

Cognitive-behavioral intervention for the management of symptoms associated with divorce in children

Intervención cognitivo-conductual para el manejo de síntomas asociados al divorcio en niños

Jessica Guadalupe Cortes-Briseño^a & Andromeda Ivette Valencia-Ortiz^b

Abstract:

The family is the basis of human development, it is the social context that provides the necessary conditions for children to acquire their autonomy at all levels; in addition to the necessary physical care to guarantee their survival. The family is the one that provides the essential affective climate so that there is a process that changes the biological being that is a baby, in a person, in a biopsychosocial being. Marriage arguments emotionally deplete parents and diminish their interest in the emotional needs of their children, who may understand it as rejection or absence of affection, very detrimental to their personal growth. Additionally, marital conflict decreases the parents' ability to integrate and participate socially. The provision of affective and emotional stability that child development requires can be seriously threatened by the separation or divorce of the parents, it affects children in the form of coping they use in stressful situations, in the formation of the attachment process, the affective and emotional stability required for child development and how they respond to changes in the family.

Keywords:

Divorce, children, cognitive-behavioural, intervention

Resumen:

La familia es la base del desarrollo humano, es el contexto social que dota de las condiciones necesarias para que los hijos, adquieran su autonomía a todos los niveles; además de los cuidados físicos necesarios que garanticen su supervivencia. La familia es la que proporciona el clima afectivo imprescindible para que se dé un proceso que cambie al ser biológico que es un bebé, en una persona, en un ser biopsicosocial. Las discusiones matrimoniales agotan emocionalmente a los padres y disminuyen su interés por las necesidades emocionales de sus hijos, quienes pueden entenderlo como rechazo o ausencia de cariño, muy perjudicial para su crecimiento personal. Adicionalmente el conflicto matrimonial disminuye la capacidad de los padres de integrarse y participar socialmente. La provisión de estabilidad afectiva y emocional que requiere el desarrollo infantil puede verse seriamente amenazada por la separación o el divorcio de los padres, afecta a los hijos en la forma de enfrentamiento que utilizan ante situaciones estresantes, en la conformación del proceso de apego, la estabilidad afectiva y emocional requerida para el desarrollo infantil y la forma en la que responden a cambios en la familia.

Palabras Clave:

Divorcio, niños, cognitivo-conductual, intervención

INTRODUCCIÓN

Debido al importante incremento en los divorcios en las últimas décadas, se hace necesario comprender el efecto que tiene en los niños y también cuáles pueden ser estrategias que pueden servir para lograr una mejor adaptación al cambio en los niños. Hetherington, Bridges e Insabella (1998), analizaron cinco factores que contribuyen al ajuste postdivorcio del niño: riesgo individual y vulnerabilidad (edad y el sexo, así como la historia

del niño de estrés y afrontamiento); composición familiar (un solo padre vs. ambos padres, estado de la custodia, segundas nupcias); estrés y desventajas socioeconómicas (pérdida de ingresos, sobrecarga de tareas); angustia de los padres (ansiedad, depresión, fragilidad emocional, soledad) y proceso familiar (roles alterados, conflictos, relaciones fraternas). La mayoría de las investigaciones sobre este tema han demostrado que hay aspectos del divorcio que tienen efectos negativos en

^aServicios Psicológicos Integrales de México, SEPIMEX, <https://orcid.org/0000-0001-6742-7840>, Email: jessica@sepimex.com.mx

^bAutor de correspondencia, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, <https://orcid.org/0000-0001-9664-1993>, Email: andromeda_valencia@uaeh.edu.mx

los hijos, especialmente a corto plazo, puesto que muchas de estas disfuncionalidades se producen sobre todo en los dos años posteriores al divorcio (Sik Kim, 2011; Esteban, 2018). Los resultados de Goisis, Özcan y Van Kerm (2019) sobre los efectos en la salud post divorcio sobre los niños sugieren que el efecto se acumula gradualmente y da como resultado un efecto a largo plazo de la separación de los padres en particularmente en obesidad infantil y sobrepeso. Estos factores están mezclados y se presentan en cada niño de diferente manera y tienen un peso en el ajuste postdivorcio, uno de los más relevantes es el riesgo individual y vulnerabilidad, que toma en cuenta las herramientas de afrontamiento del menor aún antes del divorcio y da una pista de cómo serán las condiciones de ajuste del niño (Pagés i Criville, 2002). La reacción de los niños suele ser de forma más agresiva, que las niñas, con cólera y rabia, mientras que las niñas se muestran más tranquilas y pasivas, e intentan mantener una buena conducta para reducir el conflicto entre sus padres, también durante los primeros años de vida, los niños tienden a culparse de las peleas paternas y a pensar que pueden intervenir eficazmente en las mismas, en cambio, los hijos mayores suelen reaccionar con depresión y pasividad, sobre todo durante la preadolescencia y la adolescencia (Pagés i Criville, 2002)

El divorcio tiene el potencial de afectar el ajuste y bienestar de los niños a corto y a largo plazo, diferentes estudios demuestran diferencias entre los niños con padres divorciados y padres no divorciados; el meta-análisis de Amato y Keith (1991) en el que se abordaron los hallazgos de 92 estudios del efecto del divorcio en niños de edad escolar reveló un desempeño y socialización menor en los niños cuyos padres estaban divorciados que en los niños con familias intactas. En este mismo sentido otro meta-análisis desarrollado por Auersperg y colaboradores en el 2019, encontraron que a largo plazo el divorcio se relaciona con afectaciones en la salud mental de los hijos, en especial con la presencia de síntomas de ansiedad, depression, mayor vulnerabilidad al consume de sustancias y la presencia de ideación o intento suicida.

Por lo tanto, el divorcio impacta múltiples áreas del funcionamiento de los niños y de los adultos. En los padres divorciados, los efectos más comunes son los sentimientos de fracaso y pérdida (Pérez, 2009), mientras que en los niños tiene repercusión en distintas áreas del funcionamiento de los niños como logros académicos, conducta (conductas problemáticas o disruptivas), ajuste psicológico, autoconcepto, ajuste social y relaciones con sus padres.

Hay que tomar en cuenta que mientras algunos niños con padres divorciados pueden tener dificultades otros niños con las mismas condiciones pueden no tener dificultades o pueden no externalizar lo que sienten (Schaefer & Ginsburg-Blorck 2007; Clapp, 1992).

Los patrones de crianza de cada uno de los padres después del divorcio, tienden a cambiar debido a que cada uno de los padres se enfrenta a la tarea de ser un padre separado y tiene repercusión en los patrones con los que educa a sus hijos; este

cambio en los patrones también pueden impactar en la percepción del niño, las reacciones y el ajuste a la separación. Maccoby y Mnookin (1992) identificaron cuatro patrones de crianza post divorcio, incluyendo cooperativo, conflictivo, desentendido y mixto. Los estilos de crianza establecidos, pueden cambiar o intercambiarse de estilos autoritativos a permisivos o viceversa una vez que se ha producido el divorcio y tienden a evolucionar en estilos posiblemente menos adaptativos (Avenevoli, et al., 1999).

Los roles y el nivel de responsabilidad que cada miembro de la familia tiene en casa, y en incluso algunos otros aspectos cotidianos también tiende a cambiar (Schaefer & Ginsburg-Block, 2007). Por su parte Abidin plantea que hay ciertas características de los padres, como son, el grado de competencia con el que se perciben, su aislamiento social, su nivel de apego al niño, su estado de salud, su incapacidad para desempeñar su rol como padres, su depresión y el apoyo que reciben de su cónyuge, así como variables contextuales que influyen en la habilidad de los padres para responder efectivamente ante la conducta de sus hijos (Ayala et al., 2002).

Como se ha mencionado antes, otro factor de riesgo es el impacto económico del divorcio. Las condiciones se agravan cuando las mujeres tienen un bajo nivel educativo y no pueden acceder a empleos bien remunerados, también con aquellas que siempre se han dedicado al hogar y quedan en total vulnerabilidad al separarse de sus parejas. De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en nuestro país únicamente el 50.4% de las mujeres laboraban al momento del divorcio. Por otra parte, en 33 de cada 100 hogares, las mujeres son reconocidas como jefas de la vivienda, lo que representa un 32% más que en 2010 llevando la presión económica de sus familias ellas solas (INEGI, 2020).

MÉTODO

Se utilizó un diseño cuasi experimental, con un alcance correlacional. La muestra se conformó de manera no probabilística intencional. Donde participaron diez niños, entre 6 y 10 años de edad, que cumplieron con los siguientes criterios de inclusión: 1) pasar por un proceso de divorcio, en un periodo de no más de un año, 2) solicitar servicio psicológico en el Centro de Servicios Psicológicos donde las autoras prestan servicio, 3) firmar consentimiento informado (por parte del padre o tutor), 4) tener como motivo de consulta sintomatología asociada a la separación.

Instrumentos de evaluación

Para la recolección de los datos en los niños, se emplearon las siguientes pruebas:

- 1) Children's Depression Inventory (CDI) (Kovacs, 1992; adaptado por Meave, 2002). El CDI valora a un rango de edad de 7 a 17 años, y evalúa la presencia y severidad de los síntomas depresivos específicos de la

juventud para que pueda desarrollar un plan de tratamiento específico. Mide, estado de ánimo negativo, ineficacia, autoestima negativa, anhedonia y problemas interpersonales.

- 2) Cuestionario de Estrés en los Niños (Valencia, 2007). El Cuestionario de Estrés está integrado por reactivos con la finalidad de conocer qué tanto estresan a los niños algunas situaciones de la vida diaria. El instrumento cuenta con 25 reactivos sobre familia, higiene, amigos y salud, en una escala Likert que va de Nunca a Siempre.
- 3) Escala de ansiedad manifiesta en niños “Lo que siento y pienso” (CMAS-R) (Reynolds y Richmond). La CMAS-R valora a un rango de edad de 6 a 19 años; consta de 5 puntuaciones. La puntuación de Ansiedad total se basa en 28 reactivos de ansiedad. Estos 28 reactivos están divididos en tres subescalas de ansiedad: Ansiedad fisiológica (dificultades del sueño, náusea y fatiga), Inquietud/hipersensibilidad (preocupación obsesiva, miedo de ser lastimado o aislado emocionalmente), y Preocupaciones sociales/concentración (pensamientos distractores, miedos de naturaleza social o interpersonal). Los nueve reactivos restantes de la CMAS-R son parte de la subescala de Mentira (conformidad, conveniencia social, o falsificación deliberada de respuestas).
- 4) Análisis de Contenido de Explicaciones Verbales (Content Analysis of Verbatim Explanations, CAVE de Peterson y Seligman, 1985). Con esta estrategia CAVE se evalúa el estilo explicativo optimista-pesimista de los niños en situaciones cotidianas dentro del área escolar, familiar, social y personal. El niño debe mencionar que piensa de acuerdo una serie de situaciones y elegir la emoción que le produce cada pensamiento que se asigna a la situación dada.
- 5) Autorregistro conductual tipo ACC (antecedentes, conductas y consecuencias). Los padres registran la conducta disruptiva de sus hijos en un formato previamente establecido.

Procedimiento

Los padres recibieron información y orientación sobre el manejo que se daría a sus hijos, posteriormente firmaron el consentimiento informado y los niños el asentimiento informado. Posteriormente, se dió inicio al tratamiento-taller. Las sesiones fueron programadas para tener una duración de dos horas en sesiones semanales, facilitadas por dos terapeutas infantiles, con un total de 13 sesiones como se puede observar en la Tabla 1.

Tabla 1

Componentes de la intervención.

Sesión	Tema	Técnica
1	Encuadre y evaluación Pre	Evaluación Pre tratamiento
2	Salud y calidad de vida	Psicoeducación
3	Emociones	Regulación emocional: reconocimiento y expresión emocional
4	Pensamientos	Reestructuración cognitiva usando psicodrama
5	Autoestima, virtudes y Fortalezas	Reestructuración cognitiva con ejercicios de autoestima
6	Estilos explicativos	Reestructuración cognitiva y ensayos conductuales
7	Comunicación asertiva	Entrenamiento en comunicación asertiva y ensayos conductuales
8	Negociación	Entrenamiento en negociación y ensayos conductuales
9	Solución de problemas	Entrenamiento en solución de problemas, ensayos conductuales lúdico
10	Estrés	Entrenamiento en respiración diafragmática y psicoeducación
11	El divorcio	Escritura expresiva
12	Fases del duelo	Psicoeducación
13	Cierre y evaluación postratamiento	Evaluación Post

Análisis estadístico

Para los datos cualitativos se realizó un análisis descriptivo sobre la información que proporcionaron los participantes en los controles de avance por sesión que se aplicaron durante el tratamiento, mediante un análisis de contenido.

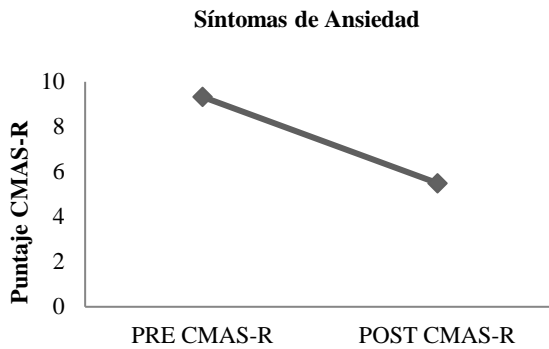
Para los datos cuantitativos, se creó una base de datos utilizando el programa de análisis estadístico SPSS. Para analizar la relación entre las variables, se utilizó la prueba de Wilcoxon para grupos relacionados para comparar los resultados de las pruebas antes y después de la aplicación del taller y así identificar si existe una mejora en las variables analizadas; por lo tanto, si el taller fue efectivo.

RESULTADOS

Los resultados para la ansiedad, medida con la prueba CMAS-R, comparando Pre test y Post test ($z = -2.214, p > .027$) muestran que existe una diferencia significativa y que los síntomas de ansiedad disminuyeron después de la intervención como se observa en la Figura 1.

Figura 1

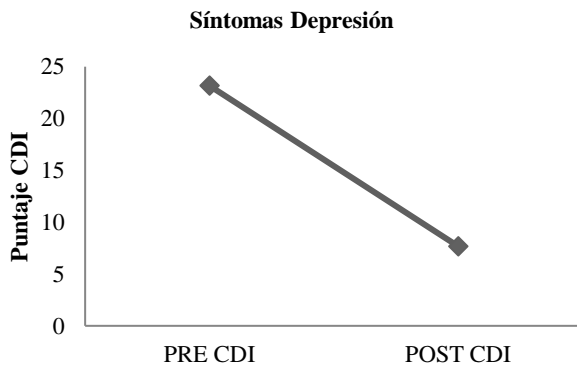
Datos pre-post de síntomas de ansiedad en niños



Con respecto a los síntomas de depresión, se observa también una diferencia estadísticamente significativa entre las puntuaciones pre y el post ($z = -2.226, p > .026$), con una disminución de los síntomas (Figura 2).

Figura 2

Datos pre-post de síntomas de depresión en niños.



La puntuación obtenida en el instrumento de estrés infantil, muestra mejoría, con una disminución estadísticamente significativa después del tratamiento ($z = -2.201, p > .028$), como se observa en la figura 3. En la figura 4 se presentan los resultados de la evaluación de las conductas disruptivas, se utilizaron los promedios de los registros ACC (antecedente, conducta, consecuencia) realizados por los padres de los participantes a lo largo del taller. Comparando las puntuaciones obtenidas en la evaluación pre y post se encontró una diferencia significativa ($z = -2.070, p > .038$) con una tendencia a la

disminución de las conductas problemáticas. Finalmente, se observan en la figura 5 los resultados de la evaluación de los estilos explicativos encontrando que al final de la intervención las verbalizaciones de los niños participantes son más optimistas, así como el número de aciertos obtenidos en las situaciones presentadas, encontrando también una diferencia en la capacidad para identificar emociones asociadas con situaciones específicas antes y después de su participación en la intervención ($z = -2.207, p > .027$).

Figura 3

Datos pre-post de estrés en los niños.

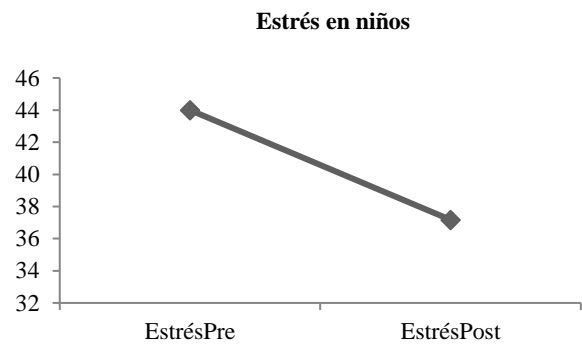


Figura 4

Evaluación de conductas disruptivas antes y después.

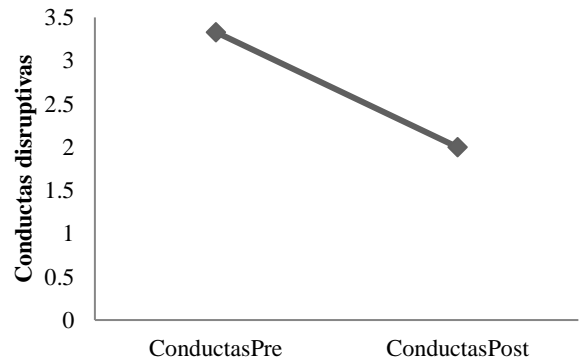
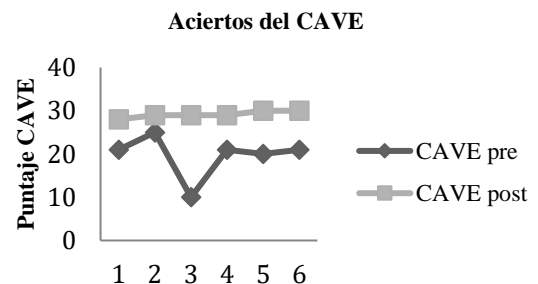


Figura 5.

Aciertos al identificar las emociones.



DISCUSIÓN

Debido a las múltiples complicaciones que se derivan de los procesos de divorcio, sobre todo cuando estos son conflictivos o involucran a los hijos, es una prioridad para el equipo de salud ofrecer alternativas que puedan ayudar a la prevención de los efectos colaterales de las rupturas de pareja (Roizblatt, et al., 2018).

En la presente propuesta se utilizaron técnicas cognitivas conductuales que favorecen el cambio de pensamiento, la regulación emocional y el desarrollo de competencias conductuales adecuadas para hacer frente a situaciones problemáticas, buscando el diálogo, la negociación y la solución de problemas. Todas herramientas que favorecen la adaptación de los niños al cambio producido por el divorcio.

Así las observaciones clínicas derivadas de los datos cualitativos permitieron identificar que los participantes presentaron cambios en su forma de pensar, sentir y actuar. Además de que los participantes y su padres reportaron cambios en la interacción lo que respalda los cambios en estadísticos con la relevancia clínica reportada por las familias y en especial por los niños participantes de la intervención.

Al tomar en cuenta los comentarios de los niños participantes acerca de los avances, se notaron cambios en la manera de hablar y de reaccionar de los niños que se dieron cuenta de sus cualidades y de la posibilidad que tenían de explotarlas.

Al término de esta intervención los niños presentaron una visión más optimista, y una mayor cantidad de emociones positivas, además eran capaces de discriminar las consecuencias positivas del divorcio; y notar que tenían cualidades y talentos para realizar actividades de manera satisfactoria, lo que les permitió comprometerse en labores tanto deportivas, académicas y de esparcimiento, e incrementa la percepción de pertenencia y significado. La replica de este tipo de intervenciones con mayor rigurosidad metodológica, así como con un número mayor de integrantes permitirá conocer más aspectos tanto del alcance del tratamiento como de sus limitaciones. Sin embargo, se reconoce la importancia de contra con intervenciones preventivas que faciliten el desarrollo de competencias socioemocionales en los niños que pasan por situaciones de cambio o desajuste familiar derivado de un divorcio.

REFERENCIAS

Amato, P., & Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: a meta-analysis. *Psychol Bull.* 110 (1), 26-46.

Auersperg, F., Vlasak, T., Ponocny, I., & Barth, A. (2019). Long-term effects of parental divorce on mental health –A meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research.* (119), 107-115. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2019.09.011>

Avenevoli, S., Sessa, F. M., & Steinberg, L. (1999). Family structure, parenting practices, and adolescent adjustment: An ecological examination. In E. M. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage: A risk and resiliency perspective* (pp. 65–90). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Ayala, H., Pedroza, F., Morales, S., Chaparro, A. & Barragán, N. (2002). Factores de riesgo, factores protectores y generalización del comportamiento agresivo en una muestra de niños en edad escolar. *Salud Mental*, 25(3), 27-40.

Clapp, G. (1992). *Divorce and new beginnings, an authoritative guide to recovery and growth, solo parenting, and stepfamilies*. John Wiley & Sons Inc.

Esteban, J. (2018). *Divorcio, niveles de conflicto y repercusión en los hijos*. Universidad Pontificia

Goisis, A., Özcan, B., & Van Kerm, P. (2019). Do Children Carry the Weight of Divorce? *Demography*, (56), 785–811 <https://doi.org/10.1007/s13524-019-00784-4>

Hetherington, E. M., Bridges, M., & Insabella, G. M. (1998). *What matters? What does not? Five perspectives on the association between marital transitions and children's adjustment*. *American Psychologist*.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía, [INEGI] (2020). Censo de Población y Vivienda <https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2020/default.html#Publicaciones>

Kovacs, M. (1992). *Children's Depression Inventory (CDI)*. Multi-health Systems. Inc.

Maccoby, E. E., Mnookin, R. H., Depner, C. E., & Peters, H. E. (1992). *Dividing the child: Social and legal dilemmas of custody*. Harvard University Press.

Meave, S. (2002). *Reporte de Experiencia profesional*. Universidad Nacional Autónoma de México.

Pagés i Criville, M. (2002). *Hijos y divorcio: consejos legales y ayuda emocional para parejas con niños*. Martínez Roca.

Pérez, C., Davins, M., Valls, C., & Aramburu, I. (2009). El divorcio: una aproximación psicológica, *La Revue du REDIF*, (1), 39-46.

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (1984). Content analysis of verbatim explanations: The CAVE technique for assessing explanatory style. Unpublished manuscript, Virginia Polytechnic Institute and State University.

Reynolds, C y Richmond, B (1978) What i think and feel: A revised measure of children's manifest anxiety, *Journal of Abnormal Child Psychology*, June 1978, Volume 6, Issue 2, pp 271-280.

Roizblatt, S., Leiva, F., & Maida, S. (2018). Separación o divorcio de los padres. Consecuencias en los hijos y recomendaciones a los padres y pediatras. *Revista Chilena de Pediatría*, 89(2), 166-172. <https://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062018000200166>

Schaefer, B., & Ginsburg-Blorck, M. (2007). *Helping Children and Adolescents Dealing with Divorce* in Christner, R., Stewart, J. y Freeman, A. (eds.) *Handbook of Cognitive-Behavior group therapy with children and adolescents, specific settings and presenting problems*. Taylor & Francis Group.

Sik Kim, H. (2011). Consequences of Parental Divorce for Child Development. *American Sociological Review*, 76(3):487-511. doi:10.1177/0003122411407748

Valencia, A. (2007). Programa de apoyo psicosocial para niños con cáncer y sus familias. UNAM.