



Reflexiones
ISSN: 1021-1209
ISSN: 1659-2859
reflexiones.fcs@ucr.ac.cr
Universidad de Costa Rica
Costa Rica

Terapia Sistémica y apoyo social. Una intervención psicoterapéutica ante el divorcio

Zamora Huerta, Cintia Catalina; Álvarez Cuevas, Silvia María; Peña Castillo, Reyna Faride

Terapia Sistémica y apoyo social. Una intervención psicoterapéutica ante el divorcio

Reflexiones, vol. 99, núm. 1, 2020

Universidad de Costa Rica, Costa Rica

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72966100002>

DOI: <https://doi.org/10.15517/rr.v99i1.35183>

© 2018 Universidad de Costa Rica



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional.

Terapia Sistémica y apoyo social. Una intervención psicoterapéutica ante el divorcio

Systemic Therapy and Social Support: A Psychotherapeutic Intervention on Divorce

Cintia Catalina Zamora Huerta
Universidad Autónoma de Yucatán (UADY), México
catalinacuahuitl@hotmail.com

DOI: <https://doi.org/10.15517/rr.v99i1.35183>
Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72966100002>

Silvia María Álvarez Cuevas
Universidad Autónoma de Yucatán (UADY), México
acuevas@correo.uady.mx

Reyna Faride Peña Castillo
Universidad Autónoma de Yucatán (UADY), México
farypecas@hotmail.com

Recepción: 12 Noviembre 2018
Aprobación: 10 Junio 2019

RESUMEN:

El objetivo de este trabajo consiste en describir el proceso reflexivo realizado en el marco de un caso psicoterapéutico atendido desde la Terapia Sistémica, analizando el papel que tiene el apoyo social como elemento importante para la mejora del estado anímico de una mujer debido a la separación con su pareja. La principal técnica de investigación utilizada para este estudio de caso clínico único, implementado desde la Terapia Sistémica, fue el análisis de contenido. Entre los resultados destaca que el proceso reflexivo de la consultante fortaleció la dimensión objetiva y subjetiva del apoyo social, la consolidación de las redes sociales de apoyo y el cambio en los patrones de interacción históricamente familiares. Las conclusiones apuntan hacia la importancia del fortalecimiento del apoyo social como elemento esencial para que una persona separada formalice legalmente la disolución de su vínculo conyugal.

PALABRAS CLAVE: Terapia Sistémica, Apoyo social, Victimología, Divorcio, Amigos.

ABSTRACT:

This paper describes the reflexive process within the framework of a psychotherapeutic case addressed with Systemic Therapy, analyzing the role of social support as an important element to improve a woman's emotional state derived from a separation. In this Systemic Therapy single-case clinical study, the main research tool was the content analysis. Among the prominent results were: the consultant's reflexive process, which strengthened the objective and subjective dimensions of social support; the consolidation of social support networks; and the changes on historical family interaction patterns. The conclusions aim towards the importance of strengthening social support as an essential element for a separated person to legally formalize the dissolution of their conjugal union.

KEYWORDS: Systemic Therapy, Social Support, Victimology, Divorce, Friend.

INTRODUCCIÓN

VICTIMOLOGÍA, TERAPIA SISTÉMICA Y DIVORCIO

Hablar de divorcio implica considerarlo como un proceso en el que confluyen diferentes aristas: legal, social, económica, afectiva, sexual y parental; y también como un proceso que inicia desde el periodo de separación, caracterizado por el desaliento y la deliberación, y que finaliza cuando las partes ya lograron realizar todos los acuerdos que les permite llegar a la independencia emocional, la elaboración psicológica y, en caso de haber hijos, los acuerdos necesarios para continuar con la parentalidad (Cantón, Cortés, Justicia y Cantón 2014). Cuando en un divorcio se experimenta un nivel bajo de conflicto, los distintos elementos que interactúan

permiten la disolución gradual de la pareja; pero, cuando el nivel de conflicto entre excónyuges es alto, este proceso se puede demorar porque se genera una dinámica de amor y odio que lejos de interrumpir el vínculo, lo perpetúa (Levite y Cohen 2003).

Las parejas que atraviesan un proceso de divorcio deben ser capaces de presentar cierto grado de cooperación en medio del conflicto, para que el proceso de separación pueda avanzar (Camara y Resnick 1998). Sin embargo, no en todos los casos la cooperación es posible ya que, como Bolaños (1998) explica, existen ocasiones en las que las pautas conflictivas que la pareja ha ido construyendo a lo largo de su vida en común, se trasladan al campo legal, generando divorcios contenciosos. Un alto nivel de conflicto potencia el riesgo de generar consecuencias como síntomas psicológicos, físicos y emocionales, asociados al proceso que se está viviendo, tanto en los excónyuges como en los hijos (Lebow 2003); y, dependiendo de la situación de vulnerabilidad en la que se encuentre alguna de las partes, incluso pueden llegar a presentarse hechos delictivos (Arch, 2010; Morillas, Patró y Aguilar 2014; Zaykowski y Campagna 2014).

La posibilidad de adquirir el rol de víctima de delito será mayor cuanto más vulnerable sea la persona. Desde el modelo de victimización de enfrentamiento social, mientras una persona disponga de mayores recursos sociales, materiales y psicológicos, más podrá hacer frente a las situaciones de vulnerabilidad que se le presenten (García-Pablos de Molina 2013). Elementos como la afectación de la estabilidad económica, laboral, la reducción de vínculos y de apoyo social, y la limitación a la posibilidad de acceso a los sistemas de administración de la justicia, agudizan la vulnerabilidad de la víctima (Morillas, Patró y Aguilar 2014; Zaykowski y Campagna 2014).

La terapia psicológica y el ámbito de la victimología confluyen puntualmente, ya que la primera es coadyuvante en procesos de desvictimización, los cuales permiten paliar el evento traumático al brindar en los consultantes estrategias de afrontamiento y también prevenir situaciones de riesgo futuras al fortalecer factores de protección para que las víctimas directas y/o indirectas puedan recuperar una vida normalizada (Varona Martínez 2014; Palacio 2001). El proceso reflexivo, realizado a través de la terapia psicológica, retoma la participación de la víctima en la situación y, recupera los factores de riesgo ante los cuales estuvo expuesta. Este análisis incluye distintos aspectos: la vulnerabilidad personal, que hace referencia a características concretas como edad, sexo, orientación sexual, enfermedades etc.; la relacional, que enfatiza los desequilibrios de poder entre el agresor y la víctima, como es el caso de la violencia de pareja o de familiares; la contextual, que se enfoca en el lugar en el cual ocurre el evento como la casa o escuela; y la social, que abarca aspectos estructurales, económicos, sociales y culturales. El reconocimiento de los factores de vulnerabilidad o riesgo son relevantes ya que permite incidir sobre las variables que pueden fomentar el proceso de desvictimización y recuperación social de las víctimas (Morillas, Patró y Aguilar 2014).

La intervención psicoterapéutica realizada desde la Terapia Sistémica permite trabajar simultáneamente en distintos niveles: individual, familiar y contextual; incluyendo, dentro de la intervención, aspectos como la aceptación de búsqueda de ayuda y organización de la vida a partir del evento traumático, construcción de un nuevo estilo de vida, generación de redes sociales, consolidación de afectos personales, generación de vínculos interinstitucionales y redes de trabajo conjuntos, así como la modificación de constructos cognitivos, entre otros (Ochoa de Alda 2009). El trabajo sobre todos los elementos expuestos con anterioridad permite subsanar el impacto del evento traumático al ampliar el repertorio de estrategias de afrontamiento, así como el fortalecimiento de elementos que eviten que la persona se posicione de manera permanente como víctima.

DIVORCIO Y EXPERIENCIA FEMENINA.

Con la transformación de las relaciones sociales y la independencia económica de la mujer, las rupturas conyugales han ido en aumento en las últimas décadas, dando paso al ejercicio del divorcio (Reuben, Fernández y Castillo 2013). En general, la ruptura conyugal es un proceso largo y lleno de costes emocionales, y algunas personas autoras han afirmado que el duelo por la ruptura de la pareja se puede equiparar al duelo

por muerte (Neimeyer 2007). Bowlby (1980) afirmó que la pérdida física o emocional de una persona amada, constituye una de las experiencias más penosas por las que un ser humano puede transitar. La disolución de la pareja es un evento estresante y doloroso, especialmente cuando la pérdida ocurre en parejas que compartían un proyecto de vida en común, e implica modificaciones personales, familiares, económicas y sociales (Peñafiel 2011).

Las consecuencias del divorcio son muy variadas de individuo a individuo, ya que mientras a algunos puede resultarles benéfico, para otros implica un decremento permanente en el bienestar (Amato 2004), y en la satisfacción con la vida (Lucas 2005). Otras consecuencias a raíz del divorcio pueden ser: experimentar un sentimiento de liberación por la decisión tomada, culpa, duda, sensación de haber fallado, y un profundo sentimiento de pérdida (Pérez Testor, Davins Pujol, Valls Vidal y Aramburu Alegret 2009).

El acceso al divorcio ha tenido cambios en el tiempo y se ha convertido en un recurso que solicitan con mayor frecuencia las mujeres (Ramos 2011; Peña 2015; Tamez y Ribeiro 2016), por lo que revisar desde la óptica de ellas las consecuencias de este evento resulta relevante, ya que suelen ser consideradas depositarias de la consigna social de mantener el bienestar y la unión familiar (Ducange 2013; Eguiluz Romo 2004; Zamora Carmona 2011). Apuntando a las diferencias por género encontradas en relación a los divorcios, las mujeres presentan mayores tasas de depresión a diferencia de los varones, así como menor consumo de alcohol (Horwitz, White y Howell-White 1996), experimentan mayor decremento en relación a su bienestar (Amato 2004), pero al mismo tiempo experimentan mayor apoyo de sus hijos a diferencia que los hombres divorciados (Kalmijn 2007).

Si bien el estigma social hacia el divorcio ha ido disminuyendo (García y Reyes 2009), estudios como el de Cuevas (2010) muestran que las mujeres divorciadas continúan vivenciando un abierto rechazo social hacia su condición de «mujeres solas»; de igual forma las mujeres madres de familia monoparental presentan menor apoyo social y autoestima, y un mayor estrés con respecto a las mujeres de familias biparentales (Landeró Hernández y González Ramírez 2011). No menos importantes son las consecuencias económicas post-divorcio experimentadas por las mujeres, quienes vivencian una sustancial caída de sus ingresos (Gadalla 2008). Quizá esta sea una de las razones por las que las mujeres tardan más en solicitarlo (Eguiluz Romo 2004), aunado al esfuerzo que implica el cambio en relación a la identidad personal que supone esta decisión.

EL PAPEL DEL APOYO SOCIAL EN EL DIVORCIO CON ALTO NIVEL DE CONFLICTO.

El divorcio, como proceso, implica más que la vía legal para disolver la pareja conyugal. Kaslow (1988) propuso un modelo explicativo de las fases por las que cursan las personas que atraviesan el proceso de divorcio, y en el cual se consideran aspectos legales, sociales, económicos y de coparentalidad. Este proceso conlleva un desequilibrio en todos los ámbitos de la familia y una serie de costos emocionales para la pareja (Fariña y Arce 2006), que se acentúa cuando se experimenta un alto nivel de conflicto, que es caracterizado por disputas interparentales, escasa o nula capacidad de acuerdos y tensión durante periodos excesivamente prolongados de tiempo, situando a los integrantes de la familia en un contexto traumático (Arch 2010). Ante estas circunstancias, el elemento protector denominado *apoyo social* se convierte en un bálsamo para quienes experimentan esta condición.

La conceptualización empleada por Lin y Ensel (1999) sobre el apoyo social permite entenderlo como las provisiones instrumentales o expresivas, reales y percibidas, aportadas por la comunidad, redes sociales y amigos íntimos. Posee dos dimensiones: una objetiva, entendida como el apoyo recibido por la red social en términos de estructura y acción; y otra subjetiva, concebida como la apreciación relativa respecto al apoyo proporcionado por la red social (Barra 2004). En este sentido, el apoyo social se puede concebir y evaluar tanto desde una perspectiva cuantitativa-estructural, que se centra en la cantidad de vínculos en la red social del individuo; como desde una perspectiva cualitativa-funcional, que considera la existencia de relaciones cercanas y significativas, así como la percepción que el individuo tiene de tal apoyo (Barra 2004).

Las investigaciones en torno al apoyo social han evidenciado que éste tiene tres funciones principales: la emocional, que se refiere a aspectos como intimidad, apego, confort, cuidado y preocupación; la instrumental, que se relaciona con la prestación de ayuda o asistencia material; y la informacional, que implica consejo, guía o información pertinente a la situación (Matud, et. al 2002). Dichas funciones pueden obtenerse mediante el *apoyo formal*, también llamado *apoyo institucional*, el cual engloba a los sistemas comunitarios de prestación económica, asistencial y sanitaria; o bien, a través del *apoyo informal*, que involucra todas las relaciones sociales que de forma natural están presentes en el entorno cercano del individuo tales como la familia, la pareja y los amigos (Rodríguez-Marín, Pastor y López-Roig 1993).

Tras la separación o el divorcio se desencadenan cambios que pueden afectar tanto el apoyo social real como el percibido. Los amigos son un elemento importante de apoyo social (Shulamith y Kaydar 2008) y ocupan un lugar relevante como confidentes, consejeros y fuentes de información (Zúñiga 2005). Sin embargo, existe evidencia de que las relaciones sociales son uno de los aspectos que más fácilmente se deteriora después de la ruptura del vínculo conyugal (Landero Hernández y González Ramírez 2011).

Una vía reportada como elemento que puede fomentar el apoyo social son los vínculos que construyen las mujeres con otras personas a partir de sus hijos. Estas relaciones pueden ayudarlas en la reconstrucción de sus actividades recreativas y su vida social. Pero no habría que olvidar que también los hijos se vuelven centro de estrés y preocupación para las madres divorciadas, ya que son quienes suelen asumir la crianza y la doble jornada (Zamora Carmona 2011). A pesar de esto, vivir la crianza en solitario también tiene sus ventajas, ya que el cuidado de los hijos sólo por un cónyuge disminuye la sobrecarga de roles, los conflictos coparentales y las dificultades diarias en relación con la crianza (DeGarmo, Patras y Eap 2008).

El aspecto económico también afecta la forma en la cual se establece el apoyo social. El estatus económico de la familia con frecuencia cambia a partir del divorcio, orillando a las mujeres a buscar empleos que, aunque menos remunerados, les permiten compaginar la doble jornada como madres y jefas de familia (Zamora Carmona 2011). La reducción en la situación económica, junto con la dificultad para gestionar una vivienda independiente, puede empujar a las mujeres a regresar al hogar parental (Zamorano 2006). El apoyo social brindado por los padres y familia extensa puede ser un alivio para las mujeres divorciadas que atraviesan por crisis económicas y emocionales (Zúñiga 2005), pero regresar al hogar familiar también puede generar ciertas desventajas como: la exigencia del grupo doméstico en relación a las contribuciones económicas o quehaceres de la vivienda común, la pérdida de poder personal en la familia de origen, e incluso la disminución de autoridad de la mujer frente a sus propios hijos (Zamorano 2006; Puyana 2004). Esto mismo apuntan Álvarez-Cuevas, Rodríguez-Bailón y Flores-Galaz (2011) al reportar que son las mujeres divorciadas que viven con sus hijos en casa de su familia de origen, quienes experimentan menor satisfacción familiar.

El apoyo social también puede mermar si la mujer en proceso de divorcio ha experimentado situaciones de violencia, ya que el agresor suele promover el aislamiento y la disminución de las redes de apoyo de la mujer. Propiciar la generación de redes de apoyo social resulta relevante ya que, no sólo contrarresta los efectos dañinos causados por el maltrato de la pareja, sino también llega a ser un factor de protección de posibles abusos posteriores (Matud et al 2003).

APOYO SOCIAL Y TERAPIA PSICOLÓGICA: FAVORECIENDO LA DESVICTIMIZACIÓN.

Las parejas casadas se desvinculan formalmente por medio del divorcio y, aunque en algunos casos las separaciones se generan sin que medie el proceso legal, el efecto de la disolución del vínculo emocional puede ser complicado, conflictivo y prolongado (Pérez 2016).

Para algunas mujeres adaptarse al divorcio ha sido difícil, especialmente, por no haber recibido el apoyo psicológico oportuno (Valdés, Basulto y Choza 2009). Cuando las mujeres divorciadas solicitan ayuda terapéutica Eguiluz Romo (2004) refiere que ha sido por apoyo en áreas prácticas como: economía, planeación profesional, restablecimiento de relaciones sociales y afectivas, y apoyo para enfrentarse al mundo

exterior. Gómez (2011) manifiesta que, después del divorcio, las mujeres requieren recuperar el amor hacia sí mismas para favorecer el saneamiento de las heridas emocionales que éste dejó. En todo caso, el divorcio afecta el apoyo social recibido y percibido por las mujeres y trabajar en este sentido resulta relevante para una adecuada resolución emocional de la situación vivida.

Un marco, desde el cual se puede realizar intervenciones que contribuyan al ajuste de nuevas dinámicas de vida para las mujeres separadas o divorciadas, es el enfoque sistémico, el cual considera a las personas como seres relacionales y presta atención a los diferentes contextos significativos en los que cada individuo se desenvuelve (Espinal, Gimeno y González 2006). La *Terapia Sistémica* parte de la idea de que los problemas surgen y se mantienen en el contexto familiar (Vera y Estrada 2003) y, desde este punto de vista, la conducta humana es una responsabilidad compartida, surgida de pautas que provocan y mantienen las acciones de las personas (Minuchin, Colapinto y Minuchin 2000).

La visión multinivel contemplada desde la Terapia Sistémica considera, simultáneamente, aspectos que surgen en el plano individual, familiar y contextual. Desde lo individual se abordan cogniciones, conductas y emociones experimentadas por las personas; desde lo familiar se contemplan las lealtades y valores que emergen; y desde lo contextual se incluyen los determinantes legales, sociales y económicos vigentes en el contexto cultural inmediato de los consultantes (Lund 1990). El objetivo de la Terapia Sistémica consiste en propiciar cambios en el sistema, para que dejen de propiciar la conducta sintomática. Desde este marco de trabajo se distingue entre cambio de tipo 1 y cambio de tipo 2. El primero se refiere a cambios de la misma clase que alimentan el mantenimiento del síntoma; mientras que el segundo tipo es el que se busca lograr en la terapia y hace referencia a crear soluciones radicales que provoquen la disminución o desaparición de la sintomatología (Ochoa de Alda 2009). Lund (1990) apunta hacia la importancia de trabajar promoviendo en las mujeres divorciadas un cambio de tipo 2 ya que, si el cambio está limitado al tipo 1, las mujeres se recuperarán de la crisis del divorcio, pero tenderán a buscar patrones de interacción históricamente familiares; mientras que en el cambio tipo 2 se esperará que la mujer divorciada asuma una nueva identidad que le permita ingresar a sistemas y relaciones de nuevas maneras. De igual forma, el cambio tipo 2 se enfocará en brindarle a la mujer estrategias de afrontamiento personales, así como la consideración de factores biopsicosociales que le permitan interrumpir la homeostasis del sistema y construir nuevos patrones de relación.

ÁMBER, SU HISTORIA Y SU INICIO EN TERAPIA SISTÉMICA.

Partiendo del contenido presentado con anterioridad, el objetivo de este trabajo consiste en describir el proceso reflexivo en torno al apoyo social que experimenta una mujer en el marco de una intervención psicológica implementada desde la Terapia Sistémica, con la finalidad de mejorar su estado anímico a partir de la separación de su pareja. Se utilizó la metodología de estudio de caso clínico único. La técnica central empleada fue el análisis de contenido.

La mujer consultante, a quien se le llamará Ámber en este documento, acudió al proceso terapéutico con el objetivo de mejorar su estado anímico a partir de la separación de su pareja. Para lograr lo anterior, se detectó la importancia de fortalecer el apoyo social objetivo y subjetivo. A partir de las conversaciones terapéuticas, se evidenció la necesidad de avanzar en la definición legal de su situación de pareja. Dado que el propósito de este trabajo se centra en el apoyo social, a continuación, se presentarán los elementos más relevantes que se trabajaron al respecto y que contribuyeron al proceso de reconstrucción de su nueva visión de sí misma. Cabe mencionar que a lo largo del texto se cuidó el anonimato de la participante y su familia, por lo que los nombres reales fueron modificados y se omitieron aquellos datos que pudieran identificarlos. Y, para cuidar la confidencialidad de la información, sólo se presenta aquella que resulta relevante para el tema de investigación a tratar.

Ámber es una estudiante universitaria de 26 años quien, al momento de iniciar el proceso psicoterapéutico, tenía dos años de separación de su esposo, y un hijo, Leonel, de 3 años. Su matrimonio estuvo enmarcado en una dinámica de control por parte de su expareja, Carlos, 6 años mayor que ella. Lo describe como un hombre inteligente y encantador, pero también como un «posesivo, celoso y controlador». Antes de casarse, habían sostenido un noviazgo de 3 años en el cual Ámber se alejó de sus vínculos de amistad, ya que a Carlos le molestaba que saliera con sus amigas, especialmente si había hombres involucrados. Poco a poco ella comenzó a sentir que no era necesario ver a sus amigas. Después de esos tres años de noviazgo, decidió terminar la relación de pareja debido a las constantes peleas que tenía con él; sin embargo, se continuaron viendo y en uno de sus reencuentros se embarazó de su hijo, razón por la cual decidieron casarse e irse a vivir a la casa de Ofelia, mamá de Ámber. La consultante refirió que, durante su etapa de embarazo, hubo una «magia» en su relación, ya que Carlos comenzó a ser «lindo» otra vez, pero «la magia del embarazo se acabó» después de que nació su hijo. Carlos comenzó a serle infiel, reviviéndose así las constantes peleas que tenían antes de casarse. Después de cohabitar casi dos años, Ámber tomó la decisión de separarse, acordaron que ella se quedaría con su hijo en casa de su mamá y él se mudaría. En estas circunstancias la consultante acude con la intención de «cerrar el ciclo de su matrimonio».

Con la información presentada con anterioridad se inicia la intervención sustentada en la Terapia Sistémica, misma que tuvo una duración de 26 sesiones terapéuticas en 8 meses, del 14 de septiembre del 2017 al 26 de abril 2018. El análisis de contenido realizado a partir de las mismas, permitió recuperar todos aquellos elementos relacionados con el apoyo social presentes en el caso clínico y que coadyuvaban a que la consultante pudiera avanzar en su proceso de reconstrucción personal y mejora de su estado anímico.

LA VOZ DE ÁMBER DURANTE LA TERAPIA SISTÉMICA.

Al realizar el análisis de contenido sobre el papel del apoyo social a lo largo del proceso terapéutico, puede apreciarse que, al inicio del mismo, el valor que Ámber concedía a las relaciones de amistad estaba desvalorizado y frágil, ya que la figura de la pareja acaparaba otros campos de acción de la consultante:

«No era necesario verlas (amigas), con él no me faltaba nada, a él le contaba todo, hacía lo mismo con él que con mis amigas. Así que no sentía que ellas me hicieran falta. Mientras tenga esa confianza de contar mis cosas a mi pareja, no siento necesidad de contarle a mis amigas, es la misma función» (Sesión 3, 28 de septiembre de 2017).

Al explorar, en las primeras sesiones de intervención psicoterapéutica, sobre la visión que tenía de sus amistades, llama la atención que ella no podía expresar las ventajas que tendría el construir vínculos afectivos con las amigas, evidenciando que, ni la separación ni el paso del tiempo por sí mismos, implican necesariamente una mayor conciencia sobre la importancia que brinda el apoyo social a partir de las relaciones de amistad: *«Si volviera a estar en una relación, volvería a alejarme de mis amigas» (Sesión 3, 28 de septiembre de 2017).*

Promover la idea de que las relaciones de amistad son importantes y significativas en términos de apoyo, cercanía y seguridad, y que aportan aspectos diferentes a los que brinda una relación de pareja, fue un aspecto que se trabajó en distintos momentos del proceso terapéutico. Sin embargo, los cambios tipo 2 no se lograban ya que la creencia de que la pareja aporta lo mismo que las relaciones de amistad estaba sumamente arraigada, tal y como puede apreciarse en los siguientes comentarios:

«Me entristece que aún no puedo encontrar la forma en que los amigos pueden cumplir una función que la pareja no cumpla» (Sesión 4, 5 de octubre de 2017). «Sé que está mal que diga esto, pero no sé cómo los amigos pueden hacer una función distinta de la pareja, si tienes la confianza con tu pareja, no necesitas de tus amigos» (Sesión 5, 12 de octubre del 2017).

Para cuestionar el papel que tiene el apoyo social en su vida, y llevarla hacia un cambio tipo 2, se implementó una estrategia a modo de retroalimentación mediante un collage sobre las distintas áreas de su vida (familia, amigos, pareja, vida académica, proyecto personal). Esta actividad fue una confrontación que sirvió para

cuestionar la prioridad que ella le estaba concediendo hacia el área de pareja. A partir de esta intervención se favoreció que Ámber lograra visualizar cómo, durante su matrimonio, dejó de lado todas las áreas de su vida distintas a la pareja, alejándose de sus redes de apoyo, e internalizado los efectos de este alejamiento incluso después de su separación.

A partir de la sesión 6 se comenzaron a observar cambios importantes en el discurso de Ámber, referentes a las relaciones de amistad, y ella comienza a abrirse hacia la posibilidad de iniciar el proceso legal de divorcio. Sin embargo, sentía muchos temores al respecto, sobre todo por la posibilidad de «sentirse sola». Mediante diferentes preguntas reconoció que, para sentirse segura para dar ese paso, requería «salir de su zona de confort» y que, para avanzar en cuanto a esto, podría recurrir a su mamá y a una de sus amigas. Al escuchar esta verbalización, la terapeuta focaliza el papel que tienen estas dos figuras en su vida y la cuestiona de manera directa sobre si servía para algo tener amigos y es en ese momento cuando expresó:

«Llevo las últimas tres sesiones diciendo que no entiendo para qué sirve tener amigos, y hoy por fin lo entendí (pausa, llanto) es muy fuerte para mí descubrir para qué son los amigos (pausa), los amigos están para apoyarse. Ahora entiendo a mis amigas, ellas estuvieron en mi peor momento y vieron lo dependiente que estaba de él, pero nunca me dejaron sola, aunque yo no les hiciera caso. Mi amiga Carlota, por ejemplo, cuando dejé a Carlos estuvo ahí jalándome, e incluso ella y su novio pasaban por mí para llevarme a pasear y distraerme, no le importó que yo fuera de mal tercio, nunca me dejó sola» (Sesión 6, 26 de octubre de 2017).

Para poder reforzar el cambio tipo 2, y propiciar la reconfiguración del sistema de creencias individuales, se mantiene la conversación sobre el elemento que está generando la crisis, razón por la cual la terapeuta continúa sobre esta línea de intervención: «Ahora que puedes darte cuenta de la importancia de mantener relaciones de amistad ¿qué va a ser diferente en tu vida?», a lo cual Ámber respondió: «Ya no voy a abandonar mis relaciones de amistad y ahora tengo miedo de que se me olvide esto, porque todo se me olvida» (Sesión 6, 26 de octubre de 2017).

La consolidación del cambio tipo 2 requirió la toma de conciencia sobre la importancia de mantener las relaciones sociales significativas, razón por la cual, durante la intervención se le comenzaron a marcar a Ámber tareas al respecto. Una de las asignaciones consistió en realizar una carta para sí misma en la que se contestara la pregunta «¿Para qué sirven los amigos?». La asignación fue realizada y, posteriormente, la joven decidió compartirla con sus amigas. Esta actividad fue un punto importante del proceso, ya que Ámber comenzó a generar interacciones sociales más íntimas. Sus cambios fueron apreciados por sus propias amistades quienes sorprendidas reaccionaron: «(refiriéndose a sus amigas) ...no esperaba que lloraran, nunca me imaginé que al decirle a alguien a quien quieres, que lo quieres, pudiera reaccionar así» (Sesión 7, 9 de noviembre del 2017). Comentarios como los anteriores evidenciaban cómo los cambios en Ámber generaban, de manera bidireccional, el fortalecimiento de sus relaciones afectivas.

Parte del proceso de intervención sistémica consiste en reflexionar sobre el impacto de las tareas en distintas áreas de la vida. Cuando se hizo esto en la sesión 7, Ámber manifestó: «Al hacer la tarea de la carta, me empecé a acordar que en la prepa fácilmente me podía responder para qué sirven los amigos, y eso me hizo pensar: ¿En qué momento me perdí?, ¿por qué me empezó a costar trabajo contestarme para qué sirven los amigos?» (Sesión 7, 9 de noviembre del 2017). Esta reflexión implicó un proceso de reconstrucción del valor de los vínculos de amistad.

El proceso terapéutico continuó con Ámber abordando de manera paulatina la posibilidad de iniciar sus trámites en relación al divorcio y, para la sesión 11, ella continuaba ambivalente al respecto ya que por una parte mencionaba que quería avanzar al respecto, pero por otra, no emprendía acciones puntuales en esta línea. Intentando abordar esta situación se optó por invitar a su madre, Ofelia, para conocer desde otra perspectiva la situación.

Durante la sesión conjunta, Ofelia manifestó apoyo hacia su hija, pero también su disgusto porque su hija no le había solicitado ayuda antes:

Ofelia: *Hay algo que me molesta mucho de Ámber y es que no me haya dicho desde antes que se quería divorciar, si desde el año pasado me lo hubiera dicho, esto ya estuviera resuelto, ya estaría divorciada y ya habríamos pasado por eso. Hija, yo tengo muchos contactos, tú lo sabes, me lo hubieras dicho desde hace tiempo, tú sabes que siempre se te ha apoyado.*

Ámber: *Sí, tienes razón, pero, no sé, yo sabía que no estaba sola, pero aun así me sentía sola.*

Para poder reflexionar sobre el papel que tiene la percepción o no de apoyo, la conversación se dirigió hacia indagar sobre ese aspecto:

Terapeuta: *¿Por qué creía que su hija, se sentía sola?*

Ofelia: *Me duele escucharla, ella sabe que nunca ha estado sola, pero quizá se sintió así porque nos ha faltado comunicación.*

A partir del diálogo anterior se propició que entre las dos construyeran acuerdos sobre cómo podrían mostrarse su apoyo, de tal forma que ambas se sintieran cómodas. Después de acordarlo, se abrazaron y llegaron al acuerdo de que Ofelia ayudaría a Ámber sacando una cita con un abogado, mientras que Ámber se iba a encargar de asistir a esa cita y recopilar los papeles necesarios para iniciar el trámite del divorcio. Durante esta sesión conjunta se fortaleció el apoyo social objetivo y subjetivo, y se propició que los lazos de apoyo emocional se convirtieran en fuentes de apoyo instrumental.

En las sesiones subsecuentes se continuó trabajando y fortaleciendo la red de apoyo social de Ámber y, para la sesión 14, su discurso evidenciaba cambios en su propia reconceptualización: *«Pensaba que los amigos podían ser sustituidos por una pareja, pero estos meses he ido redescubriendo (pausa) creo que eso es lo que me tiene feliz, ahora ya puedo hacer la conexión de que los amigos son una red de apoyo y saber que los tengo me emociona, me pone feliz» (Sesión 14, 19 de enero del 2018).*

En la sesión 18, el discurso de Ámber reconocía la importancia de mantener relaciones de amistad, y manifestaba una nueva visión en torno a sí misma:

«Mis amigos son mi luz, mi apoyo; la única manera de darles tantas gracias por estar conmigo, es siendo yo también una buena amiga. Antes mi amistad no les aportaba nada, era la amiga a la que querían, pero que no era constante, que podían necesitar de ella y no saber si iba a estar o no para ellos. Siento muy bonito, sé que siempre uso las mismas palabras, pero no encuentro otras, siento bonito sólo de haberme dado cuenta que los amigos son importantes, sino también de sentir que ellos se sienten igual que yo, que yo también puedo ser de ayuda para ellos. No sé qué pasó, pero algo pasó en estos meses, si me preguntas qué fue, no sé bien qué fue, pero sí sé que ya no soy la misma, me siento más segura y más feliz; ya no me cuesta trabajo responder para qué sirven los amigos» (Sesión 18, 15 de febrero del 2018).

A partir de la sesión 12, Ámber inició el trámite legal del divorcio, el cual se ha prolongado debido a que Carlos no accedió al divorcio por mutuo acuerdo. Tanto la mamá de Ámber, como sus amigos y amigas, han sido piezas clave en el proceso de ayudar a Ámber a continuar con los trámites a pesar de la resistencia de Carlos. El apoyo social experimentado por Ámber ha sido un aliciente en distintos momentos tal y como puede apreciarse en esta verbalización, cuando relata lo que sintió un día previo a reunirse con Carlos en los juzgados:

«Me acordé de todo, de las primeras sesiones en las que decía que tenía miedo, en las que no podía identificar para qué sirven los amigos; y ahorita siento muy bonito poder decir que sé lo que significa una red de apoyo, de saber que tengo a mis amigos y a mi mamá. Antes de hablar con Carlos, me llegaron mensajes de mis amigas dándome su apoyo, deseándome lo mejor y diciéndome que yo podía; y luego mi mamá también me marcó y me preguntó si ya habíamos hablado. Sentí muy bonito porque no sabía que mi mamá lo tuviera tan presente, pero se acordó; mis amigas también lo tuvieron presente. Sentirlas fue como esa fuercita que estaba allí acompañándome. Ayer después de sentir el miedo, me acordé de todo lo que hemos hablado aquí, sobre mis amigas y mi mamá y me sentí mejor, porque no estoy sola» (Sesión 17, 8 de febrero del 2018).

El proceso de desvictimización de Ámber se fue consolidando a lo largo de las sesiones. En la sesión 18, al realizarle una pregunta sobre sus aprendizajes en torno a ella misma, refirió lo siguiente: *«Sé que ya no soy la*

misma, me siento más segura y más feliz; ya no me cuesta trabajo responder para qué sirven los amigos. Pienso en los amigos y pienso en una escalera, como si fueran el barandal que te ayuda a subir de forma más segura, porque te vas agarrando del barandal mientras subes» (Sesión 18, 15 de febrero del 2018).

Las sesiones subsecuentes se encaminaron al fortalecimiento de su red de apoyo social y a la consolidación del cambio tipo 2, que la ubican en una posición diferente a la que asumía previo al proceso terapéutico. En la sesión 24, al evaluar los aprendizajes de las sesiones de terapia, manifestó:

«Soy diferente, llegué sintiéndome sola y ahora estoy llenita, tengo a mis amigos, soy más segura. Vi las cosas que ya no quiero en una relación de pareja, me di cuenta que ya no estoy en una relación y eso me facilitó poner límites con Carlos, ya no me cuesta decirle que no quiero salir con él y ya no tengo miedo de hacer cosas. Soy más segura de mí misma... veo muy difícil volver a engancharme con Carlos o en una relación así, porque ya no soy la misma que era cuando me enamoré de él» (Sesión 24, 12 de abril del 2018).

CONCLUSIONES

El proceso psicoterapéutico implementado desde la Terapia Sistémica con Ámber, derivó en una serie de reflexiones que se convirtieron en experiencias de aprendizaje a partir de su historia de vida. El análisis que realizó en torno a su relación de pareja, le permitió reconocerse como una mujer que, desde el noviazgo, vivió situaciones sutiles de violencia emocional, imperceptibles por su necesidad de afecto. La dependencia emocional hacia su excónyuge, se acrecentó de manera paulatina, en la medida que éste limitaba sus relaciones sociales, mermando así la dimensión objetiva y subjetiva de apoyo que ella experimentaba. Las sesiones psicoterapéuticas permitieron, también, que Ámber cavilara otros elementos estructurales de falta de poder presente en su vida. Se dio cuenta de que la diferencia en edad, escolaridad, la limitación de recursos económicos y de redes de apoyo, la ubicaron en una situación de desventaja con su excónyuge, y que estas circunstancias, si no se modificaban, la podrían ubicar nuevamente en una situación de riesgo en futuras relaciones sentimentales. La toma de conciencia en relación a todos los elementos que la posicionaron en una situación de vulnerabilidad, permitió que la joven se apropiara de ellos y emprendiera acciones para reconstituir su vida y su visión de ella misma. En este proceso, el fortalecimiento de sus redes de apoyo social jugó un papel muy importante, no sólo para la mejora de su estado anímico, sino también para iniciar los trámites de la disolución legal de su vínculo matrimonial.

El caso descrito con anterioridad demuestra la importancia de la generación de procesos de reflexión en los consultantes, que permitan evidenciar que no es suficiente el brindar apoyos estructurales y objetivos, sino también se debe incidir en la visión subjetiva del apoyo como elemento concomitante para un avance y recuperación emocional. El caso de Ámber evidencia cómo el proceso de reflexión derivado de la participación de la consultante en la Terapia Sistémica, coadyuvó en su proceso de desvictimización, y le permitió asumir una posición proactiva ante su divorcio conflictivo.

En términos generales, se puede decir que el apoyo social, formal e informal, recibido y percibido por Ámber, contribuyó a que tomara la decisión de iniciar el trámite legal de su divorcio. El haber fortalecido la red de apoyo social, contribuyó en su proceso de reconstrucción personal y recuperación emocional posterior a una situación traumática, su relación de pareja. Sus amigos y amigas, cubrieron la función de apoyo emocional; su madre la del apoyo instrumental y el proceso terapéutico fue el apoyo formal, institucional e informacional, que complementó, las tres principales funciones del apoyo social. El marco en el cual se desarrolló lo anterior fue la Terapia Sistémica quien permitió el fortalecimiento emocional de Ámber y que pudiera afirmar al finalizar el mismo: «Soy diferente, llegué sintiéndome sola y ahora estoy llenita, tengo a mis amigos, soy más segura».

REFERENCIAS

- Álvarez-Cuevas, Silvia, Rosa Rodríguez-Bailón y Mirta Flores-Galaz. 2011. «Nivel individual, parental y familiar: Su impacto en el funcionamiento de madres e hijos». *Revista de Estudios Clínicos e Investigación Psicológica*, 1 (1): 54-71.
- Amato, Paul. 2004. «The consequences of divorce for adults and children». *Journal of Marriage and Family*, 62 (4): 1269-1287. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01269.x>
- Arch Marín, Mila. 2010. «Divorcio conflictivo y consecuencias en los hijos: Implicaciones para las recomendaciones de guarda y custodia». *Papeles del Psicólogo*, 31 (mayo-agosto): 183-190. <http://www.redalyc.org/comocitar.oe?id=77813509004>
- Barra Almagiá, Enrique. 2004. «Apoyo social, estrés y salud». *Psicología y Salud*, 14: 237-243. <http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/848/1562>
- Bolaños, José Ignacio. 1998. «Conflicto familiar y ruptura matrimonial. Aspectos psicolegales Psicología jurídica de la familia». En *Psicología Jurídica de la Familia*, coordinado por Juan Luis Marreno Gómez, 43-76. España: Colección: Retos Jurídicos de las Ciencias Sociales.
- Bowlby, John. 1980. *La pérdida afectiva: tristeza y depresión*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Camara, Kathleen A. y Gary Resnick. 1988. «Interparental conflict and cooperation: Factors moderating children's post-divorce adjustment». En *Impact of divorce, single parenting, and stepparenting on children*, editado por E. Mavis. Hetherington y Josephin D. Arasteh 169-195. Hillsdale, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Cantón José, María del Rosario Cortés, María Dolores Justicia y David Cantón. 2014. *Violencia doméstica, divorcio y adaptación psicológica. De la disarmonía familiar al desarrollo de los hijos*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Cuevas Hernández, Ana Josefina. 2010. «Jefas de familia sin pareja: estigma social y autopercepción». *Estudios Sociológicos*, 28 (septiembre-diciembre): 753-789. https://www.jstor.org/stable/25764526?newaccount=true&read-now=1&seq=33#page_scan_tab_contents
- DeGarmo, David, Joshua Patras y Sopagna Eap. 2008. «Social support for divorced fathers' parenting: testing a stress - buffering model». *Family Relations*, 57 (1): 35-48. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2007.00481.x>
- Ducange, Médor. 2013. «Divorcio, discriminación y autopercepción en un grupo de mujeres en Guadalajara, Jalisco». *Papeles de población*, 19 (octubre-diciembre): 41-64.
- Eguiluz Romo, Luz de Lourdes. 2004. «Las mujeres y el divorcio, una visión de género». *Temas de Mujeres*, 1 (1), 5-15. <https://ojs.filo.unt.edu.ar/index.php/temasdemujeres/article/viewFile/1/1>
- Espinal, Isabel, Adelina Gimeno y Francisco González. 2006. «El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia». *Revista internacional de sistemas*, 14: 21-34. https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/35723201/enfoque_sistemico.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3AyExpires=1525113085&Signature=if5zGDpCAP2roU4mRLmfQM2f6f8%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DEl_Enfoque_Sistémico_En_Los_
- Fariña, Francisco, y Ramón Arce. 2006. «El papel del psicólogo en casos de separación o divorcio». En *Psicología Forense: Manual de técnicas y aplicaciones*, coordinado por Juan Carlos Sierra, Eva María Jiménez, y Gualberto Buela-Casal, 246-271. Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- Gadalla, Tahany. 2008. «Impact of marital dissolution on men's and women's incomes: a longitudinal study». *Journal of divorce & remarriage*, 50 (1): 55-65. <https://doi.org/10.1080/10502550802365714>
- García-Pablos de Molina, Antonio. ed. 2013. *Criminología, una introducción a sus fundamentos teóricos*. Valencia, España: Tirant lo Blanch.
- García Meraz, Melissa, y Isabel Reyes Lagunes. 2009. «Actitudes hacia el matrimonio y el divorcio: diferencias por sexo, residencia y estatus de pareja». *Psicología Iberoamericana*, 17 (enero-junio): 48-56. <http://www.redalyc.org/html/1339/133912613006/>
- Gómez Díaz, Javier Andrés. 2011. «Fenomenología del divorcio (o la esencia de la separación) en mujeres». *Psicología y Sociedad*, 23 (2): 391-397. <http://www.redalyc.org/html/3093/309326470020/>

- Horwitz, Allan, Helene White, y Sandra Howell-White. 1996. «The use of multiple outcomes in stress research: A case study of gender differences in responses to marital dissolution». *Journal of Health and Social Behavior*, 37 (3): 278-291. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8898498>
- Kalmijn, Matythijs. 2007. «Gender Differences in the Effects of Divorce, Widowhood and Remarriage on Intergenerational Support: Does Marriage Protect Fathers?» *Social Forces*, 85 (3): 1079-1104. <https://academic.oup.com/sf/article-abstract/85/3/1079/2234900?redirectedFrom=fulltext>
- Kaslow, Florence. 1988. «The psychological dimension of divorce mediation». En *Divorce mediation: Theory and practice*. Editado por Jay Folberg y Ann Milne, 83-103. <http://psycnet.apa.org/record/1988-97933-005>
- Landeró Hernández, René, y Mónica Teresa González Ramírez. 2011. «Apoyo social, estrés y autoestima en mujeres de familias monoparentales y biparentales». 8(1): 29-36. <https://www.google.com/search?q=Landeró+Hern%C3%A1ndez%2C+R.%2C+y+M%C3%B3nica+T.+Gonz%C3%A1lez+Ram%C3%ADrez%2C+M.+%282011%29.+Apoyo+social%2C+estr%C3%A9s+y+autoestima+en+mujeres+de+familias+monoparentales+y+biparentales.+8%281%29%2C+29-36.+Recuperado+el+26+de+marzo+de+2018%2C&ie=utf-8&oe=utf-8&client=firefox-b>
- Levite, Ziva y Orna Cohen. 2003. «The Tango of Loving Hate: Couple Dynamics in High-Conflict Divorce». *Clinical Social Work Journal*. 40 (1): 46-55 <https://doi.org/10.1007/s10615-011-0334-5>
- Lebow, Jay. 2003. «Integrative family therapy for disputes involving child custody and visitation». *Journal of Family Psychology*, 17 (1), 181-192.
- Lin, Nan, Xiaolan Ye, y Walter Ensel. 1999. «Social Support and Depressed Mood: A Structural Analysis». *Journal of Health and Social Behavior*, 40 (4): 344-359. <http://www.jstor.org/stable/2676330>
- Lucas, Richard. 2005. «Time does not Heal all Wounds. A Longitudinal Study of Reaction». *Psychological Science*, 16 (12): 945-950. http://www.jstor.org/stable/40064362?seq=1#page_scan_tab_contents
- Lund, Kristina. 1990. «A feminist perspective on divorce therapy for women». *Journal of Divorce*, 13 (3): 57-67. doi: http://dx.doi.org/10.1300/J279v13n03_05
- Matud Aznar, María Pilar, Laura Aguilera Ávila, Roisario Marrero Quevedo, Olga Moraza Pulla, y Mónica Carballeira Abella. 2003. «El apoyo social en la mujer maltratada por su pareja». *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3 (3): 439-459. <http://www.redalyc.org/html/337/33730302/>
- Matud, María Pilar, Mónica Carballeira, Marisela López, Rosario Marrero, y Ignacio Ibáñez. 2002. «Apoyo social y salud: un análisis de género». *Salud Mental*, 25 (2): 32-37. Recuperado el 26 de marzo de 2018, de <http://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2002/sam022e.pdf>
- Minuchin, Patricia, Jorge Colapinto, y Salvador Minuchin. 2000. *Pobreza, institución, familia*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Morillas Fernández, David Lorenzo, Rosa María Patró Hernández, y Marta María Aguilar Cárceles. 2014. *Victimología: un estudio sobre la víctima y los procesos de victimización*. (2ª. ed.). Madrid: Editorial Dykinson.
- Neimeyer, Robert. 2007. *Aprender de la pérdida: Una guía para afrontar el duelo*. Barcelona: Paidós
- Ochoa de Alda, Inmaculada. 2009. *Enfoques en Terapia Familiar Sistémica*. Barcelona: Herder.
- Palacio, Marisol. 2001. *Contribuciones de la victimología al sistema penal*. Colombia: Jurídicas Gustavo Ibáñez C. Ltda.
- Peña Gaspar, Teresa. 2015. «El convenio de divorcio ante notario: La experiencia jurídica mexicana». *Revista de Derecho UNED* 16: 1065-1079. <http://revistas.uned.es/index.php/RDUNED/article/view/15253/13358>
- Peñafiel Muñoz, Oliver. 2011. «Ruptura Amorosa y Terapia Narrativa». *Ajay*, 9 (1): 53-86. <http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v9n1/v9n1a2.pdf>
- Pérez Contreras, María de Montserrat. 2016. *Derecho de familia y sucesiones*. México: Colección Cultura Jurídica. <https://biblio.juridicas.unam.mx/bjv/detalle-libro/3270-derecho-de-familia-y-sucesiones-coleccion-cultura-juridica>

- Pérez Testor, Carles, Montserrat Davins Pujol, Clara Valls Vidal, y Inés Aramburu Alegret. 2009. «El divorcio: Una aproximación psicológica». *La Revue du REDIF*, 2: 39-46. http://www.academia.edu/17052010/El_divorcio_una_aproximaci%C3%B3n_psicol%C3%B3gica
- Puyana Villamizar, Yolanda. 2004. «La familia extensa: una estrategia local ante crisis sociales y económicas». *Trabajo social* (6): 77-86. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/8456>
- Ramos Escobedo, Alejandro. 2011. «La mirada profesional: Justicia y toma de decisiones en el proceso de divorcio». *Nueva Antropología*, 24 (75): 71-92. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-06362011000200005
- Reuben Soto, Sergio, Ana Lucía Fernández Fernández, y Joselyn Castillo Jiménez. 2013. «La duración media del matrimonio terminado en divorcio». *Reflexiones*, 92 (2): 91-107. <file:///C:/Users/Catal/Downloads/Dialnet-LaDuracionMediaDelMatrimonioTerminadoEnDivorcio-4796241.pdf>
- Rodríguez-Marín, Jesús, María de los Ángeles Pastor, y Sofía López-Roig. 1993. «Afrontamiento, apoyo social, calidad de vida y enfermedad». *Psicothema*, 5: 349-372. <http://www.redalyc.org/pdf/727/72709924.pdf>
- Shulamith, Albeck, y Diana Kaydar. 2008. «Divorced Mothers: Their Network of Friends Pre- and Post-Divorce». *Journal of Divorce y Remarriage*, 3 (4): 169-188. doi:10.1300/J087v36n03_07
- Tamez Valdez, Blanca Mirthala, y Ribeiro Ferreira, Manuel. 2016. «El divorcio, indicador de transformación social y familiar con impacto diferencial entre los sexos: estudio realizado en Nuevo León». *Papeles de Población*, 22 (90, octubre-diciembre): 229-263. <http://www.scielo.org.mx/pdf/pp/v22n90/2448-7147-pp-22-90-00229.pdf>
- Valdés Cuervo, Ángel, Gabriela Basulto Moreno, y Elisa Chozza Concha. 2009. «Percepciones de mujeres divorciadas acerca del divorcio». *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 14 (1): 23-35. <http://www.redalyc.org/pdf/292/29214102.pdf>
- Varona Martínez, Gema, 2014. «Procesos de victimización y desvictimización en las instituciones totales». En *Victimología. La respuesta de la victimología ante las nuevas formas de victimización*, coordinado por Josep Tamarit Sumalla y Noemí Pereda, 247-302, Madrid, España: Edlsofer.
- Vera Pérez, Violeta, y Ariel Estrada Aguilera. 2003. «La terapia familiar y la medicina actual». *Revista del Hospital Juárez de México*, 70 (2): 67-71. <http://www.medigraphic.com/pdfs/juarez/ju-2003/ju032h.pdf>
- Zamora Carmona, Gabriela. 2011. *Divorcio y género: Diferencias en la ruptura conyugal*. (Tesis doctorado). Universidad Autónoma de Nuevo León, México. <http://eprints.uanl.mx/2951/1/1080090517.pdf>
- Zamorano Villarreal, Claudia. 2006. «Ser madre sola y vivir bajo el techo de sus padres. Itinerarios y situaciones residenciales de madres sin cónyuge en Ciudad Juárez». *Nóesis*, 15 (30): 165-184. <http://www.redalyc.org/pdf/859/85903007.pdf>
- Zaykowski, Heather, y Lena Campagna. 2014. «Teaching theories of victimology». *Journal of Criminal Justice Education*, 25 (4): 452-467.
- Zúñiga Coronado, María. 2005. «Las redes de apoyo social de las mujeres divorciadas». *Perspectivas Sociales*, 7 (2). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5018846>

INFORMACIÓN ADICIONAL

Cómo citar: Zamora Huerta, Cintia, Silvia Álvarez Cuevas, y Reyna Peña Castillo. 2019. *Terapia Sistémica y apoyo social. Una intervención psicoterapéutica ante el divorcio*. *Revista Reflexiones* 99 (1).

ENLACE ALTERNATIVO

<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/reflexiones/article/view/35183/41925> (pdf)