

UNIVERSIDAD CATOLICA DE VALENCIA
“San Vicente Mártir”



MÁSTER UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA
GENERAL SANITARIA
TRABAJO FINAL DE MÁSTER

**Programa de intervención dirigido a menores hijos de padres
divorciados**

Presentado por:

Laura Saá Veinat

Tutora:

D^a María Dolores Grau Sevilla

Valencia, a 14 de febrero de 2022

Laura Saá Veinat

Programa de intervención dirigido a menores hijos de padres divorciados

Resumen

Durante los últimos años las estructuras familiares se han ido modificando y entre ellas se encuentran las familias que han atravesado el proceso de divorcio, etapa que conlleva innumerables cambios tanto para los progenitores como para sus hijos, y que provocan consecuencias negativas que pueden mantenerse en la vida adulta como son síntomas de retraimiento, síntomas externalizantes y dificultades en las habilidades sociales. El objetivo de este trabajo es presentar un programa de intervención basado en la revisión bibliográfica sobre el tema, dirigido a menores que se encuentran en Educación Primaria de entre siete y doce años y sus progenitores. Para llevarlo a cabo se utilizará una metodología activa, dinámica y grupal con actividades lúdicas y motivadoras contando también con la participación de ambos progenitores. El programa consta de cuatro fases: evaluación, psicoeducación y aplicación de la intervención, una post-evaluación y un seguimiento, con una duración de trece sesiones de una hora cada una, diez de ellas dirigidas a niños/as y tres sesiones destinadas a los padres, para comprobar la eficacia del programa se realizará una evaluación pre-test en la primera sesión del programa, una post-test al finalizar el programa y un seguimiento llevado a cabo en dos momentos distintos, a los seis meses de finalizar del programa y un año más tarde.

Palabras clave: divorcio, terapia de juego, programa de intervención, menores.

Abstract

In recent years, family structures have been changing and among them are families that have gone through the divorce process, a stage that involves countless changes for both parents and their children, and that cause negative consequences that can be maintained in adult life such as withdrawal symptoms, externalizing symptoms and difficulties in social skills. The aim of this research is to present an intervention program based on the literature review on the subject, aimed at children in primary education between seven and twelve years of age and their parents. To carry it out, an active, dynamic and group methodology with playful and motivating activities will be used, with the participation of both parents. The program consists of four phases: evaluation, psychoeducation and application of the intervention, a post-evaluation and a follow-up, with a duration of thirteen sessions of one hour each, ten of them aimed at children and three sessions for parents. To check the effectiveness of the program, a pre-test evaluation will be carried out in the first session of the program, a post-test at the end of the program and a follow-up carried out at two different times, six months after the end of the program and one year later.

Keywords: divorce, play therapy, intervention program, minors.

Introducción

La Familia y el Divorcio

La familia es conocida como la base segura desde la cual la persona adquiere sus primeras experiencias, valores y su propia percepción del mundo. Además de ser el primer espacio en el que se cimenta su desarrollo y crecimiento de la propia identidad siendo así el primer grupo de socialización. La familia, como todo grupo o sistema social, intenta mantener un funcionamiento equilibrado usando sus capacidades para enfrentar sus demandas o exigencias (Bernabé, 2020). Además de cubrir las necesidades primordiales del ser humano, como ser biológico, psicológico y social, la familia atraviesa por cambios evolutivos que exigen ajustes constantes para mantener un funcionamiento equilibrado.

Existen situaciones en las que las capacidades de los miembros de la familia no se ajustan a las demandas o exigencias y da lugar a una crisis, que puede desembocar en el divorcio de los progenitores como solución. El divorcio, es la ruptura del vínculo matrimonial, por la cual, ambas partes han de llevar a cabo la negociación de responsabilidades, para así proseguir con sus vidas independientemente.

Aproximadamente desde 2010 se producen el mismo número de nuevos matrimonios que de separaciones, se calcula que cada 3-4 minutos hay una ruptura de pareja (Gonzalo, 2020). Según el Instituto Nacional de Estadística, en el último año 2020 en España se han llevado a cabo un total de 77.200 divorcios, de los cuales, 35.605, más del 46%, se han realizado estando al cuidado de hijos menores. Por lo tanto “la negociación de responsabilidades” nombrada anteriormente, en muchas ocasiones está relacionada con la adaptación a una nueva base segura sobre la que debe cimentarse el desarrollo del menor.

Según Andrade (2013), el divorcio implica una de las mayores tensiones que el ser humano pueda experimentar, superada únicamente por la muerte de un ser querido, ya que implica la rotura de metas familiares que habían sido marcadas como expectativas al contraer matrimonio, por tanto, lo que se había estimado como estable tiene que ser reorganizado. Estas tensiones ya tienen su inicio años antes de la separación, para los padres, el fin de estas tensiones se produce en el momento del divorcio, pero en cambio, para los hijos, el punto más alto de estas tensiones se produce en el mismo momento en el que se lleva a cabo la separación, ya que al momento de esta separación se produce una ruptura en la comunicación en la que los niños no entienden ni saben lo

que ocurre, lo que puede llegar a producir en ellos confusión, miedo y culpabilidad (Guinart y Grau, 2014).

A menudo los adultos ignoran que los niños son unos de los afectados en esta modificación estructural, como indica Gonzalo (2020), “una de las situaciones más dolorosas, e incluso traumáticas, que los niños sufren es el divorcio de los padres”. Wallerstein (2018) reporta que el 41% de los hijos de padres separados son temerosos, agresivos, poseen una baja autoestima y muestran dificultades en su conducta y solo un 45% de los niños superan el divorcio de sus padres.

Como hemos mencionado anteriormente, el divorcio es una situación complicada para los menores que se van a ver afectados generando dolor, ya que implica la ruptura de unos vínculos afectivos y toda separación conlleva una pérdida en diferentes aspectos como son el dejar la convivencia conjunta con ambos progenitores y perder a uno, perder seguridad... Y como seres humanos reaccionamos organizando un difícil repertorio de emociones, sentimientos y conductas que afectan a la persona (Pérez et al., 2009) de distintas maneras según las características de cada uno y la etapa evolutiva en la que se encuentre.

Los recursos parentales pueden llegar a determinar el nivel de angustia de los niños junto con la gestión por parte de los progenitores de la situación de divorcio y la explicación del cambio (Guinart y Grau, 2015).

Existen dos tipos de síntomas por los que los menores pueden exponer los efectos del impacto, siendo así:

1. Síntomas “internalizantes”: como pueden ser la depresión, la culpa, la ansiedad...
2. Síntomas “externalizantes”: manifestando problemas de conducta, escenas de rabia y/o agresividad, hacerse pis en la cama, consumición de sustancias nocivas...

A pesar de ello, si los padres llevan a cabo una parentalidad “bientratante”, siendo parentalmente competentes durante el desarrollo del divorcio e incluso después, el duelo nombrado anteriormente se proyectará e integrará en la historia de vida del menor, por lo tanto, los efectos del divorcio serán menores. En cambio, si los padres muestran incapacidad en el momento de desarrollar o mostrar sus competencias parentales y los menores por ello sufren cualquier tipo de maltrato, negligencia o abandono en diferentes grados, estos están sujetos a sufrir estrés crónico, el cual está relacionado con diferentes trastornos y enfermedades físicas y psicológicas (Gonzalo, 2020).

Además de las consecuencias mencionadas anteriormente, el divorcio, según Gonzalo (2020) y Andrade (2013) puede afectar a los menores por otros factores de riesgo como son los siguientes:

1. Modificación o trastorno emocional en los padres producido por el divorcio.
2. Conflicto perpetuo de los padres y judicialización de la separación.
3. Manipulación de los hijos por parte de uno o ambos progenitores.
4. Abandono por parte de uno de los progenitores.
5. Uso del menor como figura confidente y de apoyo de uno de los progenitores.
6. Parentalizacióm de los hijos.
7. Cambios de residencia, de barrio e incluso de colegio.
8. Cambios de rutinas, rituales y vida familiar habitual.
9. Negligencia de uno o de ambos progenitores al no cumplir con las obligaciones de su rol parental.
10. Visitas o relación con una figura parental incompetente en la que se pone en riesgo la seguridad de la persona menor de edad y su bienestar físico y psicológico.
11. Convivencia forzada con un padre o con miembros de la familia de alguno de ellos.
12. Disminución de las aportaciones del padre con el que no convive el menor.

Estos eventos estresores actúan de forma negativa y podrían acarrear consecuencias perjudiciales para el desarrollo del menor. Según Harold y Sellers (2018) indican que los niños que presencian conflictos entre sus padres de forma intensa, frecuente y mal resueltos, tienen una elevada probabilidad de padecer resultados negativos a lo largo de su desarrollo y que pueden persistir durante la edad adulta, como son una elevada ansiedad, síntomas depresivos, agresividad, comportamiento antisocial, un bajo rendimiento académico, abuso de sustancias, delincuencia e incluso riesgo de suicidio en grado extremo.

Las principales áreas que se ven afectadas por el conflicto interparental son las siguientes (Andrade, 2013; Harold y Sellers, 2018; Mustapha y Odediram, 2018; Pérez et al., 2009; y Sigel et al., 2012 Van Lamick y Visser, 2015):

1. Problemas de sueño: alteraciones en el patrón del sueño, dificultad para iniciar o mantener el sueño, que pueden mantenerse durante un periodo de dos años.
2. Problemas de externalización: agresividad, problemas de conducta y un comportamiento antisocial.
3. Problemas de interiorización: síntomas de retraimiento, inhibición, miedo, tristeza, timidez, baja autoestima, ansiedad y/o depresión.

4. Problemas de rendimiento académico: puntuaciones más bajas en asignaturas, menor tasa de graduación en Educación Secundaria Obligatoria.
5. Problemas de relaciones sociales e interpersonales: problemas en las habilidades sociales e interpersonales, en las habilidades de resolución de conflictos y en las competencias sociales. Este tipo de conflictos o tensiones interparentales se asocian a conflictos entre progenitores e hijos, relaciones más hostiles con hermanos, elevado conflicto entre compañeros, relaciones románticas de menor calidad, elevadas tasas de ruptura y violencia de pareja, ya que estos conflictos de los padres influyen en las imágenes de los menores sobre la vida familiar, el amor, la paternidad y la pareja.
6. Problemas de salud física: reducción de crecimiento físico, fatiga, dolor abdominal y dolores de cabeza, además de relacionarse con el tabaquismo, el abuso de sustancias, la actividad sexual precoz...etc.

Para tratar de favorecer la adaptación y que se produzcan en menor grado las consecuencias nombradas anteriormente, Pérez et al., (2009) proponen seis factores a llevar a cabo:

1. Reconocimiento y aceptación de la ruptura. Psicoeducación del concepto de ruptura y sus consecuencias, además de intentar frenar el miedo al abandono desencadenado por el conflicto parental.
2. Establecimiento de distancia entre la problemática y el menor para así preservar identidad y manejar de forma más adaptativa la angustia producida por la confusión.
3. Elaboración de la aceptación de la pérdida total o parcial de alguno de sus progenitores como consecuencia del divorcio, ya que además de la pérdida total o parcial del progenitor puede llegar a implicar la pérdida de rutinas familiares, símbolos y tradiciones. Esta tarea solicita que el menor sobreponga su propia persona e identidad al sentimiento de rechazo, humillación e impotencia que acompaña la separación de uno de los progenitores.
4. Realización de los sentimientos de rabia contra los propios padres y la autoculpabilización. Dado que el divorcio se produce por la decisión de uno o de ambos progenitores, los niños son conscientes de que el divorcio no es inevitable, por tanto, creen que el divorcio tiene un culpable, así que culpan a un padre o ambos o, en el caso de los más pequeños, a ellos mismos.

5. La aceptación de que el divorcio es definitivo. Años después del divorcio, tanto en menores, adolescentes y adultos puede llegar a persistir la esperanza de recuperar la familia de forma intacta.
6. La aceptación de sí mismo como una persona capaz de querer y de ser querida. Una de las tareas más importantes, tanto para el menor afectado, la familia y la sociedad, ya que es la capacidad de resolución de conflictos relacionales que pueden llegar a afectar a vínculos futuro, capacidad relacionada con la autoestima del menor.

Estas seis tareas mencionadas anteriormente son factores primordiales para llevar a cabo con el menor afectado, como hemos indicado, para una adecuada adaptación y con el principal objetivo de elaborar el duelo que conlleva un divorcio de forma adecuada y así evitar complicaciones psicopatológicas en un futuro. Actualmente existen una gran variedad de programas de intervención que conllevan las tareas señaladas dirigidas tanto a menores afectados como a sus progenitores.

Programas de intervención

Programa de Intervención para Hijos de Divorciados (CODIP).

El programa CODIP, desarrollado en EE. UU por Pedro-Carroll, y Cowen, (1985, 1992), es una herramienta referente para mejorar la expresión de sentimientos, normalizar la experiencia de divorcio y para desarrollar habilidades de afrontamiento. En 2010 fue adaptado al español como CODIP-R por López-Larrosa. El programa está dirigido a menores de entre 9 y 12 años que se encuentran en educación primaria y cuyos padres se encuentren en proceso de separación o divorcio. Consta de un total de 10 sesiones llevadas a cabo de forma grupal que podemos dividir en tres bloques (Pedro-Carroll, y Cowen,1985):

1. Primer bloque (sesión 1 – 3). Módulo centrado en fomentar apoyo: brindando así la oportunidad a los niños de conocerse y de compartir experiencias comunes, como los sentimientos relacionados con el divorcio, animando a hablar sobre sus preocupaciones acerca del divorcio y ayudando a la comprensión de cómo el cambio familiar producido afecta a los sentimientos y acciones tanto de los padres como de ellos mismo. Además, incluye reestructuración cognitiva acerca de las ideas erróneas que mantienen los

menores sobre el divorcio, como puede ser la idea de que nunca más volverán a estar junto a uno de sus progenitores, que el divorcio ha sido provocado por el mismo menor.

2. Segundo bloque (sesión 4 – 6). Módulo de desarrollo de habilidades cognitivas: se instruye a los menores a expresarse y a seguir la secuencia de los 5 pasos para resolver problemas interpersonales (analizar el problema, pensar en soluciones alternativas, evaluar la mejor solución, implementar un plan y evaluar la eficacia), para practicar esta resolución de conflictos se pide que escriban problemas específicos relacionados con el divorcio, que más tarde deben de representar de forma orientada a una solución.
3. Tercer bloque (sesión 7 – 9). Trabaja la expresión y el control de la ira, considerando las circunstancias o motivos que pueden dar lugar a la ira, además de reflexionar acerca de las formas de identificación individuales y en los demás.

Por último, en la última sesión se evalúa la experiencia del grupo, incluyendo los sentimientos sobre la finalización del programa, los aspectos positivos y negativos de la experiencia y fomentando la continuación del contacto entre los participantes y el apoyo tras la intervención.

Se realiza una evaluación, pre y post, los instrumentos de evaluación previos a la intervención se llevan a cabo una semana antes del inicio del programa y la evaluación posterior, dos semanas más tarde de la finalización del programa de intervención.

Programa Dads for Life (DfL).

Programa desarrollado por Braver y O'Connell (1998, 2000), está dirigido a padres y se centra en dos áreas: la relación del padre con el niño, y la relación con la madre/excónyuge, ambos tanto en cantidad como en calidad, teniendo como principal objetivo el bienestar y la salud mental del menor mediante la mejora de la relación padre-hijo y reduciendo el conflicto interparental. La hipótesis principal es que ambas acciones afecten paralela y simultáneamente al cumplimiento de la manutención y a la disminución de las acciones legales.

El programa está formado por un total de diez sesiones, ocho sesiones de grupo semanales y dos sesiones individuales cada una de aproximadamente 2 horas de duración. Cada sesión de grupo se centra en 1'5 horas de enseñanza didáctica, con debates y juegos de rol y 10 minutos en los que se muestra un video extraído de la película “8 Short Films about Divorced Dads” (Braver y Griffin, 1996) en el que se representaban situaciones en las que se modelaba de forma correcta y otra de forma incorrecta, para así seguir con un amplio debate y distintos role playings para la práctica de

habilidades, además, tras la finalización de cada sesión, se enviaban tareas para casa (Braver, Griffin, et al., 2005; Braver y Griffin, 2000).

Las diez sesiones constan del siguiente contenido (Braver, Griffin, et al., 2005):

1. Sesión 1. Explicación general del programa normalizando los procesos que se asocian al divorcio, motivando a los padres para asistir al programa centrándose en aumentar el compromiso con el papel de padre mostrando investigaciones y opiniones de expertos sobre la ausencia del padre durante el desarrollo de un menor, dando así lugar a un debate en el que los padres puedan expresar sus sentimientos.
2. Sesiones 2 y 3. Mejora de las habilidades parentales, como son las habilidades de escucha y comunicación y las estrategias de disciplina. Por lo tanto, se dedican ambas sesiones a la psicoeducación y el modelaje de habilidades.
3. Sesiones 4 y 5. Motivación y habilidades para la gestión de conflictos y mejorar el control percibido. Para ello se llevan a cabo una serie de ejercicios para mostrar a los padres conductas de atención, como puede ser mantener la mirada sobre la persona que está hablando, disminuir conductas despectivas, como son poner los ojos en blanco cuando alguien intenta tener nuestra atención y ser conscientes en cada momento del tema sobre el que se está discutiendo o hablando.
4. Sesión 6. Práctica de habilidades parentales, principalmente técnicas de disciplina, como es el refuerzo positivo, a través del modelaje y la psicoeducación.
5. Sesión 7. El compromiso con la función parental.
6. Sesión 8. La octava sesión es la última que se da de forma grupal y en la que se aborda el mantenimiento de las habilidades adquiridas junto con la resolución de problemas, además de proporcionar información adicional sobre como seguir con la crianza de sus hijos, como el manejo de los cambios en el desarrollo, proporcionando también materiales sobre el proceso de divorcio y material sobre las instalaciones educativas y recreativas locales para los menores.

Las sesiones individuales, que se dan durante la semana de la sesión tres y seis, tienen como principal objetivo individualizar las lecciones enseñadas durante las ocho sesiones nombradas anteriormente, adaptarlas a las circunstancias de cada progenitor y elaborar estrategias para superar obstáculos presentes que pudieran interferir en el aprendizaje o la llevada a cabo de las habilidades o técnicas aprendidas.

Durante el programa se realiza una evaluación en cuatro momentos diferentes, preprueba (antes de la asignación al grupo del programa), inmediatamente después del programa (3 meses después de la preprueba), 4 meses después de la posprueba (7 meses después de la preprueba) y un año después del programa (15 meses después de la evaluación inicial).

Programa Collaborative Divorce Project (CDP).

El programa CDP, creado cooperativamente por el poder judicial de Connecticut, la División de Servicios de Apoyo del Tribunal Superior de Connecticut y la Facultad de Medicina de la Universidad de Yale en 2005, es una intervención preventiva que examina la separación y el divorcio en el sistema legal en familias con niños de hasta seis años, siendo ellos los más beneficiados en la intervención ya que mejora los resultados de las familias a lo largo de la vida y evitan la trayectoria potencialmente descendente que experimentan los niños durante el divorcio. El programa es una combinación de elementos de clases psicoeducativas para padres e intervención clínica, mediación y servicios de gestión de casos con la aportación colaborativa de profesionales jurídicos y de la salud mental para dar lugar a una resolución alternativa de conflictos (Pruett, Insabella, et al., 2005). Los principales objetivos de este programa son disminuir los conflictos parentales y la sintomatología de los padres, aumentar la cooperación parental y la implicación paterna con sus hijos, ejercer un impacto positivo en las relaciones entre padres e hijos y en el control materno y reduciendo los costes económicos y legales del divorcio para promover la adaptación de los menores.

La intervención cuenta con siete componentes importantes: consulta de coparentalidad y gestión del caso, orientación sobre el divorcio, clases psicoeducativas para padres, sesión de retroalimentación, sesiones de resolución terapéutica (mediación), conferencia de estado/acuerdo y un seguimiento.

El programa tiene una duración de seis sesiones aproximadamente de dos horas. Al inicio del programa se asigna a cada familia dos consejeros de coparentalidad, un hombre y una mujer, uno de ellos clínico especializado en el ámbito de la salud mental infanto-juvenil y el otro un consejero de los Servicios Familiares, la función de ambos consejeros es apoyar el desarrollo positivo de la familia ayudando a los padres a resolver su conflicto legal, estos consejeros aportan información y abogan en nombre de los niños, consultan sobre cuestiones de salud mental y financieras en relación con el caso, ayudando también a gestionar los posibles atascos en el sistema legal. Las

seis sesiones del programa cuentan con el siguiente contenido (Pruett, Insabella, et al., 2005; Kline, Arthur, et al., 2007):

1. Sesión 1. Orientación sobre el divorcio y el sistema legal, llevándose a cabo con un juez, un abogado, un mediador y el equipo de coparentalidad, para así permitir a los padres resolver sus dudas y realizar preguntas relevantes sobre su propia situación. Además, recibieron información sobre el sistema legal, la correcta elección de un abogado, los posibles síntomas o consecuencias que pueden mostrarse en niños y padres durante el divorcio, la enseñanza de términos legales de un proceso judicial, libros de interés y un resumen sobre el proyecto CDP.
2. Sesión 2 y 3. Serie educativa con una duración de dos sesiones nombrada “Familias después del divorcio”, durante estas sesiones los padres se reunían en pequeños grupos en los que se combinaba material didáctico con actividades interactivas y debates sobre las respuestas de los padres y los hijos al divorcio, la comunicación, habilidades de resolución de conflictos, habilidades de coparentalidad e información general sobre el desarrollo infantil. Esta serie educativa permite la opción de alargarse durante cuatro semanas, un total de cuatro sesiones, con las parejas más conflictivas.
3. Sesión 4. Durante esta sesión se lleva a cabo una retroalimentación en la que las parejas se reúnen en privado con ambos consejeros, tanto para psicoeducación individualizada sobre las necesidades particulares de desarrollo de los hijos en el contexto de su situación familiar, como para advertir a aquellas familias en desacuerdo lo que podría repercutir tal desacuerdo en el proceso judicial.
4. Sesión 5. La quinta sesión consta de la mediación llevada a cabo por ambos consejeros, en la que se centra en esclarecer los puntos clave de las discrepancias entre ambos progenitores, centrándose en el bienestar del menor y facilitando un plan de crianza sobre la residencia fijada del menor y el contacto con ambos progenitores. Durante la realización de la sesión de mediación, si es necesario, se puede contar con la presencia de otros miembros de la familia y/o abogados.
5. Sesión 6. Esta sesión tiene lugar para aquellas familias en las que no se ha llegado a un acuerdo, llamándose así conferencia de estado/acuerdo, en la que se organizaba una conferencia con ambos padres, sus abogados y un juez. Si tras esta conferencia el acuerdo sigue siendo esquivo se pone fin a la participación del equipo de intervención en la familia

y se fijaba una fecha de juicio para la familia remitiendo una evaluación ordenada por el tribunal sometiendo además a una evaluación independiente por parte de los Servicios Familiares.

6. Sesión 7. Esta última sesión es una sesión de seguimiento que tiene lugar dieciocho meses después del inicio de la intervención en la que se discutía la adaptación de la familia y la resolución de cualquier nueva pregunta que pudiera surgir.

Programa No Kids in the Middle (NKM).

NKM es un programa llevado a cabo por Van Lawick and Visser en el año 2015 en el Centro de Trauma Infantil y Juvenil (KJTC) en los países bajos, que se basa en una intervención multifamiliar semiestructurada cuyo objetivo es ayudar a aquellos padres en proceso de divorcio que sufren un grado elevado de conflicto a abandonar disputas polarizadas para lograr nuevas formas de comunicación que sitúen a sus hijos en el centro. Los principales propósitos de este programa son mantener al menor siempre en mente, el trabajo en grupo, paralizar los procedimientos legales, ofrecer espacios para la mediación, llegar a conectar con una red de iguales, identificar y modificar patrones destructivos y cambiar a través de la experiencia (Anna Freud National Centre for Children and Families et al., 2020; Høigilt, y Bøe, 2021).

El programa consta de un total de ocho sesiones semanales con una duración de dos horas cada una en las que de seis a ocho familias trabajan juntas, además de asistir a dos sesiones anteriores de “admisión” en las que se da la presentación al grupo y una evaluación de su idoneidad. Los progenitores y los menores trabajan en paralelo durante las sesiones en espacios y grupos separados con el apoyo de dos clínicos. En el grupo de los progenitores se dan debates, actividades, role-playings, psicoeducación sobre patrones destructivos y sesiones de resolución de problemas con el apoyo del grupo, además de llevar tareas para casa tras cada sesión. Durante la última sesión los padres realizan una presentación a sus hijos sobre todo lo aprendido finalizando con un mensaje positivo.

En el grupo de los menores, de 4 a 16 años, se les presenta un espacio en el que poder hablar y jugar en torno a cualquier tema relevante para ellos, uno de los objetivos importantes es que los menores sean conscientes de que sus padres están trabajando juntos para trabajar por su beneficio. Durante las primeras sesiones se les presenta la oportunidad de realizar un proyecto, en grupo o de forma individual, en el que se muestre su experiencia de estar “en el medio”, ya siendo un poema, un dibujo, un juego... Se les brinda la oportunidad de poder mostrar el proyecto a sus padres durante

la sesión seis de forma voluntaria. Encontraríamos las sesiones divididas de la siguiente forma (Anna Freud National Centre for Children and Families et al., 2020; Van Lawick, y Visser, 2015):

1. Reunión de la Red Social. Sesión inicial en la que ambos progenitores pueden asistir con miembros de su red de apoyo sin la participación de los hijos. Esta reunión consta de una breve explicación del programa y de cómo la red de apoyo puede brindar apoyo a los padres durante su realización.
2. Sesión 1. Sesión nombrada “Padres amorosos y padres destructivos”, durante la realización de dicha sesión se les presenta a los padres distintos patrones de comunicación y se les ayuda a poder llevarlos a cabo por ellos mismos. En el grupo de los niños esta sesión permite el conocerse los unos a los otros y poder formar una red de iguales.
3. Sesión 2. “Los niños en el centro”, sesión de psicoeducación a los padres para ayudarles a comprender el impacto de los patrones destructivos en sus hijos. Los niños trabajan y hablan sobre la relación con sus progenitores.
4. Sesión 3. “Una narración sobre la separación sin demonización”, durante la tercera sesión los padres tienen la tarea de adoptar el punto de vista de sus hijos y tras ello compartir con el grupo relatos sobre la separación. El tema principal trabajado durante esta sesión con los menores es el conflicto.
5. Sesión 4 y 5. “Nuevas soluciones para viejos problemas”, en la cuarta y quinta sesión los padres identifican y explican dificultades en las que se encuentran o se han encontrado durante todo el proceso de divorcio y junto con todo el grupo se ayuda a encontrar soluciones a aquellos problemas. En ambas sesiones los niños trabajan las lealtades y los problemas o confusiones que pueden acarrear además de las concepciones erróneas como puede ser “si quiero ir al parque a jugar con mamá y no con papá, éste se va a enfadar conmigo”.
6. Reunión intermedia de la red social. Durante la realización de esta sesión no acuden ni los padres ni los menores, únicamente la red de apoyo que acudió a la primera reunión inicial con el objetivo de dar una devolución sobre lo que observan en la familia durante el desarrollo del programa y para apoyarse mutuamente en su función.
7. Sesión 6. En la realización de la sexta sesión tiene lugar la presentación de los proyectos de los menores, en la que los niños son apoyados a compartir con sus padres el trabajo

realizado durante las sesiones anteriores, pueden ser dibujos, fotos, películas, bailes, textos...

8. Sesión 7. En la séptima sesión los padres realizan su presentación a los menores sobre lo aprendido durante las sesiones anteriores.
9. Sesión 8. La última sesión consiste en la evaluación tanto para padres como para hijos, en la que tiene lugar reflexiones sobre el grupo, resultados, prevención de recaídas y los próximos pasos a poder realizar.

Para la evaluación de los cambios a lo largo de la intervención los usuarios rellenos los siguientes cuestionarios durante la admisión, la primera sesión y a modo de seguimiento en la octava sesión (Anna Freud National Centre for Children and Families et al., 2020).

Programa Grupo de Apoyo a los Niños (CSG).

El programa psicoeducativo CSG desarrollado por Stolberg y Mahler en el año 1994, está dirigido principalmente a los menores de padres divorciados de entre 8 y 11 años con el objetivo de enseñarles a hacer frente a los factores de estrés que acompañan al divorcio de los padres, apoyando a los niños y enseñándoles a controlar la ira, la relajación y las habilidades de comunicación, además de mejorar la autoestima y las habilidades sociales de niños (Rose, 2009). El programa cuenta con un total de 14 sesiones semanales, formadas por grupos de ocho miembros, con una duración de 60 minutos que podemos dividir en dos áreas (Stolberg y Garrison, 1985):

1. Área 1. Durante la realización de las sesiones de esta área se trataban temas específicos con el fin de psicoeducar, los temas podrían ser los siguientes: “¿de quién es la culpa?”, “¿me preocupo por mi padre/madre?”, “¿me gustaría que mis padres volvieran a estar juntos?” ...
2. Área 2. Las sesiones de esta área se centran en la enseñanza que puede aportar la realización de role-playings, el ensayo de habilidades cognitivo-conductuales específicas como son la resolución de problemas, habilidades del control de la ira, habilidades de comunicación y habilidades de relajación. Para la realización de cada una de las actividades los menores recibían “El Libro del niño”, tareas que se transmitían al finalizar las sesiones para realizar en casa.

Estas dos áreas trabajan en base a dos objetivos principales: fomentar un grupo de apoyo para los menores y el apoyo al transporte de lo aprendido en el programa al día a día.

Programa de Grupos de Apoyo Basados en el Colegio.

Programa llevado a cabo por Kalter y Schreier en el año 1993 dirigido a menores de entre 6 a 9 y de 9 a 12 años. El programa tiene una duración de diez sesiones semanales para los niños de entre 6 a 9 años y de ocho sesiones para los de 9 a 12 de 45/60 minutos. Las sesiones son grupales compuestas de 4 a 7 miembros.

Los principales objetivos del programa son reducir o suprimir los problemas socioemocionales y académicos que pueda presentar el menor, normalizar la situación en la que se encuentra el niño tras el divorcio de sus padres, esclarecer ideas erróneas o difíciles de entender sobre el divorcio además de proporcionar un espacio de apoyo en el cual puedan desarrollar sus habilidades y aprender otras nuevas que les ayuden a afrontar situaciones de su día a día (Mendoza, 2015).

Programa Ruptura de Pareja no de Familia.

Programa español desarrollado por Arce y Fariña (2007), el programa cuenta con el objetivo principal de disminuir aquellas consecuencias que podrían ser negativas generadas en la familia por el divorcio de los padres y así reforzar el ajuste de la familia a las nuevas circunstancias familiares. La realización de este programa se da durante 16 sesiones semanales de una duración de entre 90 y 120 minutos dirigidas paralelamente a los padres y a los menores (Mendoza, 2015).

El programa cuenta con la participación tanto de los padres como de los menores, por tanto, existen diferentes objetivos para cada grupo, los principales objetivos a trabajar con los padres son: mitigar el déficit cognitivo que puede producir el proceso de divorcio y que impide el centrarse en las necesidades de los hijos, reforzar la comunicación y la cooperación parental entre ambos padres, consolidar la comunicación padre-hijo y desarrollar tácticas de disciplina, en cambio, los principales objetivos a tratar con los menores son: llevar a cabo una reestructuración cognitiva sobre los pensamientos y creencias errónea, disminuir los sentimientos de culpa y la atribución de responsabilidad, aumentar la comunicación sin barreras emocionales que puedan llegar a dificultar una buena comunicación y disminuir los problemas conductuales y académicos.

Para llevar a cabo los objetivos nombrados anteriormente se da uso de técnicas como el ensayo de conducta o role-playing, el modelado, la resolución de problemas, la retroalimentación, el refuerzo y el mantenimiento y la generalización de las habilidades y destrezas entrenadas durante la realización del programa.

Las sesiones dirigidas a los padres se desarrollaron de la siguiente forma:

1. Sesión 1. Introducción al grupo y al programa de intervención.

2. Sesión 2. Sesión en la que se trabajará el estado psicológico de los padres.
3. Sesión 3. Comprensión de los beneficios de la cooperación parental.
4. Sesión 4. Explicación del desarrollo evolutivo de los menores, los cambios en el ámbito emocional y cognitivo y la comprensión de las reacciones referidas al proceso de divorcio.
5. Sesión 5 y 6. Durante la realización de esta sesión se trabajarán y plantearán las reacciones típicas de los niños ante el divorcio además de explicar las consecuencias negativas del divorcio para estos.
6. Sesión 7 y 8. Repercusión de la sobrecarga a los menores y el impacto de alienarlos.
7. Sesión 9. Explicación de las consecuencias de mantener activa la idea de una posible reconciliación entre los padres.
8. Sesión 10 y 11. En esta sesión se trabaja la importancia del contacto de ambos padres con el menor.
9. Sesión 12. Desarrollo e aprendizaje de técnicas efectivas para una buena adaptación de los hijos a la nueva etapa.
10. Sesión 13. Aprendizaje de la distinción entre prácticas de disciplina correctas e incorrectas e implementación de métodos de disciplina eficaces y correctos.
11. Sesión 14. Reconocimiento de las responsabilidades de cada padre hacia las necesidades de sus hijos.
12. Sesión 15. Realización de la evaluación post-intervención.

Las sesiones dirigidas a los niños se llevarán a cabo de la siguiente forma:

1. Sesión 1. Presentación e incorporación al grupo mediante actividades como el “juego de la colchoneta”, “¿quién soy yo?” ...
2. Sesión 2. Se aborda el conocimiento de los diferentes tipos de familias para así flexibilizar el concepto.
3. Sesión 3, 4 y 5. Sesiones en las que se lleva a cabo la comprensión del proceso y decisión del divorcio y la identificación de las reacciones más comunes mediante un proceso de reestructuración cognitiva, la identificación y la expresión emocional, además de técnicas de relajación, de autocontrol, role-playigs y el arte.
4. Sesión 6. Reforzamiento del autoconcepto mediante juegos como “cómo me veo yo, cómo me gustaría verme” y técnicas de reestructuración cognitiva, mantenimiento y generalización.

5. Sesión 7. Durante esta sesión se ayudará a los menores a superar la idea o creencia de reconciliación entre los padres, mediante role-playing y reestructuración cognitiva con la ayuda de dos historias “Dine y Pobi”.
6. Sesión 8. Aceptación de la nueva etapa en la que forman parte mediante el ejercicio “Yo, como Pobi, tengo dos casas”.
7. Sesión 9 y 10. Reforzamiento y práctica de habilidades de comunicación para un correcto manejo en situaciones difíciles para así poder expresar sus sentimientos e ideas de manera asertiva mediante role-playings con la idea de “Yo, como Pobi, puedo ser feliz”.
8. Sesión 14. Aceptación de los cambios que pueden llegar a producirse en esta nueva etapa, como el cambio a tener dos hogares, traslados...etc., mediante el juego “Yo, como Pobi, soy feliz” y la utilización de la técnica de frases incompletas.
9. Sesión 15. Realización de la evaluación post-intervención.
10. Sesión 16. Cierre mediante fiesta de celebración de la finalización del programa.

Los componentes comunes y eficaces de los programas de intervención dirigidos a padres mencionados anteriormente son:

1. Psicoeducación a padres sobre el impacto que conlleva el conflicto interparental en la crianza y el desarrollo de los hijos.
2. Crear motivación para reforzar la crianza la calidad y evitar socavar a otro progenitor.
3. Crear y desarrollar habilidades de modelado.

Todos los programas han sido basados en pruebas de ensayos aleatorios controlados además de evaluación pre y post. Los resultados indican que con la intervención de programas se reducen los conflictos interparentales, disminuye la angustia de los padres, mejora la comunicación, se muestra una disminución de problemas emocionales y de comportamiento en niños y mejoras en el funcionamiento cognitivo.

Los datos sugieren que disminuye el nivel de conflicto destructivo a los que está expuesto el menor y evita que esté en medio, siendo así eficaces para promover la adaptación tras un divorcio.

Van Lamick y Visser (2015) descubrieron que a través de la terapia los niños eran más conscientes de sus emociones y eran capaces de expresar su malestar, pero además de ello también fueron más conscientes de la importancia de su posición en el divorcio de sus padres, por esto, no se les permite expresar ese malestar en sus hogares, ya que puede ser utilizado por un progenitor en contra del otro progenitor. Y así llegaron a concluir en que se debe dejar de intervenir en terapia

con el menor mientras el contexto de estos siguiera siendo la guerra entre los padres, ya que los menores no solo son víctimas, son activos a la hora de dar sentido al divorcio, toman una posición y desarrollan una narrativa personal para así poder seguir adelante. Por esto, hay que tener en cuenta a los progenitores en los programas de intervención dirigidos a menores.

A continuación, en la Tabla 1 podemos observar toda la información obtenida sobre los diversos programas de intervención dirigidos a la problemática del divorcio con hijos menores.

Tabla 1*Programas de Intervención*

Programa	Población Diana	Edad	Nº Ses.	Tiempo	Objetivos	Materiales
Programa de Intervención para Hijos Divorciados (CODIP), (Pedro-Carroll y Cowen, 1992)	Hijos	9-12	10	45-60 m.	Fomentar un ambiente de apoyo en grupo, ayudar a identificar y expresar sentimientos de forma apropiada, mejorar la comprensión del niño o niña de los cambios familiares, mejorar las habilidades de afrontamiento y mejorar la percepción positiva de sí mismos y de la familia.	Marionetas, libros interactivos, juegos y actividades y técnicas como “The Group Newsletter”, que consiste en la creación de un foro donde se utilizan dibujos, escritura creativa o el humor, para expresar los sentimientos...
Dads for life (DfL) (Braver y Griffin, 2000)	Padres		10	2 h.	Mejorar el bienestar y la salud mental del menor mediante la mejora de la relación padre-hijo y reduciendo el conflicto interparental.	“8 Short Films about Divorced Dads”, role-playins, psicoeducación y modelaje...
Collaborative Divorce Project (CDP) (Poder judicial, Servicios de Apoyo, la	Padres		6	2 h.	Disminuir los conflictos parentales y la sintomatología de los padres, aumentar la cooperación parental y la implicación paterna con sus hijos, ejercer un impacto positivo en las relaciones entre padres e hijos y en el control materno y reduciendo los costes económicos y	Mediación, role-playings, habilidades de resolución de conflictos, psicoeducación...

Facultad de Medicina de la Universidad de Yale, 2005)					legales del divorcio para promover la adaptación de los menores.	
No Kids in the Middle (NKM) (Van Lawick y Visser, 2015)	Padres hijos	4-6	8	2 h.	Mantener al menor siempre en mente, el trabajo en grupo, paralizar los procedimientos legales, mediación, conectar con una red de iguales, identificar y modificar patrones destructivos.	Debates, actividades, role-playings, psicoeducación, habilidades de resolución de conflictos, dibujos, juegos, proyectos personales...
El grupo de apoyo de niños (CSG)	Hijos	8-11	14	60 m.	Enseñar habilidades cognitivo-conductuales, conocimiento sobre las interacciones parentales y familiares, y suministrarle apoyo emocional.	El Libro del niño
Grupos de apoyo basados en el colegio, (Kalter y Schreirer, 1993)	Hijos	6-9 9-12	10 8	45-60 m.	Eliminar los problemas socioemocionales y académicos que presenten los menores	Dibujos, role-playing, teatro de marionetas, historias narradas o entrevistas individuales.
Ruptura de Pareja no de Familia (Arce y Fariña, 2007)	Padres hijos	2-18	16	90-120 m.	Minimizar las repercusiones negativas que la separación puede ocasionar en los menores, mejorar el ajuste a la nueva situación familiar, la reestructuración cognitiva, mejorar la comunicación y minimizar los problemas producidos por el divorcio.	Role-playing, modelado...

Fuente: Elaboración propia

Justificación

El divorcio provoca una amplia incidencia de consecuencias negativas en la población infantil, como indican diversos autores (Andrade, 2013; Mustapha y Odediram, 2018; Pérez et al., 2009; Sigel et al., 2012; Harold y Sellers, 2018; Van Lamick y Visser, 2015), las más comunes son problemas de sueño, de problemas externalizantes e internalizantes, bajo rendimiento académico, problemas de relaciones sociales e interpersonales y problemas de salud física. A través de la revisión bibliográfica sobre los diferentes programas de intervención podemos observar que son escasos los que cuentan con la participación de ambos progenitores e insuficientes los proyectos adaptados a la población española, por ello surge la necesidad de la creación de un plan de intervención que englobe dichas características. Este programa se planteará reducir las posibles consecuencias negativas que podría sufrir los niños tras la separación y aminorar la probabilidad de que dichas consecuencias puedan darse durante la vida adulta, guiado por múltiples actividades cognitivo-conductuales, en las que la participación de la familia será primordial.

Objetivos

El objetivo general que nos planteamos es disminuir las consecuencias negativas que se producen en los menores tras la ruptura matrimonial.

Este objetivo general se desglosa en los siguientes objetivos específicos:

1. Promover la identificación y expresión de las emociones de los niños de forma adecuada.
2. Incrementar la tolerancia y aceptación de ambos progenitores.
3. Psicoeducar a los padres acerca de las consecuencias del divorcio en sus hijos.
4. Exponer a los progenitores diferentes técnicas operantes de modificación de conducta.
5. Incrementar la autoestima y la confianza en sí mismos.
6. Fomentar habilidades de resolución de conflictos.
7. Disminuir síntomas de retraimiento y síntomas externalizantes.
8. Mejorar las habilidades sociales.

Descripción del programa de intervención

El programa de intervención está basado en programas tales como *Programa de Intervención para Hijos Divorciados* (CODIP), (Pedro-Carroll y Cowen, 1992) y *Ruptura de Pareja no de Familia* (Arce y Fariña, 2007) entre otros nombrados anteriormente, dirigido a menores que se encuentren cursando la Educación Primaria, en edades comprendidas entre siete y doce años, que hayan pasado por la experiencia del divorcio de sus padres, para así desarrollar de forma positiva un ajuste psicológico. Por otro lado, se llevará a cabo intervención con los padres para que así entiendan la problemática y actúen con el terapeuta para implantar las pautas trabajadas en el hogar. El programa está basado en procedimientos cognitivo-conductuales, combinando la terapia de juego y las escenificaciones emotivas para el tratamiento de las consecuencias del divorcio en niños de siete a doce años. Para ello se va a desarrollar una metodología lúdica tanto para el paciente como para la familia, adquiriendo un papel activo en la misma.

Ámbito de aplicación

Se trata de un programa a desarrollar en el ámbito clínico, dirigido al tratamiento de niños y padres que sufren las consecuencias negativas provocadas por el proceso de divorcio. Se realiza de forma grupal con niños menores de entre siete a nueve años.

Población diana

El programa está dirigido a los menores que se encuentran en la segunda niñez (7-12 años) que en su núcleo de convivencia se haya producido la ruptura. Los padres son considerados una figura importante durante el proceso de intervención, ya que son los mismos lo que llevarán a cabo gran parte de la intervención en sus respectivos hogares.

Se ha decidido esta franja de edad ya que durante esta fase de desarrollo tiene lugar la apertura al mundo externo y una activa adquisición de habilidades que desarrollar en el ámbito social y, además, esta etapa abre paso al camino de la adolescencia mediante la pubertad, proceso de transición que abarca las áreas biológicas y psicológicas (Mansilla, 2000).

Fases de la elaboración del programa

El programa de intervención consta de cuatro fases: la primera es la fase de evaluación y presentación del programa y sus materiales, la segunda es la fase de aplicación de la intervención, la tercera es la post-evaluación, por último, se llevará a cabo una fase de seguimiento para así poder certificar la eficacia y generalización de los resultados tanto a corto como a largo plazo.

Fase de Evaluación

La primera fase tiene lugar durante la primera sesión en la que se dará la primera recogida de datos y se cumplimentará por parte de los padres el consentimiento informado (Anexo 2) y el *Cuestionario de Adaptación al Divorcio-Separación* (CAD-S) (Yaben y González, 2010) (Anexo 3) para poder evaluar la adaptación al divorcio del conjunto familiar dividido en cuatro áreas: las dificultades psicológicas, conflicto con la expareja, consecuencias negativas en los hijos y su disposición a la coparentalidad.

Por otro lado, los menores cumplimentarán el *Cuestionario de capacidades y dificultades* (SDQ-Cas) (Goodman, 1997) (Anexo 4), y por último la *Escala de comportamiento asertivo para niños* (CABS) (Wood et al. 1983) (Anexo 5) que mide las variables de conducta social asertiva, agresiva y pasiva.

Seguidamente se dará una breve explicación del programa a los padres y al menor de forma paralela, con el objetivo principal de que entiendan el motivo por el que han acudido y por el que están aquí, su posible evolución y las posibles soluciones para que disminuyan las consecuencias negativas. Para ello se dará uso de materiales comprobados como eficientes en la literatura científica.

Fase de Aplicación

Durante la segunda fase, la de aplicación, tendrán lugar las sesiones terapéuticas con los menores intercalando con sesiones con ambos progenitores para ir introduciendo los objetivos planteados previamente y ofreciendo psicoeducación y pautas para seguir en el hogar.

Fase de Post-evaluación

La tercera fase es la de post-evaluación, en la que se cumplimentarán de nuevo los mismos instrumentos que se rellenaron anteriormente en la fase de evaluación para valorar si han mejorado significativamente aquellas áreas detectadas con baja puntuación con relación al inicio de todo el procedimiento.

Fase de Seguimiento

Como última fase encontramos la fase de seguimiento, fase que se realiza después del fin del programa de intervención para verificar si se mantiene la eficacia del tratamiento. La terapeuta contactará con los progenitores en dos momentos diferentes, después de seis meses desde la finalización y al año para así confirmar la continuidad de la mejora del menor transcurrido este tiempo.

Descripción del programa

El programa de intervención se llevará a cabo a lo largo de diez semanas y con una duración de una hora por sesión. Las sesiones tendrán lugar una vez por semana, excepto la semana tres, seis y diez, que se darán las sesiones con ambos progenitores además que con los menores. En el Anexo 1 se puede observar un ejemplo de cronograma, no obstante, esto puede ser modificado conforme la disponibilidad de los familiares y el terapeuta.

Sesión 1

Objetivos:

1. Presentar el consentimiento informado a los padres.
2. Realizar la evaluación mediante los cuestionarios a rellenar por los padres y los menores.
3. Presentarles y acordar el cronograma del programa.
4. Breve explicación del programa.

Descripción de la sesión:

En la primera sesión el terapeuta cita tanto a los progenitores como a los menores con el objetivo de realizar una primera evaluación teniendo en cuenta que se debe crear un ambiente cómodo y confortable para ambos grupos. Se empezará con una breve bienvenida y explicación del programa.

Previamente y antes de empezar con el cumplimiento de los cuestionarios se les explica a los padres que deben de firmar el Consentimiento informado (Anexo 2) para así permitir el acceso a su hijo al programa, a continuación, se procederá a la evaluación mediante el *Cuestionario de Adaptación al Divorcio-Separación (CAD-S)* (Anexo 3), *Cuestionario de capacidades y dificultades (SDQ-Cas)* (Anexo 4) y por último la *Escala de comportamiento asertivo para niños (CABS)* (Anexo 5).

Al final de la sesión se acordará el cronograma del programa y se les facilitará a los padres un registro de evaluación semanal (Anexo 6) en el que anotarán todas las situaciones que les provocan malestar en referencia a sus hijos, dudas, o situaciones de conflicto en las que se explique cómo han actuado. El terapeuta recordará que deben acudir con el registro a cada sesión para así poder resolver dudas y observar las situaciones de conflicto y patrones de conducta.

Sesión 2

Objetivos:

1. Crear y mantener una alianza terapéutica positiva con los menores a lo largo del programa.

2. Formar unión de grupo.
3. Aprender concepto de divorcio.
4. Identificación de emociones.
5. Expresión de emociones.

Descripción de la sesión:

En esta primera sesión de los menores como grupo se inicia una presentación grupal mediante el juego “¿Quién es?” para ello van a tener que dibujarse a uno mismo realizando la actividad que más les guste, por ejemplo, jugando al fútbol, en un folio que más tarde la terapeuta enseñará al grupo que identificará de cuál de sus compañeros se trata. Esto permitirá que los miembros del grupo se conozcan y encuentren intereses en común.

Después del juego de presentación se hablará del concepto del divorcio, otra característica que todos los miembros del grupo comparten y cada uno explicará el significado que tiene para él, en esta explicación se pedirá que al menos indiquen una emoción que les haya producido.

Para ahondar más en las emociones se les mostrará un vídeo sobre las cinco emociones básicas que se muestran en la película *Del revés*, sobre el que después debatiremos qué sentimos, qué pensamos y qué hacemos cuando sentimos cada una de esas emociones.

Sesión 3

Objetivos:

1. Crear y mantener una alianza terapéutica positiva con los padres a lo largo del programa.
2. Psicoeducación sobre consecuencias del divorcio en menores.
3. Psicoeducación sobre técnicas operantes para el incremento y mantenimiento de conductas.

Descripción de la sesión:

En esta primera sesión con los progenitores se realizará una psicoeducación sobre las consecuencias negativas que puede llegar a producir el divorcio en los hijos según diversos autores (Andrade, 2013; Mustapha, Odediram, 2018; Pérez et al., 2009; Sigel et al., 2012; Harold y Sellers, 2018; Van Lamick y Visser, 2015) lo que llevará a una exposición sobre qué consecuencias han podido observar en sus hijos, es importante que los padres hayan acudido a la sesión con el registro semanal proporcionado en la primera sesión para así debatir sobre si en dicho registro se ha anotado alguna situación que pueda verse representada por alguna de las consecuencias nombradas.

Siguiendo con el registro, nos centraremos en el apartado “¿Cómo se resolvió? y así observar y comentar las estrategias de diversos padres e introducir nuevas técnicas extraídas del *Programa*

EmPeCemos, Programa para la intervención en los problemas de conducta infantiles (Romero et al., 2013) (Anexo 7), como la importancia de la interacción en el hogar, el elogio, la importancia de la interacción positiva, la importancia de apoyar el trabajo escolar, establecer una rutina diaria, la importancia de la motivación, la comunicación familiar y los tipos de escucha, el reforzamiento positivo y negativo y por último la extinción.

Sesión 4

Objetivos:

1. Mejorar e incorporar nuevas técnicas de regulación emocional.

Descripción de la sesión:

Al inicio de la sesión cada niño deberá escoger una cartulina del color que más le guste y creará una caja con ella, así daremos forma a “La maleta de trucos” (Anexo 8), maleta en la que más adelante iremos introduciendo técnicas de regulación emocional.

Para empezar con las técnicas se realiza una psicoeducación sobre la regulación emocional en la que se explica en qué consiste y cada uno de los miembros del grupo debe de exponer una situación relacionada con el divorcio en la que se haya sentido desbordado, sintiendo una emoción de forma excesiva, después de la explicación, cada uno expondrá de qué forma hubiera afrontado esa situación y representándolo, lo que será un “truco”, de forma que se refuercen algunos trucos y se conozcan nuevos que poder llevar a cabo en dichas situaciones. Después de que hayamos nombrado todos los “trucos”, los escribiremos en palitos de madera que introduciremos en “La maleta de trucos”, de esta forma incentivaremos a los menores a que en las situaciones que se encuentren desbordados por alguna emoción hagan uso de alguno de los “trucos” expuestos en “La maleta de trucos”.

Sesión 5

Objetivos:

1. Conocer, identificar, expresar y afrontar el miedo.
2. Conocer, identificar, expresar y afrontar la tristeza.

Descripción de la sesión:

En esta quinta sesión trabajaremos centrándonos en dos emociones principales, el miedo y la tristeza, para ello retomaremos el debate de la segunda sesión en el que hablamos generalmente de todas las emociones, comentar que todo el mundo sentimos miedo y tristeza y no son síntomas de debilidad. Empezaremos con la emoción de miedo y cada uno de los miembros deberá escribir una

situación relacionada con el divorcio o con sus padres que les provoque dicha emoción en un post-it que irán pegando sobre una pizarra en la que está dibujada una silueta humana.

Cuando todos los participantes hayan escrito su principal miedo saldrán a la pizarra a recoger su post-it y explicar el contenido de éste, para ello deberá responder a tres preguntas: ¿dónde sientes ese miedo? Para responder a esta pregunta deberá pegar el post-it en una zona del cuerpo de la figura humana dibujada en la pizarra (Anexo 9), ¿qué sientes en esa parte del cuerpo?, ¿cómo expreso a los demás que tengo miedo?, después de que cada uno de los miembros haya hablado y expresado su miedo se creará el debate sobre cómo afrontamos el miedo, para ello, daremos uso a “La maleta de trucos” en la que cada uno de los miembros indicará que “truco” ha usado contando una situación real en la que haya experimentado miedo, se podrán crear más “trucos” y se invitará a probar diferentes “trucos” la próxima vez que sientan miedo.

Para seguir con la emoción de tristeza realizaremos la misma actividad que con la emoción de miedo, con ello aprenderemos a identificar dichas emociones, saber expresarlas correctamente y afrontarlas de una forma funcional.

Sesión 6

Objetivos:

1. Trabajar la autoestima.
2. Trabajar el autoconcepto.

Descripción de la sesión:

Para trabajar la autoestima con los miembros del grupo empezaremos con el juego de “Las etiquetas”, para ello reflexionaremos sobre aquellos adjetivos que nos han dicho los demás sobre nosotros mismos y como nos describimos nosotros mismos, tanto de forma positiva como negativa, por ejemplo, que nos hayan repetido tantas veces que somos unos vagos que llegue un punto en el que nos describamos como una persona vaga. Cada miembro escribirá en diferentes etiquetas (Anexo 10) que se les proporcionará cada adjetivo o frase que les hayan dicho con las que se sientan identificado, tanto positivo como negativo, y deberán colgarse la etiqueta por todo el cuerpo.

Una vez lleven colgadas todas las etiquetas, ellos mismos realizarán una valoración personal de cada etiqueta y podrán decidir con cuales de ellas se queda y quitarse la que no quiere, esto les ayudará a aceptar las etiquetas que les vienen impuestas y a enseñarles que son ellos mismos lo que tienen el poder de quitárselas o cambiarlas y de qué forma lo harían. Al finalizar la sesión los miembros se llevarán consigo las etiquetas con las que se hayan quedado.

Sesión 7

Objetivos:

1. Supervisión del registro semanal.
2. Estrategias de aceptación y tolerancia.

Descripción de la sesión:

En esta segunda sesión con los padres se supervisará el registro semanal y se observará si se han utilizado nuevas estrategias como las enseñadas en la sesión anterior, se ofrecerá un feedback a cada familia y se resolverán las dudas. En la segunda parte de la sesión trabajaremos en la resolución de conflictos interpersonales con estrategias de aceptación y tolerancia, para ello nos basaremos en las estrategias de tercera generación del libro *Terapia integral de pareja. Una intervención para superar las diferencias irreconciliables* de Jorge Barraca (2016).

Se explica a los padres que el principal objetivo para trabajar la aceptación y tolerancia es minimizar aquellas situaciones de discusión en las que el menor pueda estar presente y sus consecuencias, para ello, trabajaremos la aceptación con la estrategia de la unión empática, estrategia de aceptación que consiste en que los miembros puedan expresar su dolor o molestia de una manera que no incluya la acusación hacia el otro y se les pedirá a cada expareja que retome alguna discusión que haya tenido lugar en las últimas semanas y cada uno exprese su dolor o molestia desde la unión empática. Para trabajar la tolerancia nos centraremos en la estrategia de destacar los aspectos positivos de una conducta negativa, en que el objetivo es ampliar los márgenes de tolerancia de cada miembro de la pareja, esto se puede conseguir mediante el análisis justo de los miembros, para ello se retomará la discusión anterior y se extraerá aquello positivo de lo que generó dolor o malestar. Esta estrategia no trata de ver siempre lo positivo en cualquier conducta, sino de hacer ver la función por la que realizamos tal comportamiento.

Sesión 8

Objetivos:

1. Conocer, identificar y expresar la rabia y a agresividad.

Descripción de la sesión:

En esta octava sesión se trabajará la emoción de la ira, y su expresión en forma de rabia y agresividad. Para ello nos basaremos en la técnica del globo, el terapeuta deberá hinchar un globo hasta el punto que este explote por la elevada cantidad de aire, una vez haya ocurrido esto, se explicará a los menores que el globo es parecido a una persona, es decir, un globo puede inflarse y

contener mucho aire dentro, pero si la cantidad de aire es elevada a la que puede soportar, el globo reventará, lo mismo nos pasa a las personas que soportamos demasiadas situaciones molestas y finalmente “reventamos” expresando rabia o agresividad con acciones estridentes como la explosión de un globo.

Para llevar a cabo la actividad después de que el terapeuta haya explotado y realizado la explicación del globo, se pedirá a los niños que cierren sus ojos e imaginen que son globos inhalando cada vez más aire inflándose para que después muy pausadamente se desinflen solamente exhalando. Tras abrir los ojos se pedirá a cada miembro del grupo responder a dos preguntas, ¿en qué situaciones se han sentido como globos soportando o tolerando algo?, ¿cómo han resuelto esta situación?, tras haber respondido se pedirá que expliquen o compartan diferentes formas de resolver situaciones que les hayan provocado ira o agresividad y se les enseñará la técnica del globo como un “truco” que añadir a “La maleta de trucos” para poder usar en situaciones futuras.

Sesión 9

Objetivos:

1. Trabajar la tolerancia a la frustración.

Descripción de la sesión:

Para trabajar la tolerancia a la frustración en esta sesión se presentará el juego Jenga, que consiste en una torre apilada con bloques de la que debemos retirar un bloque en cada turno logrando un equilibrio para evitar que la torre se derrumbe, el juego será el mismo, pero cambiaremos las normas, se jugará por turnos mientras se escuche una música relajante, pero cada x segundos se emitirá un pitido que indicará el cambio de dirección del turno.

Con la introducción de la nueva norma se trabajará la paciencia y la tolerancia a la frustración de los miembros del grupo. Una vez terminado el juego cada uno de los miembros explicará cómo se ha sentido y cómo ha afrontado la frustración que ha sentido durante el juego y en qué otras situaciones se han sentido así.

Sesión 10

Objetivos:

1. Práctica de habilidades sociales.

Descripción de la sesión:

Para la práctica de habilidades sociales, en esta sesión nos centraremos en dos habilidades, la empatía y la asertividad mediante la reproducción de dos cortos: la historia del erizo y bridge. Tras la reproducción del primer corto, que muestra un erizo que no puede jugar ni estar con sus amigos por sus púas al que finalmente sus compañeros le regalan taponos de corcho para poder tapar sus púas y poder jugar con ellos, se debatirá sobre la empatía, que creen que es y en qué situaciones han sentido empatía por alguien. El segundo corto, bridge, permite trabajar la asertividad ya que muestra los distintos tipos de comunicación que muestran los distintos animales del corto que intentan pasar por mismo puente, tras la reproducción del corto se debatirá sobre los distintos tipos de comunicación y el comportamiento asertivo.

Tras la reproducción de los cortos abriremos debate sobre cómo nos comunicamos a los demás y empezaremos el juego llamado “Hablando diferente” (Anexo 11) que consta de tres bloques de tarjetas divididas en tres aspectos de la comunicación “Tema”, “Tipo de comunicación (agresiva, pasiva y asertiva)” y “Entorpecedores o Agilizadores”, nos dividiremos en parejas y cada pareja deberá coger una tarjeta de “Tema” y cada miembro una de “Tipo de comunicación” y una de “Entorpecedores o Agilizadores” y realizar un role-playing con las características que les hayan tocado, debatiendo después sobre qué conversación ha sido la más fructuosa y la menos adecuada, intentando llevar a nuestro día a día aquellas características que nos ayudan a comunicarnos mejor y entender a los demás.

Sesión 11

Objetivos:

1. Práctica de habilidades sociales.

Descripción de la sesión:

Siguiendo con las habilidades sociales nos centraremos en la habilidad de cooperación, la capacidad de colaborar para lograr un objetivo común, para ello participarán en una Escape Room que constará de cuatro pruebas (Anexo 12) con una cuenta atrás de 45 minutos y el objetivo final es encontrar la contraseña de una caja fuerte de juguete, si no lo consiguen, la caja explotará. Las pruebas serán las siguientes:

1. Ficha con operaciones matemáticas sencillas en la que cada número del resultado obtenido corresponde a una letra, uniendo todas las letras de cada resultado obtendrán una característica de un objeto que deben encontrar: “Tengo páginas” (Libro). Deberán encontrar un libro que contenga piezas de un puzle.

2. Puzle que deberán montar y encontrar la forma de girarlo para poder descubrir que hay detrás de él, una vez conseguido podrán leer la adivinanza: “De día no sirvo, pero de noche te alumbro” (Lámpara). Deberán encontrar el sobre que está en pegado detrás de una lámpara de la sala.
3. Una vez encontrado el sobre dentro se encuentra un texto con palabras que no encajan, deben detectarlas para poder formar una frase que llevará a la última prueba.
4. Una vez encontrada la frase “detrás del reloj”, les guiará al reloj que se encuentra en la sala a una altura considerable, por lo tanto, para poder conseguir el reloj los miembros del grupo deberán ayudarse los unos a los otros para poder levantar a uno de ellos y alcanzar el reloj. Conseguido el reloj se encontrará el sobre que contiene la contraseña de la caja fuerte.

Tras la consecución del objetivo los miembros obtendrán de dentro de la caja fuerte una recompensa junto con una medalla por haber conseguido finalizar la escape room. Con esta actividad habremos trabajado el trabajo en equipo, el turno de espera, la escucha activa, la constante interacción con los demás miembros, la necesidad de llegar a acuerdos y respetar opiniones, de esta forma trabajamos el trato con los demás y reforzamos nuestras habilidades sociales además de ser una actividad lúdica y entretenida para los miembros del grupo.

Sesión 12

Objetivos:

1. Consolidación de pautas.
2. Resolución de dudas.
3. Post-evaluación.
4. Cierre de programa con los padres.

Descripción de la sesión:

Para la finalización de las sesiones con los padres se repasará todo lo aprendido en las sesiones anteriores resolviendo dudas posibles y se realizará la post-evaluación cumplimentando los mismos instrumentos de evaluación que en la primera sesión llevando a cabo el cierre del programa con los progenitores.

Sesión 13

Objetivos:

1. Consolidación de objetivos.
2. Post-evaluación.

3. Entrega de diplomas.
4. Cierre de programa.

Descripción de la sesión:

En la última sesión se repasará todo lo aprendido durante todas las sesiones del programa opinando sobre qué actividades les ha gustado más y cuál menos para poder realizar cambios en el futuro del programa, además se realizará una post-evaluación cumplimentando los instrumentos rellenos en la primera sesión.

A modo de cierre se entregará a los menores un diploma por haber finalizado el programa cumpliendo todos los objetivos y participando en todas las actividades (Anexo 13). Tras la entrega de diplomas se jugará a juegos tradicionales de grupo como podría ser el Jenga o el juego del pañuelo para poner fin al programa.

Delimitación de recursos

Para poder llevar a cabo el programa de intervención y su planificación es imprescindible definir los recursos que debemos necesitar y estar disponibles para así poder desarrollar el programa con éxito. Los recursos necesarios han sido divididos en materiales y humanos:

Recursos materiales

Espacio: El programa está pensado para una sala amplia en la que realizar las sesiones, con además la posibilidad de conectar un proyector para las sesiones necesarias, por lo que se debe asegurar la facilidad para acceder a dichos recursos.

Herramientas: Es indispensable la posibilidad de conexión a internet para las sesiones planteadas con la proyección de cortos o PowerPoints. Asimismo, distintas sesiones requieren materiales manuales (cartulinas, pinturas, folios, pegamento...). Para el terapeuta, será necesaria la posesión de las pruebas y cuestionarios para la evaluación y de juegos como el Jenga, así como la impresión de los demás materiales que se deberán recortar y plastificar.

Económico: No se trata de un plan de intervención costoso económicamente ya que el coste sería el derivado de 13 sesiones clínicas, la disponibilidad de las pruebas de evaluación y la impresión de los materiales necesarios de cada sesión.

Recursos humanos

Los recursos humanos necesarios para realizar el programa de intervención son un psicólogo clínico o sanitario especializado en psicopatología infantil y en familias.

Conclusiones

Esta propuesta de programa de intervención para hijos de padres divorciados aporta diversas actividades novedosas para el ámbito. Se han utilizado diversas técnicas y materiales publicados en los últimos años para la psicoeducación dirigida a los padres y al menor. Concretamente, se han seleccionado técnicas propuestas en el programa “*EmPeCemos. Programa para la intervención en los problemas de conducta infantiles*” (Romero, et al. 2013) puesto que actualmente se considera eficaz. Esto ayudará a los progenitores a entender mejor el problema, el mantenimiento de este y cómo poder afrontarlo.

Por otro lado, se han elaborado diversas actividades novedosas para poder trabajar distintos objetivos de las sesiones como los juegos “Hablando diferente”, “Las etiquetas” y la Escape Room. Está evidenciado en la bibliografía que el tratamiento de elección para las consecuencias producidas por el divorcio es el tratamiento cognitivo-conductual a través de diversas técnicas y actividades que ayudarán a aminorar y eliminar dichas consecuencias (Cookston et al. 2007; Mendoza, 2015; Pruett et al. 2005; Rivera et al. 2002; Stolberg y Garrison, 1985; The Children’s Institute, 2001; Van Lawick y Visser 2015).

La participación de los padres se considera imprescindible en la realización del programa puesto que uno de los objetivos es trasladar las pautas y técnicas aprendidas al entorno familiar. Su participación y el trabajo conjunto se considera un gran beneficio y posibilitaría al niño y a los padres ajustarse de manera adecuada a la nueva situación evitando posibles efectos secundarios. Por ello en el programa que presentamos los padres tienen un papel central.

Por otra parte, para lograr la obtención de buenos resultados es muy importante y necesaria la adhesión del menor por ello se han utilizado técnicas a través del juego, además de fomentar también la participación y la motivación de los padres en el programa, y para ello el terapeuta ha de poner en práctica sus habilidades para que dicha motivación se mantenga durante todo el programa.

Una de las limitaciones de nuestro trabajo es que no se dispone de datos sobre la implantación del programa. Estimamos que en las sesiones planteadas se producirán cambios en el ajuste de los menores, y sus padres a la nueva situación. Estudios futuros deberían analizar la eficacia a través de los resultados pre y post evaluación del programa implementado.

Bibliografía

Andrade, G. E. (2013). Estudio de las características psicológicas de niños ante el divorcio de los padres, usuarios del Centro de Protección de Derechos MIES [Tesis Doctoral, Universidad de Guayaquil Facultad de Ciencias Psicológicas]

Anna Freud National Centre for Children and Families, Morris, E., Mortimer, R., Pursch, B., Roe, A., y Slead, M. (2020, junio). The Family Ties Project: Implementing and Evaluating the No Kids in the Middle Intervention.

https://www.annafreud.org/media/12577/family-ties-project-service-evaluation_anna-freud-centre.pdf

Aubrey, C., O'Hara, K., Vélez, C., y Wolchik, S. (2021, febrero). Interventions to Help Parents and Children Through Separation and Divorce. <https://www.child-encyclopedia.com/divorce-and-separation/according-experts/interventions-help-parents-and-children-through-separation>

Barraca, J. (2016). *Terapia integral de pareja. Una intervención para superar las diferencias irreconciliables* (1ª ed.). Editorial Síntesis, S.A.

Bernabé, G. (2020). La familia como sistema evolutivo [Diapositiva 13]. Campus UCV.

https://campusanterior.ucv.es/curso2021/pluginfile.php/288866/mod_resource/content/1/Tema%201.%20Ciclo%20de%20vida%20Familiar%20PDF.pdf

Braver, S. L., Griffin, W. A., y Cookston, J. T. (2005). Prevention Programs for Divorced Non Resident Fathers. *Family Court Review*, 43(1), 81–96. <https://doi.org/10.1111/j.1744-1617.2005.00009.x>

- Braver, S. L., y Griffin, W. A. (2000). *Engaging Fathers in the Post-Divorce Family*. *Marriage & Family Review*, 29(4), 247-267. https://doi.org/10.1300/J002v29n04_02
- Cookston, J. T., Braver, S. L., Griffin, W. A., De Luse, S. R., y Miles, J. C. (2007). *Effects of the Dads for Life Intervention on Interparental Conflict and Coparenting in the Two Years After Divorce*. *Family Process*, 46(1), 123–137. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2006.00196.x>
- Echeverría, B., López-Larrosa, S., y Mendiri-Ruiz-de-Alda, P. (2015). Aplicación del programa socioemocional CODIP-R en alumnos de primer curso de primaria. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, (05), 062-065. <https://doi.org/10.17979/reipe.2015.0.05.195>
- Fernández Rodríguez, J. C. (2009). Interferencias parentales en procedimientos de divorcio. *Revista Oficial da Sección de Clínica do COPG*, 3, 1375–1381. https://copgalicia.gal/system/files/PDFs/publicacions/anuario_3.pdf
- Garaigordobil, M. (2003). *Diseño y evaluación de un programa de intervención socioemocional para promover la conducta prosocial y prevenir la violencia* (Vol. 160). Secretaría General Técnica.
- Gonzalo Marrodán, J. L. (2020). *Cuando mi corazón calma. Una alianza para un divorcio de los padres con buenos tratos*. Sentilibros.
- Haine, R. A., Sandler, I. N., Wolchik, S. A., Tein, J.-Y., y Dawson-McClure, S. R. (2003). Changing the Legacy of Divorce: Evidence from Prevention Programs and Future Directions. *Family Relations*, 52(4), 397–405. <http://www.jstor.org/stable/3700320>

- Høigilt, A.M. y Bøe, T.D. (2021), Doubt, Hope, Pain, and New Discoveries: Parents' Experiences of the High-Conflict Program 'No Kids in the Middle'. *Aust N Z J Fam Ther*, 42: 188-200. <https://doi.org/10.1002/anzf.1451>
- Kline, M., Arthur, L., y Ebling, R., The Hand That Rocks the Cradle: Maternal Gatekeeping after Divorce, 27 *Pace L. Rev.* 709 (2007) <https://digitalcommons.pace.edu/plr/vol27/iss4/8>
- Llanova, L., Carrasco, I y Carrasco, M.J (1977). Pauta de entrevista general. Madrid. IAMCO.
- Mansilla, M. E. (2000, diciembre). Etapas del desarrollo humano. *Revista de Investigación en Psicología*, 3(2). <http://ateneo.unmsm.edu.pe>
- Mendoza, C. (2015). Programa de intervención: mejora del ajuste psicológico infantil tras el divorcio. [Trabajo Fin de Grado, Universidad de Sevilla] <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/32988/TFG-0169.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pedro-Carroll, J. L., Alpert-Gillis, L. J., y Cowen, E. L. (1992). An evaluation of the efficacy of a preventive intervention for 4th-6th grade urban children of divorce. *Journal of Primary Prevention*, 13, 115-130.
- Pedro-Carroll, J. L., y Cowen, E. L. (1985). The Children of Divorce Intervention Program: An investigation of the efficacy of a school-based prevention program. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53(5), 603–611. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.53.5.603>
- Pérez Testor, C., Davins Pujol, M., Valls Vidal, C., y Aramburu Alegret, I. (2009). El divorcio: Una aproximación psicológica. *La Revue du REDIF*, 2. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/39320486/univ_ramon_llull-with-cover-page-

[v2.pdf?Expires=1636824644&Signature=AynYn3pJwHTAq4~wPxq-jSG9D3Fbqxmrlt1D0B2HnLBLNk76gQVA9xIrwCX4yLweFncEvUGOiWUzzx5uUULy zbsqUIZQn71KymF3tBvJk56BdJ7bGXvd1H0fAjmyVb~RWp0yRw-trSAfYTTxZF9rO5FPQvCyqtv92Bv~XZ1azeh2c5AufUmW-VuCf2BCMXA2TF85ZO2U0pshOOz6mqmQxd16xysB9KfZ-XfyKqRI4MnSKp10p~z3i9oqPomc9C7HiiswTebBwNxPiYxhlhwiVisMJhFsf~RaUpv-mQndTuAjUQ~9Jc-MipD1uyNhyrleeGyaDWAAhW63TrR9~IBIOg &Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](https://doi.org/10.1111/j.1744-1617.2005.00006.x)

Pruett, M. K., Insabella, G. M., y Gustafson, K. (2005). The Collaborative Divorce Project: A Court-Based Intervention for Separating Parents with Young Children. *Family Court Review*, 43(1), 38–51. <https://doi.org/10.1111/j.1744-1617.2005.00006.x>

Rivera, F. F., Pérez, M. N., Fernández, R. A., y Martínez, M. D. S. (2002). Programa de intervención "ruptura de pareja, no de familia" con familias inmersas en procesos de separación. *Psicopatología Clínica Legal y Forense*, 2(3), 67-85.

Romero González, M. (2015, marzo). El niño ante el divorcio de sus padres. *FAMIPED*, 8(1). <https://www.familiaysalud.es/sites/default/files/02.divorcio.pdf>

Romero, E., Villar, P., Luengo, M. °. A., Gómez-Fraguela, J. A., & Robles, Z. (2013). *EmPeCemos. Programa para la intervención en los problemas de conducta infantiles*. TEA Ediciones, S.A.U.

Rose, S. R. (2009). *A Review of Effectiveness of Group Work with Children of Divorce*. *Social Work With Groups*, 32(3), 222–229. <https://doi.org/10.1080/01609510902774315>

Stolberg, A. L., y Garrison, K. M. (1985). *Evaluating a primary prevention program for children of divorce*. *American Journal of Community Psychology*, 13(2), 111–124. <https://doi.org/10.1007/BF00905724>

The Children's Institute. (2001). Children of Divorce Intervention Program (CODIP). <https://www.nrepp.samhsa.gov/ViewIntervention.aspx?id=220>

Vallejo Orellana, R., Sánchez-Barranco Vallejo, F., y Sánchez-Barranco Vallejo, P. (2004). Separación o divorcio: Trastornos psicológicos en los padres y los hijos. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 92. <https://doi.org/10.4321/s0211-57352004000400006>

Van Lawick, J., y Visser, M. (2015). No Kids in the Middle: Dialogical and Creative Work with Parents and Children in the Context of High Conflict Divorces. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 36(1), 33–50. <https://doi.org/10.1002/anzf.1091>

Wallerstein, J. y Blakeslee, S. (2018). *Second Chances: men, women and children, a decade after divorce*. Orion Hardbacks.

Anexos

Anexo 1. Ejemplo de cronograma

ENERO 2021						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6 Sesión 1 Evaluación	7	8	9
10	11	12	13 Sesión 2 Niños	14	15	16
17	18 Sesión 3 Padres	19	20 Sesión 4 Niños	21	22	23
24	25	26	27 Sesión 5 Niños	28	29	30
31						

FEBRERO 2021						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3 Sesión 6 Niños	4	5	6
7	8 Sesión 7 Padres	9	10 Sesión 8 Niños	11	12	13
14	15	16	17 Sesión 9 Niños	18	19	20
21	22	23	24 Sesión 10 Niños	25	26	27
28						

MARZO 2021						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3 Sesión 11 Niños	4	5	6
7	8 Sesión 12 Padres	9	10 Sesión 13 Niños	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Anexo 2. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PADRES

D. _____ mayor de edad, con domicilio en _____ C/ _____ DP _____ con NIF _____, padre del/la menor _____.

Dña. _____ mayor de edad, con domicilio en _____ C/ _____ DP _____ con NIF _____, madre del/la menor _____.

MANIFIESTAN

Que consienten la participación en el **tratamiento psicológico** de su hijo/hija de ____ años, llevado a cabo por D./Dña. _____ psicóloga/psicólogo colegiada/colegiado _____.

Que hemos sido informados de que la información aportada a la psicóloga/psicólogo durante el proceso terapéutica está sujeta a secreto profesional y que, por lo tanto, no puede ser divulgada a terceras personas sin nuestro consentimiento expreso.

Que hemos sido informados que la psicóloga/psicólogo está obligada/o a revelar antes las instancias oportunas información confidencial en aquellas situaciones que pudieran representar un riesgo muy grave para nuestra hija/hijo, terceras personas o bien porque así lo fuera ordenado judicialmente. En el supuesto de que la autoridad judicial exija la revelación de alguna información, la/el psicóloga/psicólogo estará obligada/o a proporcionar sólo aquella que sea relevante para el asunto en cuestión manteniendo la confidencialidad de cualquier otra información.

Que aceptamos que como padres seremos informados de los aspectos relacionados con el proceso terapéutico y su evolución, manteniendo como confidenciales los datos que así hayamos acordado previamente entre nosotros, nuestro hijo/a y la/el terapeuta.

Que hemos sido informados y consentimos que nuestra hija/hijo asista a ____ sesiones semanales de ____ minutos de duración. Los honorarios por cada una de estas sesiones serán de ____ euros que serán abonados al comienzo/final de cada sesión. En el caso de no ser posible la asistencia a alguna, lo comunicaremos con al menos 24 hora de antelación. En el caso contrario seremos financieramente responsables de esa sesión perdida, a menos que se trate de un accidente o enfermedad imprevista, debiendo abonar los honorarios correspondientes al comienzo de la siguiente sesión.

En _____, a ____ de _____ de 20__

Firma del padre
Nombre:

Firma de la madre
Nombre:

Firma de la/del terapeuta
Nombre:
Colegiado nº:

Anexo 3. Instrumento de evaluación CAD-S

CAD-S

Hoja de Respuestas

1. Desde el divorcio mi ex esposa-o y yo nos hemos peleado o criticado mutuamente cuando los niños estaban alrededor	1	2	3	4	5
2. Desde el divorcio mis hijos han tenido problemas en la escuela (notas más bajas, problemas de conducta, o se niegan a ir a la escuela)	1	2	3	4	5
3. Pienso que a veces los niños creen que nos hemos divorciado por su culpa	1	2	3	4	5
4. Desde el divorcio mi exesposo-a y yo nos hemos gritado el uno al otro	1	2	3	4	5
5. Desde el divorcio mi exesposa-o y yo hemos discutido sobre cómo educar a los niños	1	2	3	4	5
6. A veces me pregunto qué estará haciendo mi ex –pareja en este momento	1	2	3	4	5
7. Estoy enfadada-o hacia mi ex pareja	1	2	3	4	5
8. Desde el divorcio me siento deprimido-a con frecuencia (insomnio, llanto, dificultades de levantarme por la mañana)	1	2	3	4	5
9. Paso mucho tiempo pensando sobre mi ex pareja	1	2	3	4	5
10. Desde el divorcio no puedo mantener económicamente a mis hijos como lo hacía antes	1	2	3	4	5
11. Cuando yo he necesitado hacer un cambio en los acuerdos de visita, mi ex pareja ha cedido para que pudiera adaptarme mejor	1	2	3	4	5
12. A veces me cuesta creer que estemos separados	1	2	3	4	5
13. Nuestra situación financiera después del divorcio nos ha obligado a cambiar de casa	1	2	3	4	5
14. Desde el divorcio mi exesposo-a ha cumplido con su parte en cuanto a la crianza y el mantenimiento económico de los niños	1	2	3	4	5
15. Desde la separación, mi ex pareja y yo estamos de acuerdo sobre la mayoría de las decisiones domésticas	1	2	3	4	5
16. Mi ex pareja es una ayuda para mí en la crianza de nuestros hijos	1	2	3	4	5
17. Creo que nunca voy a superar la separación	1	2	3	4	5
18. Pienso que, en general, el divorcio ha causado un montón de problemas emocionales a mi hijo /a	1	2	3	4	5
19. Cuando necesito ayuda con respecto a mis hijos, se la pido a su padre / madre	1	2	3	4	5
20. En general, me gustaría que mis hijos pudieran ver más a su padre / madre	1	2	3	4	5

¡Recuerda!:

1. *Totalmente en desacuerdo*
2. *En desacuerdo*
3. *Ni en desacuerdo ni de acuerdo*
4. *Bastante de acuerdo*
5. *De acuerdo*

Anexo 4. Instrumento de evaluación SDQ-Cas

Cuestionario de capacidades y dificultades (SDQ-Cas)

M⁴⁻¹⁷

Por favor, ponga una cruz en el cuadro que usted cree que corresponde a cada una de las preguntas: No es cierto, Un tanto cierto, Absolutamente cierto. Nos sería de gran ayuda si respondiese a todas las preguntas lo mejor que pudiera, aunque no esté completamente seguro/a de la respuesta, o le parezca una pregunta rara. Por favor, responda a las preguntas basándose en el comportamiento del niño/a durante los últimos seis meses o durante el presente curso escolar.

Nombre del niño/a

Varón/Mujer

Fecha de nacimiento.....

	No es cierto	Un tanto cierto	Absolutamente cierto
Tiene en cuenta los sentimientos de otras personas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es inquieto/a, hiperactivo/a, no puede permanecer quieto/a por mucho tiempo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se queja con frecuencia de dolor de cabeza, de estómago o de náuseas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comparte frecuentemente con otros niños/as chucherías, juguetes, lápices, etc	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Frecuentemente tiene rabietas o mal genio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es más bien solitario/a y tiende a jugar solo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Por lo general es obediente, suele hacer lo que le piden los adultos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tiene muchas preocupaciones, a menudo parece inquieto/a o preocupado/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ofrece ayuda cuando alguien resulta herido, disgustado, o enfermo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Está continuamente moviéndose y es revoltoso	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tiene por lo menos un/a buen/a amigo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pelea con frecuencia con otros niños/as o se mete con ellos/ellas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se siente a menudo infeliz, desanimado o lloroso	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Por lo general cae bien a los otros niños/as	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se distrae con facilidad, su concentración tiende a dispersarse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es nervioso/a o dependiente ante nuevas situaciones, fácilmente pierde la confianza en sí mismo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trata bien a los niños/as más pequeños/as	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A menudo miente o engaña	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los otros niños/as se meten con él/ella o se burlan de él/ella	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A menudo se ofrece para ayudar (a padres, maestros, otros niños/as)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Piensa las cosas antes de hacerlas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Roba cosas en casa, en la escuela o en otros sitios	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se lleva mejor con adultos que con otros niños/as	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tiene muchos miedos, se asusta fácilmente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Termina lo que empieza, tiene buena concentración	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

¿Tiene usted algún comentario o preocupación en particular que quiera plantear?

Por favor, vuelva usted la página, hay más preguntas

¿Cree usted que este niño/a tiene dificultades en alguna de las siguientes áreas:
emociones, concentración, conducta o capacidad para relacionarse con otras personas?

No	Si- pequeñas dificultades	Si- claras dificultades	Si- severas dificultades
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Si ha contestado "Sí", por favor responda a las siguientes preguntas sobre estas dificultades:

• ¿Desde cuándo tiene estas dificultades?

Menos de un mes	1-5 meses	6-12 meses	Más de un año
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

• ¿Cree usted que estas dificultades preocupan o causan malestar a este niño/a?

No	Sólo un poco	Bastante	Mucho
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

• ¿Interfieren estas dificultades en la vida diaria de este niño/a en las siguientes áreas?

	No	Sólo un poco	Bastante	Mucho
RELACIONES CON LOS COMPAÑEROS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APRENDIZAJE EN LA ESCUELA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

• ¿Son estas dificultades una carga para usted o para la clase?

No	Sólo un poco	Bastante	Mucho
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Firma

Fecha

Muchas gracias por su ayuda

Anexo 5. Instrumento de evaluación CABS

CABS. ESCALA DE COMPORTAMIENTO ASERTIVO

Wood, Michelson y Flynn, 1978/1983

Nombre y Apellidos:

Edad y Curso:

Fecha de la evaluación:

Instrucciones

En este cuadernillo que tenéis se presentan situaciones de relación con otras personas, por ejemplo, una situación en la que otro niño te elogia por algo que has hecho bien, o te culpa de algo que no has hecho, o te pide un favor... Junto con esta situación se dan 5 formas diferentes de responder o de comportarse, y cada uno debe pensar cuál de esas cinco formas de actuar se parece más a la forma en la que el respondería o responde habitualmente. Vamos a hacer un ejemplo. En una situación en la que otro niño no te escucha cuando le estás hablando, se puede responder a) diciéndole a esa persona que te escuche; b) continuar hablando; c) dejar de hablar y pedirle que te escuche; d) dejar de hablar e irse; e) hablar más alto. Si la respuesta que tú tendrías es la "a", o sea, decirle a ese niño que te escuchara, debes de marcar a la derecha la letra "a" con un círculo. ¿Está claro lo que tenemos que hacer?... Vais a contestar algunas preguntas sobre lo que vosotros hacéis en diversas situaciones. No existen respuestas correctas o incorrectas. Tan sólo debéis contestar lo que de verdad haríais. Leed despacio las situaciones y responded con sinceridad.

1. Otro niño te dice: Creo que eres una persona muy simpática. ¿Qué harías o dirías generalmente?

- a) Decir: No, no soy tan simpático.
- b) No decir nada y sonrojarme.
- c) Decir: Gracias.
- d) Decir: Gracias, es cierto que soy muy simpático.
- e) Decir: Sí, creo que soy el mejor.

A B C D E

2. Otro niño ha hecho algo que crees que está muy bien, por ejemplo, un dibujo, una construcción... ¿Qué harías o dirías generalmente?

- a) No decir nada.
- b) Comportarme como si no estuviera tan bien y decirle: No está mal.
- c) Decir: Está muy bien.
- d) Decir: Está bien, pero he visto mejores que éste.
- e) Decir: Yo puedo hacerlo mucho mejor.

A B C D E

<p>3. Estás haciendo algo que te gusta y crees que está muy bien. Otro niño te dice: No me gusta. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Sentirme herido y no decir nada.</p> <p>b) Decir: Tienes razón, aunque en realidad no lo creyeras.</p> <p>c) Decir: Yo creo que está muy bien.</p> <p>d) Creo que es fantástico. Además, ¿tú, qué sabes?</p> <p>e) Decir: Eres estúpido.</p>	<p>A B C D E</p>
<p>4. Te olvidas de llevar algo que se suponía debías llevar y alguien te dice: ¡Eres tan tonto! ¡Olvidarías tu cabeza si no fuera porque la tienes atornillada! ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Decir: Sí, tienes razón, algunas veces parezco tonto.</p> <p>b) No decir nada o ignorarle.</p> <p>c) Decir: Nadie es perfecto. No soy tonto sólo porque me haya olvidado algo.</p> <p>d) Decir: De todas formas, yo soy más listo que tú. Además, ¿tú, qué sabes?</p> <p>e) Decir: Si hay alguien tonto, ése eres tú.</p>	<p>A B C D E</p>
<p>5. Otro niño con quien te tenías que encontrar llega con media hora de retraso, hecho que hace que estés molesto. Esa persona no da ninguna explicación de su retraso. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No decirle nada.</p> <p>b) Decir: Me preguntaba cuándo llegarías.</p> <p>c) Decir: Me molesta que me hagas esperar de esta manera.</p> <p>d) Decir: Es la última vez que te espero.</p> <p>e) Decir: ¡Eres un fresco! ¡Llegas tarde!</p>	<p>A B C D E</p>
<p>6. Necesitas que otro niño te haga un favor. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No pedirle nada.</p> <p>b) Hacer una pequeña insinuación de que necesitas que te hagan un favor.</p> <p>c) Decir: ¿Puedes hacerme un favor?, y explicar lo que quieres.</p> <p>d) Decir: Quiero que hagas esto por mí.</p> <p>e) Decir: Tienes que hacer esto por mí.</p>	<p>A B C D E</p>
<p>7. Sabes que otro niño está preocupado. ¿Que harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No decirle nada y dejarle solo.</p> <p>b) Estar con esa persona y no hacerle ningún comentario sobre su preocupación.</p> <p>c) Decir: Pareces preocupado. ¿Puedo ayudarte?</p> <p>d) Decir: ¿Te pasa algo?</p> <p>e) Reirme y decirle: Eres un crío.</p>	<p>A B C D E</p>

<p>8. Estás preocupado y otro niño te dice: Pareces preocupado. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Girar la cabeza o no decirle nada.</p> <p>b) Decir: No es nada.</p> <p>c) Decir: Sí, estoy preocupado. Gracias por interesarte por mí.</p> <p>d) Decir: Estoy preocupado. ¡Déjame solo!</p> <p>e) Decir: ¡A ti no te importa!</p>	<p>A B C D E</p>
<p>9. Otro niño te culpa por un error que ha cometido otra persona. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Aceptar la culpa y no decir nada.</p> <p>b) Decir: No creo que sea culpa mía.</p> <p>c) Decir: No es culpa mía. Lo ha hecho otra persona.</p> <p>d) Decir: ¡Yo no he sido! ¡No sabes de lo que estás hablando!</p> <p>e) Decir: Estás loco.</p>	<p>A B C D E</p>
<p>10. Otro niño te pide que hagas algo y tú no sabes por qué se tiene que hacer. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Hacer lo que te piden y no decir nada.</p> <p>b) Decir: Si es esto lo que quieres que haga, y entonces hacerlo.</p> <p>c) Antes de hacerlo, decir: No comprendo por qué quieres que haga esto.</p> <p>d) Decir: Esto no tiene ningún sentido. ¡No quiero hacerlo!</p> <p>e) Decir: Esto es una tontería. No voy a hacerlo.</p>	<p>A B C D E</p>
<p>11. Otro niño te elogia por algo que has hecho diciéndote que es fantástico. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Decir: No, no está tan bien.</p> <p>b) Ignorarlo y no decir nada.</p> <p>c) Decir: Gracias.</p> <p>d) Decir: Sí, generalmente lo hago mejor que la mayoría.</p> <p>e) Decir: Es cierto, soy el mejor.</p>	<p>A B C D E</p>
<p>12. Otro niño ha sido muy amable contigo. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Ignorarlo y no decirle nada a ese niño.</p> <p>b) Comportarme como si ese niño no hubiera sido tan amable y decirle: Sí, gracias.</p> <p>c) Decir: Has sido muy amable conmigo. Gracias.</p> <p>d) Decir: Me has tratado bien, pero me merezco mucho más.</p> <p>e) Decir: No me has tratado todo lo bien que deberías.</p>	<p>A B C D E</p>

<p>13. Estás hablando muy alto con un amigo y otro niño te dice: Perdona, pero haces demasiado ruido. ¿Qué harías o dirías?</p> <p>a) Parar de hablar inmediatamente.</p> <p>b) Decir: Lo siento, y dejar de hablar.</p> <p>c) Decir: Lo siento, hablaré más bajo, y entonces hablar en voz baja.</p> <p>d) Decir: Muy bien, y continuar hablando alto.</p> <p>e) Decir: Si no te gusta, ¡lárgate!, y continuarías hablando alto.</p>	<p>A B C D E</p>
<p>14. Estás haciendo cola y otro niño se cuela delante de ti. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No decir nada a ese niño.</p> <p>b) Hacer comentarios en voz baja, como por ejemplo: Algunas personas tienen mucha cara, sin decir nada directamente a ese niño.</p> <p>c) Decir: Yo estaba aquí primero. Por favor, vete al final de la cola.</p> <p>d) Decir: ¡Vete al final de la cola!</p> <p>e) Decir en voz alta: ¡Imbécil, vete de aquí!</p>	<p>A B C D E</p>
<p>15. Otro niño te hace algo que no te gusta y te enfadas. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Ignorarlo y no decir nada a ese niño.</p> <p>b) Actuar como si me sintiera herido pero no decir nada a ese niño.</p> <p>c) Decir: Estoy enfadado. No me gusta lo que has hecho.</p> <p>d) Decir: Estoy furioso. Me caes mal.</p> <p>e) Gritar: ¡Eres un imbécil! ¡Te odio!</p>	<p>A B C D E</p>
<p>16. Otro niño tiene algo que quieres utilizar. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No pedirlo.</p> <p>b) Hacer un comentario sobre eso pero no pedirselo.</p> <p>c) Decir a ese niño que me gustaría utilizarlo y entonces pedirselo.</p> <p>d) Decir a ese niño que me lo diera.</p> <p>e) Quitárselo a ese niño.</p>	<p>A B C D E</p>
<p>17. Otro niño te pide algo prestado pero es nuevo y tú no quieres prestarlo. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Prestárselo aunque no quisieras hacerlo.</p> <p>b) Decir: No me hace mucha gracia prestarlo, pero puedes cogerlo.</p> <p>c) Decir: No, es nuevo y no quiero prestarlo. Quizá en otra ocasión.</p> <p>d) Decir: No, cómprate uno.</p> <p>e) Decir: ¡Estás loco!</p>	<p>A B C D E</p>

<p>18. Algunos niños están hablando sobre un pasatiempo o juego que a ti te gusta mucho. Quieres participar y decir algo. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No decir nada.</p> <p>b) Acercarme al grupo y esperar a que se dieran cuenta de mi presencia.</p> <p>c) Acercarme al grupo y participar en la conversación cuando tuviera oportunidad de hacerlo.</p> <p>d) Interrumpir e inmediatamente comenzar a contar lo mucho que me gusta ese juego.</p> <p>e) Interrumpir e inmediatamente empezar a contar lo bien que haces ese juego.</p>	<p>A B C D E</p>
<p>19. Estás haciendo un pasatiempo o juego y otro niño te pregunta: ¿Qué haces? ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Continuar haciendo el pasatiempo o juego y no decir nada.</p> <p>b) Decir: ¡Oh, una cosa! o ¡Oh, nada!</p> <p>c) Dejar de hacer el pasatiempo o juego y explicarle lo que haces.</p> <p>d) Decir: No me molestes. ¿No ves que estoy ocupado?</p> <p>e) Decir: ¡A ti qué te importa!</p>	<p>A B C D E</p>
<p>20. Ves cómo otro niño tropieza y cae al suelo. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No hacer nada e ignorarlo.</p> <p>b) Preguntar: ¿Qué ha pasado?</p> <p>c) Decir: ¿Estás bien? ¿Puedo hacer algo?</p> <p>d) Decir: ¡Así son las caídas!</p> <p>e) Reirme y decir: ¿Por qué no miras por dónde vas?</p>	<p>A B C D E</p>
<p>21. Te golpeas la cabeza con una estantería y te duele. Alguien te dice: ¿Estás bien? ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No decir nada e ignorar a esa persona.</p> <p>b) Decir: No es nada. Estoy bien.</p> <p>c) Decir: No, me he golpeado la cabeza. Gracias por preguntar.</p> <p>d) Decir: Estoy bien. ¡Déjame solo!</p> <p>e) Decir: ¿Por qué no metes las narices en otra parte?</p>	<p>A B C D E</p>
<p>22. Cometes un error y culpan a otro niño. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No decir nada.</p> <p>b) Decir: No creo que sea culpa de esa persona.</p> <p>c) Decir: Es culpa mía.</p> <p>d) Decir: Tiene mala suerte.</p> <p>e) Decir: Es culpa suya.</p>	<p>A B C D E</p>

<p>23. Te sientes insultado por algo que ha dicho alguien. ¿Que harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Irme y no decir nada sobre el enfado.</p> <p>b) No decir nada a ese niño aunque me sintiera insultado.</p> <p>c) Decir a ese niño que no me gusta lo que ha dicho y pedirle que no lo vuelva a hacer.</p> <p>d) Decirle a ese niño que no lo vuelva a hacer.</p> <p>e) Insultar a ese niño.</p>	<p>A B C D E</p>
<p>24. Otro niño te interrumpe constantemente mientras estás hablando. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No decir nada y dejar que el otro niño continuara hablando.</p> <p>b) Decir: ¡No es justo! ¿No puedo hablar yo?</p> <p>c) Decir: Perdona, me gustaría terminar de contar lo que estaba diciendo.</p> <p>d) Interrumpir al niño empezando a hablar otra vez.</p> <p>e) Decir: ¡Cállate! ¡Estaba hablando yo!</p>	<p>A B C D E</p>
<p>25. Otro niño te pide que hagas algo que te impedirá hacer lo que realmente quieres hacer. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) Decir: Bueno, haré lo que tú quieras.</p> <p>b) Decir: Tengo otros planes, pero haré lo que tú quieras.</p> <p>c) Decir: Tengo otros planes. Quizá la próxima vez.</p> <p>d) Decir: ¡De ninguna manera! Búscate a otro.</p> <p>e) Decir: ¡Olvídate de eso! ¡Lárgate!</p>	<p>A B C D E</p>
<p>26. Ves a otro niño con quien te gustaría encontrarte. ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No decir nada a esa persona.</p> <p>b) Acercarme a ese niño y esperar a que me hablara.</p> <p>c) Ir hacia ese niño, presentarme y empezar a hablar.</p> <p>d) Ir hacia ese niño y empezar a contarle las grandes cosas que has hecho.</p> <p>e) Llamar a gritos a ese niño y pedirle que se acercase.</p>	<p>A B C D E</p>
<p>27. Alguien a quien no conoces te para y te dice: ¡Hola! ¿Qué harías o dirías generalmente?</p> <p>a) No decir nada.</p> <p>b) Hacer un gesto con la cabeza, decir: ¡Hola!, e irme.</p> <p>c) Decir: ¡Hola!, presentarme y preguntarle quién es.</p> <p>d) Decir: ¿Qué quieres?</p> <p>e) Decir: No me molestes. ¡Lárgate!</p>	<p>A B C D E</p>

Anexo 6. Registro semanal de padres

REGISTRO SEMANAL

Nombre padre:

Nombre hijo:

Fecha:

Incidente:

¿Cómo se resolvió?:

Fecha:

Incidente:

¿Cómo se resolvió?:

Fecha:

Incidente:

¿Cómo se resolvió?:

Programa de intervención para hijos de padres divorciados

Laura Saá Veinat

Es un momento difícil para todos...

HIJOS

- Etapa de muchos cambios
- Fantasía vs realidad
- Nuevas reglas



RABIETAS, LLOROS, DESTRUCCIONES...

PADRES

- Reacciones difíciles de manejar
- Preocupación por todos los ámbitos de la vida de vuestro hijo (amigos, educación...)
- Sentimientos de culpabilidad: ¿Cuánta disciplina necesitan?



CONOCIMIENTOS



ESTRATEGIAS SISTEMÁTICAS



REDUCCIÓN COMPORTAMIENTOS PROBLEMÁTICOS Y SENTIMIENTO DE CONTROL



El comportamiento y sus consecuencias



Supervisar y elogiar



La importancia de la interacción en el hogar

Los comportamientos buenos quedan enmascarados por las conductas problemáticas.



CAMBIAR EL FOCO



Principales modelos de conducta



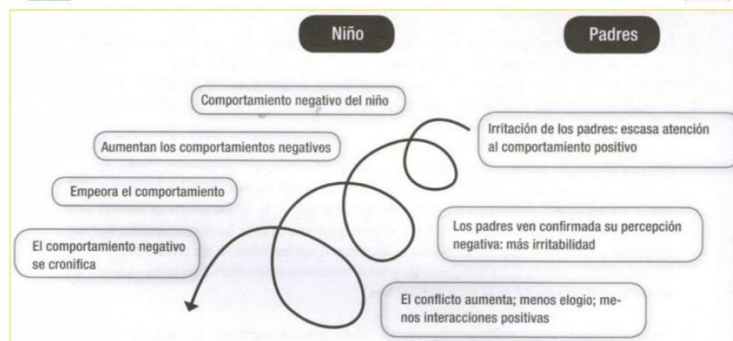
Importantes figuras de refuerzo



Capaces de sacar lo mejor de sus hijos



¿Qué pasa cuando hay problemas?



Fundamento de las estrategias de cambio



Precedente

Acto

Consecuencia

El elogio

La falta de elogios y de atención sobre la conducta apropiada del niño lleva a un aumento del mal comportamiento. ⚠️ ⚠️



Ayudan a esforzarse, desarrollar una buena imagen de sí mismos y darles motivación



MOLDEAR LA CONDUCTA: No reforzar sólo la última meta

- Ofrecer justo después de la conducta.
- Evitar combinarlo con la crítica.
- Con entusiasmo.



Pero.. Mi hijo no hace nada positivo

¿Cómo encontrar una conducta que elogiar?

Cuando prestamos atención al mal comportamiento, pasamos por alto las conductas adecuadas.



Señalar conductas que pretendáis cambiar

Fijaos que cada conducta negativa, conlleva una positiva.



Seleccionad las 3 conductas más problemáticas y enumeradlos por orden de importancia



“Momento dulce” La importancia de la interacción positiva

UNA DE LAS COSAS QUE MÁS VALORAN LOS NIÑOS: Compartir momentos agradables en vuestro día a día.



A lo largo del proceso educativo hay momentos más delicados que se pueden superar con afectos positivos, apoyo, ánimo...

¿Cómo lo hacemos?



Establecer una rutina diaria

Los niños tienen pocas capacidades de organización por sí mismos.



Tienen muchas distracciones



Cada vez tienen una carga \neq



Importancia de la motivación



La clave para aprender está en la motivación



Si la principal estrategia para reforzar el aprendizaje son los deberes en casa,

¡Hagamos que estén motivados para ello!



Participando nosotros mismos en las tareas

¿Cómo?

Animar y elogiar sus pequeños esfuerzos

Utilizar pequeños refuerzos tangibles

Establecer consecuencias negativas si no los hacen



Comunicación familiar

Lenguaje de la NO aceptación



Evitar momentos de interacción

¿Qué es lo más importante?



Tipos de escucha

Escucha activa:



Mala escucha:



¿Más obstáculos?

Obstáculos para una buena comunicación

1 Evitar hablar de problemas



Escena: Después de la cena, el marido desdobra el periódico y empieza a leerlo mientras la mujer se dispone a recoger los platos. De pronto, la mujer levanta la mirada.

Mujer (enfadada): "Tengo que hacerlo todo en esta casa. Tengo que hacer la comida, limpiar, ir a la compra, llevar a los niños al colegio, recogerlos después de clase...¡Lo hago todo yo y tú, al llegar a casa, en vez de ayudarme, te sientas y te relajas con tu periódico y tus estúpido crucigramas!"

2 Ponerse a la defensiva



3 Enviar mensajes dobles



SARCASMO



La persona que escucha tiende a considerar como verdadero el mensaje no verbal.

Mensajes "tú" - Mensajes "yo"

"Tú"



De una forma directa o indirecta, censuran la conducta de sus hijos.

"Yo"



Mensajes en primera persona, transmitimos lo que la conducta de los otros nos hace sentir o pensar.

¿Cuál deberíamos usar? ¿Por qué?



Conductas positivas



Elogio



Potenciar las conductas positivas



Conductas negativas



Disminuir comportamientos indeseables

¿Cuál sería una consecuencia a esa conducta negativa?



¿Castigo?



Técnica útil en distintas circunstancias.



Ignorar

Cuando actos negativos sean molestos, pero no muy importantes.



Ignorar

Rabieta, pataleta,
lloriqueo, protesta...



Castigo con reacción
desmesurada.



Pérdida de control
personal.



Algo necesario para ser efectivos en la educación de los hijos



Ser capaz de mantener el
AUTODOMINIO



Ignorar

Pataleta en el
supermercado



Atención negativa
(reforzador)

Irritación



Sobrerreacción:
gritarle

Ignorar



El niño se divierte llamando vuestra atención.



Positiva

Negativa

Hay que romper el círculo.



Ignorar



¿Cómo romper el círculo?



Ignorando el comportamiento

Interrumpir toda comunicación con vuestro hijo mientras la conducta negativa esté ocurriendo.

¿Creéis que es sencillo ignorar?

¿Cuáles pueden ser las dificultades que os podéis encontrar cuando decidáis ignorar?

¿Castigo?

Consecuencia negativa que se da a la conducta no deseada para favorecer que se elimine



¿Refuerzo?

Recompensa o premio que se da a la conducta deseada para favorecer que ocurra



Refuerzo positivo

Aplicar recompensa o premio tras realizar la conducta deseada.



Refuerzo negativo

Eliminar algo negativo tras realizar la conducta deseada.



Castigo positivo

Aplicar consecuencia negativa tras realizar la conducta indeseada.

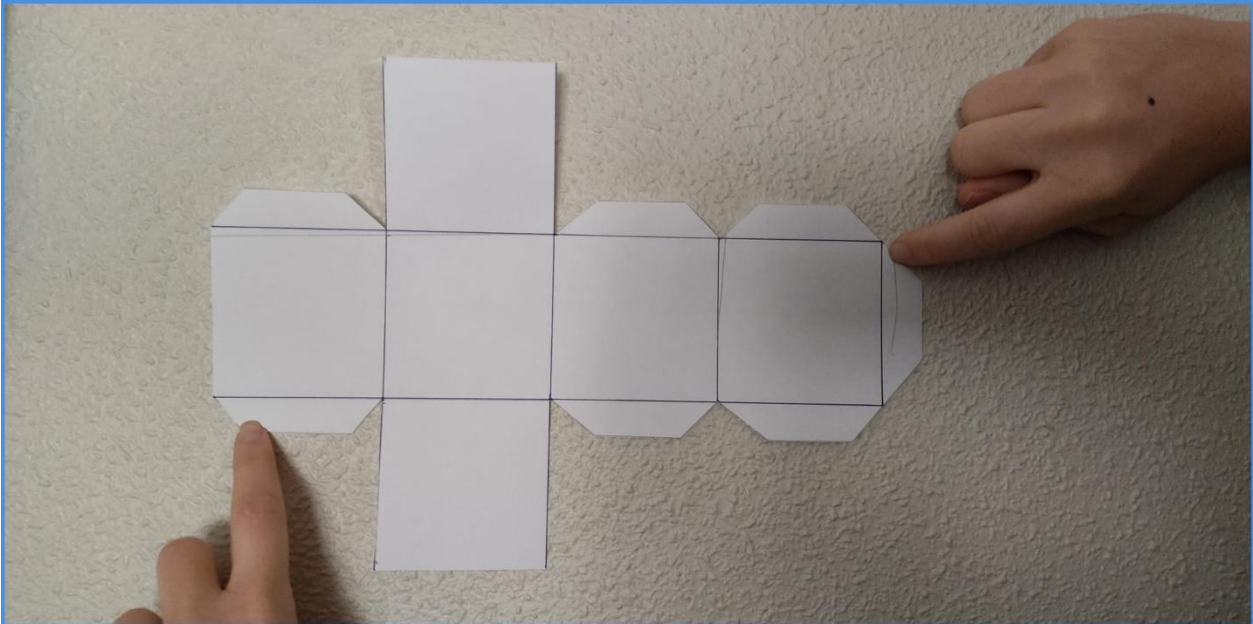


Castigo negativo

Eliminar algo positivo tras realizar la conducta indeseada.



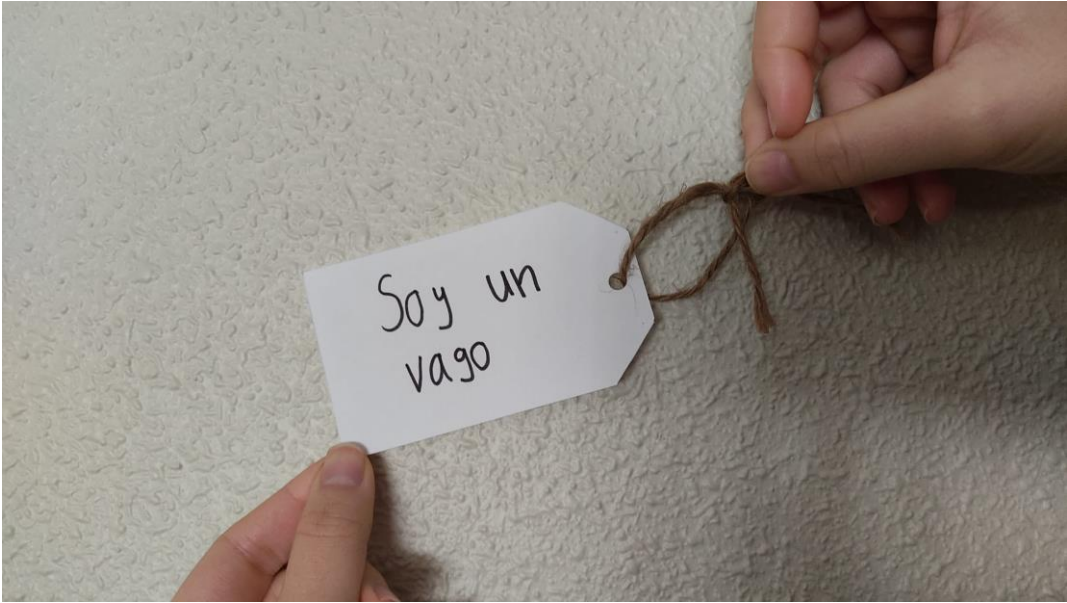
Anexo 8. Maleta de trucos



Anexo 9. Ejemplo de actividad con pizarra y post-its



Anexo 10. Ejemplo de etiqueta del juego “Las etiquetas”



Anexo 11. Ejemplo de tarjetas del juego “Hablando diferente”

<p>TEMA</p> <p>He olvidado entregar los deberes.</p>	<p>TEMA</p> <p>Me han elegido delegado de clase y no quiero</p>	<p>TEMA</p> <p>Tengo que dormir en casa de mi padre y me he dejado la Switch en casa de mi madre</p>
<p>TIPO DE COMUNICACIÓN</p> <p>Agresiva</p>	<p>TIPO DE COMUNICACIÓN</p> <p>Pasiva</p>	<p>TIPO DE COMUNICACIÓN</p> <p>Asertiva</p>
<p>ENTORPECEDORES O AGILIZADORES</p> <p>No mirar a la cara</p>	<p>ENTORPECEDORES O AGILIZADORES</p> <p>Asentir con la cabeza para mostrar atención</p>	<p>ENTORPECEDORES O AGILIZADORES</p> <p>Responder a cada pregunta con una pregunta</p>

Anexo 12. Pruebas Escape Room

PRUEBA N°1

A	B	C	D	E	F	G
1	2	3	4	5	6	7
H	I	J	K	L	M	N
8	9	10	11	12	13	14
Ñ	O	P	Q	R	S	T
15	16	17	18	19	20	21
U	W	X	Y	Z		
22	23	24	25	26		

$16+5 =$

$2+3 =$

$25-11 =$

$5+3-1 =$

$8+13-5 =$

$8+7+2 =$

$23-22 =$

$5+8-6 =$


$4+5 =$

$12+2 =$

$16-15 =$

$10+10 =$

La característica es ...



De día no
sirvo, pero de
noche te
alumbro



PRUEBA N°3

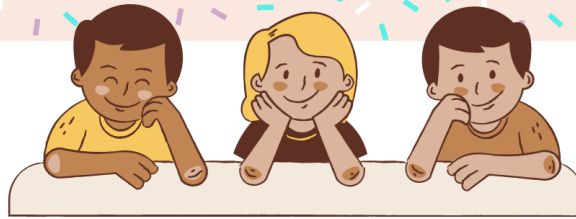
Era sábado, María se había levantado más tarde porque no tenía que ir al colegio. Al subir la detrás persiana de su habitación, se dio cuenta del de que estaba lloviendo, eso quería decir que no podría ir con su abuela al campo de deportes y jugar el partido de fútbol con su equipo.

María pensaba que ese sábado iba a ser un aburrimiento, pero su madre le dio permiso para ver un rato la televisión reloj. Pasando canales con el mando, descubrió un documental muy interesante sobre las ballenas.



Las palabras sobrantes son:

Anexo 13. Diploma que se otorga a los miembros del grupo tras la finalización del programa



Este diploma reconoce que

ha finalizado el Programa participando en todas las actividades realizadas superando los objetivos.

