

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
DEPARTAMENTO DE INVESTIGACIÓN  
CIEPs.

INFORME FINAL  
“GUIA DE ORIENTACIÓN A LA MADRE EN PROCESO  
DE DIVORCIO CON RESPECTO AL MANEJO DE LA  
NUEVA SITUACIÓN EN SU HOGAR”.

MIRNA JOHANNA AFRE RAMOS  
LILIAN NINETH RODRÍGUEZ SALAZAR

8617708  
8713988

## DEDICATORIA

A DIOS:

Mi Padre Celestial, a quien doy todo honor y Gloria

A JESUCRISTO:

Mi Amado Salvador

AL ESPIRITU SANTO:

Mi sustentador

A MIS PADRES:

Dagoberto Afre y Blanca Ramos de Afre  
Con todo mi cariño y agradecimiento por la formación  
que me dieron y que sea éste triunfo una pequeña  
recompensa por todo lo que hicieron por mí.

A MI ESPOSO:

José Chay Ordóñez  
Agradeciendo su gran amor, apoyo incondicional. Su  
ejemplo de dedicación me motivaron a seguir adelante.

A MIS HIJOS:

José Fernando y Melissa  
Con todo mi amor ya que son la razón de mi existencia

A MIS HERMANAS:

Paty y Evelyn  
Por ser tan especiales en mi vida, con todo mi cariño

## DEDICATORIA

A DIOS:

|

Supremo Creador; que junto a la Virgen María, han llenado mi vida de bendiciones, esperanza y alegría, orientándome para alcanzar las metas trazadas en mi vida.

A MIS PADRES:

Enma de Ruiz y Víctor Ruiz  
De quienes he recibido infinito amor y apoyo cada día de mi vida para lograr con éxito esta meta y que este triunfo alcanzado sea un tributo a sus esfuerzos.

A MI ESPOSO:

José Luis Valle Palencia  
Con quien he compartido los momentos más importantes de mi vida.

A MIS HIJOS:

Marizza José, Analy, José Luis  
Que este éxito sea un ejemplo de esfuerzo y perseverancia. Con todo mi amor

A MIS HERMANOS:

Sheny, Yoly, Byron  
Con amor fraternal, agradeciendo sus palabras de ánimo

A MIS SOBRINOS:

Con inmenso cariño

## INDICE

	PAGINA
PROLOGO	6
CAPITULO I	
1.1 INTRODUCCIÓN	7
1.2 MARCO TEORICO	8
1.2.1 La familia	10
1.2.2 El matrimonio	11
1.2.3 Divorcio	12
1.2.4 Características del niño durante el divorcio según su edad	13
CAPITULO II	15
2.1 TECNICAS E INSTRUMENTOS	15
2.1.1 Selección y descripción de la muestra	15
2.1.2 Elaboración de la guía de consejos	15
2.1.3 Técnicas y procedimientos de trabajo	16
CAPITULO III	17
3.1 PRESENTACION Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	17

CAPITULO IV	
4.1 CONCLUSIONES	19
4.2 RECOMENDACIONES	20
BIBLIOGRAFIA	21
ANEXOS	23
RESUMEN	24

## PROLOGO

La desintegración de la familia es un problema social que desencadena consecuencias en la formación integral del niño. Es por ello que nuestra investigación está encaminada a ahondar más en este problema que afecta a muchas familias de nuestra sociedad guatemalteca.

El divorcio es un fenómeno psicosocial importante, es un proceso y no un suceso. El divorcio en sí plantea problemas reales, es para el niño la demostración de un desacuerdo irremediable, el comienzo de una batalla de la que suele ser el objeto y de las actitudes equívocas por parte de los padres, respecto a él; manifestando reacciones depresivas acompañadas de angustia, aislamiento, dolor, depresión, agresión, huida frente a la sociedad o conducta destructiva de sus miembros.

Muchas veces es la madre la que se queda a cargo de los hijos. Ella no cuenta con elementos que le permitan brindarles la orientación adecuada, por lo que esta situación se convierte en un reto para ella; más adelante sufrirá al ver a sus hijos tomar caminos equivocados, convertirse en líderes negativos, integrarse a pandillas y/o manifestando su inconformidad y falta de atención hacia ellos mismos o con sus familia y la sociedad en general, realizando actos de violencia o de delincuencia juvenil.

Con la intención de profundizar en el estudio de las consecuencias del divorcio, es necesario contar con instrumentos que ayuden a orientar a la madre para que lo enfrente de una mejor manera y comprenda el valor que tiene como mujer y madre pese a la pérdida del cónyuge.

Estableciendo la importancia de que cuente con apoyo y orientación psicológica cuando se ve inmersa en un proceso de separación.

El objetivo principal de este estudio fue elaborar y proporcionar a la madre, que actualmente pasa por el proceso de divorcio, un instrumento que la oriente y apoye a través de consejos prácticos y de fácil aplicación. La madre debe enfrentar de una manera adecuada las diversas situaciones que se derivan del proceso de divorcio, por lo que se le debe apoyar psicológica y emocionalmente, fortaleciendo el valor que tiene ella como mujer y madre ante sus hijos y la sociedad.

Esta herramienta será útil a las instituciones que trabajan con familias ya que consiste en un medio accesible que no necesitará de mayor inversión de tiempo o económico y podrá ser interpretado con facilidad.

Esta guía pretende beneficiar a la población que lo necesite así como formar parte de los recursos con los que un orientador, maestro, un guía religioso, trabajador social, etc. puede contar para que su ayuda pueda alcanzar los mayores niveles de éxito.

De antemano agradecemos a la Señora Directora y personal Docente de la escuela “Juan José Orozco Posadas” quienes colaboraron y nos permitieron llevar a cabo esta investigación.

En especial a las Madres que compartieron con nosotras información valiosa para realizar este estudio y que sirva para hacer reflexionar a la población a quienes va dirigido.

## CAPITULO I

### **INTRODUCCIÓN**

Pocas cosas son más universales que la institución de la familia. Todos hemos nacido y crecido como miembros de esta célula de la sociedad. Ya sea que las relaciones intra familiares hayan sido felices y seguras o bien ásperas e infelices, todos hemos tenido personas que nos han nutrido y cuidado en nuestra infancia; esa es nuestra familia.

Pero cada vez son más frecuentes las familias encabezadas solamente por un progenitor, que generalmente es la madre. Las tensiones o estrés que la madre debe soportar y el efecto subsiguiente de esas tensiones sobre los hijos, es algo que no se puede ignorar. El ajuste que debe realizarse en caso de divorcio, con frecuencia se complica por el esfuerzo de adaptarse al papel de madre sola. Las dificultades económicas, la soledad, el trabajo y las responsabilidades del cuidado de los hijos, generan muchas tensiones.

Es por ello que, nuestra investigación estuvo encaminada a ahondar en uno de los mayores problemas sociales que afecta a muchas familias de nuestra sociedad guatemalteca, como es el divorcio; por el cual se ve desintegrada la familia y desencadena consecuencias en la formación integral del niño.

El estudio realizado, esta basado en la importancia de proporcionar información adecuada y un apoyo psicológico a las madres que se encuentran viviendo una situación como la antes descrita. Que no cuentan con un medio socioeconómico que les permita buscar la ayuda necesaria para educar y orientar de una mejor forma a los hijos que han quedado a su cargo.

Consientes del problema antes expuesto, hemos preparado un estudio que ayude a la madre, involucrada en este proceso. El primer paso a desarrollar fue conversar con cada madre seleccionada, para el estudio, con el fin de obtener información acerca de las posibles áreas afectadas por el divorcio; sobre la base de esa información se elaboró la “Guía de orientación a la madre en proceso de divorcio, con respecto al manejo de la nueva situación en su hogar” la cual se presentó y comentó a través de una reunión en la escuela para padres; donde se expuso con amplitud cada uno de los consejos que ésta contiene.



Tiempo después se convocó a las madres a una nueva reunión, en la cual se conversó y aplicó la segunda entrevista con cada una de ellas para confrontar cambios significativos de actitud ante su situación familiar actual.

A través de los testimonios de las madres se detecta un cambio positivo en su actitud en situaciones difíciles, tanto personales como ante sus hijos y su ex cónyuge

Esta Guía llegó a las familias, muestra del estudio, que se encuentran encabezadas por la madre y que comprendieron el valor que tienen como mujeres y madres en su hogar y que de ella depende el desenvolvimiento emocional que sus hijos manifiesten ante tal situación. Encontrando soluciones y alternativas diferentes a los problemas que le corresponde resolver, anteponiendo a su dolor, soledad, fracaso conyugal, el amor que siente por sus hijos y el deseo de brindarles estabilidad emocional y que el proceso de divorcio sea asimilado en el menor tiempo y en las condiciones más adecuadas posibles.

Al finalizar el presente estudio concluimos que la guía de orientación alcanzó el objetivo de proporcionar a la madre apoyo, asesoría y orientación alternativas para enfrentar situaciones difíciles de manejar en su hogar, ante el proceso de divorcio.

Con este estudio estamos contribuyendo con nuestra Patria a la salud familiar, ya que creemos firmemente en que <sup>1</sup> "según sea el matrimonio será la familia, y como sea la familia será la comunidad, y como sea la comunidad será la nación."

---

<sup>1</sup> Kevin Howse, "Guía para la dicha familiar", (Editorial Printer Colombiana) Colombia 1991, Pág. 5

## MARCO TEORICO

Sin dejar de reconocer que hay variedad de familias, creemos que existen principios generales que constituyen el fundamento de una vida familiar consecuente, feliz y próspera; aunque las pautas de la vida familiar varían de una sociedad a otra y de un periodo histórico a otro, el matrimonio y las relaciones familiares constituyen la piedra angular de la sociedad.

La mayor parte de las personas colocan a la familia en el primer lugar de la lista de aspectos importantes de su experiencia humana.

La relación entre la familia y la sociedad es tan importante por lo que el matrimonio se ha descrito como <sup>2</sup> “el termómetro emocional de la sociedad” ya que sirve como indicador de las tensiones y tendencias futuras.

La familia ha demostrado en tiempos pasados que posee habilidad de adaptarse al ambiente social cambiante. A fin de soportar las tensiones provocadas por el cambio, las familias tendrán que armarse de valor y fortaleza para lograr que esta institución siga siendo el centro de bienestar y felicidad para sus miembros.

La familia representa un factor importante en la vida de todo ser humano es allí donde adquiere la confianza para enfrentarse a la sociedad. En algunos casos los padres no cumplen con sus responsabilidades dando como consecuencia conductas diferentes en las áreas de formación del niño. Se puede evidenciar que las primeras experiencias del niño ocurren en su marco familiar, las percepciones e interpretaciones de estas situaciones determinarán sus actitudes y evaluaciones en situaciones posteriores, las cuales ejercerán influencia favorable o desfavorable sobre las relaciones del individuo con los demás y su medio, sobre la capacidad de alcanzar objetivos sociales finales.

El matrimonio y la vida familiar son conceptos tan conocidos, que pocas personas dedican tiempo a pensar en lo que realmente hace que el matrimonio constituya una relación diferente a otras.

---

<sup>2</sup> Marc Ehrlich, Los esposos, las esposas y sus hijos. (Editorial Trillas) México 1994, Pág. 31

Existen cambios históricos y sociológicos que están moldeando de forma distinta el matrimonio y forzando a una nueva comprensión de los papeles y funciones en la relación matrimonial.

El matrimonio funciona mejor cuando se le entiende como un compromiso para toda la vida, con el fin de satisfacer las necesidades físicas, psicológicas y sociales, mientras se busca activamente la mejor forma de amarse mutuamente y de que cada uno pertenezca a la unidad conyugal.

El matrimonio comprende el reconocimiento de las necesidades emocionales; el compromiso de satisfacer las necesidades mediante una acción solícita y considerada; un sistema de comunicación intra familiar eficaz; la capacidad de adaptarse a las necesidades cambiantes y de satisfacerse mutuamente durante las diversas etapas del ciclo de vida matrimonial.

El matrimonio nunca es fácil. El conflicto es inevitable cuando dos individuos con ideas separadas, distinta formación y voluntades independientes intentan vivir y trabajar juntos. A todas las parejas les resulta difícil hacer que el matrimonio funcione como es debido, ya que tanto los matrimonios “buenos” como los “malos” experimentan fricción y crisis, pero lo que determina el resultado del crecimiento y supervivencia de la pareja o su destrucción, es la forma en la cual estas dificultades se encaran. El conflicto no necesita ser una experiencia negativa. Los desacuerdos pueden despejar el ambiente y promover la unión de una pareja. Pero si no se emplean los medios adecuados para lograr una comunicación buena y considerada, los conflictos pueden ser sumamente destructivos. En tiempo de crisis, los matrimonios en peligro tienden a no resolver sus desacuerdos; como resultado los conflictos se hacen cada vez más severos, ambos se vuelven más y más defensivos y se culpan mutuamente de sus problemas, muchos procuran resolver los conflictos ignorándolos, esperando que se desvanezcan por si solos o bien usan tácticas manipulativas o abusivas. Estos métodos destruyen la integridad de la relación.

---

La decisión de deshacer la pareja constituye un momento crucial en la vida matrimonial y cuando una convivencia termina, ambos implicados tienen, que replantearse un proyecto de vida compartido hasta esa fecha.

Cuando una pareja ya no funciona los dos miembros se dan cuenta, aunque siempre suele ser uno de ellos el que toma la iniciativa del diálogo.

Mediante ese diálogo los dos pueden exponer cómo está la relación de la pareja y sugerir una separación como posible solución al conflicto. La mayoría de las separaciones matrimoniales no son el resultado de decisiones mutuas; es sumamente raro que ambos cónyuges lleguen simultáneamente al punto en que desean finalizar su relación.

Un grupo de consejeros y sociólogos han colocado al divorcio como el cambio más significativo que ocurre en la familia. El aumento de divorcios no significa que la gente rechace el matrimonio, porque muchos divorciados vuelven a casarse. El divorcio es el resultado de la disolución con un cónyuge y no un desencanto con el matrimonio mismo, como estilo de vida. Las actitudes hacia el divorcio han experimentado un cambio radical, en tiempos pasados se consideraba a las personas divorciadas como inadaptadas, neuróticas e inmorales, en la actualidad se considera que el divorcio es un recurso aceptable para resolver dificultades maritales por lo tanto hombres y mujeres se divorcian sin temor a perder su respetabilidad social.

Mientras los padres pueden sentirse desconsolados o contentos por su divorcio, invariablemente los niños se sienten asustados y confundidos por la amenaza a su seguridad personal.

Algunos padres se sienten tan heridos o abrumados por el divorcio que buscan la ayuda y consuelo de sus hijos.

Los niños con frecuencia creen que son la causa del conflicto entre su padre y su madre. Muchos niños asumen la responsabilidad de reconciliar a sus padres y algunas veces se sacrifican a sí mismos en el proceso.

En la pérdida traumática de un padre debido al divorcio, los niños pueden volverse vulnerables tanto a enfermedades físicas como desajustes emocionales. Sin embargo, con mucho cuidado y atención, una familia puede hacer uso de su fortaleza y factores

positivos durante el divorcio, ayudando así a los niños a manejar constructivamente el conflicto de sus padres.

Los padres deben percatarse de las señales de estrés persistentes en su hijo o hijos.

Los conflictos asociados al divorcio suelen ser devastadores tanto para los padres como para los niños. Por lo general, el divorcio está formado por un conjunto de hechos y situaciones conflictivas y dolorosas que se prolongan en el tiempo, culminando en la separación física de los progenitores.

Durante este período el niño está expuesto a discusiones, reproches y muchas veces agresiones físicas, tanto entre los padres como entre otros miembros de la familia y a veces con ellos mismos.

Toda esta descompensación emocional se ve complicada por los efectos económicos adversos que conlleva el divorcio.

“La manera de reaccionar del niño depende en gran medida de su edad, por lo que se presentan algunas características específicas.”<sup>3</sup>

#### 2 a 5 años

Regresión, trastornos del sueño, irritabilidad, angustia de separación, solicitud de contacto físico, inhibición en los juegos, temor al abandono, sentimientos de responsabilidad por la separación.

#### 5 a 8 años

Tristeza manifiesta, sollozos, sentimientos de rechazo, nostalgia por el padre que se va, fantasías de retorno del padre ausente, acentuada disminución del rendimiento escolar, temor a ser expulsado.

#### 9 a 12 años

Renuncia a hablar del problema, intensa ira contra uno de los padres, descenso en el rendimiento escolar, deterioro de las relaciones con sus compañeros, fácilmente captado como aliado de uno de los padres.

---

<sup>3</sup> Richar A. Gardener. “Las preguntas de los niños sobre el divorcio” Editorial Trillas, México 1995  
Pág. 31

13 a 16 años

Rebeldía, aislamiento, bajo rendimiento escolar, inicia a tener conductas de huida y a querer llenar el vacío aparente de amor y atención de los padres con su grupo de amigos y sus prácticas de adolescentes.

El divorcio es un conflicto que afecta a cada uno de los miembros de la familia por lo que se sugiere orientación y apoyo psicológico tanto al niño como a los padres.

El profesional de la salud mental proporcionará mediante un proceso terapéutico facilitadores para que el desarrollo del niño continúe sin problemas y simultáneamente le ayudará a tolerar el duelo de perder una relación especial con su padre.

Se considera que el divorcio es un evento y proceso doloroso para todo niño y que repercutirá de una forma u otra en su desarrollo.

El divorcio se traduce para el niño en una pérdida parcial y la separación de sus padres, ya que de alguna forma estarán ambos padres ausentes (tanto el padre de la custodia, que estará deprimido y ocupado, como el que no tiene la custodia, que también se mostrará deprimido y, además, estará apartado físicamente. Todo ello le provocará confusión, angustia, tristeza y enojo contra uno de los padres o ambos. Por lo se puede decir que el niño estará en una fase de duelo.

Cabe mencionar que dependiendo de las características propias del niño y de su medio logrará superar y resolver esta situación conflictiva de manera particular. Considerándose importantes las siguientes variables:

^ La edad y nivel de desarrollo antes del divorcio

^ La naturaleza del ambiente y las interferencias de desarrollo antes del divorcio.

- Apoyo de otros miembros de la familia y amigos cercanos, en los que el niño pueda confiar y que en ocasiones puedan apoyar a la madre.
- Situación económica
- Medio sociocultural.
- Comunicación con cada padre
- Equilibrio emocional de cada padre
- Madurez mostrada por ambos padres ante el divorcio.

Los niños tendrán menos problemas si saben que su mamá y su papá continuarán actuando como padres y que cada uno seguirá ayudándolo aún cuando el matrimonio se termine y ya no vivan juntos.

Contar del divorcio a los amigos es molesto debido a posibles sentimientos de vergüenza, culpa, dolor, rabia, tristeza o una combinación de todos. Dependiendo del tipo de relación que se tenga con las diferentes amistades así será también la reacción de estos, cuando un amigo es íntimo se caracteriza por su lealtad, confianza completa, calor y afecto. Un amigo íntimo es el que permanecerá junto a uno en los buenos y malos momentos y pueden llegar a ser una fuente de apoyo para el resto de la vida.

Con los familiares es más difícil ya que pueden ejercer su derecho a evaluar el comportamiento o pueden tener reacciones imprescindibles. No hay modo socialmente aceptado para responder a la noticia de que un hijo, una hija o un sobrino se están divorciando.

El problema es que nadie puede ponerse de acuerdo en qué es realmente el divorcio. ¿Es un fracaso? ¿Es un trágico error? ¿Un síntoma de irresponsabilidad? ¿O es un paso hacia el crecimiento y desarrollo?

La manera como un familiar en particular interpreta y define el divorcio influirá mucho en su reacción. Aunque pueda aventurarla, no siempre es posible predecir las presunciones de los familiares sobre el divorcio en general.

Después del divorcio en su nueva vida de soltero de los cónyuges es sumamente incómoda. Hay tantas cosas a las que adaptarse. La mayoría de las personas deben afrontar cambios en su estilo de vida y una pérdida de capacidad adquisitiva.

En un momento en que deben tomarse decisiones sobre volver a estudiar o reincorporarse al mercado laboral, las responsabilidades de criar a los hijos pueden ser una carga muy pesada.

A la inseguridad y el miedo a lo desconocido se añade la soledad: se vive un doloroso conflicto entre buscar y evitar nuevas citas y relaciones. Cuando una quiere acercarse al sexo opuesto se da cuenta de los años que han pasado desde la última vez que salió con alguien. Las reglas y las costumbres han cambiado. Socializarse con otros adultos solteros parece extraño y casi peligroso.

Las heridas emocionales que dejó el divorcio aun pueden estar frescas como para abrirse de verdad a gente del sexo opuesto. Puede aun estar enfadada y dolida, sin saber en quien confiar. También pueden llegar muchas dudas a su mente tales como, ya no soy tan joven, no soy atractiva, tengo defectos físicos, no tengo temas de conversación, mis hijos me necesitan más, estoy demasiado ocupada, no se por donde empezar. Pero para todos esos temores hay solución.

Puede tomarse tiempo para uno mismo, puede pedir a los padres o un familiar que cuiden por espacios de tiempo a los hijos, si le interesa en el tiempo libre una habilidad manual, un deporte, salir a bailar, grupo religioso, algún curso. Esto le permitirá conocer gente nueva y a la vez entretenerse con algo que le guste y le relaje.



## CAPITULO II

### TÉCNICAS E INSTRUMENTOS:

#### INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS

Para la recolección de información en el presente trabajo se emplearon los siguientes instrumentos:

Tomando como base las referencias de las maestras de la Escuela Nacional Urbana Mixta # 124 “Juan José Orozco Posadas” que se ubica en la Calzada José Milla Y Vidaurre y 27 avenida zona 6. Se llevó a cabo la observación institucional, para conocer el ambiente donde se llevó a cabo el presente trabajo.

La población general observada para el presente trabajo de investigación estuvo conformada por 400 miembros de los cuales el 5 % perteneció a la muestra seleccionada, por muestreo intencional o de juicio (20 madres que están en proceso de divorcio. En una edad oscilante entre 20 a 40 años, de un nivel de escolaridad de educación media y un nivel socioeconómico medio y bajo.

#### ENTREVISTA Antes ( Ver anexo 2)

Habiendo seleccionado la muestra de estudio, se citó a cada madre para recabar información a través de la aplicación de la entrevista guiada # 1, que tiene como fin obtener datos que indaguen la relación personal emocional y estudiar aquellos aspectos que están siendo factores influyentes en la situación familiar actual de las madres.

#### ENTREVISTA Después ( Ver anexo 2)

Con la aplicación de esta hoja se verificó la eficacia de la Guía, evidenciando el alcance y logro de los objetivos planteados en el principio de esta investigación. A través de los testimonios compartidos por las madres, donde nos explican algunos cambios de actitud o conducta que han manifestado posterior a la platica y lectura de la Guía para madres en proceso de divorcio

#### 4.- ELABORACION DE LA GUIA DE ORIENTACION:

(Ver anexo I)

La información obtenida en la entrevista # 1 sirvió como base para la realización de la Guía de consejos. Detectadas las áreas afectadas en la madre, por el proceso de divorcio, se consultó bibliografía específica para redactar una lista de consejos útiles, prácticos y de fácil aplicación para que la madre haga uso de ellos ante situaciones difíciles de resolver. La guía de orientación cuenta con consejos para el área personal, familiar (hijos-ex cónyuge) financiera y de apoyo ante emergencias relacionadas con: abuso físico, verbal, psicológico y asesoría legal según cada caso.

## 6.- TECNICAS Y PROCEDIMIENTOS DE TRABAJO

- a) Se solicitó autorización a la Dirección de la escuela donde se realizó el estudio e investigación.
- b) Se elaboró la “Guía de orientación a la madre en proceso de divorcio con respecto al manejo de la nueva situación en su hogar “
- c) A través del programa de escuela para padres se dio a conocer la Guía de orientación que tiene sugerencias sencillas y prácticas de aplicar, para las madres que se ven involucradas en un proceso de divorcio necesitando apoyo y orientación para tal situación.
- d) Se convocó a una entrevista con cada una de las madres que conforman nuestra muestra, para recabar información a través de un testimonio en el cual las madres compartieron la experiencia vivida luego de la presentación y lectura de la “Guía de Orientación a la Madre en Proceso de Divorcio con Respecto al Manejo de la Nueva Situación en su Hogar”
- e) Se elaboró y se presentó el informe final de la investigación.

### CAPITULO III

#### PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

A continuación se presenta la interpretación individual de los casos que conformaron la muestra de estudio del presente trabajo.

##### Caso # 1

La madre comenta que la relación con su hijo hace algún tiempo atrás era muy difícil y dolorosa ya que se enfermaba constantemente y refiere que lo que le estaba influyendo era mi estado de ánimo negativo y el parecía estar lejos de ella , después de la lectura de la guía siente que ya no esta tan aprensiva con el, mejoro mucho su relación y de cómo debe de tratarlo. Con su ex cónyuge de estar como con un extraño cuando vivían juntos y siendo indiferentes uno con el otro ahora pueden platicar un poco mas tranquilos y su tema es solamente lo que se refiere al hijo que tienen en común. Emocionalmente a un inicio se sentía con sentimientos encontrados de pensar que había tomado la mejor decisión respecto al divorcio otros momentos se manifestaba con dudas, tristeza, dolor, humillación ante el fracaso, soledad aún teniendo el apoyo de los padres, después cambio un poco su actitud aunque aún se siente frustrada , el pensamiento y su actitud están mejor, encontró alivio y un poco mas descansada respecto a su situación. Después del divorcio busco ayuda con un profesional de la psicología a donde acudió en a solo dos citas, también ha buscado ayuda con el sacerdote de su parroquia con quien sigue platicando y le ha servido de mucho consuelo. La madre esta consiente y trata de buscar ayuda y le ha hecho bien leer la guía de consejos porque cree estar mas tranquila y piensa mejor las cosas y donde ella manifiesta que necesita más orientación es reafirmar que la decisión que tomo fue lo mas acertado y ayuda en no ser precipitada para hacer las cosas respecto a su situación y a comprender más a su hijo.

##### Caso # 2

La relación de la madre entrevistada con sus hijos siempre ha sido buena antes y después de la lectura de la guía de consejos, con su ex cónyuge ya que la abandono completamente ya no hubo ningún tipo de relación. La separación fue la mejor salida a esta relación, la madre se encuentra bien, porque ahora esta tranquila sin sufrirle al ex esposo todo lo malo que le hacia, antes de la lectura de la guía de consejos no había buscado ningún tipo de ayuda, pero la lectura de los consejos le ha ayudado a entender

mejor las cosas, saber que esta etapa puede superarse le da un sentimiento de alivio y consuelo saber que puede salir bien de esta situación. Cree que necesita más ayuda en el área psicológica y espiritual y ha aprendido que la vida sigue, que puede salir adelante por el bien de ella misma y el de sus hijos y esta con un pensamiento positivo y optimista que le permitirá mejorar su situación y superar esta etapa más rápido.

### Caso # 3

La madre expresa que la relación con sus hijos ha sido de mucho cariño, afecto y cuidados pero en el periodo de divorcio se torno distante ya que ahora trabaja y tiene poco tiempo para ellos. Con su ex esposo la relación antes fue regular existía comunicación pero un tiempo atrás se perdió la confianza y la poca comunicación que tenían, después del divorcio no existe comunicación el insiste en regresar y eso hace que cuando se vean por alguna necesidad paren peleando porque la madre no quiere ya nada con el. Esto se da porque cuando una de las dos partes no quedo del todo satisfecha por la separación de alguna manera hace lo posible por cualquier medio de tratar de reanudar una relación que ya no es beneficiosa para ningún miembro de la familia.

La madre cuenta que antes de leer la guía de consejos se sentía muy mal, decepcionada, frustrada. Con la lectura de la guía cambiaron algunos pensamientos tales como valorarse como persona, no permitir que se le siga utilizando y caer nuevamente en los engaños de su ex pareja. Cuando las personas logran entender el valor que tienen como personas es ya un paso muy importante para poner un alto a cualquier tipo de abuso por parte de su ex cónyuge. La madre refiere que ha buscado ayuda profesional y espiritual y también a platicado con personas que han pasado por la misma situación y que han mejorado. Las personas que están consientes de las consecuencias negativas del divorcio, tratan por muchos medios de buscar ayuda para ellas mismas y sus hijos. No se dejan caer, pueden sufrir mucho pero a la vez saben que tienen que seguir adelante.

Después de la lectura de la guía comprendió que debe estar segura de la decisión que tomo sin sentirse culpable. Porque muchas veces viene la duda si fue lo mejor que hizo al divorciarse y eso puede traerle un sentimiento de inseguridad y de querer dar marcha atrás, pero si después de un análisis correcto y llega a la conclusión que fue lo mejor y mas saludable para ella y sus hijos ya será un gran adelanto en la búsqueda de apoyo. Antes necesitaba más orientación en el área afectiva , espiritual , autoestima y

relación con los hijos. Después de la lectura puede ver la importancia que tiene el tener en esta época especialmente la buena relación con los hijos y procurarla cada vez mas ya que ahora están solos, deben apoyarse mutuamente. Cuando la madre logra mantener una buena relación con los hijos, ellos resentirán menos la ausencia del padre.

#### Caso # 4

La madre cuenta que la relación con sus hijos siempre fue buena y que a pesar del divorcio gracias a Dios siguen bien. Cuando los padres están juntos y tienen problemas la mayoría de las ocasiones también hay problemas de relación con los hijos. Pero en este caso las malas relaciones entre los padres no logro desarreglar la relaciona de la madre con los hijos si no que al contrario están mas unidos y esto los fortaleció.

Con el ex esposo la relación desde hace mucho tiempo viene siendo mala, discutían por cualquier motivo. Ahora después del divorcio no hay ningún tipo de relación y cuando la madre logra hablarle aunque ella quiere hacerlo mas tranquilamente el sigue agrediéndola y sacándole en cara que solo le pide dinero. Las relaciones entre las parejas con el tiempo se van desgastando y si los dos no luchan por mantener lo poco que queda llegara un momento que se pierda completamente el ánimo y el deseo de seguir juntos.

Emocionalmente la madre cuenta que se siente tranquila ya que considera que la decisión de haberse separado fue lo mejor para los dos, la lectura de los consejos le ayudo a comprender que fue mejor estar separados ya que vive mas tranquila tiene paz en su casa y no vive más en peleas y que sus hijos estén viviendo esta situación . La madre no ha buscado ayuda en ningún lado solo ha leído la guía de consejos y comenta que le ayudo bastante en las áreas que ella necesitaba. Los consejos que mas ella necesita son respecto al valor que tiene como persona, ya que después de un proceso de divorcio la mujer queda muy dolida y piensa que pierde su valor como persona y ya no le importa a nadie, también que perdió su estabilidad emocional y eso no le ha permitido superar esta etapa, aun siente amargura en su corazón y se deprime con facilidad. La lectura de consejos le ayudo en algunas áreas pero en otras no ha logrado mejorar, considero que necesita una ayuda psicológica mas personal.

#### Caso # 5

La relación con los hijos es buena se llevan bien. Tienen los problemas normales entre madre e hijos pero en general tienen buena relación. La madre cuenta que la relación con su ex cónyuge es y sigue siendo regular, en ocasiones bien y en otras ocasiones habían peleas fuertes. Después que leyó la guía de consejos le comentó a él y le pidió que él también los leyera para que por lo menos pudieran mejorar la relación para cuando tuvieran oportunidad de platicar pero él sigue igual y la madre refiere que ella trata de estar bien con él aún no estando juntos. La madre manifiesta una actitud positiva respecto a tener una comunicación efectiva aún cuando ya no vivan juntos podría decirse que ella procura tener una comunicación saludable pero él sigue manifestando que ya no le interesa y eso no permita que ni siquiera las situaciones de los hijos las puedan tratar en paz.

Respecto a como se siente ella manifiesta que antes de la lectura de consejos se sentía desorientada, confundida y muy triste, después de la lectura de consejos siente que le cuesta cambiar de actitud ante todo lo que está pasando, siente que le ha ayudado a estar más tranquila. La madre buscó ayuda con un abogado y platicó mucho con su mamá para recibir consejo, también fue a la procuraduría de los derechos humanos y la refirieron con una psicóloga con la cual está recibiendo terapia. Cuando la madre está consciente que necesita orientación en este momento de crisis y busca la ayuda es un gran paso para iniciar el camino de salir exitosamente del proceso de divorcio y que las consecuencias no sean tan devastadoras.

En el área que esta madre necesita más apoyo es en entender el valor que tiene como persona a cuidar y querer más de sus hijos ya que según ella es lo único que le quedó.. También le cuesta entender y aceptar porque sus hijos no pueden tener un hogar normal como los demás. No logra entender porque fracasó su matrimonio, le surgen muchas dudas. La lectura de la guía de consejos le ayudó a entender que a veces no se puede evitar pasar por esto del divorcio y que tiene que aprender a sobrellevar las consecuencias, aunque le cueste mucho todavía.

El divorcio no es el objetivo de muchos matrimonios pero en ocasiones es la salida más saludable para ambas partes, es normal que como no se buscó, no era lo que se esperaba nos cause siempre desconcierto y muchas dudas tales como por qué pasó y como fue que pasó, y teniendo un pensamiento de que pasará en el futuro. Es normal ese cúmulo de sentimientos encontrados. Lo que no es normal es que la madre no logre superar esta etapa después de haber obtenido ayuda de varias fuentes. Ya que si

no logra superarse y tomar conciencia del papel como madre formadora, el estado emocional en que se encuentre repercutirá negativamente en sus hijos.

#### Caso # 6

La madre del presente caso tiene un único hijo de dos años de edad, ella manifiesta que ella lo trata con mucho cariño y siempre quiere darle lo mejor. Con el ex esposo siempre tuvo problemas se trataban mal y por el futuro de su hijo ella decidió terminar la relación que desde un inicio fue problemática ya que su boda no fue por amor si no que porque ella resultó embarazada y el fue obligado a casarse. Después de la lectura de la guía de consejos la comunicación sigue igual solo hablan lo necesario y la mayoría de veces resultan peleando, ella manifiesta que cada vez es peor.

Los matrimonios que inician mal es muy difícil que puedan estar bien, ya que fue por obligación no se sienten comprometidos y cuando vienen los problemas no están en capacidad de soportarlos ya que su cimiento no es fuerte y sus intereses son diferentes.

La madre refiere que antes de leer la guía de consejos se sentía muy mal, deprimida. Después de la lectura de la guía trata de estar más tranquila, pensando que fue mejor así y piensa que mejor no se hubiera casado nunca porque para ella fue un mala experiencia, lo único bueno de todo esto es su hijo, a quien quiere y valora mucho.

Cuando se debe de tomar la decisión tan importante como lo es el matrimonio se tiene que pensar muy bien en los inconvenientes que puede traer el llegar a realizarlo, menos aún cuando una de las dos partes no está del todo convencida de la responsabilidad que se adquiere. En estos casos es mejor abstenerse ya que si se llega al matrimonio en esas condiciones después se lamentamos las consecuencias.

La madre antes de leer los consejos no había buscado ayuda en ningún lugar, solo leyó el folleto y comenta que no tienen tiempo ni dinero para ir en busca de ayuda en psicólogo.

Las personas por múltiples razones no buscan ayuda o asesoría para tratar de superar esta etapa aunque vean la necesidad, ya sea por falta de tiempo o por no tener los medios económicos para hacerlo y esto hace mas difícil el superar de una manera mas sana la problemática que conlleva el divorcio.

Después de la lectura de los consejos siente que si le ayudaron a estar un poco mas tranquila y pensar mejor las cosas, a entender que la vida tiene que continuar, esto le

permitió encontrar un alivio el saber que con ayuda puede superar este difícil y doloroso proceso.

Manifiesta que en las áreas que necesita más ayuda en como salir adelante ella con su hijo y que lo puede hacer sola.

#### Caso # 7

La relación con sus hijos siempre ha sido buena y en el proceso de divorcio cree que están mas en paz y que todos se han ayudado.

Cuando se tienen relaciones afectivas estables con los hijos y esta familia pasa por el proceso de divorcio muchas veces son beneficiadas las relaciones porque se procura estar mejor y hay un afianzamiento y mas unión.

Antes de la lectura de la guía la relación con el esposo estaba muy mal porque se dejaron de hablar y después de la lectura de consejos la madre trata de comunicarse con él, pero se comporta de igual manera, indiferente con ella y con los hijos, no mejoro en nada la relación y ella piensa que él se siente más liberado ahora que ya no están juntos.

Emocionalmente la madre refiere sentirse bien consigo misma, aprendió a estar así ya que perdió toda relación con el esposo. Después de leer los consejos de la guía le ayudó a ver las cosas de forma diferente ya que al dejar de ver a su ex cónyuge le dio pasa a ella y a sus hijos. Entendió que debe perdonarlo por lo el daño que le hizo a ella y a sus hijos al abandonarlos.

En ocasiones las mujeres experimentan un conformismo ante la problemática que están pasando y adoptan una actitud pasiva, aunque esto no es precisamente lo que están sintiendo, puede ser un mecanismo de defensa para ya no permitir que les hagan daño.

La madre es cristiana y manifiesta que le deja únicamente le deja a Dios la vida de ella y la de sus hijos. Asiste regularmente a una iglesia cristiana y al escuchar la palabra de Dios le da fortaleza.

Fue bueno que la madre leyera la guía de consejos ya que se le brindó otras alternativas para que ella pueda tener otra visión de la vida.

La madre del presente caso considera que esta bien a pesar de estar pasando por el proceso de divorcio aunque leyó los consejos de la guía le dio mas importancia a la ayuda espiritual que está teniendo, por lo que no refirió la eficacia de los consejos de la guía.

#### Caso # 8



La madre de este caso solo tiene un hijo de dos años y cita que la relación que tiene con su hijo debido a la tensión que le causó la separación y el divorcio en ocasiones no le ponía la atención debida y lo trataba mal. La relación con su ex esposo era difícil ya que ella mantenía económicamente el hogar y también era la que propiciaba el mantener bien el matrimonio. Él se fue a otro país y solo se comunica por teléfono se hablan bien, pero como se platican de cómo está el niño.

Muchas veces las relaciones se desgastan porque se va perdiendo el interés por alguna de las dos partes, como en este caso la madre refiere que ella era la que mantenía económica y emocionalmente el hogar ella se cansó de esa situación y prefirió dejarlo, él aprovechó para viajar lejos y abandonarlos completamente.

Emocionalmente manifiesta que se siente bien y segura de lo que está haciendo. Después de leer los consejos de la guía se siente más tranquila de saber que tenía que ser así y que ya no se podía seguir juntos y fue lo mejor para los tres.

Ha buscado ayuda con un psicólogo y dice que le ha ayudado bastante y le llevó la guía de consejos y la leyeron juntos y él le iba explicando y eso le ayudó mucho.

La lectura de la guía es más eficaz si se complementa con la terapia psicológica los resultados se verán más rápidamente y poder así salir más rápido de la crisis.

La madre cree que necesita más orientación ya que está preocupada por su hijo, ya que constantemente pregunta por su papá y cuando hablan por teléfono le dice muchas cosas al hijo y el niño quiere que su papá vuelva. Respecto a ella dice estar bien aunque a veces se siente triste pero se repone luego cuando viene a su mente que la mejor decisión que tomó.

#### Caso # 9

La relación de la madre con sus hijos antes estaba muy mal ya que vivían con mucho temor porque el papá los trataba muy mal y a ella también y eso generaba relaciones tensas. Después de la lectura de la guía y que el papá ya no está con ellos están más tranquilos, sus relaciones han mejorado y aunque algunas veces pelean es porque todavía están muy afectados por la separación.

Cuando la madre tiene constantes peleas con el esposo y los hijos se dan cuenta de eso, los hijos sufren pierden la ilusión y sus corazones se dañan y algunas de las consecuencias puede ser la rebeldía y mala conducta con la madre incluyendo la escuela o en otros círculos sociales donde se desarrollen los hijos.

La relación con el ex esposo desde hace muchos años fue muy mala, constantes peleas, faltas de respeto. En el hogar no había paz, él siempre llegaba molesto y remataba con los hijos y la esposa. Ahora que están separados él está asistiendo a una iglesia evangélica trata de buscar a sus hijos y esta mejor, pero a los hijos les cuesta mucho tener una buena relación con el ya que como cuando vivían juntos no se fomento el amor y respeto si no que al contrario inseguridad temor y desamor, y los hijos se formaron de esa manera viendo un padre autoritario y abusivo, será muy difícil que crean que el es diferente.

La madre refiere que antes de la lectura de la guía de consejos ella se sentía muy triste, desconsolada, confundida, aturdida y con mucho temor sobre su futuro. La lectura de consejos le ayudaron a saber que ella no tiene necesidad de un hombre para salir adelante más de un hombre que solo la maltrato y nunca la hizo feliz a ella ni a sus hijos, considera que no será fácil pero si se lo propone va a salir adelante ella y sus hijos.

Se puede ver que la guía de consejos cumplió su objetivo en esta madre de orientarla y proporcionarle herramientas para mejorar su situación en su hogar consigo misma y con sus hijos.

La madre cuenta que ha buscado ayuda en una iglesia cristiana.

Al buscar ayuda la madre manifiesta ya la necesidad que tiene de buscar solución a lo que le está sucediendo el darse cuenta que sin ayuda no va a poder salir adelante es muy bueno porque ya es un gran avance en la búsqueda de soluciones.

Después de la lectura de los consejos cree tener una mentalidad más positiva y del valor que tiene como persona y que por mas difíciles que parezcan los problemas tienen solución.

Con los problemas familiares y cuando hay ofensas y faltas de respeto en la pareja, la madre normalmente va cayendo en depresión y su autoestima se ve afectada porque el esposo se ha encargado de írsela bajando constantemente con los malos tratos verbales y en ocasiones físicos, es por eso que cuando ella tiene una ayuda para que logre subir su autoestima y recupere la confianza en si misma, los demás aspectos serán más fáciles de solucionar.

En las áreas que necesita más ayuda la madre refiere es de cómo salir adelante y estar bien con sus hijos , aún después de la lectura de la guía muchas cosas cambiaron en ella pensar que el divorcio no le tiene que quitar el deseo de vivir, puede deprimirse pero pensar que será pasajero porque tiene que salir de esto.

Cuan la madre logra superar poco a poco los aspectos que mas le afectan estará yendo por el camino correcto que le permitirá lograr la estabilidad que tanto anhela.

#### Caso # 10

La relación con sus hijos fue y sigue siendo buena ya que son unos hijos muy obedientes y después que el papá se fue se han unido mas.

Muchas veces la misma situación de tensión en el hogar y las peleas constantes de los cónyuges afecta la relación con los hijos y se vuelve mas conflictivo pero cuando el padre se va la madre se siente mas tranquila y los hijos también uno de los resultados saludables es que les ayuda a los hijos y la madre a unirse y comprenderse mas.

La relación con el ex cónyuge siempre fue muy mala ofensas y peleas constantes, ahora que ya no están juntos ella trata de no pelear con él y las pocas veces que hablan ella trata de llevar la fiesta en paz.

La madre cuenta que antes de la lectura de la guía ella se sentía triste, decepcionada, confundida y con muchos temores tales como pensar que va a ser de ella y de sus hijos sin el apoyo de un hombre, como poder salir de esta situación sola. Después de la lectura de los consejos se siente mas liberada y como él ya no esta con ellos se siente mas tranquila y sus hijos también ya que no están viendo mas peleas.

La liberación es la sensación que experimentan los miembros de la familia que han pasado por un proceso doloroso de sufrimiento dentro del hogar y luego el divorcio y cuando la persona que genera ese sufrimiento ya no esta con ellos llega a ellos la liberación emocional y los hace estar tranquilos.

La madre cuenta que antes de leer la guía de consejos no había buscado ayuda ya que no contaba con el tiempo para hacerlo y que después de leer la guía entendió la importancia de buscar ayuda y lo bien que le hace a la madre saber que no esta sola de que muchas mujeres han pasado por esto y que hay solución a sus problemas, siente un gran alivio al ir comprendiendo que todo lo que esta pasando es duro, normal en estos casos pero que una salida.

La lectura de la guía también le ayudó a saber valorarse como persona y que de lo que la madre sienta y haga dependerá como sus hijos tomen la vida que les ha tocado vivir, que tiene la responsabilidad de que a ellos no les afecte más de lo que les ha afectado. Saber que el divorcio no es el fin de su vida que ha pesar del gran dolor y confusión que sentía puede con la ayuda de Dios salir adelante.

#### CASO # 11

La madre consultada refiere que la relación con sus hijos es buena, aceptable, aunque se ha visto deteriorada debido al proceso de divorcio. Los niños están pequeños y no se han dado cuenta de lo malo que era estar con su papá y mamá juntos. La relación con su ex cónyuge actualmente está deteriorada, fría, lejana e insoportable. Le resulta doloroso aceptar el fracaso matrimonial, pero está consciente que necesita apoyo y orientación para sobre llevar esta situación. Hay sentimientos de inferioridad, baja autoestima, tristeza y miedo por enfrentar sola el futuro. Después de haber escuchado y haberle presentado la Guía de orientación, la madre ha comenzado a aceptar su situación actual, ha comprendido que será difícil seguir adelante pero no imposible, que con apoyo para ella y sus hijos todos saldrán adelante, encontrando alternativas y soluciones a sus problemas.

#### CASO # 12

La relación familiar se ve seriamente perjudicada en un proceso de divorcio, tanto a padres como a hijos les resulta difícil llevar una buena comunicación. Cómo explicarles a cuatro niños de diferentes edades que las constantes peleas e insultos entre sus padres es causa de que ya no puedan vivir juntos, que será necesario que se separen, que vivan lejos uno de los otros y que pese a eso, seguirá siendo su padre. La madre se siente sola, rechazada, con dificultad para cumplir con las necesidades básicas de sus hijos, el único apoyo que ha recibido es del resto de su propia familia o amigos. Actualmente busca más ayuda profesional para poder enfrentar este proceso de una forma objetiva, con la preocupación de hacer las cosas bien, para no dañar, más, emocionalmente a sus hijos. Después de la presentación de la Guía de orientación la madre comenta que comprende que debe mejorar la comunicación entre ella con el ex cónyuge para poder buscar alternativas de solución a los problemas por el bienestar de los hijos, se ha sentido escuchada y comprendida; con ideas o sugerencias para poder ir superando este proceso de divorcio de una manera más sencilla para todos los miembros de la familia.

#### CASO # 13

Esta madre comparte que de un tiempo para acá su situación familiar se ha visto afectada por los problemas que conlleva un proceso de divorcio. La relación con su ex cónyuge es muy mala, rodeada de insultos, gritos y agresión verbal y física. De la cual, los hijos han sido los testigos y principales perjudicados. La madre ha experimentado sensaciones de dolor, miedo, fracaso, desesperanza, cólera e impotencia al no poder dar una solución favorable a estos problemas. Su principal preocupación es no poder cuidar y orientar adecuadamente a sus hijos, el sentirse perturbada emocionalmente no le permite visualizar que hay otras salidas al problema que le aqueja. La lectura y explicación de la Guía de orientación le ha proporcionado una esperanza de solución, se ha sentido motivada a aceptar y buscar ayuda profesional y espiritual para ella y sus hijos.

#### CASO # 14

En este caso, la relación entre madre e hijos ha sido muy buena, los hijos tiene poca edad y aparentemente se han conformado con la separación de sus padres. Entre la madre y su ex cónyuge ya no existe tolerancia, ni entendimiento, la relación y comunicación se volvió inaccesible. Emocionalmente la madre se ha visto afectada, agobiada, triste, desesperada y sola. La incertidumbre del futuro, la preocupación de dejar a sus hijos solos para ir a trabajar es algo que le preocupa a la madre, ya que ahora, ella a cargo de sus hijos es necesario que aporte a su hogar económicamente. Por pena, vergüenza a su situación esta madre no ha buscado ayuda profesional, la madre en una situación como esta, debe informarse de sus derechos y obligaciones a nivel legal, emocional y espiritual. La lectura de la Guía de orientación apoya a la madre con consejos y sugerencias de cómo actuar ante situaciones difíciles de solucionar, tanto con los hijos como con el ex cónyuge, para enfrentar de una manera menos dolorosa el proceso de divorcio.

#### CASO # 15

La madre consultada, al respecto de su problema de divorcio, compartió con nosotros que ya desde hace más de un año la relación con sus hijos y ex cónyuge es mala, se fue deteriorando al mismo ritmo que su matrimonio, situación que le ha provocado depresión, frustración, miedo, temor, enojo y baja autoestima.

La madre refiere que se ha sentido con muchas dudas, temerosa de no ser capaz de enfrentar los problemas de ser una madre sola a cargo de la responsabilidad moral, social y económica de sus tres hijos.

Hasta el momento no había buscado ayuda por falta de tiempo, ya que tiene que invertir mucho tiempo en su trabajo, para aportar más económicamente a su hogar. Los aspectos a ser orientados y fortalecidos son muchos, pero los que más le preocupan a esta madre, son los relacionadas con sus hijos. Después de compartir con ella la información de la Guía de orientación se ha mostrado más interesada en buscar apoyo para sus problemas. La orientación profesional debe ser impartida a todos los miembros de la familia, pero la madre es un punto clave de este estudio, por lo que los consejos y sugerencias van dirigidos a ella y fortalecer la confianza en sí misma.

#### CASO # 16

Mi hijo está pequeño y aun no hace preguntas al respecto de nuestra situación con su papá, relata esta madre. Se cree que por pequeño el niño no entiende o que por eso no le afectan los problemas entre sus padres, gran error. Todo niño tarde o temprano presenta secuelas que lo marcarán en su desarrollo social, psicológico y emocional. La madre comenta que la relación con su ex cónyuge se torno inaguantable, humanamente insoportable: gritos, reproches, insultos, mal tratos eran los fieles acompañantes de los últimos meses juntos, hasta que se tomó la decisión de separarse. Después de esa tormenta acompañó a la madre por mucho tiempo la sensación de minusvalía, temor, angustia, frustración, depresión que la llevó a un desequilibrio emocional, al punto de pensar en el suicidio. La ayuda que en esos momentos recibió no fue la adecuada, amigas, madre, familiares opinaban acerca de lo que debía de hacer o dejar de hacer.

Hasta que comprendió que debía buscar alternativas de solución a su problema. Primeramente se acercó más a su iglesia, recibió apoyo espiritual de su pastor. Oportunamente aceptó conversar con nosotras y luego de escucharla y compartir la Guía de orientación la madre comprendió que pese a su situación, ella es valiosa y debe estar preparada para guiar con sabiduría a su hijo en un futuro, aceptó asesoría legal y está dispuesta a continuar con apoyo psicológico profesional para ella y su hijo.

#### CASO # 17

¿Cómo era su relación familiar un año atrás? Con mis hijos buena, al inicio de los problemas se afectó un poco: contestaban, se mantenían mal humorados, rebeldes, intolerantes. Pero la relación que tengo con Dios me ayudó a encontrar el camino, quizá no el más adecuado, pues terminamos en un divorcio, situación que hubiera querido evitar, pero era más problemático continuar juntos. Es cuestión de madurez y comprender que una relación puede fracasar y es entonces cuando ambos padres deben sopesar todos los daños que transmiten a sus hijos con exponerlos a continuos pleitos, gritos, desacuerdos, malos tratos, desconfianzas, acusaciones. Definitivamente es un proceso triste y doloroso para todos, se experimentan sensaciones de frustración, dolor, incertidumbre, vergüenza ante los demás por las situaciones desagradables que se generan a causa de la pésima relación. No he tenido ayuda profesional, más que la de Dios, pero aceptaría consejos o sugerencias que ayuden a enfrentar de mejor manera la situación tan difícil que le toca a pasar a muchas mujeres. La madre refirió que sintió mucho apoyo con las conversaciones que realizamos, los consejos de la Guía de orientación le ha permitido a esta madre encontrar alternativas y diferentes soluciones a situaciones que ha tenido que enfrentar en el proceso de divorcio. Es importante que la madre comprenda que es una persona importante para el adecuado desarrollo de sus hijos y por la autoestima de ella misma.

#### CASO # 18

Mis hijos se ha visto muy dañados por la situación familiar debido a los problemas de divorcio. Se ha involucrado en problemas de agresión física, verbal, emocional. La situación era inaguantable, al extremo de llegar a la violación por parte del ex cónyuge. Los hijos ignoran mi autoridad, constantemente pelean entre ellos y conmigo. El tiempo que debo ausentarme para trabajar me ha alejado más de mis hijos, ya no puedo supervisar que hacen durante el día, la comunicación se ha deteriorado. El padre ni se interesa por conversar con ellos, ni informarse que hacen para aconsejarlos, la relación con él es deficiente y cuando se platica son cosas exclusivamente de los niños. Es triste pasar por situaciones como estas se siente impotente, inferior, temerosa, incapaz de solventar las necesidades físicas y económicas de la familia que esta a mi cargo. Estoy preocupada por lo que viene por delante. No he podido buscar ayuda profesional para que me asesore al respecto de mi situación. Obviamente la madre está muy afectada, la presentación de la Guía de orientación le ha llevado a la reflexión de buscar soluciones a su problema, le ha

demostrado que hay alternativas positivas por las cuales optar para salir de este triste episodio de su vida. Los consejos de la Guía le presenta sugerencias que puede poner en práctica cuando se vea enfrentada a situaciones similares. Es además, el primer apoyo con el que esta madre cuenta para recapacitar y buscar apoyo profesional en su caso.

#### CASO # 19

En este caso la madre ha comentado que el proceso de divorcio se dio en términos de mutuo acuerdo para la separación, los padres optaron por separarse en el momento que aceptaron que debían velar por el bienestar de la familia. Los hijos resintieron la ausencia del padre, pero lo visitan con frecuencia y él está comunicándose constantemente con ellos. Mi relación con él es mínima, procuro no entablar comunicación cuando no hay necesidad para no afectar la nueva relación que tiene con otra persona.

Quizá más adelante los hijos pregunten e indaguen qué fue lo que sucedió, espero tener las respuestas correctas para entonces. La madre comenta que al escuchar nuestras pláticas y leer las sugerencias y consejos de la Guía de orientación se sintió identificada con muchas de las situaciones que allí se describen, considera que es muy útil compartir con alguien el problema que le afecta y pensar que hay otras personas que han pasado por situaciones similares a la de uno y han logrado salir adelante.

#### CASO # 20

Durante el proceso de divorcio, es difícil hablar del tema, más con los hijos que se ven en medio de dos bandos. La comunicación con los hijos se ve afectada, se altera por tanta confusión de roles y lucha de poderes por la autoridad y la razón. Con el ex cónyuge es mala, no se puede conversar para llegar a acuerdos razonables.

Todo el proceso se ve afectado por sentimientos de dolor, tristeza, frustración, baja autoestima, falta de respeto, violencia física, emocional y psicológica para todos los miembros de la familia. La madre es uno de los factores más sensibles, por lo que se debe elaborar herramientas que ayuden a la madre a encontrar soluciones prácticas y fáciles de aplicar, que puedan servir de soporte y la conduzcan a buscar ayuda profesional para ella misma y así estar más preparada para enfrentar las situaciones que le tocarán vivir a lo largo del divorcio y cuando se vea a cargo de su familia como madre sola. La Guía de orientación proporcionó a esta madre cierto alivio y la motivó a solicitar apoyo profesional.



Se presenta una interpretación y un análisis general de las situaciones, sentimientos y opiniones que se presentan en un proceso de divorcio:

El presente estudio se realizó en la Escuela Nacional Urbana Mixta # 124 “Juan José Orozco Posadas”, tomando como base, el criterio de muestra intencional o de juicio conformado por 20 madres que están en proceso de divorcio entre las edades de 20 a 40 años, con nivel de escolaridad media y nivel socioeconómico bajo.

Luego de haber recabado y confrontado la información obtenida a través de las entrevistas, antes y después de la lectura de la “Guía de orientación a la madre en proceso de divorcio con respecto de la nueva situación en su hogar”. Se procede a analizar e interpretar los resultados de las mismas. Según referencia de las madres consultadas una de las áreas afectadas en el proceso de divorcio es la relación entre madre e hijo. La comunicación se convierte en algo difícil de manejar, se torna hostil e intolerante lo que propicia un deterioro emocional entre los miembros de la familia.

La relación entre la madre y el ex cónyuge es otro factor difícil de llevar; se convierte en una situación insoportable, pero inevitable, por lo que la guía proporcionó a la madre sugerencias para que esa comunicación se lleve a cabo de una forma más positiva por bienestar de ellos y de los hijos.

Antes, durante y después del proceso de divorcio la madre experimenta diferentes emociones y sentimientos que la perturban psicológica y emocionalmente. La tristeza, la baja autoestima, preocupación, desesperación, inseguridad, depresión, sensación de fracaso, dolor, impotencia de resolver algunas situaciones, desequilibrio económico, inestabilidad emocional e incertidumbre por el futuro, son manifestaciones que influyen en la personalidad, carácter y temperamento de la madre; afectando directamente a los hijos que están a cargo de ella, imposibilitando una orientación o formación adecuada para ellos. Por lo que concluimos que existe en las madres la necesidad de apoyo y ayuda pronta. Consideramos que la “Guía de Orientación a la madre en proceso de divorcio con respecto al manejo de la nueva situación en el hogar” Alcanzó el objetivo de proporcionar a la madre otras alternativas de cómo actuar y enfrentar este doloroso proceso. La madre comprendió que no está sola, que pese a su situación actual puede salir adelante, que existen alternativas de solución a su

problema. Llevó a la reflexión a la madre en cuanto a la importancia que tiene ella en la formación de sus hijos. Así como en la estabilidad emocional y personal para ser un modelo positivo para la familia a su cargo.

Proporcionó consejos prácticos y fáciles de aplicar para que la comunicación y la relación entre madre e hijo se lleve a cabo de una forma más efectiva, le dio ideas de cómo actuar ante circunstancias difíciles de este proceso y así disminuir el daño o deterioro en la relación y formación de los hijos.

Algunas madres comparten que se han sentido escuchadas y orientadas ante este proceso. Algunas de ellas han buscado más apoyo a nivel personal, laboral y espiritual, han mejorado su relación con sus hijos, procuran poner en práctica los consejos cuando conversa con su ex cónyuge para no propiciar situaciones dañinas.

Otras madres no han encontrado apoyo alguno a su situación aún después de la lectura y explicación de la Guía de orientación.

## CAPITULO IV

### CONCLUSIONES

- 1.- Basándose en el análisis e interpretación de los casos estudiados para la realización de la presente investigación, concluimos: que se alcanzaron los objetivos propuestos al inicio, ya que las madres a través de los testimonios refieren haberse sentido escuchadas y orientadas en las áreas que necesitaban más apoyo.
- 2.- La madre no cuenta con orientación que le permita reconocer el valor que posee como persona y mujer pese a la situación que esta pasando.
- 3.- El proceso de divorcio afecta directamente a todos y cada uno de los involucrados. La madre es uno de los miembros más afectados, por lo que se debe contar con instrumentos que la orienten a cómo enfrentar de una mejor manera la situación actual.
4. La madre debe contar con información acerca de las instituciones públicas o privadas que le pueden ayudar o asesorar legalmente según sea su caso.
5. La madre debe recibir información y formación acerca del tema, a través de diferentes medios de comunicación u otras instituciones que se dediquen a trabajar por la salud mental de las familias.

## RECOMENDACIONES

- 1.- Los miembros del núcleo familiar deben de buscar soluciones a sus problemas a través del diálogo, información y ayuda profesional.
- 2.- Las madres donde el divorcio es ya un hecho deben tomar una actitud madura, ayudando a los hijos a superar la situación de separación.
- 3.- La madre debe auto-valorarse y comprender el valioso papel que tiene como madre y mujer.
- 4.- La madre debe buscar soluciones o posibles alternativas para sobrellevar de una manera adecuada el control de la situación emocional y personal.
- 5.- Que los centros educativos cuenten con una Escuela para Padres donde se les oriente periódicamente acerca de temas familiares y la relación de éstos con la formación integral de sus hijos.
- 6.- En los hogares donde el divorcio es un hecho, la madre necesita ser orientada para buscar apoyo profesional, y así enfrentar de una mejor manera su situación actual.

## BIBLIOGRAFÍA

- 1.- Achaerandio, S. J. “Iniciación a la práctica de la investigación”  
Fortalecimiento Académico de las Sedes Regionales (PROFASR), Universidad  
Rafael Landivar. Quinta edición  
1,992
- 2.- Ajurriaguerra, de J. “Manual de Psiquiatría Infantil”  
Editorial Mason, Traducción al castellano por Aurelio López-Zea, capítulo  
XXII Pág. 769, 770, 783, 784 y 785.  
España 1983
- 3.- Arango Granados, Vilma Eloisa “Desintegración Familiar y  
manifestaciones Agresivas” Tesis Lic. En Psicología  
Universidad de San Carlos, 1,991
- 4.- Attié, Thalía , “Manual Para los Hijos que Quieren Contribuir con la  
Educación de sus Padres”  
Editorial Trillas, México 1,991  
Pág. 76,77,78 y 79
- 5.- Dorsch, F. “Diccionario de Psicología”, editorial Herder 1,981
- 6.- Gardner, Richard A. “Las preguntas de los niños sobre el  
divorcio” Editorial Trillas, México 1,995.  
Pág. 35,37, 43, 75, 89, 115.
- 7.- Gerald H. E Ivan Zuk. “Terapia Familiar y familias en conflicto”  
Editorial Fondo de Cultura Económica, 1,985
- 8.- Hernández Sampiere Roberto, Fernández Collado Carlos  
Metodología de la investigación  
Editorial Mc Graw Hill, México D. F. 2001 segunda edición

- 9.- Howse Kevin, “Guía para la dicha familiar” Editorial Colombiana 1,998 Pág. 4,5,6,10,11, 22,23,24
- 10.- Marc I. Ehrlich, “Los esposos las esposas y su hijos” Editorial Trillas 1,994 Pág. 25, 63-67.
- 11.- McKay, Matthew Dr. , Rogers, Peter “El libro del divorcio y la separación” Editorial Robin Book año 2,000 Pág. 13-18, 74-78, 108-116, 155-166
- 12.- Lawrence C. Kolb, “Psiquiatría clínica moderna” Editorial Científica, 1,985

# ANEXOS

## ENTREVISTA

- 1.- ¿CÓMO ERA SU RELACION FAMILIAR UN AÑO ATRÁS CON SUS HIJOS?
- 2.- CON SU EX CÓNYUGE?
- 3.- CÓMO SE SIENTE EMOCIONALMENTE EN ESTE MOMENTO?
- 4.- HA BUSCADO AYUDA?
- 5.- ACEPTARIA ORIENTACIÓN POR MEDIO DE LA LECTURA DE CONSEJOS?
- 6.- EN QUE ASPECTOS NECESITA MAS ORIENTACIÓN?



## **RESUMEN**

La desintegración de la familia es un problema social que desencadena consecuencias negativas en la formación integral del niño. Por lo general es la madre quien queda a cargo de los hijos y es por eso que la investigación está encaminada a proporcionar ayuda a través de una guía de consejos prácticos y de fácil aplicación.

Para tal efecto se obtuvo la muestra de estudio a través del criterio intencional o de juicio, a un grupo de madres de una escuela primaria de la zona 6, aplicándose la entrevista (antes) para recolectar información y redactar la Guía de orientación a la madre en proceso de divorcio; la cual es comentada y presentada posteriormente. Tiempo después se aplica la entrevista (después), donde se evidencian cambios de actitud y conducta posteriores a la plática y lectura de la Guía para madres. Con lo cual se verificó la eficacia de la Guía evidenciando el alcance y logros de los objetivos.

# ¿ DIVORCIO..... Y AHORA QUE?

AUTORAS:

Lilian Nineth Rodríguez Salazar

Mirna Johanna Afre Ramos

## INTRODUCCIÓN

Generalmente, el divorcio es el resultado de un matrimonio que se ha dejado deteriorar. A las personas “locamente enamoradas” en un principio les empieza a disgustar poco a poco su pareja, debido a numerosas razones. En su trayectoria de divorcio, algunas parejas dejan víctimas en el camino, las cuales frecuentemente son los hijos.

Motivo por el cual es necesario proporcionar información que ayude a resolver de una manera adecuada las diferentes situaciones que se presentarán a lo largo del proceso del divorcio.

- Cuando finalmente el divorcio tiene lugar, la primera reacción que puedes sentir es alivio o pánico.  
El alivio se manifiesta cuando la separación ha sido un proceso largo y accidentado.  
Puede sentir pánico, miedo o temor al no poder enfrentar, frenar emociones o sentimientos que ponen en riesgo su estabilidad física y emocional.  
A algunas personas les inquieta descubrir que se descontrolan constantemente lo cual las conduce a súbitos ataques de ira, no obstante, esos ataques funcionan como una válvula de seguridad aportando un momento necesario de alivio.  
Afortunadamente la ansiedad no es continúa, a veces le puede inundar un sentimiento de optimismo y excitación ante la nueva vida y con la misma rapidez el optimismo se esfuma y volverá la inquietud y tensión habitual. Estas reacciones son naturales, parte del proceso de redescubrimiento a la situación actual. Si se intenta superar la ansiedad demasiado pronto solo se consigue prolongarla.
  
- Una reacción muy común es el miedo al abandono.  
Sorprendida, herida, rechazada, furiosa, traicionada; así suele sentirse la persona que ha sido abandonada. Pero a veces puede experimentar una sensación de tensión que ha acumulado durante mucho tiempo.  
La persona abandonada suele ser la que estaba más comprometida con la relación y dependía más de ella para obtener apoyo emocional o físico.  
El enfado es una reacción normal que contribuye a ocultar las sensaciones más dolorosas de no valer nada. Esta sensación es muy perjudicial psicológicamente, puede paralizar e impedir que se adapte a una nueva vida, es el principal camino a la depresión.
  
- El divorcio no debe quitarle la ilusión de vivir, no se acaba aquí la vida, debe recordar que sigue teniendo mucho valor, es una persona que merece ser respetada y vivir con dignidad.

- El divorcio puede verlo como una oportunidad de ser mejor y también de poder lograr sus metas personales.

- Debe perdonar a su cónyuge, porque el perdón es la llave a la felicidad.

Cuando llega el momento de la ruptura física y emocional con el cónyuge, es natural experimentar diversos sentimientos como dolor, rabia, desconcierto, tristeza, culpa, miedo; hasta que se llega el momento de iniciar una nueva vida.

El divorcio es duro para todos. No obstante es también una oportunidad para crecer, empezar el proceso de adaptación a una nueva forma de vivir, muchas mujeres encuentran fuerzas y recursos emocionales que nunca creyeron tener. Descubren que pueden sobrevivir a la soledad y a la pérdida.

Aprovechan la nueva situación para aprender sobre si mismas, hallan nuevas inquietudes, cambian su modo de vida, emprenden una carrera, amplían sus relaciones sociales, descubren lo que les sienta bien y hallan una vida que realmente las satisfaga.

El período del divorcio suele estar marcado por el dolor, sentimiento que nos permite descubrir, pensar, razonar y hallar soluciones de modo efectivo.

Para construir un nuevo camino debemos buscar el perdonar y olvidar el pasado, planificar un futuro.

Es muy importante que reconozca que usted es un ser único e irrepetible, que tiene mucho valor como persona, el hecho que no funcionara la relación de matrimonio, no es sinónimo que usted no sirva; no se culpabilice por la ruptura de su relación. Si su ex esposo bajó su autoestima es el momento de tener un pensamiento muy optimista, un cambio de actitud puede hacer la gran diferencia, en lugar de seguir hundiéndose en la depresión, angustia y dolor a una vida de nuevas oportunidades a ser feliz y reencontrar el camino para lograr la satisfacción.

Tenga muy presente que de la actitud que tenga usted frente al divorcio y sus consecuencias, esa misma actitud transmitirá a sus hijos. De usted y únicamente de usted dependerá la estabilidad emocional suya y de sus hijos.

- Necesita organizar las actividades de trabajo y del hogar de modo que le permitan tener tiempo para usted y sus hijos.

- Sea sincera con sus hijos en cuanto a sus sentimientos.  
Si expresa tristeza, confusión, dolor, enojo, es más probable que ellos también puedan expresar sus sentimientos. Estas expresiones son necesarias para mejorar la aceptación del divorcio. Trate de entender los sentimientos de sus hijos, como se sienten y cómo reaccionan ante el divorcio. Recuerde que la crisis causa más problema a los hijos, pues ellos sólo sufren las consecuencias del divorcio.
- Aprenda a escuchar a sus hijos, para apoyarlos emocionalmente.
- Permita a sus hijos hablar con el padre para que la relación permanezca lo más estable posible.
- No use a sus hijos como intermediarios de los desacuerdos entre usted y su ex pareja.
- Mientras menos problemas existan entre el padre y usted más posibilidad tendrán los hijos de aceptar el divorcio.
- Evite asustar a los niños, con amenazas o con las preocupaciones sobre el futuro.
- Sus hijos necesitan una guía firme, mucho cariño y su presencia constante.
- Explique claramente a sus hijos que ellos no son culpables del divorcio entre ustedes.  
Los extremos emocionales que siguen al divorcio ponen a la madre ante problemas y retos especiales.  
Uno de ellos y el que más nos interesa es la reacción y relación con los hijos. Son comunes los ataques de agresividad en los niños ante esta situación. El primer paso es hablar con ellos (utilizando el vocabulario adecuado a la edad del niño) haciéndole ver que es un proceso necesario para todos. No le hable mal a sus hijos del padre, no los

cargue emocionalmente con su cólera y tristeza. Trate la manera de estar calmada y de hacerles ver que el divorcio no fue algo que ellos quisieran pero como es inevitable deben asumir una actitud de entendimiento y tratar de comprender y asimilarlo lo mejor posible para que no les haga tanto daño.

El segundo paso es animar a sus hijos a que hablen de sus sentimientos ante la situación del divorcio.

Todos los miembros de la familia se encuentran bajo un ambiente de mucho estrés lo cual puede conducirlos a súbitos estallidos que terminan en un deterioro físico y emocional.

Entender que esas reacciones son normales, pero el tiempo deberá ir ayudando a asimilarlo y viendo con una actitud positiva lo que deben aprender a vivir.

Motívelos a que expresen lo que sienten, anímelos a sacar lo que tienen dentro eso les servirá de desahogo y hará que sus pensamientos se clarifiquen y será un gran paso para sobreponerse.

Se debe establecer y definir claramente cuales serán las medidas a tomar para poder llevar de mejor manera el divorcio de los padres.

Los niños podrán tener más capacidad de asimilación del divorcio cuando ven que se lleva racionalmente y que es una solución a los problemas de la familia. Se debe crear una atmósfera de comunicación abierta donde los hijos pregunten sus inquietudes y obtengan respuestas verdaderas de la situación que están viviendo.

- El dinero escasea, algunas amistades se pierden y ahora tienen que afrontar la vida sin el apoyo de su pareja, es necesario que considere que los gastos familiares aumentarán por lo que debe organizarse para cubrir las necesidades básicas del nuevo hogar

La nueva vida tras un divorcio, es sumamente incómoda. Hay tantas cosas a las que hay que adaptarse. La mayoría de mujeres deben afrontar cambios en su estilo de vida y a la pérdida de la capacidad adquisitiva.

Es momento de tomar decisiones y responsabilidades en el área personal, familiar y financiera. El no tener dinero para sufragar todos los gastos de la casa es un problema latente, por lo que de inmediato se debe estructurar un plan que les permita cubrir las necesidades básicas y priorizar los gastos.

- Busque ayuda profesional para que le oriente respecto a las obligaciones que tiene su ex pareja con usted y sus hijos.
  
- Platique con los maestros de su hijo (os) para informar sobre la nueva situación del hogar, pedir ayuda y apoyo para detectar alguna dificultad en el área escolar que se diera originada por el divorcio.
  
- Busque ayuda profesional (psicólogo, maestro, orientador espiritual, trabajador social) para resolver los cambios se puedan originar del divorcio.  
Durante el proceso de divorcio, el aislarse no es lo más adecuado, debe buscar ayuda y apoyo.  
No trate de salir sola de los problemas, tendrá amistades que le brindarán consejo, pero la ayuda de un profesional, maestro o guía espiritual le servirá para visualizar la situación desde un punto de vista neutral, real y sincero para conducirla a resolver situaciones que se le presenten en una forma correcta y oportuna.

Si necesitas ayuda, llama a cualquiera de los siguientes números de teléfono

1515

PROGRAMA DE PREVENCIÓN Y ERRADICACIÓN DE LA  
VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

1516

LINEA DE CRISIS EMOCIONALES

1555

PROCURADURIA DE LOS DERECHOS HUMANOS DEL NIÑO