

Diseño de una Intervención Psicosocial Postdivorcio con Padres en Contexto Judicial

Design of a Post-divorce Psychosocial Intervention with Parents in a Justice Context

Nidia Yurani Novoa Sánchez

Universitat Jaume I. España.

Máster Universitario en Intervención y Mediación Familiar

Tutora: Ph. D. Ghislaine Marande Perrin

Universitat Jaume I. España.

Resumen

En este artículo se revisa el panorama actual del divorcio en España, las consecuencias hacia los hijos, y los factores de riesgo y de protección. Después de constatar la necesidad de intervención preventiva para mitigar los efectos psicosociales y emocionales de los padres y los hijos, el objetivo del presente trabajo es proponer una sesión psicoeducativa de coparentalidad después del divorcio promovida desde el contexto judicial. El diseño de la sesión se elabora en base a programas de intervención postdivorcio existentes actualmente. Considerando que habría un momento ideal para esta intervención breve, la sesión psicoeducativa consta de tres fases, en formato grupal con duración de 3,5 horas, evaluación pre y posttest, y seguimiento. Se espera que al lograr la implementación se genere la igualdad de medidas de intervención postdivorcio a los padres y los hijos durante el período de crisis, porque de la capacidad de adaptación y manejo de los progenitores al divorcio, dependerá el afrontamiento y resiliencia de los hijos.

Palabras clave: Programas de educación para padres, psicoeducación, coparentalidad, coordinación de parentalidad, divorcio, programas de intervención postdivorcio.

Abstract

This article reviews the current panorama of divorce in Spain, the consequences for children, the risk and protection factors. After noting the need for preventive intervention to mitigate the effects psychosocial and emotional effects of parents and children, the objective of the present work is to propose a psychoeducational session of coparenting after divorce promoted from the justice

context. The design of the session is based on existing post-divorce intervention programs currently. Considering that there would be an ideal time for this brief intervention, the psychoeducational session consists of three phases, in group format with duration of 3.5 hours, pre and post evaluation, and follow-up. It is hoped that the achievement of implementation will generate equality of intervention parents and children during the crisis period, because of the capacity to adapt and manage to divorce, will depend on children's resilience.

Key words: Parent Education Programs, Psychoeducational, Coparenting, Parenting, Coordination, Divorce, post-divorce intervention programs.

Nota: En este documento se utilizan unos términos genéricos que hacen referencia tanto a sujetos masculinos como femeninos, como “hijo” (hijo/a), “niño” (niño/a), “facilitador” (facilitador/a).

Correspondencia con la autora: Nidia Yurani Novoa Sánchez. *Email:* al393652@uji.es

Introducción

Divorcio. Un estado de la cuestión. Los cambios de hoy en lo que se refiere a la estructura familiar son cada vez más visibles y muchos de estos asociados a los divorcios, los cuales van en aumento, es así una realidad creciente y aceptada en las sociedades modernas. En Europa representan un número considerable los divorcios, en el año 2017 en países como Alemania, Francia, Reino Unido y España en un cuarto lugar (Fernández, 2019). De acuerdo, al Instituto Nacional de Estadística INE en 2018 el número de disoluciones matrimoniales en España fue de 99444, discriminado en divorcios 95254, separaciones 4098 y nulidades 92. En relación con la presencia de hijos en los matrimonios correspondientes a las separaciones o divorcios el 45.1% tienen hijos menores de edad y el 43.1% no cuentan con hijos menores o mayores dependientes económicamente (Instituto Nacional de Estadística INE, 2019). Estas cifras de divorcio se han vuelto en el último tiempo una normativa cultural en España. La situación de divorcio genera un notable cambio en la pareja ya que produce una ruptura vincular y sentimientos de fracaso, aunque en un inicio puede sentirse liberación de haber tomado esa decisión. Posteriormente suelen, aparecer los

sentimientos de culpa, de pérdida y de desorientación a nivel personal y en el entorno. Sin embargo, la experiencia probablemente es vivenciada de forma distinta por los dos miembros de la pareja (Pérez Testor y Valls, 2009). La investigación en esta área expresa que el divorcio afecta negativamente y de manera amplia la salud mental de las personas generando síntomas asociados a la ansiedad, depresión, estrés entre las parejas divorciadas y en sus hijos (Strizzi, Sander, Cipric, y Hald, 2019). El divorcio implica igualmente cambios en el sistema familiar, los cuales ocurren en el transcurso del conflicto que puede presentar la pareja, el cual es variable en el tiempo de duración. La conflictividad de los padres refleja tener efectos negativos en el proceso de adaptación de los hijos causando en ellos trastornos de conducta, depresión, ansiedad, agresividad y problemas escolares (Amato y Keith, 1990, citado por Fernández Ros y Godoy Fernández, 2002). Por tanto, siempre que se pueda trabajar en la disminución del conflicto y desacuerdo parental se estaría disminuyendo los posibles riesgos de desarrollar sintomatología o psicopatologías propias en los niños.

Consecuencias del divorcio en los niños. Cuando ocurre el divorcio numerosas parejas han tenido hijos en su matrimonio, en su mayoría estos son menores de edad al momento de la separación (Castillo y Becerril, 2000), así como lo afirma el INE en 2018. La situación de ruptura trasciende a otros ámbitos que implican consecuencias negativas en los hijos las cuales perduran en el tiempo y pueden llegar a afectar a largo plazo la vida de quienes la han experimentado. Al respecto autores, recalcan la manera de relacionarse con los demás cuando son adultos, haciendo referencia a la llamada transmisión intergeneracional del divorcio. Aquí los hijos o hasta nietos de la pareja divorciada presentan una menor estabilidad en sus relaciones. Durante el año siguiente a la separación o divorcio de los padres suele presentarse los más importantes cambios en la vida del niño. Este es, un momento en el que todo se reorganiza, investigadores como Fernández Ros y Godoy Fernández (2002) describen algunas de las reacciones en los hijos luego de la separación de los padres. Se puede evidenciar tristeza, miedo, enfado, culpa, regresión, hiperresponsividad, soledad, problemas escolares, de sueño, de alimentación y fantasías de la reunificación.

Algunos investigadores han encontrado presencia de problemas de conducta internalizantes y externalizantes, ausentismo escolar, dificultades académicas, baja autoestima (Yárnoz-Yaben, Comino, y Garmendia, 2012). La separación de una pareja, de no ser apropiadamente procesada puede tener efectos traumáticos; la

disfuncionalidad “convivencial” en la familia, en especial en los más vulnerables (Lesme, y otros, 2016). Por lo cual todas las acciones que se puedan trabajar con los padres postdivorcio y con los hijos se hacen justificables, conociendo el panorama de posibles consecuencias que puede generarse en su vida. Otros resultados en niños holandeses sugieren que el divorcio de alto conflicto representa un riesgo de impacto traumático y, a la vez, los niños demuestran resistencia (Van der Wal, Finkenauer, y Visser, 2019).

Sin embargo, el divorcio de los padres no afecta a todos los hijos en el mismo grado, y mientras que muchos niños muestran dificultades de comportamiento y de ajuste psicológico, otros quedan relativamente intactos ante la disolución de su familia. Aportes más recientes exponen la necesidad de percibir los efectos del divorcio desde un enfoque que incluya los factores de riesgo y la resiliencia en la adaptación a esta situación. Por lo cual los estudios se inclinan en decir que en la medida en que los progenitores se adapten adecuadamente al divorcio, esto condiciona que sus hijos también lo hagan. Así mismo, que estos aspectos se relacionan con el ejercicio de la coparentalidad (Bonach, 2005, citado por Yáñez-Yaben, Comino, y Garmendia, 2012). De acuerdo con Pedro-Carroll (2005) los niños están en la capacidad de desarrollar resiliencia cuando han estado protegidos por comportamientos positivos de los adultos y por una buena crianza que ayuda a su desarrollo saludable. Destaca además la reducción del riesgo en los contextos prioritarios para el niño como es el familiar, educativo, judicial y social-comunitario.

Factores de riesgo y factores de protección. Otros aspectos que se deben tener en cuenta a la hora de revisar el tema del divorcio, son los factores de riesgo y protectores que pueden acompañar la separación. Dentro de los relevantes están factores que aumentan el riesgo de enfermar y la vulnerabilidad de desarrollar trastornos psicopatológicos en los hijos. Los más frecuentes son conflictos entre los padres antes, durante la separación y postdivorcio, relaciones con los progenitores de baja calidad, inconvenientes de tipo socioeconómico, en las pautas educativas, actitudes victimistas de los padres, ausencia de la figura parental en lo físico y emocional, variados cambios en los contextos sociales, escolares y familiares. Los factores protectores son aquellos que ayudan en el ajuste y acomodación adecuada de los niños luego del divorcio parental: sostener interacciones continuas con ambas figuras parentales, que estos mantengan la función de parentalidad con sus hijos, habilidad de comunicación y negociación de los padres frente a las dificultades,

manifestar respeto y aceptación por el otro progenitor (Fernández Ros y Godoy Fernández, 2002). Camara y Resnick (1988), investigaciones citados por Fernández Ros y Godoy Fernández, (2002), muestran que los factores determinantes en la adaptación psicosocial de los hijos dos años posterior al divorcio son la cooperación de los padres y la forma en que resuelven sus problemas después de la ruptura. Múltiples factores se presentan para causar un mayor riesgo o resistencia en los niños. Es así como se hace necesario ofrecer un valioso apoyo a los niños desde los diferentes ámbitos de las familias, las escuelas, las comunidades y el sistema judicial (Pedro-Carroll, 2005).

Modelos positivos. La paternidad positiva, incluyendo el ser sensible a las necesidades del niño, ayuda a protegerlos de las repercusiones negativas asociadas con el divorcio de los padres. Porque aumenta en el niño la estabilidad y la seguridad en el vínculo padre-hijo y puede reforzar la capacidad de supervivencia, al enfrentarse a la separación (Amato, 2000; Hetherington, 1999; Kelly y Emery, 2003; Krishnakumar y Buehler, 2000, Wolchik, Wilcox, Tein, y Sandler, 2000, citado por Weaver y Schofield, 2015). En el contexto Español las intervenciones de coparentalidad postdivorcio, al igual que las investigaciones de la adaptación de los progenitores a este, son aún menos frecuentes que los de la adaptación en los hijos (Yárnoz-Yaben et al., 2012). Estudios muestran que después de la separación las relaciones entre los progenitores pueden tomar diferentes rumbos. Por tanto, se debe buscar enfocar esta relación, en la más positiva para los progenitores y que tenga una repercusión de equilibrio en los hijos. Autores como Ahrons y Rodgers, (1988), y Berman, (1981), según citan Fernández Ros y Godoy Fernández (2002), establecen una clasificación de los tipos de relaciones: coprogenitores o coparenting, progenitores colegas, padres competitivos y padres enemigos. Por una parte, podemos centrarnos en coparenting, en donde los padres son amigos, realizan actividades en común, se comparten responsabilidades especialmente del cuidado y educación, ambos toman decisiones y existe buena comunicación. En general, los padres cooperan entre sí para llevar una relación adecuada y eficiente. Por otra parte, los padres colegas también se respetan en sus pautas educativas, existe adecuada comunicación, hablan solo de aspectos específicos de sus hijos y cuando ven a sus hijos lo hacen separadamente. Es hacia estos dos tipos de relaciones positivas y equilibradas a las cuales se busca llegar luego del divorcio. Otros estudios de la coparentalidad postdivorcio, respaldan lo aportado por (Ahrons, 1994, Hetherington,

2003, MacCoby y Mnookin, 1992, citado por Capdevila-Brophy, 2016), quienes identificaron diversas tipologías de funcionamiento de los progenitores las cuales son: conflictiva, cooperativa, paralela y mixta. Estas categorías viven asociadas al nivel de involucración de los progenitores y el nivel de conflicto que pasa entre ellos.

El divorcio en el contexto judicial. Si se desea revisar otros ámbitos, el divorcio también genera costes de tipo económico y social. Algunos de estos inician con los trámites propios, con abogados para divorciarse y los gastos de los cónyuges se pueden incrementar, dependiendo si el divorcio se da de mutuo acuerdo o es contencioso (García Vega, 2018). A demás están los costos generados por los jueces y personal que labora en los juzgados quienes llevan los procesos de divorcio y familia. Desde el contexto judicial históricamente se realizan los procesos de separación y divorcio, los cuales tienen una duración que normalmente se extiende. El 74.7% de los casos de divorcio se resolvieron en el año 2018 en menos de seis meses y un 8.5% de los casos tuvo una duración de un año o más. (Instituto Nacional de Estadística INE, 2019).

En la búsqueda de estudios que muestren el trabajo postdivorcios con padres en España desde contexto judicial, en general son muy escasos. Se encontró una guía para los profesionales en contexto judicial del Deusto familyphy que brinda una orientación a los profesionales de los juzgados, sobre aspectos a tener en cuenta a nivel psicológico en los procesos de separación y divorcio (Sanz Vázquez, y otros, 2016). Al igual que el programa de coparentalidad positiva en situaciones de separación y divorcio conflictivo “Egokitzen Vitoria- Gasteiz”, trabajado desde los servicios de infancia y familia de este ayuntamiento. Muestra alguna de las aproximaciones actuales, aquí se trabaja con progenitores derivados a los servicios sociales (Universidad del País Vasco, 2018). Los trabajos de investigación y de intervención se han centrado en el apoyo con los niños, sin abordar inicialmente a los progenitores como garantes de que los hijos puedan lograr una adaptación positiva luego del divorcio.

El presente trabajo

En el contexto actual, se aplican medidas judiciales respecto a los hijos, dejando de manera organizada la satisfacción de las necesidades básicas de los niños. Sin embargo, estas no suelen abarcar el fomento de las buenas relaciones entre los progenitores desde el ámbito psicológico, y conseguir una adecuada protección de los

hijos a nivel psico-socio-emocional frente al divorcio de sus padres. El objetivo del presente trabajo es presentar una propuesta que busca ir más allá de las prácticas usuales actuales en el contexto judicial, haciendo referencia a la normatividad actual:

“Art. 2. Todo menor tiene derecho a que su interés superior sea valorado y considerado como primordial en todas las acciones y decisiones que le conciernan, tanto en el ámbito público como privado. Art 2.2 a) La protección del derecho a la vida, supervivencia y desarrollo del menor y la satisfacción de sus necesidades básicas, tanto materiales, físicas y educativas como emocionales y afectiva (Ley Orgánica 1/1996, de 15 enero, de Protección Jurídica del Menor, de modificación parcial del Código Civil y de la Ley de Enjuiciamiento Civil., 2015).”

Se pretende diseñar una intervención psicoeducativa de coparentalidad después del divorcio promovida desde el contexto judicial. A través de la cual los progenitores mantengan unas interacciones sanas que aporten al bienestar afectivo del niño, dando prioridad al interés del menor. Dicha intervención se realizaría de forma obligatoria por los padres divorciados dentro del contexto judicial.

Programas actuales postdivorcio aplicados en contexto judicial

Recientemente en Europa se encuentra el antecedente de Dinamarca, fue desarrollado por Gert Martin Hald, psicólogo Universidad de Copenhague, se exige por parte del tribunal de familia realizar el curso, se busca facilitar el proceso de divorcio, ayudar a las parejas y a los hijos a evitar problemas mejorando su comunicación. Se considera que esta es una alternativa para disminuir los costos que genera el divorcio a nivel humano y financiero (Henley, 2019). El Programa la Coordinación de Parentalidad (PC) también, es un programa lanzado por la Asociación Americana de Psicología, Universidad de Argosy y la Sección de Derecho de Familia de DC Bar, como proyecto piloto en 2004, y se convirtió en un programa financiado por la corte en 2009 (Scott, y otros, 2010). En el Reino Unido autores como Philip y O'Brien (2017), revisaron los programas de parentalidad relacionados con el divorcio que incluían a los progenitores, en la evaluación de cuatro de estos se muestra evidencia de la reducción de conflictos de pareja y coparentalidad, así como algunas evidencias de mejores resultados en los hijos. En países como EEUU se estima que hasta 1, 25 millones de niños estadounidenses experimentan el divorcio de sus padres cada año (Arkowitz y Lilienfeld, 2013, Fagan

y Churchill, 2012, citado por Grimaldi, 2017). En efecto, se ha encontrado que los mecanismos más integrales que ayudan a la resiliencia de los niños son la calidad de la relación entre los padres y el nivel de coparentalidad, (Hetherington, Stanley-Hagan y Anderson, 1989, citado por Grimaldi, 2017). Cuentan con programas de educación para los padres divorciados o Parent Divorce Education (PDE), clases psicoeducativas con frecuencia obligatorias por un juez al inicio del proceso de separación o divorcio. Un estudio de evaluación de los programas PDE muestra que los participantes de estos volvieron a litigar menos de la mitad de las ocasiones que los padres divorciados en un grupo de comparación. Así mismo, la encuesta Nacional Geasler y Blaisure de 1998, de los condados de EEUU, revelo que el 70% de las veces un PDE precedió a la mediación, disoluciones más colaborativas y menos conflictivas en lugar de litigios en los tribunales. Actualmente, en estados como el de New York se centran en realizar investigaciones que evalúen la efectividad de los PDE y lograr cada día una mayor efectividad.

En otras sociedades como la Canadiense se estima que el 40% de los niños menores de 18 años residen en tipos de familia no tradicionales. La razón más común de este cambio es la mayor incidencia de divorcios. Existen programas dirigidos a hijos de progenitores divorciados ofrecidos desde la corte, que orientan sus objetivos en apoyar a los niños a entender por qué ocurrió el divorcio, aprender nuevas estrategias de afrontamiento, situaciones de conflictos entre padres. El enfoque de estos programas está diseñado a ayudar directamente a los niños en donde se trabaja con ellos en un constante soporte profesional (The short Sandcastles Program). Otros orientados a los padres, porque se considera que al ayudarlos en la adaptación luego del divorcio esto influye positivamente en sus hijos. Hasta ahora el desarrollo de los programas se prefieren realizar en formato grupal y no en sesiones individuales, teniendo en cuenta que se normaliza la experiencia del divorcio y permite desarrollar habilidades y proporcionar una red de apoyo (Ministry of Attorney General Justice Services Branch Family Justice Services Division, 2003).

En cuanto a la duración de los programas existen algunos extensos y otros cortos, por ejemplo el Sandcastles, que se realiza en varios estados de EEUU, Sudáfrica y Holanda, consta de una sesión de 3.5 horas. (Este se ha extendido a tres sesiones de 70 minutos en Ohio), Missouri ofrece uno de cuatro horas (dos sesiones de 2 horas) por lo cual es diversa la temporalidad. Los programas tienden a utilizar un enfoque educativo experiencial de desarrollo de habilidades y allí muchos son obligatorios

desde la corte, para los niños y los padres en lugares como Florida, New York, Indiana y Hawai (Ministry of Attorney General Justice Services Branch Family Justice Services Division, 2003). En la evaluación actual concluyen que los programas de información a familias divorciadas deben mantenerse porque ayudan a los progenitores y a los hijos adaptarse mejor al divorcio y a la vez logran reducir el uso de los recursos judiciales (Ellis y Anderson, 2003). Dentro de estos hallazgos llama la atención que los investigadores expresan que los programas en los cuales se involucran a niños y padres, pueden ser más efectivos que solo los que incluyen a los niños. Consideran, agente principal de cambio al adulto, no al niño y las consecuencias del divorcio afectan a los padres y los hijos por lo que es necesario la participación de ambos en el proceso (Ministry of Attorney General Justice Services Branch Family Justice Services Division, 2003).

En la revisión realizada se encuentra que los programas o intervenciones existentes en España se orientan principalmente a ambientes privados, en algunas provincias o comunidades autónomas los cuales no llegan siempre a toda la población que lo necesita. Al igual varios son extensos en la duración y están ofertados en contextos más educativos y servicios sociales, en donde se trabaja en especial con los niños, uno de estos es el programa Egokitzen con bastante experiencia en el campo.

Investigadores como Merino, y otros, (2017) consideran que los programas para progenitores postdivorciados disponibles en España no están estandarizados, varían de comunidad a comunidad, así como las intervenciones dependen en general de los recursos disponibles en cada región. Resaltando la necesidad de iniciar la implementación de un intervención de forma grupal estandarizada y científicamente rigurosa. También, da un valor agregado que se promueva la sesión desde el área judicial así como se viene realizando con la mediación. La pertinencia y relevancia del presente trabajo nace de reconocer las consecuencias y desafíos que genera la ruptura de la pareja o divorcio y las necesidades de adaptación a una nueva realidad por parte de los progenitores. Esto influye directamente en sus hijos, lo cual requiere la posibilidad de aprender e informarse sobre estrategias y habilidades de coparentalidad.

Descripción del proyecto

La sesión de psicoeducación es una intervención que está orientada a fomentar una mejor relación de comunicación entre padres, apoyar la adaptación a los cambios

a través de afrontamiento adecuado, de tal forma que se mantenga una estabilidad en el vínculo familiar y se genere un entorno positivo para los hijos después del divorcio. Disminuyendo de esta manera a mediano plazo situaciones de estrés, alta conflictividad o problemas de salud mental.

Objetivos específicos de la sesión. Posibilitar el establecimiento de una comunicación positiva entre los padres a través del manejo de las emociones. Sensibilizar frente a las habilidades de afrontamiento a desarrollar ante los cambios y el conflicto familiar. Brindar orientación a los padres sobre la coparentalidad postdivorcio como marco de bienestar para los hijos

Selección de los usuarios. La psicoeducación a realizar estará dirigida a padres con hijos menores de 18 años, que se encuentren en proceso de divorcio y acudan a los juzgados para tramitar este. Las personas que participen de esta propuesta de intervención asistirán por voluntad, previo consentimiento informado desde los juzgados.

Metodología de la intervención. Para la implementación de este proyecto se llevará a cabo una metodología experiencial orientada en los principios de participación, reflexión y responsabilidad social, basado en un enfoque científico. Es necesario que el desarrollo de la presente propuesta se realice desde el conocimiento profesional con una mirada constructivista de la condición de las personas. Teniendo una “noción de la realidad humana como construcción social, en este sentido el profesional facilitador debe flexibilizar sus propias nociones de familia y hogar para lograr intervenir” (Rodrigo López, y otros, 2015). El profesional que aplica la sesión debe tener conocimientos especializados y experiencia suficiente para orientar y flexibilizar el contenido de la sesión en función de las características individuales de los participantes.

Además la sesión al ser de tipo participativo y grupal, requiere establecer un número de participantes que oscile entre 13-20 personas con la intención de garantizar un acompañamiento adecuado y de calidad, así como que la dinámica del grupo este en el marco de la confianza. La sesión está proyectada con una duración total de 3,5 horas.

Recursos y actividades. La sesión consta de tres fases, descritas con más detalle en los anexos (1,6 y 7) respectivamente para fase 1, 2 y 3. A continuación se presenta un cuadro-resumen de las actividades, con su correspondiente cronología.

Tabla 1. Cuadro resumen de actividades

Cronología de la sesión psicoeducativa				
Fase n°	Actividad	Objetivo	Duración	Materiales
Inicio	<p>Evaluación pretest:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicación de los cuestionarios auto administrados CAD-S instrumento para la evaluación de la adaptación al divorcio-separación (Yárnoz-Yaben y Comino González, 2010) y el CARE Cuestionario de Apoyo Recibido de la Expareja (Yárnoz - Yaben, 2010), los cuales serán entregados para contestar de manera individual. 	Realizar la aplicación de los cuestionarios auto administrados a los asistentes para establecer la línea base para el análisis de los resultados de la sesión.	Actividad: 10 "	Hojas de cuestionarios impresos.
Fase 1	<p>A. Descubrir los cambios y consecuencias del Divorcio.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividad de identificación y reconocimiento de cambios de comportamiento en sus hijos después del divorcio. Así como el tipo de relación actual que tienen como progenitores. 	Aumentar la sensibilidad de los padres sobre los efectos negativos del divorcio y la importancia de estos en el bienestar de sus hijos.	Actividad: 40 "	<p>Esquemas de la figura humana en cartón o en cartulina (figura de niño y niña), fichas de cartulina de colores, Pizarra, rotafolio, rotuladores de colores, celo, Video Beam, Ordenador. Sala de encuentro con luz adecuada y espacio amplio, Sillas cómodas.</p> <p><u>Ficha No.1</u> “Mensajes que no utilizan y mensajes que sí utilizan la escucha activa”.</p>
	<p>B. Reconocimiento y manejo de las emociones frente a la expareja.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividad de autoreconocimiento de emociones y práctica de estrategias para gestionarlas positivamente. 	Identificar y reconocer las emociones negativas y positivas que le genera el divorcio y aprender habilidades para manejarlas	Actividad B: 40"	<p>Fichas de cartulina de colores, Pizarra, rotafolio, rotuladores de colores, celo, Video Beam, Ordenador. Sala de encuentro con luz adecuada y espacio amplio, Sillas cómodas.</p> <p><u>Ficha No. 2</u> “Reconociendo mis emociones”</p>

Diseño de una Intervención Psicosocial Postdivorcio con Padres en Contexto Judicial

				<p><u>Caso 1</u> Situación de padres.</p> <p><u>Caso 2.</u> Situaciones de padres y respuesta asertiva.</p>
Fase 2	<p>Socialización de experiencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitar entre los participantes un espacio libre para compartir sus propias vivencias en donde se sientan identificado mutuamente. 	Reconocimiento de experiencias comunes en las demás personas y compartir formas de afrontamiento resilientes.	Actividad: 25"	Espacio amplio a campo abierto, cinta en tela de colores.
Fase 3	<p>La coparentalidad y sus retos:</p> <p>A ¿Qué estoy pensando?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificación de pensamientos o distorsiones cognitivas a partir del divorcio orientando un cambio de estos. 	Reconocer la importancia de la coparentalidad a partir del divorcio	Actividad: 25"	<p>Fichas de cartulina de colores, Pizarra, rotafolio, rotuladores de colore, celo, Video Beam, Ordenador. Sala de encuentro con luz adecuada y espacio amplio, Sillas cómodas.</p> <p><u>Ficha No. 3.</u> ¿Qué estoy pensando?.</p> <p><u>Ficha No. 4.</u> Clasificación de distorsiones cognitivas.</p>
	<p>B. Aprendiendo sobre la coparentalidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Establecer las diferencias entre una relación de coparentalidad y una conflictiva. Al igual que reconocer algunas recomendaciones de lo que ayuda a la coparentalidad. 	Reflexionar la importancia de la coparentalidad a partir del divorcio y conocer habilidades y recursos para trabajarla.	Actividad: 45"	<p><u>Ficha No. 5.</u> Frases para diferenciar.</p> <p>Contrato de Desenlace.</p>
	<p>Recursos de apoyo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Orientación sobre otros recursos de apoyo disponibles para la coparentalidad y entrega de material de reflexión. 	Brindar a los participantes información y material adicional de apoyo.	Actividad: 10"	<p>Tríptico informativo sobre programas y contacto de instituciones de apoyo.</p> <p><u>Ficha No. 6.</u> Trampas personales.</p> <p><u>Ficha No. 7</u> ¿Qué necesitan los hijos?.</p>
Cierre	<p>Evaluación Posttest:</p> <p>Aplicación de los cuestionarios auto</p>	Realizar la aplicación de los cuestionarios auto administrados a los asistentes para comparar	Actividad: 10 "	Hojas de cuestionarios impresos.

	administrados CAD-S instrumento para la evaluación de la adaptación al divorcio-separación (Yárnoz-Yaben y Comino González, 2010) y el CARE Cuestionario de Apoyo Recibido de la Expareja (Yárnoz -Yaben, 2010), los cuales serán entregados para contestar de manera individual.	resultados con el pretest luego del desarrollo de la sesión.		
	Encuesta de satisfacción sobre la sesión psicoeducativa	Realizar el análisis de satisfacción de los asistentes a la sesión desarrollada y establecer posibles mejoras.	Actividad:5 "	Hojas de encuesta de satisfacción.

Fuente: Elaboración propia.

Evaluación y seguimiento de la intervención. Con el propósito de realizar la evaluación e identificar los logros alcanzados durante la sesión psicoeducativa, respecto a los objetivos propuestos: 1) sensibilizar frente a las habilidades de afrontamiento a desarrollar ante los cambios y el conflicto familiar. 2) Brindar orientación a los padres sobre la coparentalidad postdivorcio como marco de bienestar para los hijos. Se realizará un pretest y un post-test durante el desarrollo de la intervención. Al inicio y al final de esta, se pasará a los participantes los cuestionarios auto administrados CAD-S instrumento para la evaluación de la adaptación al divorcio-separación (Yárnoz- Yaben y Comino González, 2010) y CARE Cuestionario de Apoyo Recibido de la Expareja (Yárnoz -Yaben, 2010), los cuales serán entregados para contestar de manera individual. También se pasará una encuesta de satisfacción sobre la sesión psicoeducativa postdivorcio con padres en contexto judicial que consta de 10 ítem. (Ver anexo 14).

Posteriormente para revisar los avances de los progenitores en su proceso de coparentalidad, los profesionales o facilitadores de la intervención realizarán un seguimiento (telefónico o videollamada) durante los siguientes meses. El primer seguimiento se realizará un mes después de la sesión psicoeducativa y luego a los tres meses. En cada momento se pasarán los instrumentos auto administrados CAD-S y CARE. Al finalizar la sesión los participantes serán informados sobre este seguimiento. Finalmente se tendrán tres mediciones al evaluar la adaptación de los padres al divorcio y a la coparentalidad.

Conclusiones

Según lo reflejado por los investigadores el divorcio es un evento de la vida complejo, que puede llegar a afectar de diversas formas a los integrantes de una familia y en especial a los niños que hacen parte de ella, a corto o a largo plazo. Sin embargo, en razón de la capacidad de resiliencia en la adaptación a este cambio en sus vidas, principalmente en la manera como los progenitores manejen el conflicto leve o cronificado y se logren adaptar adecuadamente al divorcio, lo cual ayuda a condicionar que sus hijos del mismo modo lo hagan. Bonach (2005, según citan Yárnoz-Yaben, Comino, y Garmendia, (2012) se inclinan en decir que en la medida en que los progenitores se adapten adecuadamente al divorcio, esto condiciona que sus hijos también lo logren. Del mismo modo, Pedro-Carroll (2005) manifiesta que los niños están en la capacidad de potenciar su resiliencia cuando han estado protegidos por comportamientos positivos de los adultos y por una buena crianza que beneficia su desarrollo saludable.

Desde el entorno judicial, buscar que los jueces hagan fuertemente recomendable la asistencia de los progenitores en proceso de separación o divorcio a estas sesiones psicoeducativas. Además reconociendo, que las consecuencias del divorcio son muchas tanto para los hijos como para los progenitores, desde este contexto tener presente el bienestar del niño. El cual, también implica brindar unas garantías de tipo emocional y de afectividad, por lo cual es preciso priorizarlo y volverlo obligatorio. Como, se evidencia en países como EEUU y Canadá, en donde cuentan con programas de educación para los padres divorciados o Parent Divorce Education (PDE), con frecuencia obligatorios por un juez o la corte al inicio del proceso de separación o divorcio. Los cuales muestra en su evaluación que los participantes de estos volvieron a litigar menos de la mitad de las ocasiones que los padres divorciados en un grupo de comparación (Arbuthnot, 2002; Blaisure y Geasler, 2006, DeLusé y Braver, 2015, Grych, 2005, Pedro-Carroll, 2005, Pollet y Lombreglia, 2008, citado por Grimaldi, 2017). Igualmente, se busca poder avanzar en brindarles a tiempo un apoyo al niño y a la familia, dando prelación al interés superior del menor como lo establece la legislación actual. Es necesario ofrecer un valioso apoyo a los niños en los diferentes ámbitos de las familias, las escuelas, las comunidades y el sistema judicial (Pedro-Carroll, 2005).

Focalizar en igualdad de medidas las intervenciones postdivorcio a los padres y los hijos, porque de la capacidad de adaptación y manejo de ellos, dependerá el

afrontamiento y resiliencia de los hijos. Llama la atención que los investigadores expresan que los programas en los cuales se involucran a niños y padres, pueden ser más efectivos que solo los que incluyen a los niños. El agente principal de cambio es el adulto, no el niño y las consecuencias del divorcio afectan a los padres y los hijos por lo que es necesario la participación de ambos en el proceso (Ministry of Attorney General Justice Services Branch Family Justice Services Division, 2003). Poder realizar estas de manera continua, con financiamiento estatal y evaluar el impacto para así ir mejorando las estrategias de apoyo a la familia y afinarlas acorde a las necesidades de la población de España, como se puede ver en países (Canadá y EEUU) en donde se están centrandose en investigar la efectividad de los programas actuales. En la evaluación actual concluyen que los programas de información a familias divorciadas deben mantenerse ya que ayudan a los progenitores y a los hijos adaptarse mejor al divorcio y a la vez logran reducir el uso de los recursos judiciales (Ellis y Anderson, 2003).

En el futuro, deben generarse algunas propuestas orientadas a desarrollar programas continuos como el CODIP para niños, haciendo la respectiva adaptación a la población infantil española. Así como, realizar estudios enfocados en promover líneas de intervención psicosocial para parejas con mayor conflictividad postdivorcio. En el educativo llegar a abordar con mayor amplitud los temas de coparentalidad para que sean cada vez más abordados y los padres preventivamente interioricen estos modelos positivos a seguir ante una situación de ruptura.

Referencias

- Amato, P. R., & Cheadle, J. (Febrero de 2005). The Long Reach of Divorce: Divorce and Child Well-Being across Three Generations. *Journal of Marriage and Family*, 67(1), Pp.191-206.
- Benedek, E. P., & Huettnner, S. A. (2020). *Divorce and Co-parenting. A support Guide for the Modern Family*. Indiana.: American Psychiatric Association Publishing.
- Benedek, E. P., & Huettnner, S. A. (2020). Parenting Time and Related Issues. En *Divorce and Co-parenting*. (págs. Pp. 108-124). American Psychiatric Association.
- Capdevila-Brophy, C. (2016). La Coordinación de Coparentalidad. Una intervención especializada para familias en situación de alta conflictividad crónica post-ruptura de pareja. *Anuario de psicología. The UB Journal of Psychology.*, 46, Pp 41-49.

- Ellis, D., & Anderson, D. (2003). The Impact of Participation in a Parent Education program for Divorcing Parents on the Use of Court Resources: An Evaluation Study. *Conflict Resolution Quarterly*, 21(2), Pp 169-187.
- Fernández Ros, E., & Godoy Fernandez, C. (2002). *El niño ante el divorcio*. Ediciones Pirámide.
- Fernández, R. (2 de Septiembre de 2019). *Portal Statista*. Recuperado el 10 de Febrero de 2020, de <https://es.statista.com/estadisticas/962929/paises-de-la-ue-con-mayor-numero-de-divorcios/>
- García Vega, M. (2018). La economía del desamor. (D. E. PAIS, Ed.) España. Recuperado el 24 de Febrero de 2020, de https://elpais.com/economia/2018/08/09/actualidad/1533806950_734100.html
- Grimaldi, J. (2017). The Efficacy of Divorce Education: A Pilot Study Evaluating FamilyKind's Implementation of the New York State parent Education and Awareness Progr. New York: Doctoral dissertation, Pace University.
- Henley, J. (22 de Julio de 2019). Dinamarca pone freno al divorcio exprés: obligará a las parejas a pasar por terapia antes de la ruptura. *El Diario.es*. Recuperado el 24 de febrero de 2020, de https://www.eldiario.es/theguardian/Dinamarca-divorcio_0_923207877.html
- Instituto Nacional de Estadística INE. (30 de septiembre de 2019). Estadística de Nulidades, Separaciones y Divorcios (ENSD) Año 2018. *Notas de prensa*, pág. 7.
- Lesme, D., Espinosa, R., Díaz, C., Arés, P., Ramirez, D., Zicavo, N., . . . Herrera, S. (2016). *Parentalidad y divorcio. (Des)encuentros en la Familia Latinoamericana*. San José, Costa Rica : ALFEPSI.
- Ley Orgánica 1/1996, de 15 enero, de Protección Jurídica del Menor, de modificación parcial del Código Civil y de la Ley de Enjuiciamiento Civil. (29 de julio de 2015). Boletín Oficial del Estado. España.
- Martínez González, R. A. (2009). Programa Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales. Pp. 158. España: Ministerio de Sanidad y Política Social.
- Merino, L., Iriarte, L., Aguado, V., Corral, S., Cormenzana, S., & Martínez-Pampliega, A. (2017). A Psycho-Educational Group Program for Divorced Parents in Spain: A Pilot Study. *Contemp Fam Ther*, 39, Pp. 230-238.
- Ministry of Attorney General Justice Services Branch Family Justice Services Division. (March de 2003). Report Children's Programs on Divorce and Separation. Canada: British Columbia.
- Pedro-Carroll, J. L. (January de 2005). Fostering resilience in the aftermath of divorce: The role of evidence-based programs for children. *Family Court Review*, 43(1), 52-64. *Family Court Review*, 43(1), Pp 52-64.
- Pérez Testor, C., & Valls, C. (2009). El Divorcio: Una aproximación psicológica. *La Revue du REDIF*, 2, 39-42. Recuperado el 2020

- Philip, G., & O'Brien, M. (2017). Are interventions supporting separated parents father inclusive? Insights and challenges from a review of programme implementation and impact. *Child & Family Social Work*, Pp 1114-1127.
- Rodrigo López, M., Amoros Martí, P., Arranz Freijo, E., Hidalgo García, M., Martín Quintana, J., Martínez González, R.-A., & Ochaita Alderete, E. (2015). Guía de Buenas Prácticas en Parentalidad Positiva. Un recurso para apoyar la práctica profesional con familias. España.
- Sanz Vázquez, M., Corral Gilsanz, S., Cormenzana Redondo, S., Merino Ramos, L., Iriarte Elejalde, L., Osma, M., & Martínez-Pampliega, A. (s.f.). Egokitzen. Programa de intervención post-divorcio. *Guía para profesionales en contexto judicial*. España.
- Sanz Vázquez, M., Corral Gilsanz, S., Merino Ramos, L., Iriarte Elejalde, L., Osma, M., & Martínez-Pampliega, A. (2016). Egokitzen programa de intervención post-divorcio. *Guía para profesionales en contexto judicial*. Bilbao, España: Universidad de Deusto.
- Scott, M. E., Ballard, F., Sawyer, C., Ross, T., Burkhauser, M., Ericson, S., & Lilja, E. (2010). The Parenting Coordination (PC) Project Implementation and Outcomes Study Report. *American Psychological Association*.
- Servicio de Infancia y Familia. Departamento de Políticas Sociales y Salud Pública. (2019). Programa de coparentalidad positiva en situaciones de separación y divorcio conflictivos. "EGOKITZEN VITORIA-GASTEIZ", Pp. 9. España.
- Strizzi, J. M., Sander, S., Cipric, A., & Hald, G. M. (2019). "I Had Not Seen Star Wars" and Other Motives for Divorce in Denmark. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 46(1), 57-66.
- Universidad del País Vasco. (2018). Programa de parentalidad positiva del ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz. España.
- Van der Wal, R., Finkenauer, C., & Visser, M. (2019). Reconciling Mixed Findings on Children's Adjustment Following High-Conflict Divorce. *Journal of Child and Family Studies*(28), Pp 46-478. Obtenido de <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1277-z>
- Vázquez Orellana, N., Tejedor Huerta, A., Beltrán Llago, O., Antón Moreno, M. P., & Delgado Fernández, J. (2018). *Manual de Coordinación de Parentalidad*. Madrid, España: EOS.
- Weaver, J., & Schofield, T. (2015). Mediation and Moderation of Divorce Effects. *Journal of Family Psychology*(1), Pp 39-48.
- Yárnoz Yaben, S., & Comino González, P. (2010). El CAD-S, un instrumento para la evaluación de la adaptación al divorcio -separación. *Psicothema*, Pp. 157-162.
- Yárnoz -Yaben, S. (2010). Cuestionario de apoyo recibido de la Expareja (CARE): Un instrumento breve para evaluar la co-parentalidad post divorcio. *Asociación Española de Psicología Clínica y Psicopatología*, 15(2), Pp. 133-145.
- Yárnoz-Yaben, S., Comino, P., & Garmendia, A. (2012). Ajuste al divorcio de los progenitores y problemas de conducta en hijos de familias separadas, infancia y aprendizaje. *Journal for the Study of Education and Development*(35), Pp 37-47.

Material adicional / Supplementary material

SESIÓN PSICOEDUCATIVA POSTDIVORCIO CON PADRES EN CONTEXTO JUDICIAL

Estructura y contenido del programa:

Fase 1: Infórmate y reconóctete

Información sobre los cambios que genera el divorcio

Reconocimiento y manejo de las emociones frente a la expareja

Fase 2: Socialización de experiencias

Intercambio de experiencias y aprendizajes

Fase 3: La coparentalidad y sus retos

¿Qué estoy pensando?

Mis pensamientos y pautas para cambiar las distorsiones cognitivas.

La coparentalidad y sus retos

Socialización de recursos de orientación y apoyo- Cierre.

Anexos

Anexo 1. Fase 1. Infórmate y reconóctete

Temas abordar

- Información sobre los cambios e impacto del divorcio en los niños y en los padres.
- Reconocimiento y manejo de las emociones con la expareja y los hijos.

Justificación

Los cambios que se generan tras el divorcio a menudo están acompañados de una variedad de eventos y circunstancias estresantes, como discordia o conflictividad continua entre padres, mudarse a nuevos domicilios, cambiar de centros escolares (Amato, 2000). La exposición a estos factores estresantes puede causar dificultades en los esfuerzos de los niños para aprender y quedarse en la escuela. Así mismo se conoce que los niños con padres emocionalmente distantes u con emociones negativas de hostilidad a menudo se sienten emocionalmente inseguros, al igual que puede resultarles difícil confiar en las personas y se sienten incómodos dependiendo de los demás (Davies y Cummings, 1994. Citado por Amato 2000). En la medida en que el divorcio interrumpe las relaciones entre padres e hijos, los niños pueden convertirse en adultos emocionalmente inseguros que afectan sus relaciones afectivas a largo plazo. (Amato & Cheadle, 2005. Pp. 192).

La problemática que más frecuentemente afecta a los hijos e hijas en estas situaciones puede desencadenarse en una tipología de maltrato emocional, con la denominación de “Instrumentalización en conflictos entre figuras parentales y conflictos entre las figuras parentales y otros familiares significativos para el niño, niña o adolescente pertenecientes al grupo convivencial” como se señala en el instrumento Balora citado en (Servicio de Infancia y Familia. Departamento de Políticas Sociales y Salud Pública., 2019). Como consecuencia de esto el niño o adolescente ha estado expuesto a este daño psíquico o se genera el riesgo de que lo sufra. Por lo cual el nivel de esta problemática se determina según la intensidad y tipo de comportamientos de las figuras parentales y su impacto en el niño y en la calidad de su relación con las figuras parentales. Pp. 9. (Programa de coparentalidad Ayuntamiento de Vitoria).

Recursos humanos

Equipo de profesionales (2 o 3) que cumplan con los requisitos titulación y formación: Psicólogo/a licenciado o grado en psicología y Trabajador o educador social. Con postgrado – máster en intervención, mediación familiar o áreas relacionadas al contexto familiar.

Materiales

Esquemas de la figura humana en cartón o en cartulina (figura de niño y niña), fichas de cartulina de colores, Pizarra, rotafolio, rotuladores de colores, Celo, Video Beam, Ordenador. Sala de encuentro con luz adecuada y espacio amplio, Sillas cómodas.

Aspectos de orientación al profesional facilitador de la sesión

En esta primera sesión juega un papel fundamental la empatía y conexión que se genere con el grupo para lograr la mejor disposición de los participantes.

Objetivos esperados


- Aumentar la sensibilidad de los padres sobre los efectos negativos del divorcio y la importancia de estos en el bienestar de sus hijos.
- Identificar y reconocer las emociones negativas y positivas que le genera el divorcio y aprender habilidades para manejarlas.


Actividades de la fase 1

En el inicio de la intervención se realizará brevemente la presentación de la psicoeducación a desarrollar y la estructura de la propuesta de intervención. Dando a conocer igualmente los objetivos a lograr y estableciendo las reglas de trabajo. La ubicación espacial del lugar de trabajo será en forma de círculo de tal manera que esto permita un contacto directo y mayor cohesión de grupo. A continuación en la tabla 2, se describen en detalle las actividades de esta fase.

Tabla 2. *Guía de Actividades Fase 1*

Actividades Fase 1.	
A. Descubrir Los Cambios y Consecuencias del Divorcio. Duración 40"	
Actividad	Desarrollo
Identificando los comportamientos de nuestros hijos	<ul style="list-style-type: none">• Se dará inicio realizando la presentación de la sesión psicoeducativa y su contenido, al igual que la presentación de los facilitadores. Uno de los facilitador solicitará a los padres que escriban en una ficha de cartulina los comportamientos (positivos y negativos) que ha identificado en su hijo durante y

<p>Duración: 30"</p>	<p>después de la separación o el divorcio (No debe escribir nombres personales), estimará un tiempo para que reflexionen e identifiquen estos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Luego en la pared el facilitador ubicará el esquema de un cuerpo de un niño y niña elaborado e invitará a cada padre que según corresponda pegue al lado la ficha de cartulina con lo escrito. • <i>Puesta en común y ejercicio de reconocimiento:</i> A continuación se invitará a un padre y una madre a pasar a ayudar al facilitador a identificar y cuantificar los comportamientos positivos y negativos. Estos resultados se van sumando y organizando, escribiéndolos más comunes en una pizarra. Se preguntará a los padres: ¿Qué sentimientos le genera identificar estos comportamientos en su hijo? ¿Qué pensamientos le genera? ¿Había pensado en estas consecuencias? De acuerdo a lo que los padres van comentando espontáneamente el facilitador escribe en el rotafolio rescatando los sentimientos y pensamientos que describen. • De forma reflexiva los facilitadores reconocen la importancia del ejercicio que han realizado los padres y amplían la información sobre algunos otros cambios y consecuencias que genera el divorcio en la vida del niño y de los padres. Esta actividad se puede realizar acompañada de imágenes que representen estos cambios. • <i>Se invita luego a pensar en</i> <u>¿Qué estaría dispuesto hacer para que su hijo tenga un bienestar positivo después de la separación?</u> Escribir en un folio blanco la respuesta, después elige un compañero con quién compartir lo que ha escrito. Un facilitador solicita a algunos voluntarios que compartan lo aprendido en la actividad y al final se recomienda a los padres tomar una foto de lo de la ficha para que estén recordando el compromiso para lograr un mejor bienestar para sus hijos.
<p>Identificar y clasificar la relación con el otro progenitores</p> <p>Duración: 15"</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los facilitadores presentarán una conversación de desacuerdo entre padres postdivorcio y realizarán un modelado de la práctica de escucha activa y respuesta asertiva. Para que los padres observen otras formas de comunicar positivamente. Explicando a los padres que escuchar y comprender no implica necesariamente estar de acuerdo con lo que se escucha, pero esta conducta significa respeto por el otro y establece unas condiciones mínimas y adecuadas para la comunicación positiva (Martínez González, 2009). Se entregará la <u>ficha No.1</u> “Mensajes que no utilizan y mensajes que sí utilizan la escucha activa”. Ver anexo, como herramienta complementaria.
<p>B. Reconocimiento y Manejo De Las Emociones Frente a La Expareja. Duración 40"</p>	
<p>Actividad</p> <p>Reconocimiento de emociones propias.</p> 	<p>Desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Diferencia entre emociones, sentimientos y comportamientos.</i> En este momento el facilitador realizará una exposición sobre cuáles son las emociones y su diferencia con los sentimientos y comportamientos, dando algunos ejemplos de referencia. Así mismo indicará las funciones de las emociones en el ser humano. • <i>Actividad de reconocimiento de emociones propias.</i> El facilitador comentará que van a trabajar con la <u>ficha No. 2</u> “Reconociendo mis emociones” a nivel individual y hace entrega a los asistentes. Dando como orientación que cada persona identificará las emociones (positivas o negativas) que ha experimentado durante y después del divorcio y señalará en una escala de 1 a 10 la frecuencia con la que se presenta esta y las personas que influyen en generar esta emoción. Lo cual permitirá un autodescubrimiento y reconocimiento de cómo estoy emocionalmente. <p>Luego de este espacio individual, se hará una puesta en común y el facilitador llevará en el papelografo registro en dos columnas de las emociones positivas y negativas que más expresen colocando en cada caso una imagen que refleje esa emoción.</p>

<p>Gestión y manejo de emociones</p> 	<ul style="list-style-type: none">• <i>¿Qué es el autocontrol? ¿Por qué es necesario autocontrolarse? ¿Cómo son las personas con autocontrol?</i> Luego de aprender a identificar las emociones personales, el facilitador empezará a realizar un trabajo de gestión de las emociones. Iniciando con cada una de estas preguntas a los asistentes, y recogiendo sus opiniones a través de una lluvia de ideas. Socializará después varios tipos de respuesta de autocontrol y asertiva, ante una situación de crisis. Promoviendo la motivación por la práctica de estas en la vida cotidiana y manifestando los efectos positivos de las respuestas asertivas y de autocontrol emocional, que generan en la salud física y mental, así como en el bienestar integral de las personas y sus hijos.• <i>Práctica de la gestión de emociones:</i> Los participantes deben ubicarse en parejas y a cada una el facilitador entregará un caso escrito sobre una situación de padres divorciados, <u>Caso 1 Situación de padres</u>, o <u>caso 2. Situaciones de padres y respuesta asertiva</u> Ver anexo, la actividad consiste en un juego de roles o role playing en donde practiquen un tipo de respuesta de autocontrol y respuesta asertiva de acuerdo al caso. El facilitador recoge las impresiones que sintieron los asistentes durante este ejercicio, preguntando <i>¿Qué han aprendido?, ¿Qué fue lo más fácil del juego de roles y qué inconvenientes presentaron?. ¿Estarían dispuestos a interactuar asertivamente con su expareja?</i> Al terminar los facilitadores motivan a los asistentes recordando que estas habilidades se consiguen interiorizándolas como una práctica cotidiana y principalmente el beneficio será personales y para sus hijos. Se entrega nuevamente la ficha No. 2. “Reconociendo mis emociones” como recurso para que luego de una semana de práctica vuelva a autoaplicarse y a valorar cómo esta emocionalmente.
--	--

Fuente: elaboración propia.

Anexo 2. Fase 2: Socialización de experiencias

Tema abordar

- Experiencias comunes y resilientes
- Crear sentimiento de pertenencia y afiliación

Materiales

Espacio a campo abierto, cintas de colores en tela.

Justificación

Mediante esta fase es necesario trabajar la afiliación en el grupo, enfocada a fomentar un ambiente de apoyo, en el cual se genere una identificación de

experiencias comunes, sentimientos, emociones y vivencias que al hacerlas visibles se puedan sentir apoyados por personas que quizás viven o han experimentado situaciones similares, es un espacio en donde se van a sentir en igualdad de condiciones y su situación no va a parecer anormal.

Aspectos de orientación al profesional o facilitador de la sesión

En esta actividad los facilitadores pasarán constantemente por los grupos, como observadores de lo que ocurre en estos, se recomienda que estos no sean mayor a cinco personas. También deben estar disponibles para orientar cualquier duda que se presente en los grupos y movilizar los grupos a la expresión de vivencias.

Objetivos esperados

- Reconocimiento de experiencias comunes en las demás personas y compartir formas de afrontamiento resilientes.
- Mejorar la cohesión de grupo y la comunicación positiva del grupo

Actividades de la fase 2

Durante un espacio de 25 minutos, se facilitara la interacción libre de los progenitores, buscando generar una relación más cercana y compartir experiencias personales de acuerdo a su situación actual. La ubicación espacial del lugar de trabajo será en espacio abierto o amplio que permita ubicarse en pequeños grupos.

Tabla 3. *Guía de Actividades Fase 2*

Actividades Fase 2.	
Socialización de experiencias. Duración 25"	
Actividad	Desarrollo
Compartiendo experiencias comunes	<ul style="list-style-type: none">• En esta fase de experiencia libre, se organizarán grupos de 3 a 4 personas, para su conformación se entregará una cinta de tela de color a cada asistente quien debe portarla como una manilla en su mano. <p>El facilitador luego solicitará que de acuerdo al color de la cinta se agrupen.</p>
Duración 30"	<p>Luego motivará a los asistentes a salir a un espacio de campo abierto en donde pueden compartir experiencias, especialmente haciendo énfasis en</p>

	<p>expresión de sus vivencias positivas o negativas que puedan reconocer, se promueve una comunicación positiva para lograr la identificación con los demás, así como generar sentimientos de pertenencia y afiliación.</p> <p>Para esta actividad se dará un tiempo de 25 minutos, los facilitadores estarán en disposición de acompañar algún grupo o responder alguna duda o pregunta que surja.</p>
--	---

Anexo 3. Fase 3. La coparentalidad y sus retos

Temas abordar

- Identificación de pensamientos y cambio de distorsiones cognitivas frente a la coparentalidad.
- Concepto y beneficios de la coparentalidad
- Recursos de apoyo para la coparentalidad positiva.

Justificación

Es indudable que la parentalidad es un reto que todos los padres deben asumir y trabajar en la mejor forma de integrar aspectos cotidianos para lograr una parentalidad positiva, sin embargo cuando se produce el divorcio y la relación de pareja acaba, la continuidad de esta se encuentra en riesgo. Por tal motivo luego de la separación se espera que exista la coparentalidad entendida como la frecuencia con la cual los progenitores se comunican entre sí aspectos vinculados al cuidado del hijo/a, así como el grado en que cooperan para la coordinación de tareas de sus hijos, y la frecuencia y severidad con la que surgen disputas vinculadas a dicho cuidado como lo señalan autores como Adamsons y Pasley (2006), Ahrons (1994), Maccoby, Depner, Mnookin,(1990) según citan (Sanz Vázquez, y otros, 2016). También se incluye las habilidades con las cuales los progenitores manejan las situaciones de conflicto relacionadas con el hijo y llegan acuerdos para un estilo educativo favorable.

En este proceso de la coparentalidad se espera que los padres reconozcan el tipo de relación que tenían y continúan una relación de cooperación en donde ya se empieza a desvincular el componente emocional de pareja, primando el bienestar y calidad de vida de su hijo. Como lo establece (Sanz Vázquez, y otros. Pp 39) es imprescindible que la coparentalidad se rija por el siguiente principio básico: velar por el interés del menor, dando prioridad en todo momento a sus necesidades y bienestar.

Materiales

Fichas de cartulina de colores, Pizarra, rotafolio, rotuladores de colores, Video Beam, Ordenador. Sala de encuentro con luz adecuada y espacio amplio, Sillas cómodas.

Aspectos de orientación a los profesionales

En esta fase de la sesión psicoeducativa será aún más necesario que los facilitadores tengan presente las habilidades de escucha activa, aceptación incondicional, empatía, buena comunicación y creatividad, entre otras muchas cualidades.

Objetivos esperados



- Identificar los pensamientos negativos que me afectan a partir del divorcio
- Reflexionar la importancia de la coparentalidad a partir del divorcio y conocer habilidades y recursos para trabajarla.


Actividades de la fase 3

En el tercer momento de la sesión, se realizará la introducción al tema de coparentalidad teniendo en cuenta la justificación y se continuará con las demás actividades hasta terminar con la entrega de recursos de apoyo a los participantes. La ubicación espacial del lugar de trabajo será en forma de círculo de tal manera que esto permita un contacto directo y mayor cohesión de grupo.

Tabla 4. *Guía de Actividades Fase 3*

Actividades Fase 3. La coparentalidad y sus retos	
A. ¿Qué estoy pensando? Duración: 25"	
Actividad	Desarrollo
¿Qué estoy pensando?	<ul style="list-style-type: none">• En esta actividad el facilitador invitará a los participantes a realizar una identificación de los pensamientos, haciendo énfasis en los más frecuentes después del divorcio, para ello se utilizará la <u>ficha No. 3. ¿Qué estoy pensando?</u>, ver anexo. En la primera casilla, se explicará que estos pueden ser sobre sí mismos, sus hijos, su expareja, el futuro. Lo ideal es escribirlos de manera literal. Para la actividad se darán 10 minutos y se realiza individualmente. Luego uno de los facilitadores explicará que esos pensamientos se pueden convertir en distorsiones cognitivas dando algunos ejemplos, teniendo como referente la clasificación de Albert Ellis: Con lo escrito por algunos asistentes se invita a que socialicen estos pensamientos y se dan más ejemplos de acuerdo a la clasificación. <u>Ficha No. 4.</u>

 <p>Duración: 25"</p>	<p>Clasificación de distorsiones cognitivas, ver anexo. Invitando al instante a que cada uno reflexione sobre estos e identifique la presencia de alguna distorsión.</p> <ul style="list-style-type: none">• El facilitador cierra esta actividad manifestando que los pensamientos negativos o distorsionados se pueden convertir en un mal aliado, porque pueden generar unas ideas irracionales y una manera de interpretar negativa, evita generar pensamientos de cambio o positivos acordes a la realidad que estamos viviendo. Como lo dice Ellis “Las personas no se alteran por los hechos, sino por lo que piensan acerca de los hechos”. En estos momentos de la separación lo importante es generar un cambio de pensamiento para esos que han sido identificados es decir un pensamiento alternativa al actual.
<p>B. Aprendiendo sobre la coparentalidad Duración: 45"</p>	
<p><i>Coparentalidad o conflictividad</i></p> 	<ul style="list-style-type: none">• Los padres van a tomaran una frase que narra una situación entre progenitores, leerla e identificar si consideran que existe coparentalidad o conflictividad en lo descrito. Desde su experiencia y sus conocimientos. Ficha No. 5. Frases para diferenciar, ver anexo10. (El facilitador debe tomar la ficha con el listado de frases recortar y entregar una a cada participante). Motiva la participación para escuchar las situaciones identificadas como coparentalidad. Reforzando positivamente los casos en los cuales han logrado identificar adecuadamente este estilo de interacción.• Ahora el facilitador manifiesta que la crianza de los hijos exige a todos los miembros de la familia, pero que con trabajo y cooperación rentre los progenitores, el tiempo dedicado a la crianza de sus hijos puede ser muy gratificante en la rutina familiar (Benedek y Huettner , 2020). Siempre que flexibilicemos nuestra forma de actuar y de pensar y se priorice el bienestar de los hijos.• Recomendaciones sobre lo que ayuda a la coparentalidad: (Benedek & Huettner, 2020. Pp.106). <p>En este momento uno de los facilitadores socializará estas, e invitará a los asistentes a opinar y comentar experiencias personales. Algunas de las recomendaciones son:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Evitar disminuir el tiempo de crianza del progenitor no custodio por dificultades en los gastos de manutención.➤ El padre no custodio debe programar actividades divertidas con su hijo, pero también cumplir con actividades que hacen parte de la rutina del niño, como dar un tiempo para las tareas o proyectos escolares o tiempo para relajarse.➤ Establecer mutuamente como se darán los intercambios de los hijos, los horarios y desplazamientos de recogida y entrega, de una manera equitativa, teniendo en cuenta los detalles logísticos de estas. Si es necesario elegir un territorio neutral para recoger o dejar a los niños (ejemplo: casa de un amigo).➤ Es útil emplear listas de verificación. Antes de empacar las cosas que se deben llevar a casa del otro progenitor el niño. Y está misma la usa el progenitor no custodio para reempacar cuando va de vuelta a casa. Siempre con el objetivo de mantener una mejor organización y evitar aspectos que generen conflicto.➤ Se pueden utilizar estrategias como el uso una libreta en donde los padres envíen información o mensajes sobre tareas o deberes, medicación, actividades a realizar dentro

	<p>de su horario habitual. Ejemplo: Libreta “viajera”. Con esto se evitan conversaciones tensas o extender los momentos de entrega.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Establecer un horario de crianza los niños se benefician inmediatamente si ambos padres se apegan a él y evitan los cambios y cancelaciones al mínimo, la vida de los niños será más regular cuando tienen rutinas predecibles con ambos progenitores.➤ Los padre deben cumplir su palabra, evitar hacer promesas a los niños que no van a cumplir, para disminuir las inseguridades afectaciones emocionales en los niños.➤ Es muy conveniente para el niño que los padres puedan ponerse de acuerdo sobre el enfoque de disciplina o estilo educativo de sus hijos y cooperen para que se logre desarrollar.➤ Permitir a los hijos y ayudarlos a mantener una buena comunicación con el otro progenitor, así como dar el permiso a su hijo para amar a su otro padre.➤ Cuando lleguen a acuerdos los progenitores, es importante facilitar que ambos se lo transmitan a la vez, si no se puede, reiterar al hijo que continúan tomando decisiones conjuntas con relación a él.➤ Establecer algunas formas de comunicación que minimicen el conflicto. Siempre tener presente al tomar las decisiones pensar en el mejor beneficio para su hijo.
	<p>Contrato de Desenlace</p> <ul style="list-style-type: none">• Teniendo en cuenta que algunos de los conflictos en los progenitores aún están generados por la vinculación emocional y relacionarse como co-padres es el objetivo, se realizará una actividad para ayudar a esa desvinculación emocional. Tomando como referencia el modelo de contrato de desenlace propuesto por Boyan y Termini citado por (Vázquez Orellana, Tejedor Huerta, Beltrán Llago, Antón Moreno , & Delgado Fernández, 2018). A continuación se entrega a cada progenitor un folio con este modelo de contrato de desenlace, ver anexo 11: Contrato de Desenlace, explicando el objetivo, cada uno de manera voluntaria, leerá y rellenará los espacios con los datos personales solicitados y al final lo firmará. Para esta actividad se dará unos minutos y luego se motivará a los asistentes a expresar que sentimientos, emociones o pensamientos le generó el ejercicio.
<p><i>Coparentalidad o conflictividad</i></p> 	<p>Recursos de apoyo (Duración: 10")</p> <p>Como cierre de la sesión el facilitador entregará a los asistentes un listado de recursos que ayudará a los padres a continuar trabajando en la coparentalidad. Dentro de estos se incluye:</p> <p>Tríptico informativo. Programas, contactos de instituciones orientadoras, link de revisión educativa. (Elaborar de acuerdo al lugar donde se desarrolle la sesión y la oferta de servicios de la zona).</p> <p>Ficha No. 6. Trampas personales: material orientativo que permitirá la reflexión posterior. (Ver anexo 12).</p> <p>Ficha No. 7 ¿Qué necesitan los hijos?, para tener claro hacia donde debemos ir en el camino de la coparentalidad y las verdaderas necesidades de nuestros hijos. (Ver anexo 13).</p> <p>Cierre</p> <p>Se realizará la encuesta de satisfacción y la evaluación de la sesión psicoeducativa. (Duración 5" y 10" respectivamente) Así mismo se recogerán algunas impresiones verbales de los asistentes sobre el trabajo desarrollado.</p>

Para la elaboración de esta propuesta de intervención se ha tenido en cuenta como referencia principal los siguientes programas: program the Parenting Coordination (PC) Project 2010 American Psychological Association APA, Programa de intervención post-divorcio Egokitzen, Programa de coparentalidad positiva en situaciones de separación y divorcio Conflictivos Ayuntamiento Vitoria-Gasteiz, , Programa- Guía para el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales de Raquel Amaya, Program Parent Education and Awareness New York State.

Los anexos adicionales para el desarrollo de la sesión psicoeducativa, pueden ser consultados en el documento de iniciación a la investigación *Diseño de una Intervención Psicosocial Postdivorcio con Padres en Contexto Judicial*. Universitat Jaume I. Coordinación del Máster Universitario en Intervención y Mediación Familiar, o a través del contacto con la autora.