolingüística, utilizando técnicas que le ayuden a perdonar a los demás y perdonarse a sí mismo. Logrando de esta manera mejorar como persona, para poder tener una mejor relación con sus hijos.

Se recomienda la lectura del libro “Los cinco lenguajes del amor de los jóvenes” del autor Gary Chapman; para poder conocer mejor a sus hijos.

#### 4.1.12 Plan terapéutico

Se estableció un plan terapéutico acorde a las necesidades del paciente donde se le dan herramientas para aprender a manejar y estar en contacto con las emociones y sentimientos que pudo haber reprimido. El paciente exploró sus vulnerabilidades y se le alentó a expresar esas emociones. El terapeuta ayudó a trazar conexiones entre las emociones reprimidas, los recuerdos y las reacciones emocionales actuales ante las situaciones. Una vez que el paciente entró en contacto con esto y sintió sus emociones reprimidas, entonces pudo comenzar a derribar sus mecanismos de defensa. El paciente aprendió a modificar sus actitudes para alcanzar sus metas y sueños. Por otra parte, se adicionó al tratamiento algunas técnicas de programación neurolingüística por medio de la aplicación de las mismas se pudo reforzar el control de emociones y conductas. PNL es “programación” esto se basó en incluir una serie de instrucciones para realizar diversas actividades

que posteriormente se analizaron de forma automática para que llegaran a los sentidos, cerebro, sistema nervioso y lenguaje no solo de las palabras sino de los gestos y las posturas, todo esto se integró bajo los principios de la comunicación.

## **4.2 Análisis de resultados**

Con base al objetivo general y objetivos específicos establecidos, se plantean los siguientes resultados:

Efectos emocionales a causa de la ruptura por separación o divorcio

Según Mc Kay, Mather y otros (1999), afirma: “No hay dos personas que experimenten de la misma manera el divorcio y la separación. Sin embargo, en el proceso de recuperación, las cuatro principales etapas emocionales del divorcio son; el trauma de la separación, la montaña rusa, la construcción de la identidad y el yo recentrado.

El paciente expresó que sintió mucho enojo, pero a la vez alivio tras el divorcio con su pareja. El proceso ha sido largo y doloroso especialmente por estar separado de sus hijos, experimentó ansiedad, temor, culpa, baja autoestima e inseguridad. Se ha sentido muchas veces vulnerable debido a que le costaba mucho expresar sus sentimientos y emociones. Fue difícil también en lo económico ya que él como padre responsable ha querido dar lo mejor a sus hijos, sin embargo, el dinero que él daba para sus hijos la ex esposa se lo gastaba en otras cosas. El proceso de revisión le ayudó a poder liberarse del pasado, reducir el dolor y luego poder ver sus potencialidades y posibilidades hacia el futuro. El divorcio le ayudó a centrarse más en el mismo y aprender a tomar decisiones.

Baja autoestima

La autoestima del paciente se vio afectada considerablemente, ya que mostraba gran inseguridad y mucha tristeza. Su ex pareja hacía relucir sus errores y defectos por lo que la imagen de sí mismo estaba muy deteriorada. La pareja empezó a tener conflictos graves un año antes de la separación, constantemente se agredían física y verbalmente.



### Dificultad en las relaciones interpersonales

Psicológicamente, una de las características que con mayor frecuencia se detecta en los adultos divorciados es la dificultad para volver a confiar en alguien y establecer una nueva relación amorosa. Tras un divorcio, las vidas de los individuos se encaminan por diferentes sendas. Según la investigación realizada por E. Mavis Hetherington, “existen seis trayectorias que los hombres y mujeres siguen tras un divorcio” (p. 108).

Las relaciones interpersonales se vieron afectadas en el paciente ya que tuvo una relación de tres años, que luego terminó debido a que dio prioridad a sus hijos aduciendo que era una persona muy joven y que criticaba constantemente la relación padre e hijos diciendo que los consentía mucho. La relación con los padres es distante, la relación con la ex esposa es conflictiva y siente mucho temor y desconfianza hacia las personas. Tiene una vida social pasiva de muy pocos amigos.

### Manejo de emociones

Los sentimientos de culpabilidad afloraron en la vida del paciente, por haberse separado de sus hijos. Dejándolos según el paciente con una madre que no les presta atención ni cuida de ellos como debe ser. La inseguridad, tristeza y rabia fueron sentimientos que también se apoderaron del paciente ocasionándole conflictos emocionales tanto a él, como a los hijos. Teniendo que buscar ayuda profesional tanto él como su hija mayor.

## Conclusiones

Se concluye que el divorcio es una decisión muy difícil que el paciente tuvo que enfrentar debido a que existe un apego y este es muy difícil de romper. A pesar de que el paciente se negaba a enfrentar este proceso y persistía la mala relación; después de varios intentos de tratar de mejorar la relación se tuvo que llegar al divorcio ya que fueron aumentando las faltas de respeto y el maltrato verbal de parte de ambos. Pero cuando deciden que ya no es posible seguir sosteniendo esta relación y se da la separación, es ahí donde se inicia este proceso tan complejo.

La baja autoestima es lo primero que se ve reflejado en la pareja cuando se da un proceso de divorcio ya que las personas afectadas se han denigrado antes de llegar a la separación por lo tanto se sienten con poco valor, inseguros y no se respetan ellos mismos.

Se concluye que el paciente después de haber pasado el proceso de divorcio sintió mucha dificultad para volver a confiar en alguien y establecer una nueva relación; así mismo se vieron deterioradas las relaciones interpersonales.

Los padres e hijos que pasan por un proceso de divorcio generan una serie de emociones que van desde la tristeza de tener que separarse los miembros de la familia, la rabia o impotencia de no poder solucionar los conflictos, el abandono inevitable de algunos de los padres y la culpabilidad que llegan a sentir. Todo esto también puede manifestarse en comportamientos agresivos que son muy comunes entre los miembros de la familia que están pasando por este proceso.

## **Recomendaciones**

Se recomienda que cuando se pasa por un proceso de divorcio la familia sea empoderada para que pueda avanzar y no quedarse estancada; eligiendo experimentar todas las emociones que se presenten, pero no quedarse en esa difícil situación. El pasado debe quedar atrás y si ocasionalmente se recae en la aflicción, superarla sin darle cabida al rencor y la culpa.

Es importante que cada miembro de la familia trabaje en fortalecer la auto estima, teniendo una percepción e imagen adecuada de sí mismo. Aprendiendo a valorarse, amarse, respetarse y a ver sus cualidades para que de esta manera también las demás personas las puedan ver.

Se recomienda trabajar el perdón tanto en la pareja como en los hijos para que aún después de una ruptura por separación o divorcio la familia pueda mantener relaciones interpersonales adecuadas sin sentimientos y conductas negativas que puedan seguir dañando la relación aún después del divorcio.

Se recomienda buscar ayuda profesional para lograr un ajuste del grupo familiar y la coparentalidad post divorcio y poder manejar de esta manera las emociones que se presenten. Existen programas de consejería e intervención individual, de pareja, grupos de apoyo tras el divorcio, así como talleres sobre diversos aspectos prácticos. Todo esto con el fin de facilitar la aceptación y la adecuada adaptación a la situación del mismo.

## Referencias

Hetherington y Kelly. (2002). *Psicología del Desarrollo*. Editorial Panamericana. Buenos Aires.

Mc Kay, Mathew y otros. (1999). *El libro del divorcio y la separación*. New Harbinger Publications, Inc.

Roizblatt, Arturo. (2013). *Divorcio y familia: antes, durante y después*. Santiago: RIL Editores.

Samos Oroza, Ramiro. (1995). *Apuntes de Derecho de Familia*. Bolivia: Judicial.

Santrock, John W. (2006). *Psicología del Desarrollo. El ciclo vital*. Décima Edición.

## **Anexos**

## Anexo 1

### Formato Tabla de Variable

Nombre completo: Ana Isabel Monterroso Corado

Título de la tesis: Estudio de caso: Ruptura por separación o divorcio y como afectó la vida emocional y familiar de un paciente de 35 años atendido en el Centro de Asistencia Social, CAS.

Carrera: Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social.

Problemática	Variable de Estudio (Tema a investigar)	Indicadores de la Variable (Sub temas de la variable de estudio)	Pregunta de investigación	Objetivo General	Objetivos específicos
Baja autoestima Inseguridad Culpa Auto desaprobarción. Falta de perdón hacia los demás y hacia sí mismo.	Ruptura por separación o divorcio.	Baja autoestima  Relaciones interpersonales  Manejo de emociones	¿Cómo afectó la ruptura por separación o divorcio en la vida emocional y familiar del paciente de caso de estudio?	Evaluar cómo afectó la ruptura por separación o divorcio en la vida emocional y familiar del paciente del caso de estudio.	Determinar cómo afectó el divorcio en la baja autoestima del paciente del caso de estudio.  Evaluar el manejo de las relaciones interpersonales en el paciente.  Determinar las secuelas y sentimientos de culpabilidad e inseguridad marcados en el paciente del caso de estudio.