

UNIVERSIDAD DEL TEPEYAC

**ESCUELA DE PSICOLOGÍA
CON ESTUDIOS RECONOCIDOS OFICIALMENTE POR
ACUERDO NO. 3213-25 CON FECHA 03-VI-1997
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

ELABORACIÓN DE UN INSTRUMENTO PARA DETECTAR LA ETAPA DEL DUELO EN QUE SE ENCUENTRAN LAS MUJERES EN PROCESO DE DIVORCIO

TESIS
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
PRESENTA

IVONNE DEL CARMEN VALLEJO SALAS



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

UNIVERSIDAD DEL TEPEYAC

ESCUELA DE PSICOLOGÍA
CON ESTUDIOS RECONOCIDOS OFICIALMENTE POR
ACUERDO NO. 3213-25 CON FECHA 03-VI-1997
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

ELABORACIÓN DE UN INSTRUMENTO PARA DETECTAR LA ETAPA DEL DUELO EN QUE SE ENCUENTRAN LAS MUJERES EN PROCESO DE DIVORCIO.

TESIS
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
PRESENTA

IVONNE DEL CARMEN VALLEJO SALAS

ASESORA DE TESIS:
LIC. MARÍA DEL CARMEN SEGURA MÉNDEZ
CÉDULA PROFESIONAL 2484990

AGRADECIMIENTOS

GRACIAS

A Dios por haberme dado la vida e indicarme este camino, rodeada de gente amorosa que me ha brindado su apoyo y ayuda incondicional dándome la oportunidad de realizar uno de los más grandes logros de mi vida, la culminación de mi carrera profesional.

A mis padres Antonio e Ivonne, por el amor, la alegría, la confianza que me han brindado en mi vida. Por esos ojos que con ternura y comprensión me miran. Por esos labios que cuyas palabras y sonrisas me alientan. Por esos oídos que me escuchan, por ese corazón que amistad, cariño y amor me dan. Y sobre todo por haber creído en mí, proporcionándome la más grande de la herencia que se pueda recibir, ya que con el cariño que me brindaron, hoy hacen posible estos momentos.

A mis hermanos Jorge, Bernardo y Felipe por su apoyo y estímulo en cada una de las etapas de mi vida, por contar con ustedes y sobre todo por ese gran amor que me ofrecen día con día.

A mi pequeño Doggy, quien siempre estuvo a mi lado dándome alegría con su compañía.

A mis tíos Carlos y Lolita por haber estado junto a mí en cada momento motivándome a culminar mis estudios en base al apoyo que siempre me concedieron.

A mis primos Deborah, Karla y Carlitos por el amor y apoyo que siempre encontré en ustedes y a ti Carlitos por haber sido parte de mi vida.

A mis amigos Alejandrito, Abril, Laura y Karina por haber mostrado interés en todo lo que hago y pienso, por estar conmigo en los buenos y malos momentos, simplemente por haberme brindado su amistad.

A mis compañeros Ashmid, Hilda, Norma y Paola por haber compartido conmigo esta gran experiencia de mi vida.

A mis maestros a quienes nunca podré pagarles los conocimientos adquiridos a su lado siendo estos incalculables, en especial a Carmen ya que me apoyó en todo momento, siendo un gran ejemplo a seguir.

A Edith Castañeda por la ayuda que me brindo para poder concluir este trabajo de tesis.

A todos los psicólogos que me apoyaron para lograr este trabajo de tesis.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I. PROCESO DE DUELO

Pág.

1.1 Definición de Duelo

2

1.2 Elaboración del duelo

7

1.3 Etapas del duelo

10

1.3.1 Negación	10
1.3.2 Ira / Culpa	13
1.3.3 Negociación	14
1.3.4. Depresión	16
1.3.5 Aceptación	17
1.4 Tipos de Duelo	18
1.4.1 Duelo Normal	19
1.4.2 Duelo Patológico	19
1.5 Determinantes del Duelo.	21

CAPÍTULO II. DIVORCIO

2.1 Definición del Divorcio	25
2.2 Historia del Divorcio	27
2.3 Causas del Divorcio	31
2.3.1 Inmadurez psicológica	32
2.3.2 Incompatibilidad de caracteres	33
2.3.3 Situación económica	34
2.3.4 La Infidelidad	35
2.3.5 Alcoholismo o Drogadicción	35
	Pág.
2.3.6 Homosexualidad	36
2.3.7 Sexualidad	36
2.3.8 Violencia Intrafamiliar	38
2.4 Tipos de divorcio	39
2.4.1 Clasificación Legal del Divorcio	40
2.4.2 Clasificación Psicológica del Divorcio	44

CAPÍTULO III. DUELO EN EL DIVORCIO

3.1 Definición de Duelo en el Divorcio	48
3.2 Etapas del duelo en el divorcio	50
3.2.1 Negación	51
3.2.2 Ira / Culpa	53
3.2.3 Depresión	54
3.2.4 Aceptación	55
3.3 Defensas frente a la separación	56
3.4 Consecuencias del Divorcio	58

CAPÍTULO IV. ELABORACIÓN DE UN INSTRUMENTO PARA DETECTAR EN QUE ETAPA DE DUELO SE ENCUENTRAN LAS MUJERES QUE ESTAN EN PROCESO DE DIVORCIO.

4.1 Objetivo del instrumento	62
4.2 Definiciones	63
4.3 Elaboración de reactivos	66
4.4 Análisis de reactivos	66
4.4.1 Validez	66
4.4.1.1 Validez de construcción	66
4.4.1.2 Validez de contenido	77
4.4.2 Norma de calificación	81
4.5 Instrumento de evaluación	82
4.6 Manual del Instrumento	82
CONCLUSIONES	88

BIBLIOGRAFÍA	95
--------------	----

ANEXO

1. Instrumento de duelo en el divorcio	101
2. Hoja de calificación	103
3. Hoja para graficar	104
4. Validez de contenido	105
5. Tabla de validez de contenido	110

INTRODUCCIÓN

El hombre; por su propia naturaleza, tiende a buscar una pareja del sexo opuesto para formar una familia, en dicha búsqueda, encontramos que a lo largo de la historia de la humanidad se ha dado el matrimonio, que es la unión de dos personas con la finalidad de conformar una familia; el matrimonio proviene de la idea de emparentar con una persona para toda la vida, sin embargo, muchas de estas uniones no logran consolidarse por lo que se ven en la necesidad de separarse. Dicha separación es conocida como divorcio. Por lo que se puede distinguir que el divorcio es la disolución del vínculo del matrimonio debido a la ruptura del afecto entre los cónyuges. Este proceso de separación es muy duro y lento para los cónyuges, debido a que confronta a la pareja que lo vive, con la triste realidad de que la unión no es real sino quebradiza.

En la actualidad el divorcio se ha convertido en algo tan común. En la última década encontramos que los divorcios han aumentado considerablemente, las estadísticas hechas por el INEGI arrojan que de cada 100 matrimonios el 11.8 se divorcian. Las causas pueden ser diversas, sin embargo un divorcio nunca es planeado y como resultado la mayoría de la gente experimenta un gran dolor, manifestando consecuencias psicológicas que afectan a la persona, como pueden ser depresión, disminución de la autoestima, negación, confusión, inquietud, oleadas de angustia aguda, pensamientos obsesivos, ansiedad de separación, estrés prolongado, culpa, etc.

A pesar de ello, el divorcio en México no ha recibido la atención adecuada. Hoy en día encontramos que los estudios hechos por psicólogos en su mayoría se encuentran enfocados a las repercusiones en los hijos. Sin pretender restar importancia a estos estudios, es indispensable ofrecer una ayuda psicológica a las parejas involucradas para superar la pérdida tanto física como emocional de la pareja, la cual siempre es dolorosa y necesita un tiempo y un proceso para volver al equilibrio normal. Es por ello, que el divorcio debe ser equiparado como un proceso de duelo. Debido a que cuando se efectúa un divorcio se presenta un duelo que es un sentimiento subjetivo que aparece tras la pérdida de una persona o cosa amada asociándose a síntomas físicos y emocionales, el cual puede ser psicológicamente traumático cuando no se saben manejar las emociones y sentimientos.

El proceso de elaboración de duelo es la serie de acontecimientos a nivel conducta, pensamiento y sentimiento, que sobreviven posteriormente a una experiencia significativa de pérdida. Son muy parecidas a las etapas por las cuales una herida pasa hasta que queda la cicatriz. Las reacciones que se presentan son totalmente normales y esperables ante la pérdida de un ser querido, y son comunes a todos aquellos que se encuentran en estado de duelo. Pueden presentarse de forma simultánea, solo algunas de ellas a la vez, el predominio de una sobre otras o escalonadamente, pudiendo persistir algunas por un tiempo más prolongado o continuar en la siguiente fase del duelo. Su presencia, aunque muy discutida, nos ayudan a entender y ver el duelo como un "proceso", un camino a recorrer.

Si consideramos al divorcio como un proceso de duelo surge la interrogante ¿Cuáles son las etapas del proceso de duelo en el divorcio?. Teniendo como objetivo identificar las etapas del proceso de duelo en el divorcio.

Por lo tanto esta tesis se planteó como propósito la creación de un instrumento para detectar en qué etapa de duelo se encuentra una persona que está en proceso de divorcio.

Este instrumento tendrá como finalidad conocer la etapa de duelo en la que está una persona en proceso de divorcio para de esta forma lograr una adecuada intervención para el manejo del duelo y llegar a la superación de éste.

Dentro de esta investigación se verán beneficiadas las mujeres que se encuentran en un proceso de divorcio, debido a que mediante esta información podrán conocer e identificar en qué etapa de duelo están, comprendiendo que es un proceso normal que requiere de cierto tiempo para recobrar la estabilidad emocional.

También beneficiará a los psicólogos clínicos, ya que se proporciona un instrumento de uso terapéutico que detecta la etapa de duelo por la que está pasando y de esta forma facilitar y agilizar el tratamiento para superar un divorcio, con la finalidad de recobrar la estabilidad emocional en el tiempo más breve posible.

Así como también es útil para los estudiantes de psicología, debido a que se les ofrece una recopilación de material teórico sobre el duelo y el divorcio.

Es notorio que el presente trabajo de investigación será útil como una herramienta para la psicología clínica, por lo que ésta se verá favorecida al describir las características y manifestaciones del duelo en el divorcio, para comprender y predecir éstas, logrando el alivio del problema de tipo emocional, conductual y social.

En la actualidad encontramos diversos estudios sobre el proceso de duelo y otros sobre el divorcio, de manera simultánea, pero a diferencia de estas investigaciones, esta investigación aborda el divorcio como un proceso de duelo. Por lo consiguiente al complementarlos encontramos nuevas alternativas que nos ayuden a lograr una adecuada intervención en los pacientes.

Para llevar acabo este instrumento primeramente se realizó la búsqueda de información necesaria sobre el tema, por lo consiguiente en el primer capítulo se aborda el tema del proceso de duelo, considerando diversos autores los cuales han desarrollado teorías acerca del duelo y su elaboración, también se muestran los diversos tipos de duelo, así como los factores determinantes dentro de éste, abarcando las etapas del duelo debido a que son la columna principal de este trabajo de tesis.

En el segundo capítulo de este trabajo se plantea el divorcio englobando la definición, la historia, causas y tipos de divorcio

abarcando tanto la clasificación legal como la psicológica, para lograr penetrar y comprender a las parejas que han pasado por este proceso.

En el tercer capítulo se puede notar que se llega a la unificación del primero y segundo capítulo al plantear el divorcio como un proceso de duelo debido que al encontrarnos frente a un divorcio la persona se da cuenta que perdió su compañero, amante, su íntimo amigo y protector, todo se modifica hasta la manera de vivir. Es por ello que al abordar dicho capítulo consideré de gran trascendencia incluir temas como son la definición de duelo en el divorcio, etapas de duelo enfocadas al divorcio, defensas frente a la separación y las consecuencias del divorcio.

En el cuarto capítulo se compone de la metodología y procedimientos que se requirieron para la elaboración de un instrumento el cual tiene la finalidad de detectar en qué etapa de duelo se encuentra una persona que ha pasado por un proceso de divorcio, realizándose las definiciones, así como la validez requerida para que el instrumento mida lo que tiene que medir.

Así mismo espero que este trabajo pueda aportar datos importantes en investigaciones futuras.

CAPÍTULO I
PROCESO DE DUELO

En el presente capítulo se abordará la definición de duelo desde el punto de vista de varios autores los cuales han desarrollado teorías acerca del duelo y su elaboración, también se muestran los diversos tipos de duelo, así como los factores determinantes dentro del duelo y por último las etapas del duelo, explicando ampliamente éste pues será el punto de partida para lograr el propósito de esta tesis.

1.1 Definición de Duelo

El duelo es un proceso que se presenta al sufrir una pérdida, que afecta todas las dimensiones de la persona como son la física, emocional, mental, social y espiritual.

El diccionario de la Real Academia de la Lengua (2004) lo define como “Dolor, lástima, aflicción o sentimiento. Demostraciones que se hacen para manifestar el sentimiento que se tiene por la muerte de alguien.”

Mientras que el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-IV (1995) en su versión electrónica habla del duelo en los siguientes términos: “esta categoría (diagnóstica) puede usarse cuando el objeto de atención clínica es una reacción a la muerte de una persona querida. (...) La duración y la expresión de un duelo “normal” varía considerablemente entre los diferentes grupos

culturales. Como parte de una reacción de pérdida, algunos individuos afligidos presentan síntomas característicos de un episodio de depresión”.

Existen diversos autores que han tratado el tema del duelo, por lo que se considera de gran relevancia hacer una revisión de algunos de ellos que se han dedicado a la labor de definir dicho tema. Es por ello que para este estudio se revisarán los siguientes autores: Sigmound Freud, John Bowbly, Nancy O’Connor, Joachin E. Meyer y Jorge Bucay.

Sigmound Freud

Freud considera que el duelo es la reacción que tiene una persona frente a la pérdida de un ser amado o de una abstracción de un objeto, la cuál trae consigo graves desviaciones de la conducta normal en la vida, sin embargo no pueden considerarse patológicas, debido a que serán superadas con el paso del tiempo, por lo que no se debe tratar de perturbar el proceso.

Freud (1917, p.245) expresa que “El examen de realidad ha mostrado que el objeto de realidad ya no existe más, y de él emana ahora la exhortación de quitar toda libido de sus enlaces con ese objeto. A ello se opone una comprensible renuencia”. Por lo que se puede notar que el duelo es un afecto normal y que la persona tratará de sujetar el vínculo afectivo que lo une al objeto perdido; para liberar

el yo se requiere de un proceso lento y doloroso en el que se retire la libido del objeto perdido.

El duelo presenta los siguientes rasgos; cancelación del interés por el mundo exterior, la pérdida de la capacidad de escoger algún nuevo objeto de amor en reemplazo y el extrañamiento respecto de cualquier trabajo productivo que no tenga relación con la memoria del objeto perdido.

Freud considera que la manifestación patológica del duelo es la melancolía la cual se singulariza en lo anímico por una desazón profundamente dolida, la melancolía presenta las mismas características del cuadro de duelo y además una rebaja en el sentimiento de sí que se exterioriza en autoreproches y autodenigraciones y se extrema hasta una delirante expectativa de castigo.

John Bowlby

Bowlby manifiesta que el duelo es una serie muy amplia de procesos psicológicos los cuales se ponen en marcha debido a la pérdida de un ser querido. Dichos procesos pueden ser conscientes o inconscientes.

Para explicar el carácter doloroso del duelo ante la pérdida existen dos hipótesis:

- El dolor es inevitable por el anhelo de la figura perdida.
- El dolor es resultado de un sentimiento de culpa y temor.

Dentro del duelo se da una necesidad de recuperar a la persona perdida y como resultado de ésta es común que se de el llanto y la búsqueda de ayuda.

Bowlby considera que la pérdida de la persona amada constituye una de las experiencias más penosas por las que un ser humano puede pasar, y dentro de éste se dan una serie de procesos defensivos que caracterizan el duelo normal. Es por ello que menciona cuatro fases para superar este duelo las cuales son: fase de embotamiento de la sensibilidad, fase de anhelo o cólera sumamente intensa, fase de desorganización y desesperanza y fase de reorganización. (Bowlby, 1980)

Nancy O'Connor

O'Connor (1990, p.23) dice que "La pérdida de alguien es una herida y, al igual que en el caso de una lesión enfermedad o herida física debes darte a ti mismo tiempo para sanar ese mal."

Por lo tanto, dentro de esta pérdida se debe presentar un duelo, el cual se compone de todos los sentimientos, reacciones y cambios que ocurren durante el proceso de cicatrización. El dolor psicológico que se presenta en el duelo, sólo el tiempo, dará una distancia para superarlo.

El proceso de duelo sigue un patrón, aún cuando todos los seres humanos seamos diferentes. Por lo tanto, cuando experimentamos la

pérdida de una persona querida los factores culturales, antecedentes familiares, experiencias personales y la forma de enfrentar los problemas son los que determinan las diferencias en dicho proceso.

Joachim E. Meyer

Según este autor, “el duelo es aquel proceso con el que nos despedimos del difunto, hacemos llevadera y finalmente superamos nuestra separación de una persona amada.” (Meyer, 1983, p.71)

Considera que el duelo no es primariamente un recuerdo del muerto, sino la inmersión en el dolor de nuestro abandono; nos entristecemos por la pérdida que nos ha causado la muerte de un ser querido.

Jorge Bucay

Para este autor el duelo es el doloroso proceso normal de elaboración de una pérdida, tendiente a la adaptación y armonización de nuestra situación interna y externa frente a una nueva realidad. (Bucay, 2002)

Considera que la persona se debe poner en contacto con el vacío que ha dejado la pérdida, valorar su importancia y soportar tanto el sufrimiento como la frustración de la ausencia al haber perdido un ser amado. Por lo que un duelo se ha completado cuando el doliente es capaz de recordar lo perdido sintiendo poco o ningún dolor.

Con base en los autores mencionados se puede concluir que el duelo es un proceso normal que aparece tras la pérdida de una persona o cosa amada asociándose a síntomas físicos y emocionales, el cual es psicológicamente traumático, por lo cual siempre es doloroso y necesita un tiempo y una serie de fases para volver al equilibrio normal.

Por lo que podemos distinguir que el duelo es un proceso natural, en el cual se experimentan reacciones psicológicas, sociales y físicas ante la percepción de una pérdida, el cual se caracteriza por ser dinámico debido a que la persona experimenta cambios de emociones; es íntimo, ya que cada persona reacciona diferente frente a una pérdida; y es activo porque está conformado por una serie de etapas, que deben ser confrontadas para elaborar el duelo.

1.2 Elaboración del duelo

La elaboración del duelo es un proceso mediante el cual se supera el dolor provocado por la pérdida de un ser amado.

La cual consiste en aprender a pensar sin culpa sobre la pérdida, expresar los sentimientos que ésta provoca, compartiéndolos en un clima de respeto y sin obsesiones, analiza las consecuencias que dicha pérdida está suponiendo para el superviviente y poner en práctica conductas tendentes a afrontar la vida en toda su riqueza.

Dicha elaboración es un trabajo inconsciente y responde a un mandato de la realidad, el objeto amado ya no existe y se hace necesario asumir la pérdida.

El duelo y su elaboración aparecen como situaciones inevitables en la vida de todo ser humano, no sólo ante el hecho de la muerte de personas queridas, sino ante cualquier situación de pérdida o separación dolorosa.

En este sentido, serán duelos a elaborar por todo ser humano, situaciones tales como el pasaje de una etapa a otra en el crecimiento, con la consiguiente pérdida de ciertas actitudes, modalidades y relajaciones; la ruptura de la pareja; el alejamiento del hogar paterno; las migraciones; la pérdida del status social o económico; el fracaso profesional; el desprendimiento de objetos materiales; el derrumbe de una ideología; la ruptura de lazos de amistad, etc.

Diversos autores consideran que para lograr la elaboración del duelo es necesario un proceso entre uno o dos años.

Las personas para lograr elaborar el duelo deben cumplir con cuatro tareas:

1. Romper de los antiguos hábitos
2. Iniciar de la reconstrucción de la vida
3. Buscar de nuevos objetos de amor o amigos
4. Terminar el reajuste

Lo primero que debe hacer una persona que está elaborando un duelo es romper con los antiguos hábitos. Cuando las personas viven juntas, se forman una serie de hábitos, pequeñas formas de interacción que se vuelven rutinarias. Cuando dichas situaciones se interrumpen, se deben reprogramar las expectativas a nivel emocional, físico y psíquico. Cada día se van presentando recordatorios de que se ha destruido la estructura de la vida, por consecuencia las personas sienten una terrible tristeza, carencia y desamparo.

Cuando se acepta la realidad de la pérdida, se logra comprender la inutilidad de anticipar los antiguos sucesos rutinarios y, con el tiempo, se reconocen y se logran apreciar los cambios. Poco a poco la soledad se va convirtiendo en agradables momentos a solas, para dedicarse a pensar o ser creativo, para empezar o terminar proyectos.

En segundo lugar las personas deben hacer la reconstrucción de sus vidas, lo cual puede ser un proceso lento y doloroso, pero a la vez es alentador. Buscar significado a la vida, se debe valorar lo que se tiene y seguir adelante.

En tercer lugar es importante que la persona busque nuevos objetos de amor o amigos, cuando siente experimenta con menor frecuencia reacciones emocionales intensas. Se deben comenzar a planear nuevas actividades interesantes con amigos; por ejemplo un viaje, una nueva actividad recreativa, el aprendizaje de un nuevo idioma, etc.

Por último, la terminación del reajuste y es cuando la persona se da cuenta que puede sobrevivir a la pérdida del ser amado, el dolor ya pasó y ve en su futuro nuevas metas y oportunidades. La persona se siente diferente, más fuerte y llena de vida. (O'Connor, 1990).

Así como la elaboración, encontramos que existen diversas etapas de duelo, dichas etapas son pasos a seguir antes de aceptar la pérdida.

1.3 Etapas del duelo

Elisabeth Kübler-Ross, una psiquiatra que trabajó con pacientes que tenían enfermedades incurables, abordó la manera en que los seres humanos enfrentamos la muerte. Sus propuestas son el resultado de sus propias conversaciones y entrevistas con enfermos terminales. Esta doctora distingue cinco fases del duelo que la mayor parte de los pacientes experimentaban como son la negación y aislamiento, ira, negociación, depresión y por último la aceptación (Kübler Ross, 1975), a continuación se describen brevemente cada una de ellas.

1.3.1 Negación

Cuando alguien se muere o se va, incluso si la muerte es esperada, siempre hay cierta sensación de que no es verdad. La primera tarea del duelo es afrontar plenamente la realidad de que la persona está muerta, que se ha marchado y no volverá. Parte de la aceptación de la realidad es asumir que el reencuentro es imposible.

Lo opuesto de aceptar la realidad de la pérdida es no creer mediante algún tipo de negación. Algunas personas no aceptan que la muerte es real y se quedan bloqueadas.

La negación es un estado de conmoción temporal, una defensa provisional debido a que existe el deseo de que la persona se encuentre con vida. La negación se puede practicar a varios niveles y tomar varias formas, pero la mayoría de las veces implica negar la realidad, el significado o la irreversibilidad de la pérdida.

Negar la realidad de la pérdida puede variar en el grado, desde una ligera distorsión a un engaño total.

Las personas tratan de protegerse de la pérdida mediante la momificación que es cuando el doliente puede guardar posesiones del fallecido en un estado momificado preparadas para cuando usar cuando él vuelva.

Otra manera que tiene la gente de protegerse de la realidad es negar el significado de la pérdida. De esta manera la pérdida se puede ver como menos significativa de lo que realmente es. Algunas personas se deshacen de todos los artículos que le recuerdan a la persona fallecida. Acabar con todos los recuerdos del fallecido es lo opuesto a la momificación y minimiza la pérdida. Es como si los supervivientes se protegieran a sí mismos mediante la ausencia de objetos que se les hagan afrontar cara a cara la realidad de la pérdida.

Otra forma de negar el significado pleno de la pérdida es practicar un olvido selectivo, el cual consiste en que el doliente borra de su mente los momentos tanto buenos como malos que pasó con el fallecido y de esta forma afrontar la realidad.

Otra estrategia usada para negar la finitud de la pérdida es el espiritismo. La esperanza de reunirse con la persona muerta es un sentimiento normal, sobre todo en los primeros días de la pérdida.

Llegar a aceptar la realidad de la pérdida lleva tiempo porque implica no sólo la aceptación intelectual sino también emocional. La persona en duelo puede ser intelectualmente consciente de la finalidad de la pérdida mucho antes de que las emociones le permitan aceptar plenamente la información como verdadera.

Durante este periodo es común que las personas se sientan culpables, debido a que no muestran ninguna reacción emocional y tratan de seguir viviendo como si nada hubiese ocurrido. Cuando se logra aceptar la pérdida se tiende a buscar leal aislamiento y la soledad.

La negación funciona como un amortiguador mediante el cual se ponen en marcha otros mecanismos de defensa para superar el duelo. Si la negación persiste por mucho tiempo es necesario asistencia psiquiátrica.

1.3.2 Ira / Culpa

Cuando no se puede seguir manteniendo la primera fase de negación, es sustituida por sentimientos de ira, rabia, envidia y resentimiento. El doliente se siente molesto con la vida y también con la muerte. Con la vida, porque parece que terminó de un solo tajo lo que valía la pena vivirse; también con la vida, por lo que no se vivió, por todo lo que no se realizó. Con la muerte, simplemente porque se lo llevó. Enojado con Dios, porque el doliente puede llegar a pensar que esa pérdida es un castigo divino.

Pero en el fondo la ira es temor. Temor a poder satisfacer tus propias necesidades, a tomar decisiones, el miedo a afrontar la vida. En la pérdida de cualquier persona importante hay una tendencia a la regresión, a sentirse desamparado, incapaz de existir sin esa persona, es por ello que se expresa mediante enfado.

Esta etapa se caracteriza por emociones tornadizas, se colorea con sentimientos de enojo. El doliente se queja y aún maldice a Dios, al desaparecido, o a algún objeto querido. Este enojo, o reacción emotiva, tornadiza, surge principalmente por el desamparo, herida y frustración que se experimenta. La persona, incapaz de manejar las emociones adecuadamente, proyecta su ira hacia el exterior de manera irracional e incontrolable, se rebela contra lo que tiene más próximo a sí misma. Entonces aparecen también fuertes sentimientos de culpa. Cuando está presente el sentimiento de culpa constituye un sufrimiento añadido a la propia pérdida. Normalmente, el sentimiento

de culpa versa sobre cosa que se deberían haber hecho para evitar la pérdida o sobre cosas que no se deberían haber hecho.

Un autor sostiene que “La mayoría de las veces, estos sentimientos de culpa no tienen base real alguna, se trata entonces de un sentimiento de culpa irracional. Observamos que, en ocasiones es como si la persona intentara por todos los medios hallar un culpable de la tragedia sufrida, mitigando de esta forma algo de sufrimiento por la pérdida.” (Sánchez, 2001, p.52)

Los sentimientos de culpa pueden obstruir la expresión del enojo. Si el enojo no se expresa, se puede transformar en ira reprimida, con una duración posible de manifestarse con dolores de cabeza, migrañas u otras formas vicarias de expresión corporal. No todas las personas expresan el enojo o la rabia de la misma manera; algunas lo hacen sumiéndose en la tristeza y desesperación.

1.3.3 Negociación

La negociación es un periodo corto, mediante el cual se pretende hacer un pacto con Dios, la vida, y con los demás a cambio de recuperar al ser perdido y de esta forma poder eliminar el dolor; esta actitud es irracional y corresponde a una actitud infantil. En ésta el doliente trata de pedir una segunda oportunidad de forma amable y fantasiosa. Se caracteriza porque la persona se ofrece voluntariamente a hacer algún trabajo o promesa que en circunstancias normales no haría, creyendo que tendrá como compensación que su objeto perdido

pueda regresar. Psicológicamente, las promesas pueden relacionarse con una sensación de culpabilidad oculta.

Esta transacción se realiza, para las personas creyentes, con Dios. Hay una pregunta esencial por el tiempo: ¿por qué ahora? Se trata de una fase en la que persiste algo de esperanza porque el objeto o la circunstancia perdida puedan ser recuperados. En todo caso estarían presentes de manera simultánea aspectos relacionados con la ausencia real del objeto, y la fantasía de que ésta es parcial y reversible.

Es por ello que Leveinstein (2005, p.46) menciona que “en esta etapa del proceso de duelo comienzan a aparecer por la mente del doliente recuerdos agradables, recuerdos de buenos momentos compartidos con él o con ella, pero todavía aparecen los desagradables” El doliente considera que existe alguna posibilidad de que todo halla sido un error, que la persona aún se encuentre con vida.

La negociación prosigue de nuestras mentes como una ayuda para ganar tiempo antes de aceptar totalmente la realidad de la pérdida. Sin embargo esta etapa de duelo es común que muchas personas no la presenten. Debido a que dicha etapa se adecua más a la elaboración del duelo en personas con enfermedades terminales.

1.3.4. Depresión

Cuando la persona se da cuenta de que el ser amado ya no se encuentra más con él y que lo ha perdido, es común que se sienta triste, impotente, desesperada. Todos estos sentimientos son perturbaciones en el ánimo que tienen como consecuencia el alejarse de la gente y las actividades, se pierde la capacidad para sentir placer o gozo y se evitan situaciones agradables.

Esta fase es la de mayor duración en el proceso de duelo, por lo que es conveniente que la persona exprese su dolor. El dolor que se sufre es el más profundo.

La persona plenamente consciente de que una persona vivió y ocupó un espacio de su alrededor, llega a ser abrumador y se acentúa cada vez que los detalles cotidianos traen el recuerdo de ella. Todo el impacto de la muerte o pérdida de la persona se torna una realidad constante, aún si la relación humana fue pobre: algo está ausente; un sentimiento de pérdida se apodera del ánimo del doliente. Esta etapa de duelo es peligrosa para la persona que sufre. El vacío que hora se da pide desesperadamente que se llene. Se olvidan las faltas o defectos del desaparecido y se le atribuyen cualidades casi celestiales. El peligro se da cuando el doliente transfiere esas cualidades a otra persona. Por ejemplo, una madre puede buscar el reemplazo de su esposo a través de las expectativas que pone en su hijo; o bien, puede casarse, en su despecho, para llenar el hueco dejado por su esposo; forzando a su nuevo cónyuge a que sea el doble de su desaparecido

marido. La actitud más valiente y sana que debe adoptar el que sufre una pérdida es enfrentar la pérdida tal como se da, y no tratar de reemplazarla o caer en un comportamiento de pérdida. Los escapismos impiden expresar plena y sanamente el dolor, lo cual es necesario para poder recobrase de la pérdida y la soledad y así emprender una nueva vida.

1.3.5 Aceptación

La persona, al haber pasado por todas las fases antes descritas, llegará a una fase en la que su destino no le deprimirá más, ni le enojará. Habrá podido expresar sus sentimientos anteriores, el dolor comienza a desaparecer por lo que la persona tendrá que redefinir, aprender o modificar roles y habilidades para adaptarse a su nueva vida.

Esta etapa se desarrolla lentamente, a medida que el doliente aprende a manejar los sentimientos de culpa que tiene y los ensueños van terminando. La persona es capaz de hablar de la persona fallecida sin el dolor que sacude todo el ser; cuando es capaz de pensar en él sin manifestaciones físicas, como llanto inconsolable, alteraciones del sueño u opresión en el pecho y finalmente, cuando el superviviente es capaz de invertir sus energías y afectos en nuevas relaciones, aceptando los retos que la vida le plantee. Ha recuperado el interés por la vida y se siente, de nuevo, esperanzado.

De esta manera, el doliente vuelve a vivir, ve el futuro con más confianza y seguridad en sí mismo; goza más el presente, y el recuerdo de la persona ida se hace menos doloroso. A medida que se va fortaleciendo y restableciendo de la pérdida, siente que vuelve a nacer con nuevos bríos y nuevas perspectivas. Hace planes de acción y siente que la vida merece vivirse. Los que cuidan al doliente: amigos, médicos, enfermeras, sacerdotes, etc., deben prevenirle de que no se precipite en poner en prácticas sus nuevos planes de vida; de lo contrario, se correría el riesgo de fracasar por imprudencia. La presencia del amigo consejero da soporte, ayuda a recobrase poco a poco, es un apoyo para sostenerse más tarde por sí mismo, es un punto de referencia y contacto con la realidad circundante.

Sánchez (2001) sostiene que “superado el duelo, es una tristeza diferente la que ocupa el lugar. Muchas veces, también la persona ha adquirido una visión distinta del mundo y de los demás, y otros valores se erigen en principales para ella.”(p.23)

Además de Kübler-Ross existen diversos autores que abordan las etapas de duelo, coincidiendo con ella Leveinstein (2005), Montaña(2001), Esteban (2005), sin embargo al hacer el estudio de las etapas de duelo se puede percibir que aunque existen otros autores que proponen etapas similares todas requieren de un proceso.

1.4 Tipos de Duelo

Los tipos de duelo que se pueden presentar en una persona que ha perdido un ser querido son el duelo normal y el patológico, los cuales serán descritos para lograr su comprensión.

1.4.1 Duelo Normal

Es un sentimiento subjetivo que aparece tras la pérdida de una persona o cosa amada asociándose a síntomas físicos y emocionales, el cual es psicológicamente traumático, por lo cual siempre es doloroso y necesita un tiempo y un proceso para volver al equilibrio normal.

El duelo normal, a veces llamado duelo no complicado, abarca un amplio rango de sentimientos y conductas que son normales después de una pérdida. Las reacciones emocionales que se presentan son formas de responder a los requerimientos del miedo, como la pérdida de un ser querido, por ejemplo: en el duelo normal parece existir un patrón típico, a pesar de las características individuales de cada persona, debido a que surgen cada una de las etapas mencionadas y de esta manera el doliente va logrando superar el duelo y lograr su adaptación personal y social.

1.4.2 Duelo Patológico

El duelo patológico es el que se da por alguna de las siguientes causas:

- El proceso de duelo nunca empieza
- Se detiene en alguna de las etapas
- Progresa en alguna de ellas y regresa hacia alguna anterior
- Evita alguna de las etapas

En los casos del duelo patológico la reacción a la pérdida o los mecanismos de defensa, son de tal intensidad que la persona no sabe cómo manejarlos.

Son signos de duelo patológico: el aumento de la ansiedad, de las tensiones, así como de síntomas hipocondríacos.

Se consideran reacciones patológicas de duelo:

- Trastorno mental (de personalidad, depresivo)
- Verbalizaciones repetidas de suicidio
- No percepción de apoyo social de ningún tipo
- Frecuentes visitas al médico por quejas triviales
- Sospecha del aumento de consumo de alcohol y drogas

Dentro del duelo patológico una persona se ve superada por la gravedad de la pérdida y los equilibrios físico y psíquico se rompen. Se caracteriza por una reacción perjudicial, mantenida o prolongada. La intervención terapéutica puede ayudarla a reencontrar el camino de la curación.

Existen diversos tipos de duelo patológico como son: el duelo ausente, el duelo retardado, el duelo crónico y el duelo desmedido.

El *duelo ausente* se caracteriza porque el doliente se niega a aceptar la pérdida, sigue su vida como si nada hubiera pasado. Se encuentra sumergido en la etapa de negación debido a que la pérdida le causó un impacto muy grande.

El duelo retardado se presenta cuando el doliente en las fases iniciales del duelo, parece mantener el control de la situación sin dar signos aparentes de sufrimiento. La persona continúa su vida y se entrega a actividades para no pensar en lo sucedido, tras meses o años de luto un recuerdo o una imagen basta para desencadenar el irresuelto duelo que llevan dentro.

El *duelo crónico* se caracteriza porque el doliente durante mucho tiempo es absorbido por constantes recuerdos y es incapaz de continuar su vida. No logra elaborar el duelo por lo que vive en una continua depresión, en la cual se lamenta por la pérdida. En dichos casos las etapas del duelo se pueden repetir constantemente por lo consiguiente la persona no logra la elaboración del duelo.

El *duelo desmedido* se presenta cuando la expresión emocional se desborda, a veces excediendo los límites de la integridad propia o de terceros.

Algunos duelos patológicos resultan de la combinación o alteración de varios de ellos.

Es importante aclarar que el estado patológico no aparece por el duelo sino con el duelo y es siempre la expresión de una patología previa.

1.5 Determinantes del Duelo

Al ocurrir una pérdida existen diversos factores que modifican el proceso de duelo. Para algunos el proceso de duelo es una experiencia muy intensa y difícil de superar, mientras que para otras personas es

más fácil elaborar dicho duelo, esto se debe a ciertas circunstancias o hechos que vienen acompañando a la pérdida. Los determinantes más importantes parecen estar dentro de las cinco categorías siguientes:

1. Quién era la persona. Éste es un factor primordial debido a que la naturaleza del apego es diferente, la cuál está determinada por la intensidad de la relación afectiva.
2. Tipo de muerte. Cómo murió la persona nos dirá algo sobre cómo elabora el duelo el superviviente ya que el proceso de duelo varía dependiendo el tipo de muerte como puede ser accidental, natural, suicidio y homicidio.
3. Antecedentes históricos. Es importante considerar si la persona ha tenido pérdidas anteriores y cómo se elaboraron dichos duelos.
4. Variables de personalidad. Dentro de estas variables se encuentra la edad y el sexo, la inhibición de sentimientos, el manejo de la ansiedad y la forma en que se afrontan las situaciones estresantes.
5. Variables sociales. Todos nosotros pertenecemos a varias subculturas sociales, las cuales nos proporcionan pautas generales y rituales de comportamiento ante la pérdida.

Otro factor que afecta al duelo son los cambios simultáneos y crisis que surgen después de la pérdida. Algunos cambios son inevitables, pero existen personas y familias que experimentan niveles altos de desorganización después de una pérdida o muerte, como pueden ser cambios económicos, de estilo de vida, etc. (Worden, 1997)

La pérdida de un ser querido, cualquiera que sea el vínculo, es la experiencia más dolorosa por la que puede pasar una persona. Esta experiencia tan dramática es parte inevitable de la vida adulta y la probabilidad de pasar por ella aumenta a medida que avanza el tiempo.

Considero importante distinguir entre la pérdida ocasionada por la muerte y la de divorcio. En ambas se da un proceso de duelo sin embargo cuando el duelo es ocasionado por la muerte de la pareja se tiende a idealizar exageradamente a esa persona, evitando recordar sus defectos, la ira que se siente va enfocada hacia Dios. A diferencia del duelo que se da por divorcio en donde aparece la ira hacia la pareja o uno mismo, disminuyendo considerablemente la autoestima.

En el siguiente capítulo se abordará la definición, historia, causas y tipos de divorcio.

CAPÍTULO II
DIVORCIO

El presente capítulo plantea el divorcio englobando la definición, la historia, causas y tipos de divorcio abarcando tanto la clasificación legal como la psicológica, para lograr penetrar y comprender a las parejas que han pasado por este proceso.

2.1 Definición del Divorcio

A lo largo de la historia de la humanidad siempre han existido relaciones semejantes a lo que hoy conocemos como familias, las cuales son originas por la relación de pareja. Dichas relaciones han sido establecidas mediante el vínculo del matrimonio. Algunos matrimonios resultan funcionales y logran, a lo largo de los años mantenerse; sin embargo, muchas de estas uniones no logran consolidarse por lo que aparece el divorcio.

Pallares(1991) menciona que “Divortium, en latín, tanto quiere decir en romance como repartimiento, y esto es cosa que departe la mujer del marido y el marido de la mujer. Tomó este nombre de la separación de las voluntades del hombre y la mujer a diferencia de las que tenían cuando se unieron.” (p.19)

El INEGI en su publicación “Estadísticas de estado conyugal 2006” define al divorcio como la disolución jurídica definitiva de un matrimonio, es decir, la separación del marido y la mujer que confiere

a las partes el derecho de contraer nuevas nupcias según disposiciones civiles, religiosas o de otra clase, de acuerdo a las leyes de cada país.

Desde el punto de vista legal, el Código Civil en su artículo 266 menciona que “El divorcio disuelve el vínculo del matrimonio y deja los cónyuges libres para contraer nuevas nupcias” A esta definición que señala la Ley, se le puede agregar lo que menciona el artículo 289 del mismo ordenamiento legal, al manifestar: "En virtud del divorcio, los cónyuges recobrarán su entera capacidad para contraer nuevo matrimonio". De lo que se concluye que nuestro actual Código Civil para el Distrito Federal, sí permite la disolución del vínculo matrimonial, y con la obvia consecuencia de que los cónyuges puedan contraer nuevas nupcias.

Garza Serrano (2002, p.3) menciona que el divorcio es “el proceso que da lugar a la descomposición de la célula familiar por la ruptura del vínculo afectivo entre los cónyuges, dando lugar a tensiones y conflictos así como al distanciamiento emocional y físico de la pareja al dejar de cohabitar.”

Mel Krantzel (1975, p.39) en su libro el Divorcio creador considera que “el divorcio es una crisis emocional por una pérdida súbita e inesperada”, esta crisis se caracteriza por ser el elemento precipitante de una cadena de circunstancias y cambios relacionados entre sí.

Con base en las definiciones anteriores y para efectos de este trabajo, el divorcio se puede considerar como la disolución del vínculo del matrimonio debido a la ruptura del afecto entre los cónyuges. Este proceso de separación es muy duro y lento para los cónyuges, debido a que confronta la pareja que lo vive, con la triste realidad de que la unión no es real sino quebradiza.

2.2 Historia del Divorcio

El hombre desde su existencia se vio en la necesidad de procrear, es por ello que surge la institución del matrimonio monogámico, pero junto con esta comienza a surgir el divorcio. Apareció primitivamente, como un derecho concedido al varón, de repudiar a la mujer en algunos casos, por causas de adulterio o cuando la mujer era estéril.

Es de esta forma que de acuerdo con el derecho romano el matrimonio se podía disolver por diversas razones: por un lado a partir de la forma natural; es decir, por la muerte de uno de los cónyuges y, por otro, cuando existían determinadas causas para no seguir adelante en la unión marital. Entre estas razones encontramos en primer término al *repudium*, o sea la declaración unilateral de uno de los cónyuges en el sentido de no querer continuar unido en matrimonio, ya que se consideraba que si una de las partes no deseaba seguir unida a la otra, era una razón más que suficiente para disolviese el vínculo. Esta manera de terminar la relación marital fue muy frecuente a partir de la época de Augusto, sobre todo en los casos

en que no había hijos pero, lógicamente, respetando ciertas formalidades.

Por otra parte, encontramos la disolución de matrimonio por mutuo consentimiento. Este tipo de divorcio fue cada vez más frecuente sobre todo en la época de los emperadores cristianos, ya que por motivos básicamente de carácter religioso, se empieza a estar en contra de la práctica del *repudium*.

Cuando el emperador Justiniano sube al trono se institucionalizan cuatro clases de divorcio, las cuales son:

1. Divorcio por mutuo consentimiento

Es decir, la decisión de los cónyuges de no continuar casados y se requería que transcurriera determinado tiempo para que pudiesen contraer nuevas nupcias.

2. Divorcio por culpa de uno de los cónyuges

Éste aparecía cuando uno de los cónyuges alegue determinada conducta realizada por el otro, basándose en los casos expresamente señalados por la ley. El marido podía invocar el adulterio de la mujer, el hecho de que ésta concurriera a lugares públicos sin su consentimiento, o , hablara con extraños fuera del domicilio conyugal. La esposa podía repudiar al marido si éste intentaba prostituirla, cometía adulterio en la casa común o la acusaba falsamente de adulterio.

3. Divorcio por declaración unilateral

Y sin existir causa legal para la disolución del matrimonio, en cuyo caso, una vez reconocido el divorcio, se sancionaba al cónyuge que lo había promovido.

4. Divorcio bona gratia

Es decir, aquella separación que se fundaba en circunstancias que hicieran inútil la continuidad del vínculo. Tal sería el caso de impotencia, cautiverio, castidad o ingreso a órdenes religiosas. (Morineau, 2000)

Durante el nacimiento del cristianismo, el divorcio fue condenado en términos generales; según dice San Mateo en la Biblia, el que despide a su mujer en caso de adulterio y se casa con otra, éste comete adulterio y quien se casare con divorciada también lo comete.

En la legislación antigua de España se menciona en el Fuero Juzgo, la Ley II que permite el divorcio por adulterio de la mujer, mediante autorización del Rey y en la Ley II autoriza a todo cristiano para separarse de quien estaba casado antes por otra ley no cristiana.

En México antiguo los aztecas permitían el divorcio, sin embargo no estaba bien visto por la sociedad. Los casados comparecían ante la autoridad, que después de escuchar la queja del cónyuge afectado o de ambos, los separaba y amonestaba con severidad. Los divorciaba tácticamente, pues se negaba de manera expresa en la conducta antisocial que significaba la disolución del vínculo matrimonial.

Entre los mayos también se daba el divorcio, que consistía en el repudio por parte del marido en caso de que la mujer fuera estéril o no realizara adecuadamente sus labores, la mujer gozaba también de esta facultad. (Cruz, 2002)

Durante la Colonia, se impuso la legislación española a todos los territorios conquistados, sus leyes bajo el influjo de la iglesia católica tenían un gran poder. Por lo tanto, el matrimonio como el divorcio eran exclusivamente de carácter religioso. Es así que el divorcio eclesiástico, único permitido por la Iglesia, consistía en la separación de los cuerpos sin la ruptura del vínculo matrimonial. Las parejas que obtenían el divorcio, podían tener vidas completamente separadas, pero ninguno de los dos podía de nuevo casarse.

En cuanto a México se refiere, el Códigos Civiles de 1870 y 1884 no aceptan el divorcio vincular y sólo permiten la separación de cuerpos y en una dispensa de la obligación de cohabitación en casos de enfermedad de alguno de los cónyuges.

La ley de Relaciones Familiares de abril de 1917, recogiendo las disposiciones de la Ley de Divorcio de 1914, lo acoge, lo reglamenta minuciosamente e instituye el divorcio por mutuo consentimiento.

El Código Civil de 1928 para el Distrito y Territorios Federales, acepta en términos generales causas que conforme a las Ley de Relaciones Familiares permiten la disolución del vínculo matrimonial por medio del divorcio, reconoce la posibilidad de disolución por medio

del mutuo consentimiento de los cónyuges e induce e introduce un procedimiento especial administrativo de divorcio por mutuo consentimiento, sin intervención de la autoridad judicial, autorizado por el Registro Civil, cuando los cónyuges sean mayores de edad y no tengan hijos, liquidando de común acuerdo la sociedad conyugal, si bajo este régimen se casaron.

Hasta aquí una breve historia del divorcio, por lo que se puede notar que el divorcio siempre ha existido y además ha ido cambiando a través de diversas épocas para llegar a lo que hoy en día conocemos como divorcio.

2.3 Causas del Divorcio

Para conocer más acerca del divorcio será importante saber las causas que originan que se genere la separación de una pareja que previamente había contraído matrimonio. Son innumerables las causas que conducen a las parejas al divorcio. Trataremos las más frecuentes a fin de darlas a conocer y para ello nos basaremos en la autora Montaña (2001) la cual considera que son:

- Inmadurez Psicológica
- Incompatibilidad de caracteres
- Situación económica
- Infidelidad
- Alcoholismo o Drogadicción
- Homosexualidad
- Sexualidad

- Violencia Intrafamiliar

2.3.1 Inmadurez psicológica

Se presenta cuando uno de los miembros de la pareja o los dos se unen a una edad temprana o con un grado de inmadurez que independientemente de la edad es inadecuado para asumir con responsabilidad, lo que significa un compromiso permanente, incapacitándolos, de hecho para vivir en pareja.

Una característica general en el matrimonio o convivencia entre adolescentes es la incapacidad para afrontar la carga de responsabilidad que conlleva esta unión, perdiendo rápidamente el enamoramiento, como se expuso anteriormente. Desde luego, en esta prematura relación se pierde la libertad a la que estaban acostumbrados por entregarse a su pareja. Es más delicada la situación cuando el motivo del matrimonio fue el embarazo. Debido a que la pareja no estaba convencida de casarse o ni siquiera lo tenía en mente, sino que un embarazo no planeado los motivó a tomar la difícil decisión de unirse y en ocasiones se encuentran muy jóvenes para afrontar el matrimonio, así como las obligaciones que trae consigo un hijo.

Como consecuencia, el precio que paga dicha inmadurez es desastroso: los matrimonios entre adolescentes fracasan en un altísimo porcentaje. Los jóvenes terminan frustrados y, en muchos casos, con aversión al matrimonio.

Erich Fromm (1956), en su libro *El arte de amar*, sostiene que el individuo sólo puede lograr una forma válida de amor si ha llegado al estado de desarrollo y expresión de la personalidad propia, es decir su propia identidad. Se produce una fusión en un solo ser, pero siguen siendo dos personas.

2.3.2 Incompatibilidad de caracteres

El ser humano posee dentro de su psique: un tipo de personalidad, de rasgos y de caracteres.

El carácter es el conjunto de rasgos individuales adquiridos mediante el aprendizaje y por influencias del medio ambiente.

La personalidad es la organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico, que determinan su adaptación única al medio.

Los rasgos son agrupaciones de conducta específicas que se presentan habitualmente.

La incompatibilidad se da cuando una persona se aferra ciegamente a cada uno de estos caracteres sin siquiera buscar un punto medio de acercamiento con la pareja. Es por ello que ocasiones se tiende a chocar constantemente con la pareja sin tener una explicación del por qué no se entienden, haciendo difícil la convivencia.

Por lo que la mayoría de las parejas optan por la indiferencia para evitar discusiones y peleas que en la mayoría de los casos tienen como consecuencia daño psicológico o físico que los llevan al divorcio.

2.3.3 Situación económica

La situación económica es una de las mayores causas de divorcio, la pareja al afrontar los gastos se suelen sentir rivales o se vuelven jueces el uno con el otro y es allí donde se empieza a experimentar desamor.

La pareja; al tener problemas económicos, comienza a discutir sobre la escasez, por lo que se asumen posiciones de escape como son: el aumento de horarios de trabajo, ignorar las necesidades afectivas de su cónyuge como mecanismo casi inconsciente de castigo por lo que los lleva a la frustración. Lo que se puede complicar más cuando se cae en actitudes irresponsables, como la ingestión de bebidas alcohólicas, el juego, compartir con los amigos la mayor parte del tiempo y distribuir lo poco que se tiene en gastos innecesarios.

Otra dificultad se registra cuando la mujer recibe más ingresos que el hombre, por lo que su pareja se siente humillado al no estar preparado debido a su cultura en donde el padre aportaba lo económico mientras la mujer se encontraba en casa. Al pretender enfrentar este esquema se estrella con la dificultad de no saber manejarlo, se siente impotente, por lo que recurre a la agresión verbal

y, en extremos, a la agresión física que tiene como consecuencia el divorcio.

2.3.4 La Infidelidad

La infidelidad es una de las causas más frecuentes en el divorcio, la cual puede ser provocada por la insatisfacción de tipo afectivo o sexual, incompreensión, maltrato, aprendizajes culturales tradicionalistas o, sencillamente, se ha dejado de amar a la pareja. Esta situación crea en el cónyuge un resentimiento que impide que la relación de pareja continúe.

Se ha interpretado la infidelidad como mecanismo de escape a la rutina, sin embargo esto lleva al distanciamiento de la pareja, en ocasiones la persona suele ser agresiva, no permanece en casa o inventa cualquier pretexto para salir de la casa, provocando la descomposición familiar.

2.3.5 Alcoholismo o Drogadicción

Cuando el consumo de alcohol pasa a ser la única fuente posible de diversión, o simplemente la persona no puede dejar de tomar una copa, hablamos de adicción.

El problema de adicción a las drogas y sustancias alucinógenas es más agudo ya que, por lo general, estas personas combinan unas con las otras produciendo una adicción muy difícil de romper. Las

personas adictas se tornan agresivas, irresponsables, poco afectivas y muy conflictivas. Por lo consiguiente el matrimonio se va deteriorando al no poder convivir con el alcoholismo de su pareja, trayendo como consecuencia maltrato físico y verbal.

2.3.6 Homosexualidad

La homosexualidad se caracteriza a las personas por sentir atracción hacia miembros de su mismo sexo. Debido al rechazo que suelen tener las personas homosexuales, prefieren su atracción y preferencia en secreto, ante el temor y angustia que les genera enfrentar a la familia y a la sociedad, por lo que deciden casarse y formar un hogar, creyendo que con ello queda completamente tapada la situación. Sin embargo, estas personas suelen olvidar precisamente a su compañero o compañera, el cual es desde un principio sometido a un engaño o, por lo que la relación no logra consolidarse.

Las parejas que se han enfrentado a la homosexualidad de uno de sus miembros terminan siempre por separarse, ya que el cónyuge no acepta la situación de compartir a su esposo con otro hombre o a su esposa con otra mujer.

2.3.7 Sexualidad

La sexualidad es un proceso en el que dos personas participan con la mayor generosidad posible en el intercambio de sentimientos, ideas,

hábitos y acciones en un clima de aceptación, compromiso y confianza mutuos.

Actualmente encontramos que a las parejas se les dificulta hablar de sexualidad ya que lo relacionan solamente con sexo, sin embargo la sexualidad implica más que ello.

Las parejas en ocasiones no llegan a lograr la intimidad debido a la timidez, agresividad, egocentrismo, temor, falta de empatía y las falsas expectativas que se tengan de la sexualidad; por lo consiguiente es de gran importancia que en toda relación exista una buena comunicación para hablar de dichos temas.

Dentro de las parejas, las dificultades sexuales más frecuentes, que afectan el desarrollo normal de la vida conyugal y tienen como consecuencia el divorcio son:

a) Dificultades sexuales comunes en el hombre

Los trastornos de erección, también conocidos como impotencia, la cual se caracteriza por la incapacidad de alcanzar o mantener una erección firme para realizar el coito.

La eyaculación precoz se caracteriza porque el individuo experimenta una sensibilidad muy grande, debido a que el hombre no controla el tiempo de respuesta sexual.

La inhibición de la eyaculación se caracteriza porque el hombre presenta dificultades en eyacular, prolongando el tiempo de relación en la pareja.

b) Dificultades sexuales comunes en la mujer

Kusnetzoff (1990, p.88) sostiene que una de las principales dificultades sexuales de la mujer es el vaginismo y lo define como “la contracción espasmódica de la entrada de la vagina ante el intento de la penetración. Cuando existe dolor a la penetración, se habla de dispareunia”.

La anorgasmia es conocida también como frigidez, en estos casos la mujer puede experimentar orgasmos cuando se masturba pero no lo logra durante la relación de pareja.

El coito doloroso es una alteración en la que la mujer experimenta mucho dolor durante la penetración e incluso en el acto mismo.

2.3.8 Violencia Intrafamiliar

La violencia en la mayoría de los casos es una forma de expresar lo que molesta, lo que se quiere corregir o simplemente lo que se siente en el momento. También se puede definir como un comportamiento destinado a dañar o destruir, al margen de que se manifiesta con hostilidad y agresiones.

La violencia se puede presentar de diversas formas como son: física, sexual, verbal y psicológica en la que se incluye la omisión.

Torres (2001, p.31) define “la violencia física es la más evidente, la que se manifiesta de manera patente porque el daño producido se marca en el cuerpo de la víctima. En esta clasificación están incluidos los golpes de cualquier tipo, heridas mutilaciones y aún el homicidio.”

Dentro de la violencia sexual se da un sometimiento corporal y se vulnera la integridad emocional, debido a la imposición de una conducta sexual, existiendo o no cópula.

La agresión verbal es una forma de lesión entre las parejas que conviven o están casadas, el maltrato gira alrededor de los insultos, las malas expresiones, las ofensas, el denigrar de la pareja ante otras personas, entre otras, las cuales generan baja autoestima, pérdida de respeto a la pareja y el sentimiento de amor.

La agresión por omisión es la forma más grave de agresión debido a que la persona se siente ignorada, no se le escucha o no se le atiende, llega a extremos de utilizar las agresiones físicas y verbales, para lograr de la pareja la atención. Es muy frecuente encontrar en las parejas esta forma de agresión, como un mecanismo casi inconsciente para solucionar las dificultades.

2.4 Tipos de divorcio

En la actualidad se ha mencionado diversas clasificaciones de divorcio, sin embargo, para este estudio consideré oportuno aludir al divorcio legal y el psicológico.

2.4 Clasificación Legal del Divorcio

Existen dos tipos de divorcio establecidos por las leyes que rigen nuestro país: el divorcio voluntario y el divorcio necesario:

a) Divorcio voluntario

El divorcio voluntario, como su nombre lo indica, procede cuando los cónyuges de mutuo acuerdo desean divorciarse, el mismo ha sido muy criticado en razón de que se argumenta la poca seriedad de la institución del matrimonio, pero considero que este tipo de divorcio es muy acertado, porque evita entre los cónyuges un desgaste psicológico, económico y físico, porque como es bien Sabido, este tipo de problemas conyugales trae un desmoronamiento de las actividades cotidianas de la pareja, como puede ser el trabajo.

Se puede decir que este tipo de divorcio es el más acertado y coherente para la pareja que ha decidido divorciarse sin que medie pleito alguno, por esto también se le denomina divorcio no contencioso, en razón de que no existe un pleito de tipo judicial, únicamente, la intervención que tiene el Juez de lo Familiar va en razón de la protección de los hijos que hayan sido producto de dicha relación y la separación de la sociedad conyugal.

El Código Civil para el Distrito Federal regula dos formas distintas de divorcio voluntario, el cual se va ha tramitar dependiendo de las circunstancias en que se encuentre la pareja; dichas formas de solicitar el divorcio voluntario son de dos tipos:

1. Administrativo, y
2. Judicial.

El divorcio voluntario administrativo es aquel procedimiento que deben de llevar a cabo los cónyuges de común acuerdo para solicitar ante la autoridad administrativa - Juez del Registro Civil- la disolución del vínculo matrimonial, siempre y cuando hayan sido cubiertos los requisitos que establece la ley, como son la mayoría de edad de los cónyuges, la disolución de la sociedad conyugal - si es que existe- y que de dicho matrimonio no haya habido hijos; mientras que el divorcio voluntario judicial se debe tramitar ante el Juez de lo Familiar y procede cuando los cónyuges de mutuo acuerdo desean romper con el vínculo matrimonial, pero si de dicho matrimonio se procrearon hijos, y no se ha hecho la liquidación de la sociedad conyugal o los cónyuges son menores de edad.

Este tipo de divorcio se debe tramitar, y quién a su vez convocará a dos audiencias previas a la declaración de la sentencia donde tenga por roto el vínculo conyugal y la situación tanto de los hijos como de los bienes habidos en el matrimonio.

b) Divorcio Necesario

El divorcio necesario es el procedimiento por el cual la autoridad jurisdiccional competente decreta con fundamento en las causales expresamente señaladas en la ley, porque uno de los cónyuges, o los dos, ejercitan una acción en contra del otro, con el fin

de la disolución del vínculo matrimonial, y de las obligaciones y derechos que ésta acarrea. Y mencionando al respecto que dichas causales expresamente señaladas en la ley son las que establecen los artículos 267 (con excepción de la fracción XVII, ya que esta habla del divorcio por mutuo consentimiento) y 268 del Código Civil para el Distrito Federal.

El Código Civil para el Distrito Federal enumera veinte causas de divorcio necesario. Las causas son de carácter limitativo y no ejemplificativo por lo que cada causa tiene carácter autónomo y no pueden involucrarse unas en otras, ni ampliarse por analogía ni por mayoría de razón.

Las causas que enumera el artículo 267 del Código Civil (2006) para el Distrito Federal son las siguientes:

"Artículo 267. Son causas de divorcio:

- I. El adulterio debidamente probado de uno de los cónyuges.
- II. El hecho de que la mujer dé a luz, durante el matrimonio, un hijo concebido antes de celebrarse este contrato, y que judicialmente sea declarado ilegítimo.
- III. La propuesta del marido para prostituir a la mujer, no sólo cuando el mismo marido la haya hecho directamente sino cuando se pruebe que ha recibido dinero o cualquier remuneración con el objeto expreso de permitir que otro tenga relaciones carnales con su mujer;
- IV. La incitación o la violencia hecha por un cónyuge al otro para cometer algún delito, aunque no sea de incontinencia carnal;
- V. Los actos inmorales ejecutados por el marido o por la mujer con el fin de corromper a los hijos, así como la tolerancia en su corrupción.

VI. Padecer sífilis, tuberculosis o cualquier otra enfermedad crónica o incurable, que sea, además, contagiosa o hereditaria, y la impotencia incurable que sobrevenga después de celebrado el matrimonio.

VII. Padecer enajenación mental incurable, previa declaración de interdicción que se haga respecto del cónyuge demente;

VIII. La separación de la casa conyugal por más de seis meses sin causa justificada; .

IX. La separación del hogar-conyugal originada por una causa que sea bastante para pedir el divorcio, si se prolonga por más de un año sin que el cónyuge que se separó entable la demanda de divorcio;

X. La declaración de ausencia legalmente hecha, o la de presunción de muerte, en los casos de excepción en que no se necesita para que se haga ésta que proceda la declaración de ausencia;

XI. La sevicia, las amenazas o las injurias graves de un cónyuge para otro;

XII. La negativa injustificada de los cónyuge a cumplir con las obligaciones señaladas en el artículo 164, sin que sea necesario agotar previamente los procedimientos tendientes a su cumplimiento, así como el incumplimiento, sin justa causa, por alguno de los cónyuges, de la sentencia ejecutoriada en el caso del artículo 168;

XIII. La acusación calumniosa hecha por un cónyuge contra el otro, por delito que merezca pena mayor de dos años de prisión;

XIV. Haber cometido uno de los cónyuges un delito que no sea político, pero que sea infamante, por el cual tenga que sufrir una pena de prisión mayor de dos años;

XV. Los hábitos de juego o de embriaguez o el uso indebido y persistente de drogas enervantes, cuando amenazan causar la ruina de la familia o constituyen un continuo motivo de desavenencia conyugal;

XVI. Cometer un cónyuge contra la persona o los bienes del otro un acto que sería punible si se tratara de persona extraña, siempre que tal acto tenga señalada en la ley una pena que pase de un año de prisión;

XVII. El mutuo consentimiento;

XVIII. La separación de los cónyuges por más de dos años, independientemente del motivo que haya originado la separación, la cual podrá ser invocada por cualquiera de ellos.

XIX. Las conductas de violencia familiar cometidas por uno de los cónyuges contra el otro o hacia los hijos de ambos o de alguno de ellos. Para los efectos de este artículo se entiende por violencia familiar lo dispuesto por el artículo 323 de este Código.

XX. El incumplimiento injustificado de las determinaciones de las autoridades administrativas o judiciales que se hayan ordenado, tendientes a corregir los actos de violencia familiar hacia el otro cónyuge o los hijos, por el cónyuge obligado a ello".

El divorcio necesario solo puede ser demandado por el cónyuge que no haya dado causa a él, lo que implica denominar a uno de los cónyuges culpable y al otro inocente.

2.4.2 Clasificación Psicológica del Divorcio

Existen diversas clasificaciones psicológicas acerca del divorcio. Entre esas clasificaciones encontramos una muy interesante en una reciente publicación de la Lic. Glasserman (Tipos de divorcio, 2005), especialista en violencia familiar, la cual distingue dos tipos de divorcio: el divorcio destructivo o difícil y el divorcio como etapa del ciclo vital.

a) Divorcios difíciles o destructivos

En los llamados divorcios difíciles o destructivos las peleas y desacuerdos en la pareja son permanentes. Prima la necesidad de

ganar y denigrar al otro. Hay intermediarios litigantes. El contexto que rodea a la familia es el judicial.

Además se produce una sobreinvolucración de los miembros de las familias de origen u otras personas, haciendo que los límites con el exterior sean difusos. No se reconoce la propia responsabilidad en el conflicto, otorgándola a algún ente externo, como un tercero o la propia pareja. Se produce una búsqueda continua de culpables y cómplices.

En algunos casos la pareja, o uno de ellos, mantienen la lucha al servicio de continuar unidos a través de la pelea. La relación que mantienen y se privilegia es la de litigio. La violencia física y psicológica nunca deja de estar presente.

b) Divorcio como etapa del ciclo vital

Es parte del ciclo vital, ya que éste se interrumpe o disloca, produciendo en la familia un desequilibrio profundo que se asocia con cambios y pérdidas.

En los divorcios como etapa del ciclo vital las peleas y desacuerdos se hacen presentes solo en la primera fase del divorcio. Las pérdidas producen dolor, pero son aceptadas.

Los miembros de la pareja reconocen su propia responsabilidad en los problemas y conflictos.

El divorcio puede llevar a los miembros de la pareja a un duelo, debido a se pierde un objeto de amor y esto puede acarrear dolor (se produce la muerte de una relación, muerte en la conciencia).

En el siguiente capítulo se presenta una visión conjunta tanto del duelo como del divorcio para de esta manera lograr la comprensión del divorcio como un proceso de duelo.

CAPÍTULO III
DUELO EN EL DIVORCIO

En el presente capítulo se llega a la unificación del primero y segundo capítulo al plantear el divorcio como un proceso de duelo, abordando temas como son la definición de duelo en el divorcio, etapas de duelo enfocadas al divorcio, defensas frente a la separación y las consecuencias del divorcio.

3.1 Definición de Duelo en el Divorcio

Ahora bien, como ya se analizaron las diversas definiciones respecto del divorcio y el duelo, es pertinente señalar que el duelo en el divorcio es un proceso mediante el cual se disuelve el vínculo del matrimonio debido a la ruptura del afecto entre los cónyuges; en el cual se experimentan reacciones psicológicas, sociales y físicas ante la percepción de la pérdida de matrimonio. Dicho proceso se conforma por una serie de etapas, las cuales deben ser afrontadas para elaborar el duelo.

Linda Bird Francke(1990) considera que existen diversos aspectos que acompañan al duelo en el divorcio, los cuales son:

1. Emocional.- Es cuando los cónyuges se sienten a disgusto con su matrimonio y piensan que el costo de la vida en común es muy superior al de sus desventajas.

2. Psíquico.- Este aspecto se refiere a que los compañeros deben renunciar el uno al otro y admitir que ese otro no es la pareja soñada. El aspecto psíquico es el que cuesta más tiempo de conseguir. Independientemente del deseo de terminar una relación, debemos tener en cuenta el tiempo durante el que ambos funcionaron como pareja y, por tanto, lo difícil que resulta separarse de la relación emocional del otro, otro que ya no está.
3. Legal.- Aunque el divorcio afectivo se haya dado de hecho y tiempo atrás, el divorcio legal es el primer reconocimiento abierto de la ruptura del matrimonio. Consiste en la búsqueda del abogado, trámites, convenios regulador y promulgador de la sentencia. Aquí se establece el marco de separación económica de la pareja y se determina a quién le corresponde la tenencia de los hijos.
4. Cooparental.- Aunque el divorcio implica la pérdida de la pareja, en absoluto debería entrañar la pérdida del rol de padre o madre. Sin duda la convivencia familiar cambia y los hijos pasar a estar bajo la tutela de uno de los cónyuges.
5. Comunidad.- Dentro de este punto se da la redefinición de las amistades y parientes que tenían en común, debido a que el círculo de amistades frecuentado durante el marco del matrimonio ya no es el mismo en esta nueva etapa.

6. Propiedad.- Se da una disputa entre la pareja por los bienes que obtuvieron a lo largo de su matrimonio, abarca tanto las cosas de gran valor económico como las de valor sentimental.
7. Dependencia.- Existen muchas clases de dependencia, desde la económica hasta la emotiva. Sin embargo la dependencia emotiva suele ser la más difícil de perder, debido a que se pierde a esa persona a quien aferrarse, con quien tranquilizarse, hay que afrontar los problemas que parecen estar más allá del alcance sentimental, intelectual y físico.

3.2 Etapas del duelo en el divorcio

Existen diversos autores que manejan las etapas de divorcio, pero para nuestro estudio manejamos el divorcio como un proceso de duelo, debido a que la muerte de un matrimonio, es muy similar a la muerte de un cónyuge por lo que se elabora un duelo de la misma forma, de hecho Igor Caruso (2003) señala que la separación amorosa puede ser comparada con la muerte misma. Una muerte psicológica que irrumpe en la vida de los dos involucrados, y que es más dolorosa que la muerte física de la persona amada. Ya que en ésta existe lo inevitable del hecho, la seguridad del no retorno.

Es por ello que será necesario tomar como base las etapas que maneja Kübler-Ross enfocándolas en un divorcio.

3.2.1 Negación

El momento de la separación constituye un duro shock para la mayoría de la gente, incluso para quienes deseaban o ansiaban esa separación. Aturde, desorienta y asusta porque es una dolorosa transición desde un pasado conocido a un futuro desconocido.

En esta fase las partes suelen sentirse confusas, como perdidas en el espacio y en el tiempo; desorientadas, sin saber muy bien qué hacer, ni para dónde ir, y esto se acentúa si se trata de una situación no esperada o mínimamente aceptada.

Judith Viorst (1986, p.262) sostuvo que “se da una conmoción, el sentimiento de insensibilidad y de incredulidad”. La persona suele pensar “ ¡Esto no puede ser! “, se niega a creer lo que está viviendo.

La persona sigue pensando que no tiene problemas y que todo se encuentra igual que antes, simplemente considera que es un mal entendido y que su pareja regresará. En algunos casos la pareja guarda todas las posesiones de su ex cónyuge, con la esperanza de que el va a regresar; también se da que la persona minimiza el significado de la pérdida por lo que es común oír afirmaciones como: “No era un buen padre, No estábamos tan unidos, Mejor que se haya ido o No lo echo de menos”. Algunas personas se deshacen de todos los artículos que le recuerdan a su ex cónyuge, para luego sumirse en un llanto de dolor profundo pues se sienten solos y confundidos. Es probable que el doliente borre de su mente los momentos tanto buenos como malos que pasó con su ex pareja.

Es fácil creer que la persona amada regresará y pedirá perdón por lo ocurrido. Es por ello que muchas mujeres continúan usando el mismo apellido de cuando eran casadas. La realidad golpea duro cuando se quiere coger el teléfono para compartir alguna experiencia con la persona amada y se recuerda que él/ella no está en el otro extremo para contestar, debido a que ya no existe la relación anterior. Todo parece hacer recordar a esa persona, lo difícil es darse cuenta de que hace falta, ya no existe esa unión, por lo que inmediatamente se trata de negar. Algunas personas, en estos instantes buscan diferentes mecanismos de escape tales como el encierro, el llanto, evitar hablar de la persona, tomar licor o refugiarse equivocadamente en otra persona para no confrontar lo que se está sintiendo.

Generalmente en esta etapa los amigos y familiares juegan un papel importante ya que, por medio del diálogo logran hacer que la persona acepte.

Por otra parte se suele dar una reacción típica, el aislamiento. Muchas personas evitan tener contacto con otras, con el fin de evadir hablar de sus sentimientos. Por unos días el aislarse es recomendable ya que permite analizar y afrontar la realidad.

La realidad es que en esta etapa la persona se encuentra atrapada en el pasado, ya que desconoce su futuro y le teme enfrentarse consigo mismo, pues su propia inseguridad no le permite hacer una evaluación razonable de su situación. Es por ello que cada uno de los cónyuges debe, en primer lugar, reconocer la pérdida y llorar por los sueños que no se realizaron y nunca se realizarán.

3.2.2 Ira / Culpa

En esta etapa la persona comienza a preguntarse ¿Por qué yo me tenía que divorciar? Aquí aparecen sentimientos contradictorios, angustia y rabia al mismo tiempo.

La persona comenzará a recordar una a una las anécdotas "significativas" de la relación, los momentos "buenos", los "malos", los "peores" y los "maravillosos", tratando de encontrar culpables, causas o explicaciones que puedan dar algún significado. A su vez, los padecimientos por la pérdida se agravan por el mandato social internalizado de tener que conservar a toda costa el matrimonio. Este mandato es más fuerte para las mujeres las que por definición de género son designadas responsables del desarrollo armónico de los vínculos familiares.

Cada uno de ellos se cuestionará qué podría haber hecho o dejado de hacer para evitar el desenlace, se sentirá molesto consigo mismo por todo lo que calló y por todo lo que dijo. La ira comienza a desplazarse en todas direcciones y se proyecta contra todo lo que le rodea. A donde quiera que la persona mire, encontrará motivos de queja, por lo que se irritará con facilidad, tendrá una tendencia elevada a relacionar todas las situaciones con lo que está viviendo.

En tanto aparece la culpa como consecuencia de su ira. Es por ello que un autor sostiene que “La culpa puede convertirse en el elemento más destructivo de todos los que intervienen en esta relación”. (Martin Reig, 1982, p.112) Los cónyuges se echan la culpa uno al otro intentando mediante este proceso eludir

responsabilidades. Cuando la protesta se agota, comienza una nueva fase.

3.2.3 Depresión

El estado inicial de la depresión se presenta ante la pérdida real (en este caso, perder al ser amado y la descompensación del hogar) la persona separada de su pareja se muestra muy triste, desamparado, inseguro, siente un vacío, sin alguien a quien amar o con quien compartir, pero sin estar todavía en condiciones de reorientar sus afectos hacia otra persona.

En este período el separado tiene una reacción de melancolía, pérdida de apetito, insomnio, llanto, angustia, su pensamiento negativo se vuelve repetitivo, sensación de fracaso, baja autoestima.

Una segunda faceta de este proceso está dada por la depresión preparatoria, en donde la persona asocia la pérdida no sólo al ser amado, sino también a la situación económica, al futuro de sus hijos. Sentirá y pensará que nadie más la va amar, o que jamás podrá volver amar a nadie.

Cuando los sentimientos de desesperación son muy intensos, los divorciados suelen eludirlos, iniciando apresuradamente un nuevo vínculo, el cual trae sus inconvenientes, dado que debe existir un tiempo de cicatrización entre un proceso y otro, para evitar que las nuevas relaciones se contaminen de la relación anterior, y los vínculos

puedan ser realmente nuevos, las emociones frescas y el compromiso existencial pleno.

La alianza terapeuta - paciente es central en esta etapa del proceso del divorcio, ya que la fase del desprendimiento es sumamente dolorosa y los divorciados tienden a usar toda clase de atajos para no recorrer el camino de una resolución más radical. Sólo así se abre el camino a la aceptación.

3.2.4 Aceptación

En esta nueva etapa la persona comienza a aceptar la pérdida. Se comienza a adaptar a su nueva vida, lo cual implica asumir vivir sin su pareja, educar a los hijos.

El dolor comienza a desaparecer por lo que los separados comienzan a reorganizar sus vidas, y a sentirse interesados en nuevas actividades y relaciones. Su divorcio no le deprimirá más, ni le enojará.

Cuando la persona encuentra la estabilidad después del divorcio, permite que las obligaciones, los recuerdos y las lecciones del pasado coexistan pacíficamente con las experiencias del presente, es por ello que el ex cónyuge comienza a realizar una recapitulación del tiempo compartido con su ex pareja, notar las cosas buenas que le dejó su matrimonio, comienza a aprender de sus errores que lo llevaron al divorcio, pero sobre todo a perdonar tanto a su pareja por todo el

daño que considera que le hizo y a sí mismo por todo lo que no pudo hacer para salvar su matrimonio.

La ayuda del tiempo y de un análisis cuidadoso de los factores involucrados en éste, una autoevaluación honesta y la perspectiva positiva del divorcio nos permite madurar y tener nuevas alternativas.

Hasta aquí un breve enunciado de las distintas etapas emocionales por las que atraviesa un divorciado.

Convengamos en que no todos los procesos de divorcio requieren de la participación de un terapeuta, pero cuando el proceso de separación queda estancado, detenido en alguna de las fases, es conveniente realizar una consulta psicológica, con el fin de evaluar la conveniencia de un tratamiento.

3.3 Defensas frente a la separación

Cuando ocurre el divorcio, se da una separación de la pareja por lo que se establecen diversos mecanismos para afrontar el duelo. Estos sentimientos pueden darse aisladamente o en conjunto, dependiendo de la intensidad o el momento de la ruptura.

- a) Aumento de la agresión. Ésta se presenta cuando la persona comienza a desvalorizar a su ex pareja , atribuyéndole defectos o reconociendo aquellos que nunca habían sido notados antes o se habían tomado a la ligera y con una actitud de disculpa. De esta manera se cumplen dos objetivos:

- Disminuir el valor de lo perdido y por lo tanto lamentarlo menos.
 - Aumentar la autoestima a costa de la devaluación del otro.
- b) Racionalización. Este mecanismo completa y refuerza al anterior. Se caracteriza por ser un proceso de excusa del Yo en el que se repudia, mediante una lógica errónea, la responsabilidad por la incapacidad de aliviar la frustración o resolver el conflicto, con esto se absuelve la culpa y se ablanda la ansiedad.
- c) Indiferencia. Dentro de ésta todos los mecanismos se entrelazan. Pero la indiferencia cumple la función protectora. Las expresiones: “Yo ya estaba preparado; Ni me importa,” sólo demuestran que la conciencia rechaza el dolor.
- d) Sustitución del objeto. Es muy frecuente que, en los casos de divorcio, los actores encuentren rápidamente un sustituto amoroso, o bien que regresen a sus objetos primarios (hogar materno) con diferentes pretextos. Cuando se entabla un nuevo vínculo, les es muy difícil reconocer que es falso lo que se está intentando; que es tan dolorosa la separación, que los obliga de nuevo a tender hacia la completad, aunque, cuando menos al principio, el nuevo amor ayuda, pero no sustituye lo perdido.

En ocasiones suele haber problemas de infidelidad en sujetos que nunca lo habían hecho. Es como si ante la amenaza de pérdida del objeto se preparara un refugio para los malos momentos. Pero tampoco estas previsiones fructifican porque las relaciones iniciadas antes de una separación pocas veces son genuinas.

A veces la pérdida se suplanta por el aumento de la actividad o la creatividad, para luchar contra una regresión profunda e intolerable, sobretodo cuando la separación supone un ataque a principios morales o religiosos.

Esta defensa implica la finalidad de la recuperación de sí mismo, porque al desaparecer el mundo cotidiano aparece la sensación de no existencia. Las actividades, los nuevos objetos darán seguridad a la propia existencia.

Todos los mecanismos de defensa tienden a reafirmar la coexistencia y, por lo tanto, la seguridad de estar vivo y de ser amado. (Sandoval, 1990)

3.4 Consecuencias del Divorcio

No todos los divorcios producen consecuencias negativas. En muchos casos el divorcio es una auténtica liberación. La libertad recién adquirida y el cambio de rutina pueden ser enormemente positivos, una oportunidad de reiniciar una vida relativamente libre de conflictos. Hay, además, otros dos aspectos del divorcio que aumentan la probabilidad de experimentar una satisfacción personal:

- a) La oportunidad de recuperar de nuevo el control de la vida de uno.
- b) La seguridad de que uno puede defender los intereses de sus hijos sin el miedo de tensión con el número de conflictos.

Dentro de este punto también se encuentran consecuencias en el aspecto social las cuales pueden ser positivas , en el caso de que una persona haya elaborado un duelo normal, dicha persona se enfrentará con la posibilidad de encontrarse a sí misma y de esta forma buscará nuevas actividades hallando nuevas amistades.

En el aspecto emocional se puede encontrar que la persona es más fuerte, ha sabido aceptar su divorcio, tratará de no cometer los mismos errores.

Físicamente se sentirá otra vez soltera por lo que tratará de cuidarse a sí misma, haciendo ejercicio, arreglándose, etc.

Dentro del aspecto laboral al encontrarse de nuevo sola tratará de ver por ella misma económicamente, hallando mayor carga económica aunado a problemas que se pueden suscitar en el caso de haber hijos. Sin embargo esto puede motivarla a buscar un mejor trabajo.

La realidad es que la mayoría de las personas experimentan un gran dolor como resultado del divorcio. La mayoría de estas emociones negativas son consecuencia de tres factores interrelacionados. Estos son los factores:

1. - El divorcio pone de relieve que ya no será posible la intimidad con el ex cónyuge de uno.

2. - El divorcio crea "un nuevo estilo de vida", que puede ser inicialmente incómodo y amenazante.
3. - El divorcio supone una ruptura con la rutina cotidiana de uno y le fuerza al desarrollo de hábitos nuevos en la vida diaria.

Cuando el duelo en el divorcio no fue bien elaborado la persona tiende aislarse por lo que su vida social se va nulificando, sintiéndose sola.

Entre las consecuencias emocionales negativas es probable que la persona tenga un sentimiento de abandono, con una autoestima disminuida, sintiéndose físicamente fea y poco atractiva, por lo que pensará que ninguna otra persona la volverá amar. Mostrándose ante los demás como una persona insegura y víctima de su ex pareja.

En el siguiente capítulo se presenta un instrumento de medición, el cuál tiene como objetivo detectar en qué etapa de duelo está una persona que se encuentra en proceso de divorcio y de esta forma proceder a la terapia adecuada.

CAPÍTULO IV
ELABORACIÓN DE UN INSTRUMENTO PARA
DETECTAR LA ETAPA DEL DUELO EN QUE SE
ENCUENTRAN LAS MUJERES EN PROCESO DE
DIVORCIO.

En el presente capítulo se presentan los pasos para la elaboración de un instrumento debido a que es necesario seguir una metodología, pues todo instrumento requiere de un orden para guiar su creación. Es por ello que se incluyen temas como es el objetivo, las definiciones, la elaboración de reactivos, el análisis de reactivos abordando la validez y la norma de calificación, el instrumento final así como los usos y limitaciones.

Este instrumento de medición tomará como variables la negación, ira/culpa, depresión y aceptación. De esta forma se podrá saber en qué etapa del duelo se encuentra una persona que ha pasado por un divorcio o está en proceso de divorcio.

Dicho instrumento es de gran relevancia debido a que en la actualidad no se cuenta con algún instrumento que arroje resultados en los cuales se pueda saber en qué etapa de duelo se encuentra una persona que ha pasado por un divorcio, ya que erróneamente se cree que al concluir un divorcio la persona ya superó el duelo sin embargo el divorcio como ya se mencionó, no puede ser simplemente un acta dictada por un juez.

4.1 Objetivo del instrumento

El objetivo de este instrumento es detectar en qué etapa de duelo está una persona que se encuentra en proceso de divorcio. Dichas etapas

son negación, ira, negociación, depresión y aceptación. Y al localizar dicha etapa se podrá preceder a dar una terapia.

4.2 Definiciones

Para elaborar el instrumento fue necesario tomar en consideración la definición conceptual, la consensual, la operacional y la indicativa.

La primera definición fue la conceptual acerca del duelo, que fue elaborada a partir de la revisión de la definición de varios autores y la creación de una propia.

Se puede considerar al duelo como un proceso normal que aparece tras la pérdida de una persona o cosa amada asociándose a síntomas físicos y emocionales, el cual es psicológicamente traumático, por lo cual siempre es doloroso y necesita un tiempo y una serie de fases para volver al equilibrio normal.

La definición consensual, es aquella definición de duelo dada por varios autores.

Freud (1917, p. 244) considera que el duelo es la reacción que tiene una persona frente a la pérdida de un ser amado o de una abstracción de un objeto.

O'Connor (1990, p.23) define el duelo como "la pérdida de alguien es una herida y, al igual que en el caso de una lesión enfermedad o herida física debes darte a ti mismo tiempo para sanar ese mal."

Meyer (1983, p.71) considera que "el duelo es aquel proceso con el que nos despedimos del difunto, hacemos llevadera y finalmente superamos nuestra separación de una persona amada."

Jorge Bucay (2002, p.82) en su libro El camino hacia las lágrimas nos dice que "el duelo es el doloroso proceso normal de elaboración de una pérdida, tendiente a la adaptación y armonización de nuestra situación interna y externa frente a una nueva realidad."

Del tema de duelo se desprenden algunos indicadores para poder medir en qué etapa de duelo se encuentra una persona que ha pasado o se encuentra en un proceso de un divorcio. Estos indicadores son algunas de las etapas propuestas por Kubler-Ross coincidiendo con ella Montañó y Leveinstein. Por lo consiguiente se define la negación, ira, depresión y aceptación, las cuales son las etapas de duelo en el divorcio que se tomaron en consideración para la creación del instrumento.

La negación es un estado de conmoción temporal, que se caracteriza por que la persona se niega a aceptar la pérdida.

La ira/culpa es un estado dentro del cual la persona se siente indignada, enojada, con deseos de venganza por lo consiguiente comienza a sentir culpa.

La depresión es un síndrome caracterizado por una tristeza profunda y por la inhibición de las funciones psíquicas.

La aceptación es un estado en el cuál la persona aprueba lo sucedido.

La última de las definiciones es la operacional, en donde se definen cómo serán evaluados los indicadores.

1. Negación: se realizan preguntas en donde se denote que la persona se niega a creer su realidad o se niega a aceptar el significado de la pérdida.
2. Ira/culpa: se efectúan reactivos en donde se manifiesta que la persona siente molestia hacia todo lo que le rodea, se encuentra enojado con los demás y consigo misma, presenta sentimientos de envidia y culpa.
3. Depresión: se elaboran interrogantes donde se muestra que el doliente presenta sentimientos de tristeza, decepción o soledad, sensación de fracaso y baja autoestima; por lo que se aísla de los demás.
4. Aceptación: se formulan preguntas que implican que la persona admita su divorcio recobrando la estabilidad emocional.

4.3 Elaboración de reactivos

Se llevó a cabo la creación de un banco de reactivos conformado por varias preguntas, mismos que fueron elaborados a partir de la información obtenida, estos reactivos quedaron separados por cada uno de los indicadores: negación, ira, depresión y aceptación.

Quedando en esta primera etapa ochenta reactivos, veinte por cada indicador y que más tarde serían eliminados de acuerdo a la validez de contenido. (Ver anexo)

4.4 Análisis de reactivos

Para llevar a cabo un análisis más detallado de los reactivos que conforman este instrumento se requiere realizar la validez de los reactivos y la norma de calificación de los mismos, la cual será explicada posteriormente, pues esto nos dará una visión más clara el instrumento.

4.4.1 Validez

Para poder sustentar que el instrumento es válido se requirió apoyarse tanto en la validez de construcción como en la validez de contenido.

4.4.1.1 Validez de construcción

La validez de construcción es en donde se sustenta que el instrumento mide lo que tiene que medir a través de un autor o una teoría, en este caso consiste en sustentar los reactivos del instrumento con el marco teórico.

Se construyó un banco de reactivos los cuales fueron divididos en cuatro indicadores de acuerdo a las etapas del duelo. Por cada etapa de duelo se elaboraron veinte reactivos.

Negación

La negación es la primera etapa que se da cuando se presenta un duelo. Montañó (2001, p.121) dice que dentro de esta etapa “la persona cree que todo es un mal entendido, se dice a sí misma y a los demás que la pareja va a regresar, debido a que tiene la esperanza de que su pareja aun la ame”. Es por ello que se elaboraron los siguientes reactivos:

- ¿Siente que su ex pareja aún la ama?
- ¿Siente que en el fondo todo es un mal entendido?
- ¿Piensa que pronto regresará con su ex pareja y todo volverá a ser como antes?

Worden (1997, p. 28) considera que en la etapa de negación “ las personas para protegerse de la realidad tienden a negar el significado de la pérdida” también afirma que se presenta “la momificación , que

es cuando el doliente guarda posesiones de la persona fallecida” por lo que se construyeron los reactivos que a continuación se presentan:

- ¿Considera que su divorcio no ha afectado su vida?
- ¿Siente que su divorcio no es un acontecimiento importante en su vida?
- ¿Piensa que no le hace falta su ex pareja?
- ¿Considera que no extraña a su ex pareja?
- ¿Guarda algunos objetos de su ex pareja?

Krantzel (1975, p.42) menciona que “después de haberse separado las parejas, es común que no comuniquen a sus familiares o amigos acerca de su divorcio” y en tanto Wallerstein (1990, p.382) manifiesta que “muchas personas se niegan a creer que el matrimonio ha llegado a su fin y actúan como si no fuera así, es por esto que muchas mujeres continúan usando el mismo apellido de casadas por razones que van más allá de los convencionalismos” Los reactivos que se refieren a estos puntos son:

- ¿Trata de evitar comentar acerca de su divorcio con sus familiares o amigos?
- ¿Prefiere que la gente no se entere de su divorcio?
- ¿Actualmente sigue utilizando el apellido de su ex cónyuge?
- ¿Cuando le preguntan su estado civil contesta que es casada?

Bowlby (1980, p.104) asevera que después de una pérdida afectiva “durante un tiempo la persona puede seguir con su vida normal” como si la pérdida no hubiese existido. Debido a “la incredulidad,

acompañada con la esperanza de que todo ha de arreglarse, por la imperiosa necesidad de creer que la vida va a regresar a su normalidad”(p.105) . Por lo que “se presenta la necesidad de buscar a la persona perdida con el fin de recuperarla”. Es por ello que se establecieron los siguientes reactivos.

- ¿Su estilo de vida sigue siendo igual que cuando era casada?
- ¿Hace sus actividades cotidianas como cuando era casada?
- ¿Niega constantemente su ruptura matrimonial ante la sociedad?
- ¿Busca a su ex cónyuge para reconciliarse?
- ¿Constantemente intenta arreglar la situación con su ex pareja para que todo vuelva hacer como antes?

Esteban (2005, p.26) se refiere que en “la negación se trata de borrar los recuerdos dolorosos” por lo que “algunas personas deciden no mostrar su dolor, reprimiendo lo que sienten para no afectar a los demás”. Con base a este autor se realizan las siguientes preguntas:

- ¿Prefiere no pensar en su divorcio?
- ¿Trata de ocultar su dolor ante los demás?

Leveinstein (2005, p.35) manifiesta que durante la negación “las personas se resisten a aceptar la realidad” por lo que se crea el siguiente reactivo:

- ¿Se ha acostumbrado a la idea de estar divorciada?

Ira/Culpa

Kubler- Ross (1975, p.75) considera que la etapa de ira “es caracterizada por sentimientos de enojo, rabia y envidia, sugiriendo la pregunta ¿Por qué yo?, el doliente, a donde quiera que mire encontrará motivos de queja, debido a que se presenta disgusto por todas las actividades que fueron interrumpidas, todos los proyectos que se quedaron sin acabar”. Es por ello que se elaboraron los siguientes reactivos:

- ¿Se enoja con facilidad?
- ¿Se queja constantemente de su situación actual?
- ¿Siente que todo está en su contra?
- ¿Siente envidia hacia las parejas que mantienen su matrimonio?
- ¿Se pregunta constantemente por qué usted se tenía que divorciar?
- ¿Se siente frustrada por todos los planes que no pudo realizar con su ex pareja?

Worden (1997, p.43) aborda la etapa de ira diciendo que “En la pérdida de cualquier persona importante hay una tendencia a experimentar enfado. El enfado que ha de experimentar se dirige hacia la persona perdida en ocasiones se desplaza hacia otras personas, culpando a los demás o a uno mismo” O’Connor(1990, p.39) coincide con este autor afirmando que “el culpar a otros es una forma de evitar el dolor”. Con base a este autor se realizan las siguientes preguntas:

- ¿Culpa a los demás de su divorcio?
- ¿Se culpa constantemente por no ser buena pareja?

- ¿Se siente enojada con usted por haberse divorciado?
- ¿Está molesta con su ex cónyuge?

Esteban (2005) considera que “se manifiesta una agresividad con autoreproches hacia uno mismo” (p.30). Los reactivos correspondientes son:

- ¿Constantemente se autoreprocha por el hecho de divorciarse.?
- ¿Se autocrítica severamente por estar divorciada?

Montaño(2001, p.129) comenta que “dentro de la ira se reniega contra Dios” Concuerta con ello Leveinstein (2005, p.37) al decir que se presenta un “enojo con Dios” y Esteban (2005, p.33) manifestando que “la rabia puede ser dirigida contra uno mismo, Dios y otras personas” Por lo que surge la siguiente pregunta:

- ¿Se siente molesta con Dios?

Leveinstein (2005, p.38) expresa que “se experimenta la culpa imaginaria por que cree que los demás la reprochan, pero que no lo dicen”. De ello se construye el reactivo:

- ¿Considera que su familia la reprocha por su divorcio?

Polo (2004, p.218) alude a esta etapa al mencionar que se presenta “ coraje y enfado hacia la persona perdida, el cual se puede expresar por medio de la agresividad” . Como consecuencia encontramos los reactivos:

- ¿Le tiene coraje a su ex pareja?
- ¿Le tiene resentimiento a su ex cónyuge?
- ¿Considera que reacciona agresivamente ante las situaciones cotidianas?

Montaño(2005, p.33) menciona que la persona buscará cualquier motivo en su vida cotidiana para poder quejarse, por ejemplo al ver películas románticas, manteniendo una tendencia a relacionar todas las situaciones con lo que está viviendo, sintiendo ira y generalizándola, siempre encaminada a calificar negativamente a los demás y a su situación actual. Los reactivos correspondientes son:

- ¿Se irrita al ver películas románticas?
- ¿Considera que todos los hombres son iguales?
- ¿Siente que el haber estado casada fue una pérdida de tiempo?

Depresión

O'Connor (2001, p.42) afirma que durante la depresión “ intervienen sentimientos de tristeza, decepción o soledad. Cuando una persona está deprimida, suele alejarse de la gente y las actividades, pierde la capacidad para sentir placer o gozo y evita las situaciones agradables que antes experimentaba en la vida”. Worden (1997, p.34) coincide con ella al mencionar que “la persona siente que se ha perdido la dirección de la vida, lucha contra sí misma fomentando su propia impotencia, no desarrollando las habilidades de afrontamiento

necesarias, aislándose del mundo y no asumiendo las exigencias del medio”. Por lo consiguiente se elaboran las preguntas:

- ¿Se aleja de sus familiares y/o amigos?
- ¿Se le dificulta hacer sus actividades cotidianas?
- ¿Considera que nada le causa alegría?
- ¿Piensa que su vida no tiene sentido?
- ¿Evita salir a los lugares que le gustan?

Worden (1997) también considera que “se presenta fatiga la cuál se puede experimentar como apatía o indiferencia”(p.45). También expresa que “es común que se presenten trastornos alimentarios, los cuales se pueden manifestar comiendo en exceso o con la disminución del apetito.”(p.49). Con base a este autor se crearon los reactivos que a continuación se mencionan:

- ¿Se muestra apática ante la vida?
- ¿Siente que todo le parece indiferente?
- ¿Se siente habitualmente cansada?
- ¿Ha modificado sus hábitos alimenticios?

Montaño(2001) alude a la depresión al decir que “la reacción generalmente es de melancolía, sensación de fracaso y baja autoestima; sentirá y pensará que nadie más la va amar o simplemente que jamás podrá amar a nadie ni confiar en nadie”(p135). Afirmando que “dentro de la depresión se presenta un estado de tristeza con inhibición del curso del pensamiento, debilidad

en la voluntad y dificultad para tomar decisiones.” (p.52). Además menciona que “las personas que se encuentran deprimidas se dejan de preocupar por bañarse y arreglarse debido a que se sienten desdichadas”(p.135). Con base a esta autora se establecen los reactivos:

- ¿Siente que su vida es un fracaso?
- ¿Se considera una mujer con pocas cualidades tanto físicas como intelectuales?
- ¿Considera que nadie la tomará en serio debido a su divorcio?
- ¿Se le dificulta tomar decisiones?
- ¿Ha perdido el interés por arreglarse?

Sánchez(2001, p.51) manifiesta que en “la depresión se presentan alteraciones del sueño”. De ahí se construyen los siguientes reactivos:

- ¿Se le dificulta conciliar el sueño?
- ¿Constantemente tiene ganas de dormir?
- ¿Presenta alteraciones del sueño?

Este autor también menciona que “la persona cuando se encuentra en depresión tiende a percibirse a sí misma, sus experiencias, sus pensamientos y su futuro en sentido negativo. ”Por lo consiguiente es común que se presenten “fantasías o intentos de suicidio.”(p.51)

- ¿Constantemente tiene pensamientos negativos?
- ¿Ha tenido ideas de suicidio?

Por último Sánchez (2001, p.50) afirma que dicha etapa “se manifiesta con llanto”, por lo consiguiente se formula la siguiente pregunta:

- ¿Llora con facilidad?

Aceptación

Sánchez (2001 p. 23) afirma que “el duelo finaliza cuando el superviviente es capaz de hablar de la persona fallecida sin sentir dolor, comienza a invertir sus energías y afectos en nuevas actividades, recuperando el interés por la vida” Worden (1997, p.27) coincide al decir que “ un punto de referencia de la aceptación es cuando la persona es capaz de pensar en el fallecido sin sentir dolor” por lo que “la persona recupera el interés por la vida, se siente más esperanzada, comienza a experimentar gratificación de nuevo y se adopta a nuevos roles” (p.38). Es por ello que se construyeron los siguientes reactivos:

- ¿Puede hablar con los demás acerca de su experiencia de divorcio?
- ¿Se siente interesada en nuevas actividades?
- ¿Puede recordar momentos de su matrimonio sin sentir dolor?
- ¿Puede ir a los lugares que frecuentaba con su ex pareja sin sentir angustia o dolor?
- ¿Siente que ha recuperado el interés por la vida?
- ¿Considera que se ha adaptado a su nuevo estilo de vida?

Leveinstein (2005, p.52) considera que “ aceptar la pérdida de un ser querido brinda la oportunidad de aceptarle a él, a ella, tal como es y de esta forma perdonar a la persona perdida así como a uno mismo”. Menciona que al llegar a la aceptación “se adquiere un aprendizaje fortaleciendo a la persona y de esta forma puede lograr reconocer que hizo lo posible, lo cual provoca un sentimiento de tranquilidad en el doliente. Como consecuencia encontramos los siguientes reactivos:

- ¿Ha perdonado a su ex pareja por todo el daño que considera que le causó?
- ¿Piensa que en su matrimonio aprendió tanto cosas buenas como malas?
- ¿Siente que su divorcio la fortaleció como persona?
- ¿Piensa que el divorcio fue la mejor decisión que pudo tomar?
- ¿Se siente tranquila con su divorcio?

Polo (2004, p.220) nos dice que la “aceptación es admitir que la pérdida se suscitó y que no hay marcha atrás, es separarse y despedirse definitivamente de la persona, relación o circunstancia”.

Con base a este autor se realizan los siguientes reactivos:

- ¿Está consciente de que no volverá con su ex cónyuge?
- ¿Piensa que su matrimonio es un capítulo pasado de su vida?

Esteban (2005) asevera que en esta etapa “la persona comienza a entablar nuevos vínculos” por lo que se crea el siguiente reactivo:

- ¿Ha comenzado a entablar nuevas amistades?

Montaño (2001, p.143) sugiere que en la aceptación “la persona comprenderá que ya pasó la tormenta y que ahora podrá empezar una nueva vida, recuperando la confianza y seguridad en sí mismo”. Con base a este autor se realizan los siguientes reactivos:

- ¿Siente que ha tocado fondo pero ahora puede salir adelante?
- ¿Considera que en un futuro puede reconstruir su vida con otra persona?
- ¿Ve su futuro con confianza para afrontar su vida?
- ¿Se siente segura de sí misma?

Wallerstein (1997, p.385) al referirse esta etapa comenta que “cuando la persona llega a la aceptación encuentra la estabilidad emocional, comienza a permitir que las obligaciones, los recuerdos y las lecciones del pasado coexistan pacíficamente con las experiencias del presente”. Por lo que se mencionan los siguientes reactivos.

- ¿Considera que su vida tiene estabilidad emocional?
- ¿Se siente apta para cumplir con sus obligaciones?

4.4.1.2 Validez de contenido

La validez de contenido es la que se caracteriza por colocarse a consideración de expertos en la materia si el reactivo mide lo que tiene que medir.

Para poder llevar a cabo la validez de contenido en este instrumento se requirió de nueve expertos en la materia, en este caso se buscó a psicólogos clínicos, los cuales debían estar titulados y familiarizados con la terapia de duelo.

A continuación se presenta el nombre y la cédula de los psicólogos que colaboraron en la validez de contenido.

Nombre del Psicólogo	Numero de Cédula
• Rubí Guadalupe Sotres Salazar	4090455
• Rafael Omar Torres Sánchez	4761532
• Francisca Martínez Ramírez	4487885
• Ma. de los Ángeles Campos Huichán	1195301
• Sonia López Pérez	4277622
• Marcela Ramos López	4728075
• Oscar Ramírez Pantoja	3937209
• Gabriela Gallardo Galván	4694316
• Elizabeth Castellanos Vega	2465104

A dichos Psicólogos se les presentaron veinte reactivos por cada uno de los indicadores, los cuales debían analizar cuidadosamente. (ver anexo 4).

Cada experto tacho con una X SÍ en el caso de que considerara que el reactivo mide lo que se pretende de acuerdo al indicador y NO si creía que el reactivo no mide lo que se pretende de acuerdo al indicador.

Para que cada reactivo obtuviera la validez, más de la mitad de psicólogos debían de considerar que la pregunta media lo que aludía al indicador. Por lo consiguiente nos basaremos en la siguiente regla:

- Si los nueve psicólogos están de acuerdo en que el reactivo es adecuado, el reactivo es válido.
- Si ocho de los psicólogos están de acuerdo en que el reactivo es adecuado y un psicólogo considera que es inadecuado, el reactivo es válido.
- Si siete de los psicólogos están de acuerdo en que el reactivo es adecuado y dos psicólogos consideran que es inadecuado, el reactivo es válido.
- Si seis de los psicólogos están de acuerdo en que el reactivo es adecuado y tres psicólogos consideran que es inadecuado, el reactivo es válido.
- Si cinco de los psicólogos están de acuerdo en que el reactivo es adecuado y cuatro psicólogos consideran que es inadecuado, el reactivo presenta una validez dudosa.
- Si cuatro de los psicólogos están de acuerdo en que el reactivo es adecuado y cinco psicólogos consideran que es inadecuado, el reactivo no tiene validez.

- Si tres de los psicólogos están de acuerdo en que el reactivo es adecuado y seis psicólogos consideran que es inadecuado, el reactivo no tiene validez.
- Si dos de los psicólogos están de acuerdo en que el reactivo es adecuado y siete psicólogos consideran que es inadecuado, el reactivo no tiene validez.
- Si uno de los psicólogos está de acuerdo en que el reactivo es adecuado y ocho psicólogos consideran que es inadecuado, el reactivo no tiene validez.
- Si ninguno de los psicólogos está de acuerdo en que el reactivo es adecuado y nueve psicólogos consideran que es inadecuado, el reactivo no tiene validez.

De acuerdo a los resultados obtenidos se eliminaron algunos reactivos debido a que no alcanzaban la validez requerida (ver anexo 5) o en su defecto para lograr reducir el número de reactivos:

Dentro del indicador de negación se eliminaron los siguientes reactivos:

- ¿Siente que su ex pareja aún la ama?
- ¿Piensa que no le hace falta su ex pareja?
- ¿Considera que no extraña a su ex pareja?
- ¿Busca a su ex cónyuge para reconciliarse?
- ¿Se ha acostumbrado a la idea de estar divorciada?

En el indicador de ira/culpa se eliminaron:

- ¿Siente que todo está en su contra?

- ¿Se culpa constantemente por no ser buena pareja?
- ¿Constantemente se autoreprocha por el hecho de divorciarse?
- ¿Considera que su familia la reprocha por su divorcio?
- ¿Siente que el haber estado casada fue una pérdida de tiempo?

Dentro del indicador de depresión fueron eliminados los reactivos:

- ¿Evita salir a los lugares que le gustan?
- ¿Siente que todo le parece indiferente?
- ¿Se le dificulta conciliar el sueño?
- ¿Constantemente tiene ganas de dormir?
- ¿Ha tenido ideas de suicidio?

Dentro del indicador de aceptación se eliminaron:

- ¿Puede hablar con los demás acerca de su experiencia de divorcio?
- ¿Ha perdonado a su ex pareja por todo el daño que considera que le causó?
- ¿Piensa que el divorcio fue la mejor decisión que pudo tomar?
- ¿Considera que en un futuro puede reconstruir su vida con otra persona?
- ¿Se siente segura de sí misma?

4.4.2 Norma de calificación

Dentro de todas las pruebas de medición debe existir una norma de calificación, la cual consiste en asignarle un valor a cada respuesta, en el caso de este instrumento se procedió a tomar en cuenta las

teorías existentes acerca del tema de duelo, por lo que se apoyo en el marco teórico, así como en los expertos de la materia al momento de hacer la validez de contenido.

La norma de calificación de este instrumento es ordinal ya que se ocuparán los valores 1 y 0, dependiendo de la respuesta que señalen los sujetos. Por lo que la norma de calificación se llevará a cabo asignando un valor numérico a cada reactivo el cual puede ser de uno siendo la mayor puntuación dada al reactivo en caso de que la contestación sea afirmativa y cero la menor puntuación cuando la respuestas sea negativa, se deberá dividir dichas puntuaciones por indicador y se procederá a cuantificar las respuestas que tengan valor de uno.

4.5 Instrumento de evaluación

El instrumento quedó conformado por sesenta reactivos dicotómicos, en donde se tomaron en consideración como indicadores las etapas de duelo como son: negación, ira, depresión y aceptación quedando quince reactivos por indicador. De esta forma se puede detectar en qué etapa de duelo se encuentra una persona que se está divorciando o ha pasado por un divorcio.

En el anexo 1, se presenta el instrumento final de medición que contiene las instrucciones, la hoja de respuestas donde se observa la división del las preguntas de acuerdo al indicador que mide.

4.6 Manual del instrumento

Este instrumento tiene como finalidad detectar en que etapa de duelo se encuentra una persona, puede ser aplicado de forma individual o colectiva, está elaborado para personas del sexo femenino, las cuales se deben encontrar separadas de su pareja, en proceso de divorcio o divorciadas, siempre y cuando no tengan más de dos años separadas de su pareja, se recomienda que a las personas que se les aplique la prueba sean de religión católica.

Instrucciones para el aplicador.

Es indispensable seguir las instrucciones que ha continuación se darán para su aplicación ya que de lo contrario los resultados podrían carecer de validez o se podrían obtener datos erróneos.

La aplicación de este instrumento debe hacerse por un examinador lo suficientemente familiarizado con la prueba, pues de no ser así esto sería un factor para obtener errores, por lo que el examinador deberá estudiar la prueba así como las instrucciones.

Es importante que la persona que aplique la prueba presente interés por está, así como dar indicación de que las respuestas deben ser lo más sinceras posibles para obtener buenos resultados.

Es indispensable contar con un lugar amplio y cómodo para realizar la aplicación de la prueba, también es relevante tomar en

cuenta factores que puedan distraer al examinado como luminosidad y sonido.

Antes de la aplicación

Se deberá repartir el instrumento a los examinados, el cual cuenta con dos hojas, es importante darles una pluma para que puedan contestar.

Las instrucciones deben ser leídas por el examinador de forma muy clara .

INSTRUCCIONES: Responde SÍ o NO, eligiendo una sola respuesta, siendo lo más honesto posible.

A continuación deberá preguntar si existe alguna duda sobre la forma de contestar el instrumento.

Forma de calificación

La manera de calificar esta prueba se llevará a cabo mediante la hoja de evaluación.

Se deberán vaciar los datos en la hoja de evaluación. Dicha hoja de evaluación se encuentra dividida por indicador, cada indicador contiene el número de pregunta y un espacio abajo para que se indique si la puntuación es de 1 o 0, la puntuación es de 1 cuando el sujeto haya respondido que SÍ y es de 0 cuando haya respondido que NO. Es decir, si una persona llegará a responder en la pregunta 3 sí, se deberá buscar en la hoja de resultados el reactivo 3 y se le dará

una puntuación de 1. En caso de que respondiera que no en dicho reactivo el proceso será el mismo, pero se le dará una puntuación de 0.

Al concluir de vaciar los datos se procederá a cuantificar las respuestas haciendo una suma de manera vertical.

Para finalizar se observara en cuál de los indicadores la persona obtuvo mayor puntuación y de esta forma obtendremos la etapa de duelo en la que se encuentra una persona. Es posible que una persona obtenga el mismo número de puntuación en los indicadores. Esto se debe a que puede existir una combinación de dos o más etapas de duelo. A continuación se mostrará un ejemplo de la forma de calificación.

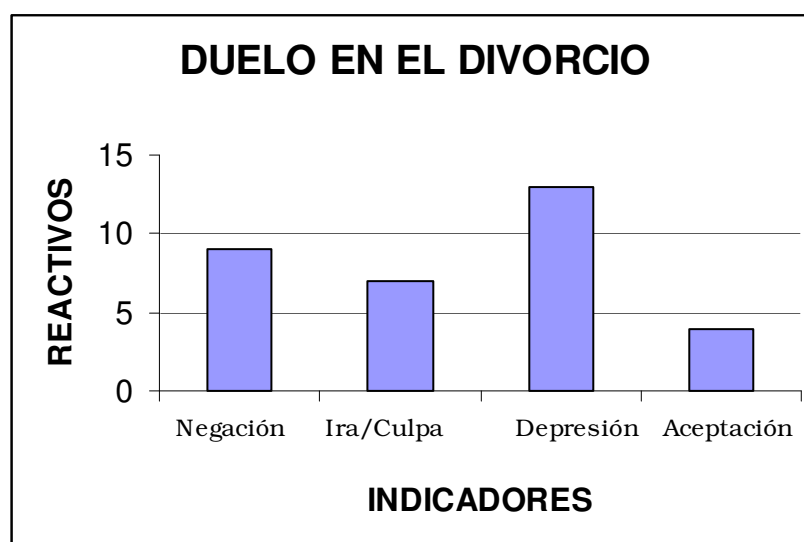
INDICADOR	REACTIVOS/PUNTUACIÓN	PUNTUACIÓN TOTAL
NEGACIÓN	1 5 8 14 16 20 25 30 32 38 40 45 49 51 56 <u>1 0 1 0 0 1 1 0 1 0 1 1 1 1 0</u>	9
IRA	2 9 18 21 26 29 33 35 39 43 47 50 53 54 59 <u>1 0 0 1 0 1 0 1 0 0 1 0 1 1 0</u>	7
DEPRESIÓN	4 6 10 11 15 22 23 28 31 37 42 44 52 57 60 <u>1 0 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 1 1 1</u>	13
ACEPTACIÓN	3 7 12 13 17 19 24 27 34 36 41 46 48 55 58 <u>1 0 0 0 0 0 0 1 0 1 0 0 1 0 1</u>	4

En este ejemplo se puede observar que la persona está en la etapa de depresión.

Gráfica

Los resultados se podrán graficar (ver anexo 3), se puede observar que en el eje de las X se encuentran los indicadores y en el eje de las Y están los reactivos; simplemente se debe de poner la puntuación total de cada reactivo.

En el mismo ejemplo se graficará de la siguiente manera:



En el caso de esta ejemplificación se puede observar que se encuentra dentro de la etapa de depresión debido a que se debe considerar la etapa que más alto puntaje obtuvo.

CONCLUSIONES

Al haber realizado esta tesis se pudo analizar gran parte del proceso de duelo, así como el divorcio y el impacto que éste provoca en las parejas encontrando que el divorcio representa la separación de la pareja, por lo consiguiente se presenta la muerte del Matrimonio, la cuál lleva consigo un proceso de duelo que se conforma por diversas etapas que al no ser bien superadas cada una de ellas podrán marcar la vida del individuo de manera drástica, y hacer más doloroso el afrontamiento de la pérdida.

En la actualidad encontramos que los divorcios se han vuelto muy comunes, sin embargo existen muy pocas fuentes, en nuestro país, que aborden el aspecto de duelo en el divorcio. Siendo éste un proceso mediante el cual se disuelve el vínculo del matrimonio debido a la ruptura del afecto entre los cónyuges; en el cual se experimentan reacciones psicológicas, sociales y físicas ante la percepción de la pérdida de dicho matrimonio. Dicho proceso se conforma por una serie de etapas, las cuales deben ser afrontadas para elaborar el duelo. por lo que considero importante que se trabaje el proceso con el doliente para lograr reestructurar de nuevo su vida y poder soportar la pérdida del ser amado, a lo que sugiero se escriba o investigue con la población Mexicana; sobre todo estos procesos.

Así, se cumple el objetivo de ésta tesis, el cuál fue diseñar un instrumento de medición en el cual se pretende identificar en qué

etapa de duelo está una persona en proceso de divorcio, que servirá como herramienta de diagnóstico para el área clínica y puede ser utilizada por terapeutas de duelo y pareja, para de esta forma poderle dar la terapia adecuada. Este instrumento consta de cuatro etapas, las cuales por lo general llevan un orden, sin embargo en ocasiones se pueden presentar de forma salteada, simultáneamente dos etapas y hasta se puede llegar a repetir la etapa cuando no ha sido bien elaborada. El tiempo de cada una de las etapas varía según la persona. Dichas etapas son negación, ira/culpa, depresión y adaptación. Considero importante mencionar que la etapa de Negociación fue omitida dentro de las etapas de duelo en el divorcio debido a que es muy breve y está más enfocada al duelo de los enfermos terminales es por ello que algunos autores como Liliana Montaña consideran que no se adecua. Por lo que para esta investigación que tiene como fin la creación de un instrumento se optó por no tomarla en consideración.

Este instrumento puede tener algunos usos útiles así como poseer limitaciones que serán descritas a continuación. Dentro de los usos de este instrumento encontramos que:

- Este instrumento está diseñado para mujeres que se encuentran separadas, en proceso de divorcio y divorciadas.
- Su utilidad se encuentra en el ámbito clínico debido a que puede ser empleado como una herramienta mediante la cual se puede detectar en qué etapa de duelo se encuentra una persona y de esta forma brindarle una terapia.

- Así mismo es de gran utilidad en investigaciones ya que con algunas modificaciones a dicho instrumento se podrá detectar problemáticas en las relaciones de pareja.

Dentro de las limitaciones de este instrumento encontramos:

- Este instrumento solo podrá ser utilizado en mujeres que se encuentran separadas, en proceso de divorcio o divorciadas.
- Este instrumento no permite saber cuáles fueron las causas que originaron el divorcio.
- Este instrumento de medición no se ha puesto en práctica, aunque no es uno de los objetivos de este trabajo sería una valiosa aportación a Terapeutas y Psicólogos Clínicos; sin embargo cuenta con la validez necesaria para sustentarlo, de cualquier manera será de gran ayuda para futuras investigaciones y para dar acertadamente una terapia.

Este trabajo, aporta a la psicología una guía para conocer e identificar las etapas del proceso de duelo en un divorcio, así cómo una recopilación de material teórico, de ésta forma lograr la creación de un instrumento de medición en el cuál se identifique la Etapa de Duelo, en la que está una persona y de esta forma poder ayudar al doliente en su proceso por recuperar la estabilidad que perdió.

A los psicólogos, brinda una herramienta que podrán utilizar para poder trabajar con sus pacientes la pérdida que se da frente a un divorcio y su proceso de duelo, también brinda un instrumento en el cuál se detecta en qué etapa de duelo se encuentra una persona, así

como información reciente y de tiempo atrás que se ha retomado para este trabajo incluyendo a los más representativos autores que existen.

Si esta información se proporciona y difunde más personas tendrán la posibilidad de enfrentar su divorcio y de esta forma elaborar el duelo adecuada y sanamente, conociendo que los sentimientos que tienen son comunes ante la gente que sufrió la misma pérdida, sabiendo que es un proceso que sólo el tiempo curará, esto le dará la posibilidad de no sentir que es el único que está pasando por ese dolor le ayudará a superarlo de una mejor manera, no viéndolo como un fracaso, sino cómo un aprendizaje y tratar de no repetir lo que cree que ha hecho mal, dando lugar a una transformación que le permita superar sus mecanismos de defensa, concluir asuntos pendientes y aprender de la experiencia dolorosa, logrando nombrar, aceptar y despedir lo que se ha perdido, así como darse cuenta, que cuando uno atraviesa una crisis cómo ésta tendrá que decidir si crece o muere en este proceso.

Por tal motivo, en los capítulos de este trabajo se dieron a conocer las etapas de duelo y el divorcio para de esta forma conocer a fondo las el duelo en el divorcio y de esta forma lograr la creación del un instrumento de evaluación donde se detecte en que etapa de duelo está una persona que ha sufrido un divorcio.

Es importante mencionar algunas de las cosas que creo ayudarán a aquellas personas que están atravesando por un divorcio, independientemente si se decide entrar en un proceso terapéutico:

- Conocer que es un proceso normal y que va acompañado de ciertas etapas.
- No ocultar los sentimientos
- No tratar de evitar los recuerdos, por que lo único que se conseguirá es aplazar el sufrimiento.
- No actuar como si no hubiera pasado nada.
- No se refugie en el alcohol, las drogas y la automedicación.
- Distinguir entre temores imaginarios y reales.
- Buscar alguna manera positiva de descargar las emociones negativas.
- Hable acerca de los sentimientos y emociones que siente.
- Aceptar las emociones que acompañan al duelo.
- No disimular la tristeza.
- No culparse así mismo, ni culpe a los demás.
- Realice nuevas relaciones y amistades.
- Comience a buscar nuevas actividades
- Pregunte a algún experto en la materia, investigue donde sea necesario, todas sus dudas confusiones con respecto a lo que le está sucediendo.

Aunque todo lo anterior nos puede ayudar para enfrentar el duelo del divorcio, lo mejor es cuando se reconoce que uno necesita ayuda y no existe mejor apoyo que el de alguien que sabe el tema, un

especialista como un psicólogo, un psiquiatra, por lo que a veces el conocer este tipo de situaciones, no sólo le pueden ayudar a usted directamente sino que le permitirá apoyar y aconsejar a personas que estén en estos procesos.

Los alcances de ésta tesis se encuentran resumidos en la posibilidad de dar a conocer cada una de las etapas del duelo en el divorcio , así como encontrar en qué etapa de duelo se encuentra una persona que ha pasado por éste, para de esta forma poder darle el tratamiento:.

Al hacer el análisis global de este trabajo de tesis pude sustraer la conclusión de que el divorcio es un proceso complejo, el cuál requiere que cada una de las etapas que lo conforman estén bien elaboradas; por lo que es importante identificar cada etapa y en el caso de que alguna no esté bien elaborada, darle la atención pertinente, para que el individuo pueda dejar ir la relación y decidirse conscientemente a crear una nueva vida y de esta forma acabar con el dolor que representa la pérdida.

BIBLIOGRAFÍA

Aguilar, A. (2005) *Conociéndome y conociendo mis emociones puedo enfrentar el duelo*, México: UNAM

Belinda, M. (1989) *Duelo y melancolía*, México: UNAM

Bird Francke, L. (1990). *Los hijos frente al divorcio*. México: Atlantida

Bohannan, P. (1970). *Divorce and after*. U.S.A.: Garden City.

Bowlby, J. (1980). *La pérdida afectiva*. España: Paidós.

Bowlby, J. (1993). *La separación afectiva*. España: Paidós.

Bucay, J. (2002). *El camino de las lágrimas*. México: Océano.

Buendía, R. (2001) *Duelo. Factores que lo obstaculizan y lo facilitan*, México: UNAM.

Caruso, I. (2003) *La separación de los amantes. Una fenomenología de la muerte*. 25^a ed., México: Siglo veintiuno.

Costa ,M.(1998) *Terapia de parejas*, España: Ed. Alianza.

Cruz Barney, O. (2002). *Historia del derecho en México*. México: Oxford.

Díaz, E. (1996) *El divorcio desde el enfoque de la terapia familiar sistémica*. México: UNAM.

Doménech, A. (1994). *Mujer y divorcio*. España: Promolibro

Esteban, D. (2005). *Cómo superar la pérdida de un ser querido. El camino del duelo*. México: Palabra ediciones.

Freud, S. (1975). *Duelo y melancolía*. Argentina: Amorrurtu.

Froom, E. (1956). *El arte de amar*. México: Paidós.

Fromm, E. (1955). *Ética y Psicoanálisis*. México: Fondo de Cultura Económica.

Fuentes, C. (2006) *El proceso de duelo ante la pérdida de la relación de pareja*. México: UNAM

Garza, I. (2000) *Las consecuencias psicológicas del divorcio en los miembros de la familia*. México: UNAM.

Kelinger, F. (1997). *Investigación del Comportamiento*. México: Mc Graw Hill

Klein, M.(1940) *El duelo y su relación con los estados maniaco-depresivos*. Argentina : Paidós.

Krantzel, M. (1975). *Divorcio Creador*. México: Extemporaneos.

Kubler-Ross, E. (1975) *Sobre la muerte y los moribundos*. Barcelona, España: Grijalbo.

Kusnetzoff, J. (1990). *La mujer sexualmente feliz*. Buenos Aires, Argentina: Vergara

Leveinstein, R. (2005). *Cuando alguien se va*. México: Panorama

Magnusson, D. (2001). *Teoría de los test*. México: Trillas

Martin Reig, M. (1982). *Haga un éxito de su divorcio*. México: Edamex.

Méndez, B. (1987). *El perfil del divorcio*. México: UNAM

Meyer, J. (1983) *Angustia y conciliación de la muerte en nuestro tiempo*. Barcelona, España: Herder.

Montaño, L. (2001). *Otra vez solos*. (2a.edición). Bogotá: Ecoe

Morineau Idearte, M. (2000). *Derecho Romano*. México: Oxford

O'Connor, N. (1990). *Déjalos ir con amor*. México: Trillas.

Palacios, A. (1998). *El divorcio y los segundos matrimonios*. México: Diana.

Pallares, E. (1991). *El divorcio en México*. México: Porrúa.

Polo, M. (2004). *Tanatología y duelo con enfoque gestalt y humanista*. México: Mc editores.

Pérez, M.(2005) *La pérdida y el duelo*. México: UNAM.

Poch, C.(2003). *La muerte y el duelo en el contexto educativo*.España: Paidos

Ramírez, M.(2003). *Cuando los padres se separan*. España: Biblioteca nueva.

Sandoval, D. (1990) *Divorcio Proceso Interminable*. México: Pax

Sánchez, E. (2001).*La relación de ayuda en el duelo*. Barcelona, España: Sal Tarrae.

Torres, M.(2001) *La violencia en casa*. México: Paidos.

Viorst, J. (1986). *Pérdidas Necesarias*. España: Plaza Janes

Vivanco, M. (1997). *El duelo como una emoción compleja, diferencias de género*. México: UNAM.

Wallerstein, J. (1990). *Padres e hijos después del divorcio*. Argentina: Vergara.

Worden, W.(1997) *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. España: Paidós

OTRAS FUENTES

DSM IV Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales
Definición de Duelo, <http://buscon.rae.es/diccionario/drae.htm>.
01/12/04

Estadísticas de estado conyugal, www.inegi.com, 21/septiembre/2004

Separación, monoparentalidad, reconstitución: etapas posibles de la familia post-moderna, www.psiquiatria.com, 29/septiembre/2004

Tipos de Divorcio. www.tiposdedivorcio.com, 22/02/05

ANEXOS

ANEXO 1
INSTRUMENTO DE DUELO EN EL DIVORCIO

Edad _____
Sexo _____

Tiempo de divorcio _____

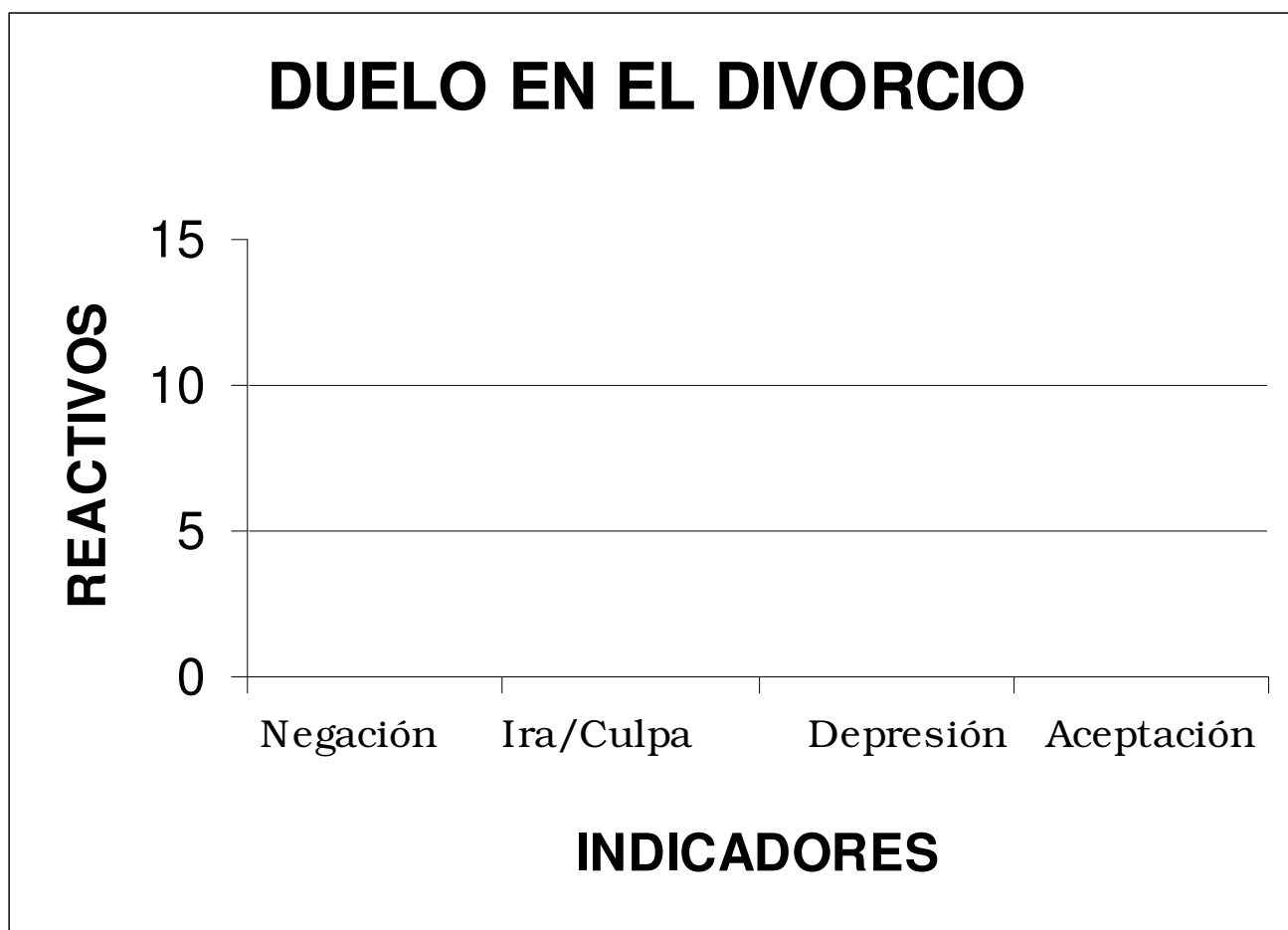
INSTRUCCIONES: Responde SI o NO, eligiendo una sola respuesta, siendo lo más honesto posible.

1. ¿Su estilo de vida sigue siendo igual que cuando era casada?	SÍ	NO
2. ¿Está molesta con su ex cónyuge?	SÍ	NO
3. ¿Se siente interesada en nuevas actividades?	SÍ	NO
4. ¿Ha modificado sus hábitos alimenticios?	SÍ	NO
5. ¿Piensa que pronto regresará con su ex pareja y todo volverá a ser como antes?	SÍ	NO
6. ¿Ha perdido el interés por arreglarse?	SÍ	NO
7. ¿Se siente tranquila con su divorcio?	SÍ	NO
8. ¿Prefiere no pensar en su divorcio?	SÍ	NO
9. ¿Se queja constantemente de su situación actual?	SÍ	NO
10. Piensa que su vida no tiene sentido?	SÍ	NO
11. ¿Presenta alteraciones del sueño?	SÍ	NO
12. ¿Ha comenzado a entablar nuevas amistades?	SÍ	NO
13. ¿Ve su futuro con confianza para afrontar su vida?	SÍ	NO
14. ¿Siente que en el fondo todo es un mal entendido?	SÍ	NO
15. ¿Se siente habitualmente cansada?	SÍ	NO
16. ¿Siente que su divorcio no es un acontecimiento importante en su vida?	SÍ	NO
17. ¿Piensa que en su matrimonio aprendió tanto cosas buenas como malas?	SÍ	NO
18. ¿Le tiene resentimiento a su ex cónyuge?	SÍ	NO
19. ¿Se siente apta para cumplir con sus obligaciones?	SÍ	NO
20. ¿Trata de ocultar su dolor ante los demás?	SÍ	NO
21. ¿Considera que reacciona agresivamente ante las situaciones cotidianas?	SÍ	NO
22. ¿Llora con facilidad?	SÍ	NO
23. ¿Se muestra apática ante la vida?	SÍ	NO
24. ¿Siente que ha tocado fondo pero ahora puede salir adelante?	SÍ	NO
25. ¿Guarda algunos objetos de su ex pareja?	SÍ	NO
26. ¿Le tiene coraje a su ex pareja?	SÍ	NO
27. ¿Considera que se ha adaptado a su nuevo estilo de vida?	SÍ	NO
28. ¿Constantemente tiene pensamientos negativos?	SÍ	NO

29. ¿Culpa a los demás de su divorcio?	SÍ	NO
30. ¿Actualmente sigue utilizando el apellido de su ex cónyuge?	SÍ	NO
31. ¿Se aleja de sus familiares y/o amigos?	SÍ	NO
32. ¿Trata de evitar comentar acerca de su divorcio con sus familiares o amigos?	SÍ	NO
33. ¿Siente envidia hacia las parejas que mantienen su matrimonio?	SÍ	NO
34. ¿Puede ir a los lugares que frecuentaba con su ex pareja sin sentir angustia o dolor?	SÍ	NO
35. ¿Se enoja con facilidad?	SÍ	NO
36. ¿Está consciente de que no volverá con su ex cónyuge?	SÍ	NO
37. ¿Se le dificulta hacer sus actividades cotidianas?	SÍ	NO
38. ¿Prefiere que la gente no se entere de su divorcio?	SÍ	NO
39. ¿Se autocritica severamente por estar divorciada?	SÍ	NO
40. ¿Hace sus actividades cotidianas como cuando era casada?	SÍ	NO
41. ¿Considera que su vida tiene estabilidad emocional?	SÍ	NO
42. ¿Considera que nada le causa alegría?	SÍ	NO
43. ¿Se irrita al ver películas románticas?	SÍ	NO
44. ¿Siente que su vida es un fracaso?	SÍ	NO
45. ¿Niega constantemente su ruptura matrimonial ante la sociedad?	SÍ	NO
46. ¿Puede recordar momentos de su matrimonio sin sentir dolor?	SÍ	NO
47. ¿Se pregunta constantemente por qué usted se tenía que divorciar?	SÍ	NO
48. ¿Siente que su divorcio la fortaleció como persona?	SÍ	NO
49. ¿Cuando le preguntan su estado civil contesta que es casada?	SÍ	NO
50. ¿Se siente molesta con Dios?	SÍ	NO
51. ¿Considera que su divorcio no ha afectado su vida?	SÍ	NO
52. ¿Se considera una mujer con pocas cualidades tanto físicas como intelectuales?	SÍ	NO
53. ¿Se siente frustrada por todos los planes que no pudo realizar con su ex pareja?	SÍ	NO
54. ¿Considera que todos los hombres son iguales?	SÍ	NO
55. ¿Siente que ha recuperado el interés por la vida?	SÍ	NO
56. ¿Constantemente intenta arreglar la situación con su ex pareja para que todo vuelva hacer como antes?	SÍ	NO
57. ¿Considera que nadie la tomará en serio debido a su divorcio?	SÍ	NO
58. ¿Piensa que su matrimonio es un capítulo pasado de su vida?	SÍ	NO
59. ¿Se siente enojada con usted por haberse divorciado?	SÍ	NO
60. ¿Se le dificulta tomar decisiones?	SÍ	NO

ANEXO 2
Hoja de resultados

INDICADOR	REACTIVOS/PUNTUACIÓN	PUNTUACIÓN TOTAL
NEGACIÓN	1 5 8 14 16 20 25 30 32 38 40 45 49 51 56 -----	
IRA	2 9 18 21 26 29 33 35 39 43 47 50 53 54 59 -----	
DEPRESIÓN	4 6 10 11 15 22 23 28 31 37 42 44 52 57 60 -----	
ACEPTACIÓN	3 7 12 13 17 19 24 27 34 36 41 46 48 55 58 -----	

ANEXO 3

ANEXO 4
VALIDEZ DE CONTENIDO

Nombre: _____

Profesión: _____

Num. Cédula: _____ Especialidad: _____

Lugar en el que labora: _____

INSTRUCCIONES:

A través del instrumento que se le presenta se pretende detectar en qué etapa de duelo se encuentra una persona que está pasando por un divorcio.

A continuación se presentan los reactivos del instrumento, el cual está conformado por cada una de las etapas del proceso de duelo. Dichos reactivos se encuentran divididos por indicador los cuales son negación, ira, depresión y aceptación.

Mucho le agradeceré que tache con una X SÍ en el caso de que usted considere que el reactivo mide lo que se pretende de acuerdo al indicador y NO si usted cree que el reactivo no mide lo que se pretende de acuerdo al indicador.

Negación

Los reactivos que se refieren a la negación son:

1. ¿Siente que su ex pareja aún la ama?	SÍ	NO
2. ¿Siente que en el fondo todo es un mal entendido?	SÍ	NO
3. ¿Piensa que pronto regresará con su ex pareja y todo volverá a ser como antes?	SÍ	NO
4. ¿Considera que su divorcio no ha afectado su vida?	SÍ	NO
5. ¿Siente que su divorcio no es un acontecimiento importante en su vida?	SÍ	NO
6. ¿Piensa que no le hace falta su ex pareja?	SÍ	NO
7. ¿Considera que no extraña a su ex pareja?	SÍ	NO
8. ¿Guarda algunos objetos de su ex pareja?	SÍ	NO
9. ¿Trata de evitar comentar acerca de su divorcio con sus familiares o amigos?	SÍ	NO
10. ¿Prefiere que la gente no se entere de su divorcio?	SÍ	NO
11. ¿Actualmente sigue utilizando el apellido de su ex cónyuge?	SÍ	NO
12. ¿Cuando le preguntan su estado civil contesta que es casada?	SÍ	NO
13. ¿Su estilo de vida sigue siendo igual que cuando era casada?	SÍ	NO
14. ¿Hace sus actividades cotidianas como cuando era casada?	SÍ	NO
15. ¿Niega constantemente su ruptura matrimonial ante la sociedad?	SÍ	NO
16. ¿Busca a su ex cónyuge para reconciliarse?	SÍ	NO
17. ¿Constantemente intenta arreglar la situación con su ex pareja para que todo vuelva hacer como antes?	SÍ	NO
18. ¿Prefiere no pensar en su divorcio?	SÍ	NO
19. ¿Trata de ocultar su dolor ante los demás?	SÍ	NO
20. ¿Se ha acostumbrado a la idea de estar divorciada?	SÍ	NO

Observaciones

Ira

Los reactivos que se refieren a este punto son:

1. ¿Se enoja con facilidad?	SÍ	NO
2. ¿Se queja constantemente de su situación actual?	SÍ	NO
3. ¿Siente que todo esta en su contra?	SÍ	NO
4. ¿Siente envidia hacia las parejas que mantienen su matrimonio?	SÍ	NO
5. ¿Se pregunta constantemente por qué usted se tenía que divorciar?	SÍ	NO
6. ¿Se siente frustrada por todos los planes que no pudo realizar con su ex pareja?	SÍ	NO
7. ¿Culpa a los demás de su divorcio?	SÍ	NO
8. ¿Se culpa constantemente por no ser buena pareja?	SÍ	NO
9. ¿Se siente enojada con usted por haberse divorciado?	SÍ	NO
10. ¿Esta molesta con su ex cónyuge?	SÍ	NO
11. ¿Constantemente se autoreprocha por el hecho de divorciarse?	SÍ	NO
12. ¿Se autocritica severamente por estar divorciada?	SÍ	NO
13. ¿Se siente molesta con Dios?	SÍ	NO
14. ¿Considera que su familia la reprocha por su divorcio?	SÍ	NO
15. ¿Le tiene coraje a su ex pareja?	SÍ	NO
16. ¿Le tiene resentimiento a su ex cónyuge?	SÍ	NO
17. ¿Considera que reacciona agresivamente ante las situaciones cotidianas?	SÍ	NO
18. ¿Se irrita al ver películas románticas?	SÍ	NO
19. ¿Considera que todos los hombres son iguales?	SÍ	NO
20. ¿Siente que el haber estado casada fue una pérdida de tiempo?	SÍ	NO

Observaciones

Depresión

Los reactivos que se refieren a este punto son:

1. ¿Se aleja de sus familiares y/o amigos?	SÍ	NO
2. ¿Se le dificulta hacer sus actividades cotidianas?	SÍ	NO
3. ¿Considera que nada le causa alegría?	SÍ	NO
4. ¿Piensa que su vida no tiene sentido?	SÍ	NO
5. ¿Evita salir a los lugares que le gustan?	SÍ	NO
6. ¿Se muestra apática ante la vida?	SÍ	NO
7. ¿Siente que todo le parece indiferente?	SÍ	NO
8. ¿Se siente habitualmente cansada?	SÍ	NO
9. ¿Ha modificado sus hábitos alimenticios?	SÍ	NO
10. ¿Siente que su vida es un fracaso?	SÍ	NO
11. ¿Se considera una mujer con pocas cualidades tanto físicas como intelectuales?	SÍ	NO
12. ¿Considera que nadie la tomara en serio debido a su divorcio?	SÍ	NO
13. ¿Se le dificulta tomar decisiones?	SÍ	NO
14. ¿Ha perdido el interés por arreglarse?	SÍ	NO
15. ¿Se le dificulta conciliar el sueño?	SÍ	NO
16. ¿Constantemente tiene ganas de dormir?	SÍ	NO
17. ¿Presenta alteraciones del sueño?	SÍ	NO
18. ¿Constantemente tiene pensamientos negativos?	SÍ	NO
19. ¿Ha tenido ideas de suicidio?	SÍ	NO
20. ¿Llora con facilidad?	SÍ	NO

Observaciones

Aceptación

Los reactivos que se refieren a este punto son

1. ¿Puede hablar con los demás acerca de su experiencia de divorcio?	SÍ	NO
2. ¿Se siente interesada en nuevas actividades?	SÍ	NO
3. ¿Puede recordar momentos de su matrimonio sin sentir dolor?	SÍ	NO
4. ¿Puede ir a los lugares que frecuentaba con su ex pareja sin sentir angustia o dolor?	SÍ	NO
5. ¿Siente que ha recuperado el interés por la vida?	SÍ	NO
6. ¿Considera que se ha adaptado a su nuevo estilo de vida?	SÍ	NO
7. ¿Ha perdonado a su ex pareja por todo el daño que considera que le causó?	SÍ	NO
8. ¿Piensa que en su matrimonio aprendió tanto cosas buenas como malas?	SÍ	NO
9. ¿Siente que su divorcio la fortaleció como persona?	SÍ	NO
10. ¿Piensa que el divorcio fue la mejor decisión que pudo tomar?	SÍ	NO
11. ¿Se siente tranquila con su divorcio?	SÍ	NO
12. ¿Esta consciente de que no volverá con su ex cónyuge?	SÍ	NO
13. ¿Piensa que su matrimonio es un capítulo pasado de su vida?	SÍ	NO
14. ¿Ha comenzado a entablar nuevas amistades?	SÍ	NO
15. ¿Siente que ha tocado fondo pero ahora puede salir adelante?	SÍ	NO
16. ¿Considera que en un futuro puede reconstruir su vida con otra persona?	SÍ	NO
17. ¿Ve su futuro con confianza para afrontar su vida?	SÍ	NO
18. ¿Se siente segura de si misma?	SÍ	NO
19. ¿Considera que su vida tiene estabilidad emocional?	SÍ	NO
20. ¿Se siente apta para cumplir con sus obligaciones?	SÍ	NO

Observaciones

GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN

ANEXO 5

TABLA DE VALIDEZ DE CONTENIDO

NEGACIÓN

REACTIVOS	ESPECIALISTAS EN LA MATERIA									TOTAL DE RESPUESTAS AFIRMATIVAS	%
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	VAS	
1. ¿Siente que su ex pareja aún la ama?	SI	NO	SI	NO	SI	SI	NO	NO	SI	5	55%
2. ¿Siente que en el fondo todo es un mal entendido?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	8	88%
3. ¿Piensa que pronto regresará con su ex pareja y todo volverá hacer como antes?	SI	SI	NO	NO	SI	SI	SI	SI	SI	7	77%
4. ¿Considera que su divorcio no ha afectado su vida?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	NO	SI	7	77%
5. ¿Siente que su divorcio no es un acontecimiento importante en su vida?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	8	88%
6. ¿Piensa que no le hace falta su ex pareja?	SI	SI	SI	NO	SI	SI	NO	NO	SI	6	66%
7. ¿Considera que no extraña a su ex pareja?	SI	NO	NO	NO	SI	SI	NO	SI	SI	5	55%
8. ¿Guarda algunos objetos de su ex pareja?	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	SI	7	77%
9. ¿Trata de evitar comentar acerca de su divorcio con sus familiares o amigos?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	8	88%
10. ¿Prefiere que la gente no se entere de su divorcio?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
11. ¿Actualmente sigue utilizando el apellido de su ex cónyuge?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
12. ¿Cuando le preguntan su estado civil contesta que es casada?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	8	88%
13. ¿Su estilo de vida sigue siendo igual que cuando era casada?	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	SI	7	77%
14. ¿Hace sus actividades cotidianas como cuando era casada?	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	7	77%
15. ¿Niega constantemente su ruptura matrimonial ante la sociedad?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
16. ¿Busca a su ex cónyuge para reconciliarse?	SI	NO	NO	NO	SI	SI	NO	SI	SI	5	55%
17. ¿Constantemente intenta arreglar la situación con su ex pareja para que todo vuelva hacer como antes?	SI	SI	NO	NO	SI	SI	SI	SI	SI	7	77%
18. ¿Prefiere no pensar en su divorcio?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
19. ¿Trata de ocultar su dolor ante los demás?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	8	88%
20. ¿Se ha acostumbrado a la idea de estar divorciada?	SI	NO	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	7	77%

TABLA DE VALIDEZ DE CONTENIDO

IRA/CULPA

REACTIVOS	ESPECIALISTAS EN LA MATERIA										TOTAL DE RESPUESTAS AFIRMATIVAS	%
	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI		
1. ¿Se enoja con facilidad?	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8	88%
2. ¿Se queja constantemente de su situación actual?	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	7	77%
3. ¿Siente que todo esta en su contra?	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	7	77%
4. ¿Siente envidia hacia las parejas que mantienen su matrimonio?	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	NO	7	77%
5. ¿Se pregunta constantemente por que usted se tenía que divorciar?	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	NO	SI	SI	7	77%
6. ¿Se siente frustrada por todos los planes que no pudo realizar con su ex pareja?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
7. ¿Culpa a los demás de su divorcio?	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8	88%
8. ¿Se culpa constantemente por no ser buena pareja?	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	NO	SI	SI	6	66%
9. ¿Se siente enojada con usted por haberse divorciado?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	8	88%
10. ¿Esta molesta con su ex cónyuge?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
11. ¿Constantemente se autoreprocha por el hecho de divorciarse?	SI	NO	SI	SI	SI	SI	NO	SI	NO	SI	6	66%
12. ¿Se autocritica severamente por estar divorciada?	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8	88%
13. ¿Se siente molesta con Dios?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
14. ¿Considera que su familia la reprocha por su divorcio?	SI	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	SI	SI	6	66%
15. ¿Le tiene coraje a su ex pareja?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
16. ¿Le tiene resentimiento a su ex cónyuge?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
17. ¿Considera que reacciona agresivamente ante las situaciones cotidianas?	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8	88%
18. ¿Se irrita al ver películas románticas?	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	8	88%
19. ¿Considera que todos los hombres son iguales?	SI	SI	SI	SI	NO	NO	SI	SI	SI	SI	7	77%
20. ¿Siente que el haber estado casada fue una pérdida de tiempo?	SI	NO	NO	SI	SI	SI	NO	NO	SI	SI	5	55%

TABLA DE VALIDEZ DE CONTENIDO

DEPRESIÓN

REACTIVOS	ESPECIALISTAS EN LA MATERIA										TOTAL DE RESPUESTAS AFIRMATIVAS	%
	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO		
1. ¿Se aleja de sus familiares y/o amigos?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	8	88%
2. ¿Se le dificulta hacer sus actividades cotidianas?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
3. ¿Considera que nada le causa alegría?	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	7	77%
4. ¿Piensa que su vida no tiene sentido?	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8	88%
5. ¿Evita salir a los lugares que le gustan?	SI	NO	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	7	77%
6. ¿Se muestra apática ante la vida?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	8	88%
7. ¿Siente que todo le parece indiferente?	SI	NO	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	7	77%
8. ¿Se siente habitualmente cansada?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
9. ¿Ha modificado sus hábitos alimenticios?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
10. ¿Siente que su vida es un fracaso?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	8	88%
11. ¿Se considera una mujer con pocas cualidades tanto físicas como intelectuales?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	8	88%
12. ¿Considera que nadie la tomara en serio debido a su divorcio?	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	7	77%
13. ¿Se le dificulta tomar decisiones?	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8	88%
14. ¿Ha perdido el interés por arreglarse?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
15. ¿Se le dificulta conciliar el sueño?	SI	SI	NO	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	7	77%
16. ¿Constantemente tiene ganas de dormir?	SI	SI	NO	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	7	77%
17. ¿Presenta alteraciones del sueño?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
18. ¿Constantemente tiene pensamientos negativos?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%
19. ¿Ha tenido ideas de suicidio?	SI	SI	SI	NO	SI	NO	SI	SI	SI	SI	7	77%
20. ¿Llora con facilidad?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%

TABLA DE VALIDEZ DE CONTENIDO

ACEPTACIÓN

REACTIVOS	ESPECIALISTAS EN LA MATERIA										TOTAL DE RESPUESTAS AFIRMATIVAS	%
	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	SI			
1. ¿Puede hablar con los demás acerca de su experiencia de divorcio?	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	SI		77%	
2. ¿Se siente interesada en nuevas actividades?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	8	88%	
3. ¿Puede recordar momentos de su matrimonio sin sentir dolor?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%	
4. ¿Puede ir a los lugares que frecuentaba con su ex pareja sin sentir angustia o dolor?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%	
5. ¿Siente que ha recuperado el interés por la vida?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%	
6. ¿Considera que se ha adaptado a su nuevo estilo de vida?	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	8	88%	
7. ¿Ha perdonado a su ex pareja por todo el daño que considera que le causó?	SI	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	SI	6	66%	
8. ¿Piensa que en su matrimonio aprendió tanto cosas buenas como malas?	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8	88%	
9. ¿Siente que su divorcio la fortaleció como persona?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%	
10. ¿Piensa que el divorcio fue la mejor decisión que pudo tomar?	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	8	88%	
11. ¿Se siente tranquila con su divorcio?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%	
12. ¿Esta consciente de que no volverá con su ex cónyuge?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%	
13. ¿Piensa que su matrimonio es un capítulo pasado de su vida?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	9	100%	
14. ¿Ha comenzado a entablar nuevas amistades?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	8	88%	
15. ¿Siente que ha tocado fondo pero ahora puede salir adelante?	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	8	88%	
16. ¿Considera que en un futuro puede reconstruir su vida con otra persona?	SI	NO	NO	SI	SI	SI	SI	NO	SI	6	66%	
17. ¿Ve su futuro con confianza para afrontar su vida?	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8	88%	
18. ¿Se siente segura de si misma?	NO	SI	NO	SI	SI	SI	SI	NO	SI	6	66%	
19. ¿Considera que su vida tiene estabilidad emocional?	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	8	88%	
20. ¿Se siente apta para cumplir con sus obligaciones?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	8	88%	