

# Divorcio: su dinámica y superación

Mario Souza y Machorro, Facultad de Medicina, UNAM

A partir de 1950 y, con notable incremento, en los últimos años el divorcio en nuestra sociedad ha ido creciendo en una espiral ascendente hasta llegar a su pico más importante en los años 80's. El número de documentos, libros y revistas que se han publicado en el campo referentes a esta condición son actualmente numerosos. Existen destacadas contribuciones de autores especializados, quienes han contribuido definitivamente a ahondar en el conocimiento y a compararlo con los resultados de investigación clínicas, las que junto con las observaciones cotidianas de los "hijos del divorcio", los esposos y la organización de las nuevas familias posdivorcio, nos permiten contar con una nueva información para comprender y manejar este complejo fenómeno social. Pero además se han descrito diferentes fases de la separación y el divorcio, así como las metas específicas que favorecen las intervenciones terapéuticas destinadas a corregir tal condición. Otros han contribuido a describir muy pragmáticamente las patentes y variadas consecuencias de la ruptura familiar.

En la medida en la que el número de divorciados tiende a incrementarse actualmente en la sociedad moderna, la gente se torna más atenta a los devastadores efectos que trae, no sólo sobre los hijos, lo que representa una observación más particular que se une a la preocupación de los juristas, los sociólogos, los clínicos y otros, sino también sobre los ahora ex-cónyuges y su próximo devenir mediato e inmediato. Muchas preguntas nuevas han aparecido relacionadas a la ruptura conyugal a la luz de los nuevos conocimientos. De ellas, lamentablemente

muchas se han quedado aún sin respuesta. No obstante, hoy podemos reflexionar con más detalle sobre cuál será el posible impacto que ocurra sobre los niños preescolares, sobre los que están en edad de la latencia o bien sobre los adolescentes e incluso sobre lo que les acontecerá cuando ingresen a la fase adulta, y después qué posibles variaciones se podrán suscitar, que sean atribuibles al número de años de duración del matrimonio; a la edad de cada uno de los cónyuges o a la edad diferencial entre ellos; a su estado socioeconómico o bien a otras diferentes condiciones en las que el divorcio pueda ser un elemento condicionador, desencadenador o una simple concomitancia.

La premisa básica de la que conviene partir según los datos de los estudios recientes, que es por cierto contraria a la opinión popular y a las creencias sociales que derivan de ello, es que los efectos del divorcio no son desde luego los mismos para todos, sino que habrá de tomar en cuenta, como era de esperarse, condiciones y resultados diferentes. En primer lugar se deben considerar las diferencias psico-funcionales entre abandono, separación y divorcio (en su carácter psicológico y legal) cuyas consecuencias se extienden más allá de la ruptura del vínculo conyugal. Por otro lado, la existencia de estereotipos diseminados en las últimas tres décadas que promueven la liberación de la mujer y estimulan posiciones efervescentes o tendencias conceptuales del divorcio, que pueden generar por sí mismas imágenes que no necesariamente reflejan realidades objetivas. Existen amplias diferencias personales y grupales sobre la percepción del

fenómeno del divorcio, aun entre las propias mujeres, particularmente a largo plazo, ya como "causantes, víctimas o sobrevivientes" del divorcio. Un punto muy importante de destacar es que con la experiencia clínica en el manejo de pacientes más los datos de investigación mundial se pueden afirmar que los efectos psicológicos del divorcio son, desde luego, distribuidos inequitativamente entre la población familiar, por tanto se requiere, para medirlos y comprenderlos, de diferentes variables complementarias y diferentes enfoques funcionales. Entre ellos los más importantes son el género, la edad, la duración del matrimonio, la presencia o ausencia de hijos durante la ruptura matrimonial, los factores económicos, la autoimagen, los recursos emocionales disponibles, las relaciones con familiares y amigos, vecinos, etcétera. Otros factores implicados son la educación académica, la etnicidad, la influencia social derivada de los medios de comunicación y la disponibilidad y ligas de apoyo de la comunidad a los que se pueda recurrir, para enfrentar el trance más o menos traumático del divorcio.

En relación a las cifras prevalentes de divorcio en México, no hay datos confiables que se puedan señalar comparables a los del National Center for Health Statistics, que, en 1985, señaló que el número de divorcios en Estados Unidos se incrementó en más del doble entre los años 1962-1982, con frecuencia de 2.2 y 5.0, respectivamente por 1000 habitantes. Los individuos menores de 18 años involucrados en procesos de divorcio, en 1962, eran 7.2 y en 1982 se incrementaron a 17.6. Las edades de divorcio para los maridos fue de 32.6 y 33.6 en 1972 y 1982, respectivamente y para las esposas fue de 29.8 y 31.1 en el mismo periodo.

En diferentes círculos sociales se observa claramente un estigma hacia el divorcio, mismo que parece disminuir actualmente, lo que se relaciona con que las leyes sobre divorcio se han vuelto cada vez más liberales, tal vez por ello la frecuencia de disolución marital viene escalando un efecto más decidido y más diseminado, amén de que la asesoría para problemas maritales se ha formalizado desde 1930 a la fecha y los escritos sobre terapia familiar, de los años 50's en adelante, han alcanzado la literatura profesional e invadido continuamente la mayor parte de los círculos sociales, ello hace que el concepto de terapia para el divorcio, aspecto sustantivo de la terapia marital y familiar, pero también de la individual, sea hoy aceptado por casi todos con menos reticencias y mayor naturalidad.

Al inicio de los años 70's, se revirtió fundamentalmente la atención de los escritos profesionales al impacto que puede cobrar el divorcio sobre los niños y a la reorienta-

ción de los adultos para buscar nuevas formas de ingreso al "mundo de los solteros", lo mismo que a la mejoría del procedimiento para la relación de pareja. Compárese la frecuencia de divorcio existente en 1950, cuando éste sucedía en 1 de cada 5 ó 6 matrimonios, con lo que existe hoy, 1 de cada 2 ó 3 matrimonios.

Respecto a los factores sociales de este asunto, un estudio del área metropolitana de Detroit (Goode, 1948) encontró una correlación inversa entre el nivel socioeconómico y los porcentajes de divorcios, lo que pudo interpretarse en su momento como que el divorcio prácticamente no sucedía en aquellas familias de clase mediana o elevada. En un estudio de 600 personas divorciadas, realizado en el área de Cleveland (Levinger, 1966), éstas fueron identificadas como sujetos de clase baja según el índice de Hollingshead (1957). Las motivaciones para el divorcio fueron resultado del abuso físico, de problemas económicos, de adulterio, negligencia o maltrato a los hijos o irresponsabilidad con la casa y de crueldad mental. De los casos referidos sólo fue demandado el divorcio por infidelidad en un 24% de los casos. La incompatibilidad sexual alcanzó 20% de las causas. Las quejas que se refirieron a "falta de amor" fueron 28.2%. Las demandas de carácter legal se realizaron más frecuentemente por varones (16.2%) que por las mujeres (6.7%).

El estudio realizado sobre los factores responsables de las fallas maritales (Spanier y Thompson, 1984) encontró: 1) problemas en la realización del rol de género en compartir las labores del hogar; 2) mala calidad en la relación sexual; 3) deficiente comunicación; 4) dificultades para involucrarse en la función de pareja; 5) diferencias de valores; 6) dificultad para pasar tiempo juntos, etcétera. Los factores que afectan la felicidad conyugal han sido descritos (Kelly, 1982) con base en la experiencia clínica, como sigue: 1. Factores de edad y socioeconómicos: a) matrimonio antes de los 18 en las mujeres, y de los 20 en los varones; b) terminación escolar equivalente a preparatoria; c) económicos. 2. Preñez prematrimonial. 3. Relativos al trabajo: a) inestabilidad del marido en el trabajo y con los ingresos; b) mujeres con mayores ingresos que los varones; c) dependencia emocional. 4. Transmisión intergeneracional: a) efectos negativos que derivan de los arreglos pos-divorcio en la edad adulta de los hijos de divorciados.

Entre los principales factores que se refieren como causa de disolución marital, que de alguna forma tienen que ver con una deficiencia estructural funcional en el "mecanismo de conciliación de los problemas", son: 1) el desencantamiento de la relación, refiriéndose a factores de

crecimiento y/o cambio en el propio sujeto o en el cónyuge; 2) el impacto drástico de algunos eventos traumáticos en la vida; 3) presiones sociales; 4) la presencia de una tercera persona, atracción por ella o afecto; 5) insatisfacción en el balance o recompensa de los "costos" del matrimonio, y más frecuentemente 6) una separación gradual de tipo inconsciente, por supuesto no clara para los sujetos, pero manifiesta y detectable por el clínico. 7) el deseo de autoactualización. Este último se ha señalado como factor importante para el divorcio (Maslow, 1968) cuando se hace incompatible con el desarrollo del tipo de vida conyugal deseado; 8) quejas de tipo afectivo; en los últimos años se vienen citando más frecuentemente como causa de separación; 9) otros motivos de disolución, poco referidos anteriormente, son los problemas económicos; 10) el abuso físico y verbal hacia la esposa; 11) el abuso en el consumo de sustancias químicas; 12) los problemas para el control del juego y los más "clásicos", alcoholismo (dependencia alcohólica) e infidelidad.

Las legislaciones de los diferentes países del orbe han venido cambiando en su contemplación de las causas de la disolución conyugal, estableciendo una categoría voluntaria de común acuerdo o "no fault", para aquellos casos donde no existiendo demanda, se opta por el acuerdo. Este tipo de procedimiento voluntario se realiza a efecto de evitar poner el énfasis en las causas, cualesquiera que sean, que posteriormente lesionarían, a no dudar, a los involucrados y más particularmente a sus descendientes. Cabe aquí hacer notar que no siempre es fácil de probar la causa aun cuando cierta, la que a su vez alargaría innecesariamente, en algunos casos, el proceso e incrementaría los costos debido a la más ardua consecución de las demandas.

Nótese que el problema de la separación, el abandono y el divorcio raramente han sido un asunto de mutua decisión. En un estudio reciente (Kelly, 1982) sólo ocurre en 15.5% de los casos. Diferentes estudios internacionales considera que la mujer solicita mucho más el divorcio que el varón, lo que se ha corroborado por un 57.5% de ellas, como resultado de problema grave con el adulterio, el alcoholismo o algún evento de corte traumático significativo en la pareja; como resultado de actividades psicoterapéuticas en uno de los cónyuges; como resultado de la acumulación de diferentes desilusiones e inestabilidad afectiva al sujeto en su relación mal balanceada, carente de seguridad y/o de gratificación.

El estado de pre-divorcio puede dividirse para su mejor comprensión y manejo en tres fases: a) La primera de preparación, ante la posible ruptura, que comprende

actividades de evaluación y reorganización. b) La segunda, de certeza acerca del final del matrimonio, que incluye toma de decisiones y asunción de responsabilidades respecto al cambio de curso en el rumbo marital, y c) La tercera se refiere a la sensación actual del divorcio, donde los sujetos experimentan la crisis de ruptura según haya sido su preparación.

El cónyuge que decide iniciar la separación con fines de divorcio experimenta un gran estrés, pero en comparación con aquél rechazado (abandonado), éste último sufre más durante y después de la separación. En términos generales, puede decirse que quien lo inicia, después de la ansiedad que propicia tomar tal responsabilidad, se encuentra mentalmente mejor preparado para la ruptura, e incluso tomará mejor sus decisiones y adoptará una actitud con base en los motivos que tiene para partir, por lo que a su vez cobrará la sensación de poder y el control, por lo menos parcial, de la situación. Se está de acuerdo con el hecho de que los iniciadores del divorcio y aquellos que fueron abandonados, ambos sufren malestares y ansiedades de diferentes cuantías y tipos, y que lograrán distinguir la naturaleza de su sufrimiento en función del momento de su vida en el que les ocurra, y también de las posibilidades y recursos para enfrentar tales situaciones actuales y futuras. Aquéllos a quienes la separación les ha sido impuesta, o no tuvieron la posibilidad de escogerla, son habitualmente receptores de un rechazo que les hará ver traumático el trance en tanto que obligación desagradable, por lo que asumirán una conducta inadecuada debido a su planteamiento, independiente de lo que *per se* implica la ruptura, lo que se convertirá en sensación de hostilidad y señalamiento vergonzante al considerarse a sí mismos indignos de respeto y aprecio. Obsérvese el marcado rechazo social que se tiene el divorcio y de los divorciados entre amigos, compañeros y algunos familiares, sin contar a grupos religiosos y otros.

En relación al temido impacto del divorcio sobre los hijos, una vez realizados convenientemente los asuntos a la custodia; enfrentados los sentimientos de soledad, culpa, enojo, etcétera, que se dan al separarse de ellos, los efectos a corto y largo plazo se esperan variables. El punto de vista popular que predominó en nuestro medio hace unas décadas, que fue responsable de que los esposos permanecieran juntos en aras de "evitarle daño" a los hijos, y que les impidió percatarse de qué tan truculenta e insatisfactoria resultaba la relación, sólo les permitió atisbar ingenua y equivocadamente algunos de los efectos "previstos" para los hijos. En los últimos 15 años se nota al respecto una tendencia social opuesta, clara y decidida.

Contamos hoy con datos de investigación suficientes como para apoyar con hechos la idea de que las consecuencias negativas de la disolución del vínculo conyugal, por fortuna, pueden ser mínimas, en tanto que potencialmente modificables cuando los cónyuges tomen su compromiso como esposos pero respetan y mantienen su compromiso en su calidad de padres. No obstante, se ha sugerido que los problemas infantiles, como los de los ex-cónyuges pueden continuar tras el divorcio, pero de hecho lo hacen más como consecuencia de una disfunción de la separación que no termina cuando precisa ni como debiera, prohijándose así circunstancias tan conflictivas que no terminan pese a haberse finiquitado el divorcio. A este respecto se ha señalado que el estrés de los niños aparece más como un correlato positivo del estrés de los padres, del ambiente familiar o de los contactos negativos de los ex-cónyuges aún en conflicto, e inversamente relacionado al tiempo que transcurre entre la separación y el divorcio (funcional y no sólo legal). Apréciase la enorme diferencia que existe entre el divorcio legal, el divorcio psicológico sano o funcional, ya que de no darse la separación total, legal y sana, los problemas continuarán *ad infinitum*. Los fines preventivos debieran tenerse en cuenta desde el principio de toda gestión matrimonial y desde luego cuando se requiera de una ruptura formal.

Una de las circunstancias más difíciles durante el conflicto de separación conyugal es sin duda alguna el reencuentro con uno mismo, que ahora cobra un elemento adicional grave: la soledad. Para manejar el ajuste a la realidad, una vez que la separación ha ocurrido y a pesar de todo el apoyo brindado por el "aparato de soporte" proveniente de profesionales, amigos y familiares, la estabilidad emocional del individuo indiscutiblemente se pondrá a prueba, lo que involucra necesariamente un grado de interacción social que debe buscar la conciliación de la agresión, la frustración y otros sentimientos negativos hacia el ex-cónyuge y su género; hacia todos aquellos que aún permanecen casados y hacia quienes se envidia por alguna situación particular o bien hacia aquellos que han transitado el mismo camino más fácil y adecuadamente. El tiempo que toma el reencuentro, y la posibilidad de superar la condición forzada y grave de la soledad, varía inevitablemente dependiendo de la interacción de diferentes circunstancias, como son las características personales y la habilidad individual para mirar hacia adelante, usando la experiencia para no enraizarse dolorosamente en el pasado y tomar así favorablemente las oportunidades en pro del crecimiento y desarrollo de

las potencialidades propias, particularmente las no exploradas, e incluso para continuar con la explotación racional de las ya conocidas, a efecto de facilitar la disponibilidad de una actitud positiva de carácter productivo, en primer término del sujeto con su propia vida, pero desde luego para con los demás. Tal condición habla de un reto y es por tanto superable. Estriba, psicológicamente hablando, en poner a prueba las fuerzas del ego en pro de sí mismo.

Posiblemente para la mujer, el campo que le resulte más difícil para su reencuentro sea el laboral, dado que no siempre tiene experiencia en tomar decisiones fuera del hogar, para diferentes fines, y en éste, sobre todo al principio, se sienta incapaz de manejarse con habilidad. Inversamente sucede en los varones, en ellos es frecuente ver que no dispongan de ninguna destreza para enfrentarse a la "compleja sencillez" cotidiana de las labores domésticas, circunstancia en la que se ven atrapados con profunda extrañeza, y de las que no fácilmente pueden salir victoriosos, como no se despliegan virtudes especiales disponibles además de una actitud positiva frente a la resolución de tales dificultades.

Ahora bien, las diferencias fundamentales entre los viudos y divorciados, se puede afirmar, radican básicamente en que, de los primeros se presume que hayan tenido una vida marital favorable y dichosa, en tanto que los segundos es seguro que han herido fatalmente su matrimonio por cualquiera que sea la causa (individual o de pareja). Por tanto, los conflictos en su autoestima y en la estima del ex-cónyuge explican, pero no justifican, la conducta tan difícil que exhibe en virtud de diferentes sensaciones, pensamientos y condiciones, muchas veces ignoradas por él mismo. Ventajosamente, la viudez suele evitar la asignación de culpas y responsabilidades, diluyendo así la mayor parte de los conflictos virtuales o reales, por ello estos individuos son aceptados en sociedad más fácilmente y quizá colocados en condiciones "recasables" con mayor facilidad. Esta situación deriva al parecer de la lástima que la sociedad manifiesta tenerles, lo que no ocurre, desde luego, con la mayor parte de los divorciados y menos aún si éstos lo han realizado en más de una ocasión.

Un asunto vinculado estrechamente a lo anterior es el duelo derivado del divorcio, que representa desde el punto de vista teórico una condición psicodinámica semejante a la que se enfrenta en la muerte, por tanto resulta análoga, si no idéntica, y a la vez susceptible de ser estudiado en sus diferentes fases. Las metas psicológicas que facilitan el proceso del duelo en los niños, esque-

máticamente se señalarán para alcanzar sucintamente una visión somera del asunto. a) La primera se refiere al reconocimiento de la realidad de la disolución que frecuentemente abriga muchos temores, conductas regresivas, sensación de abandono y diversos conflictos. b) La segunda se refiere al “desenganche” del conflicto entre los padres a través de actividades productivas vía escuela, deportes, etcétera. Una adecuada resolución de esta meta significaría que el niño se libera de la triangulación patológica que le propician los adultos y de sus consecuencias negativas, ya que la inhabilidad para zafarse de la problemática de los padres divorciantes, reflejaría un pobre aprendizaje que se evidencia en una baja capacidad de emancipación por parte del sujeto (salvo casos especiales), lo que facilitaría y/o incrementaría los ya existentes problemas escolares y las múltiples conductas psicológicas inconscientes (“*acting outs*”). c) La tercera meta se refiere propiamente a la resolución de la pérdida. La cancelación de las tradiciones familiares; la invitación a aceptar y superar la ausencia de una familiaridad trascendente en la vida diaria y, asimismo, a la nulificación de las sensaciones de rechazo. d) La cuarta meta implica la resolución del coraje, la frustración y la culpa que suelen sentir los hijos cuando erróneamente se enfocan a sí mismos como posibles responsables de la ruptura, debido a un sentimiento de culpa que los torna escépticos de los conceptos legales que señalan la conveniencia del divorcio, en un proceso de responsabilidad combinada pero sin culpa. Por otra parte, alguna características del divorcio dan pie a incrementar el coraje y el malestar contra aquella persona que no permite dar satisfacción a los deseos del niño de mantener intacta a la familia, tal vez porque el niño no enfrenta la real magnitud de los problemas que motivan la separación, y por tanto no asimila la conveniencia de la disolución. Este coraje puede ser especialmente intenso y además perdurar a lo largo de muchos años, si no recibe manejo adecuado. e) La meta quinta está dirigida a aceptar la permanencia del divorcio, lo que será más fácilmente alcanzable en niños mayores que en aquellos que por su condición están inhabilitados por la incompreensión del fenómeno. Sea como sea, la ruptura es una condición real, dolorosa quizá, pero no toma en cuenta las fantasías del sujeto. f) La meta final es alcanzar una visión sana y realista de las futuras relaciones personales, ya que muchos niños que han pasado el divorcio, cuando adultos se tornan temerosos, reacios, rebeldes o indolentes ante las relaciones amorosas, alejándose así de la posibilidad de establecer una relación sana para su futuro, alojando en su interior múltiples sentimientos

recurrentes de ansiedad, vergüenza o venganza, mismos que facilitan el caos en sus relaciones y que generalmente inhibe todo tipo de vínculos afectivos. Afortunadamente se puede inhibir la permanencia de las consecuencias negativas de la ruptura conyugal, modificándolas a través del conocimiento y el uso de técnicas psicoterapéuticas.

Los periodos de pre-separación están destinados a la preparación psicológica individual y de las condiciones que permitan enfrentar más convenientemente los problemas y conflictos intra e interfamiliares que pudieran presentarse derivados del divorcio. Los hijos que viven con sus familiares en condiciones de matrimonio malestructurado, disfuncional y por tanto infeliz, son potencialmente victimizados con más gravedad a manos de sus familiares que si viven en cualquiera otra condición (Pietropinto, 1985). Por otra parte, el tipo, el desarrollo y la persistencia de ciertos problemas se manifiestan en los niños en función de una serie de factores demográficos y situacionales a considerar, como el sexo, la edad, las características de la familia, su tamaño y funcionalidad, el estado socioeconómico; si la madre trabaja, la escolaridad; los motivos del divorcio, la duración de la separación, sobre todo en su presentación problemática antes, durante y después de la ruptura formal; la relación del niño con el familiar que no tiene la custodia y la presencia de ayuda de los sistemas sociales locales para el apoyo de los divorciados, subsecuente al trauma inicial de la separación.

Posteriormente, de una forma o de otra, los individuos encuentran que la vida debe seguir y que “la función continúa”. Casi todos los ex-cónyuges alojan dudas sobre cómo expresar el divorcio y su condición actual a las personas que los rodean, e incluso es frecuente ver el engendro de mucha hostilidad por la separación. Algunos desean volver a casarse tan rápido como les sea posible. Dicha hostilidad puede no ser resuelta para cuando recasan, sobre todo cuando no se quiere aceptar el grado de frustración que representa el divorcio, salvo excepciones. Unos buscan canalizar su malestar a través de situaciones y personas a quienes asumen en su contra, particularmente al ex-cónyuge y a su género. Por eso siempre resulta importante señalar la conveniencia de un psicoterapia dirigida a ubicar tales problemas, a esclarecerlos y a buscar su superación. Otros sujetos, bajo la misma situación señalada, desean permanecer solteros para probar que la posibilidad de salir adelante solos es factible, haciendo así una especie de reto contra su pasado. Ambas, la salida inmediata hacia un nuevo

matrimonio y la empedernida permanencia en la soltería pueden llevar móviles psicopatológicos graves que se harán patentes más tarde o más temprano.

La separación afectiva es la más difícil de realizar, no cabe duda que para cualquier individuo es una prueba de fuego para su carácter, de ahí que haya muchos que no deseen ni siquiera pensarlo como posibilidad y ello les provoque mucho malestar y rechazo, aunque puedan

hablar de la separación cuando se trata de la de otros. Pero el divorcio no es después de todo el fin del mundo, siempre habrá nuevas posibilidades si éstas se buscan bien. Existe una nueva relación en cada amanecer, pero la agresión y el malestar pueden llegar a ser tan importantes cuando se manejan inadecuadamente que bloquean las puertas hacia una vida mejor, y de ello el único responsable y apto para su resolución es el propio individuo.