

**Facultad de  
Ciencias Sociales  
y Humanas - Teruel**

**Universidad Zaragoza**

**TRABAJO DE FIN DE GRADO  
EN MAGISTERIO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**El alumno/a de Primaria tras la ruptura familiar.  
Problemática y respuesta educativa**

**The primary school student after the family breakdown.  
Problems and educational response**

**Alumno/a: Alicia Esparza Esteban**

**NIA: 731496**

**Director/a: Pilar Loma Bielsa**

**AÑO ACADÉMICO 2019-2020**

“El medio mejor para hacer buenos a los niños  
es hacerlos felices.”

(Oscar Wilde)

A mis padres Raúl y Alicia,  
por estar a mi lado siempre y por todas sus muestras de amor.

A mi hermano Pablo,  
por su ayuda y cariño.

# ÍNDICE

<b>Resumen .....</b>	<b>1</b>
<b>Introducción y justificación .....</b>	<b>2</b>
<b>Objetivos.....</b>	<b>3</b>
<b>Metodología.....</b>	<b>4</b>
<b>CAPÍTULO I.....</b>	<b>5</b>
<b>1. Marco teórico .....</b>	<b>6</b>
1.1    Introducción .....	6
1.2    Efectos de la ruptura en los progenitores .....	8
1.2.1 Consecuencias económicas.....	10
1.2.2 Consecuencias emocionales/psicológicas.....	10
1.2.3 Consecuencias paterno-filiares.....	11
1.3    Efectos de la ruptura en los hijos.....	14
1.4    Escuela .....	16
1.4.1 Consecuencias académicas, escolares, psicológicas y sociales.....	16
1.4.2 Estrategias de afrontamiento.....	17
1.4.3 Actuación de los maestros.....	18
1.4.4 Programas de intervención.....	19
1.4.4.1 Ruptura de pareja, no de familia .....	19
1.4.4.2 The Children of Divorce Intervention Program.....	22
1.4.5 Conclusión del papel de la escuela.....	23
<b>CAPÍTULO II.....</b>	<b>25</b>
<b>2. Programa de prevención e intervención para alumnos con padres separados o divorciados.....</b>	<b>26</b>
2.1    Justificación del programa .....	27
2.2    Objetivos .....	27
2.3    Metodología.....	28
2.4    Recursos .....	29
2.5    Temporalización del programa.....	29
2.6    Encuesta inicial y manual del alumno.....	30

2.7 Sesiones .....	33
2.8 Evaluación del programa .....	48
<b>CAPÍTULO III.....</b>	<b>50</b>
<b>3. Conclusión .....</b>	<b>51</b>
<b>4. Reflexión personal .....</b>	<b>52</b>
<b>5. Bibliografía .....</b>	<b>53</b>
<b>6. Anexos .....</b>	<b>56</b>
Anexo 1: el cuento de Hestia .....	56
Anexo 2: cuaderno de las emociones .....	57
Anexo 3: evaluación de contenidos.....	58
Anexo 4: el fuego de Hestia.....	59
Anexo 5: imágenes de las emociones.....	60
Anexo 6: datos de las emociones .....	61
Anexo 7: cuento de la tortuga.....	62
Anexo 8: libreta de comunicación .....	63

### ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Estadísticas de Divorcios y Separaciones años 2005-2018.....	6
-------------------------------------------------------------------------------	---

### ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Evaluación inicial .....	30
<b>Tabla 2.</b> Sesión 1. Apertura del programa.....	33
<b>Tabla 3.</b> Sesión 2. Juegos colectivos.....	34
<b>Tabla 4.</b> Sesión 3. Concepto de familia y erróneos.....	37
<b>Tabla 5.</b> Sesiones 4 y 5. Control de estrés y la ansiedad.....	40
<b>Tabla 6.</b> Sesiones 6 y 7. Trabajo de las emociones.....	43
<b>Tabla 7.</b> Sesión 8. Resolución de problemas.....	45
<b>Tabla 8.</b> Sesión 9. Comunicación con las familias.....	46
<b>Tabla 9.</b> Sesión 10. Despedida del programa.....	48
<b>Tabla 10.</b> Evaluación final .....	49

**NOTA:** en el presente trabajo se utiliza un lenguaje masculino con una connotación neutral, refiriéndose globalmente a ambos sexos.

## **RESUMEN**

Existe un gran número de divorcios y rupturas al año en nuestro país. Este hecho hace que muchas familias se desestructuren y empiecen a tener una serie de consecuencias negativas que desestabilizan un equilibrio que anteriormente poseían. Es preciso empezar a intervenir cuanto antes sobre todos los miembros de la unidad familiar.

Los niños, aunque no participan en el proceso de separación, también sufren algunos efectos desfavorables. Es por ello, que desde la escuela se tiene que hacer una prevención e intervención y deshacerse de aquellos miedos, cambios de conducta, estrés o ansiedad, entre otros, que les puede provocar la separación de sus padres.

**Palabras clave:** divorcio, separación, ruptura, relación paterno-filial, alumnos, padres, comunicación, programa, intervención.

## **ABSTRACT**

There are a large number of divorces and breakups per year in our country. This fact causes many families to become destructured and begin to have a series of negative consequences that destabilize a balance they previously had. Action must be taken as soon as possible on all members of the family unit.

Children, although not involved in the separation process, also suffer some adverse effects. That is why, from the school, prevention and intervention must be done and get rid of those fears, behavior changes, stress or anxiety, among others, that can cause the separation from their parents.

**Keywords:** divorce, separation, breakup, parent-child relationship, students, parents, communication, program, intervention.

## INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

El Trabajo de Final de Grado o TFG, está enfocado a la recopilación de contenidos adquiridos a lo largo de la carrera. En este caso, este trabajo está destinado a la finalización del Grado en Magisterio de Educación Primaria.

La propuesta y principal objetivo es estudiar la problemática y la intervención en la escuela para salvar los posibles efectos negativos y/o desajustes emocionales de los niños que pasan por una situación familiar complicada como es el divorcio, la separación o la ruptura. Vallejo, Sánchez-Barranco y Sánchez-Barranco (2004), nos resaltan que se tiene que cubrir y mejorar la calidad de las relaciones afectivas de la infancia ya que perduran para toda la vida.

A lo largo de la carrera, no nos han dotado de ningún conocimiento para poder guiar al alumno que está pasando por esta situación. Hay que ser conscientes que existe una gran cantidad de problemáticas que no se pueden ver en cuatro años y que cada niño tiene sus características propias, pero también hay diversos colegios que pasan por esta situación. Además, como veremos, hay muchos efectos negativos que nuestro alumno puede sufrir. Éste, necesitará especial atención para su recuperación y profesionalidad por parte de los agentes influyentes en el proceso.

El presente trabajo se divide en tres capítulos relacionados entre sí por un mismo hilo conductor. En el primer capítulo, vamos a hablar acerca del divorcio, recogiendo información sobre los efectos en la ruptura de los padres, de los hijos y, por último, del papel que desempeña la escuela. En este último, hemos buscado información sobre programas que se han implementado en las escuelas tanto españolas como medidas creadas en otros países.

En el Capítulo II nos centraremos en el programa de prevención e intervención para alumnos con padres separados o divorciados. En este apartado podremos ver la justificación del programa, sus objetivos, la metodología que se va a utilizar, los recursos necesarios y la temporalización. Además, este plan incluirá una encuesta inicial destinada al alumno con la colaboración de los padres para recoger datos importantes y, posteriormente, las sesiones de prevención e intervención y la evaluación del alumno.

El presente trabajo concluye con el Capítulo III referido a la conclusión del trabajo y una reflexión personal acerca del TFG. Tras esto, podremos ver la bibliografía utilizada y los Anexos unidos a las sesiones del Capítulo II.

## **OBJETIVOS**

El objetivo principal de este trabajo es mantener una búsqueda de información actualizada acerca del divorcio y todos los efectos de los agentes que en él actúan y prevenir e intervenir ante los efectos adversos de los niños. En esto, vamos a abarcar el papel de la escuela como agente valioso en el correcto desarrollo del niño.

Los objetivos que se plantean son:

- Conocer la cantidad de divorcios en nuestro país.
- Investigar sobre las consecuencias de los padres tras la ruptura.
- Saber cómo va a afectar a los hijos.
- Buscar información sobre el papel del maestro.
- Conocer el papel de la escuela.
- Investigar acerca de programas ya elaborados.
- Crear un programa de prevención e intervención para alumnos con padres separados.
- Reflexionar sobre lo aprendido.

## **METODOLOGÍA**

La primera parte de este trabajo va dirigida a una revisión y búsqueda de información teórica. Para ello, se ha indagado entre libros, artículos y compañeros de la misma profesión y de Psicología. Se ha querido recoger cómo afecta a los padres además de a los hijos, ya que no tiene sentido hablar de lo que les pasa a los hijos cuando el foco ha empezado en los progenitores. Asimismo, en algunos de los casos, tiene relación el comportamiento que mantiene el niño con la reacción que han tenido los progenitores ante la situación y la educación que le han proporcionado.

Tras una recogida exhaustiva de datos, hemos trasladado esos conocimientos a la creación de un programa acorde con lo que los expertos han investigado y ajustándonos al perfil psicológico propio de un alumno que está pasando por esta situación.

Se da vital importancia a la evaluación a lo largo del programa y sobre todo a la autoevaluación del alumno ya que se considera necesario que el niño sea consciente de su progreso y de los aspectos que todavía tiene por superar.

# CAPÍTULO I

---

# 1. MARCO TEÓRICO

## 1.1 Introducción

“Amor y dolor a menudo, si no siempre, están unidos. La experiencia de amor se vincula inevitablemente a la experiencia de la pérdida: aceptar el amor es aceptar la posibilidad de la pérdida y atreverse, a pesar de ello”. (Cáceres, Manhey y Vidal, 2009, p. 42).

Tres son las leyes que han recogido el reglamento sobre el divorcio en nuestro país. En primer lugar, en 1932 se acordó la primera Ley de Divorcio en España. Esta ley se derogó dando paso a la nueva Ley 30/1981. Por último, en 2005, se acordó la Ley de divorcio exprés que ofrecía a las parejas un ahorro tanto de tiempo como de dinero.

Coincidiendo con este hecho, en los años posteriores a esta última promulgación, se dispararon los niveles de divorcios en nuestro país. Esto lo podemos ver en las siguientes estadísticas ofrecidas por el Instituto Nacional de Estadística (2018) siendo la gráfica azul los divorcios y la más estable, las separaciones.

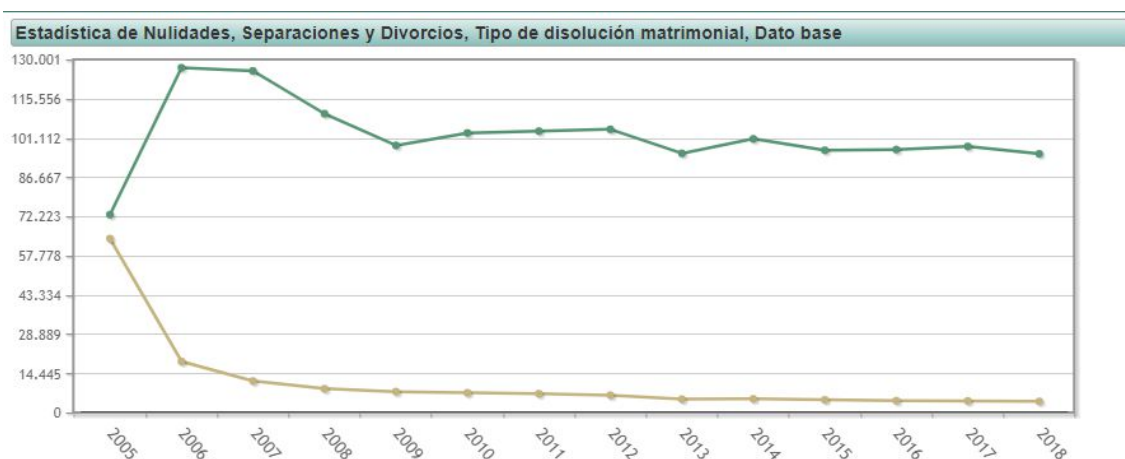


Figura 1- Estadísticas de Divorcios y Separaciones años 2005-2018.

Los últimos datos ofrecidos por el INE son del 2018 donde hubo 95.254 divorcios, un 2,8% menos que en el año anterior, 4098 separaciones, un 4,3% menos y 92 nulidades matrimoniales, con un 8,0% menos. Como podemos comprobar, es un número muy alto de divorcios a pesar de que haya caído este último año de recopilación de datos.

Tras una ruptura donde hay niños, se decide cuál es el futuro de los mismos eligiendo el tipo de custodia. Para ello, se diferencian cinco tipos de custodias: la custodia compartida, custodia monoparental, custodia repartida (cada cierto tiempo un padre), custodia partida (unos hijos con uno y otros con el otro) y la total (únicamente un progenitor tiene la custodia). Siguiendo con los datos del INE (2018), la custodia

compartida fue otorgada en el 33,8% de los casos de divorcio y separación de parejas con hijos.

Por su parte, Aguillón, Tinoco y Vargas (2010), nos dicen que las consecuencias que quedan tras este hecho pueden ser negativas, pero también podemos encontrar positivas o neutrales. Como consecuencias positivas, Morgado (2008) nos habla sobre la posibilidad de forjar nuevas relaciones afectivas con otras personas, emprender una nueva carrera profesional, conseguir una independencia, madurar, tener un crecimiento personal, buscar nuevas aspiraciones y proyectos, una subida de la autoestima o el edén de la felicidad... Se podría llegar a una gran superación de nosotros mismos.

Por el contrario, numerosos autores nos hablan de esas consecuencias negativas que pueden aparecer tras la ruptura de esa unión familiar, aunque puede ser que no se muestren todas a la vez y no en todos los individuos: Adán et al. (2007) se centran en esa sensación de fracaso ante la situación o la aparición de un desequilibrio, desajuste, alteración o confusión emocional. Asimismo, creen que las personas encuentran una serie de limitaciones para desarrollar estrategias cognitivas y conductuales para superarlo y esto les puede llevar a tener depresión, tensiones, traumas, crisis de identidad o incluso miedo. A estas consecuencias, Cabrera, Guzmán, Ariza y Carrillo (2015) le suman la confusión o la soledad y añaden que pueden pasar por transformaciones en las rutinas diarias o, como muestran García e Ilabaca (2013), aparecer una pérdida de seguridad y un sentimiento de tristeza o rabia.

Morgado (2008) habla sobre el concepto de familia y la ruptura de tal manera que, aquella persona que entiende la familia como un conjunto de personas (padre, madre e hijos) que viven en el mismo lugar y son de la misma sangre, enfrentarán el divorcio con más estrés y angustia. Además, mantiene que el tipo de relación que se mantenga tras este hecho estará asociado con la relación que tendrán en un futuro. Por último, también menciona que no solo lo sufren los progenitores y el hijo, sino que también supone un cambio negativo a los familiares y amigos.

Por su parte, Cáceres et al. (2009) inciden en que las personas tendrán que volver a definir aspectos importantes de su individualidad y redefiniciones de sí mismos, perderán roles y tendrán que reconstruir el futuro dejando atrás proyectos forjados e ilusiones construidas. Resulta necesario pensar que “el pasado se cuestione, que el presente sea incierto y que el futuro haya que inventarlo de nuevo”. (Cáceres et al., 2009, p. 43).

Morgado (2008), también manifiesta que la ruptura es un riesgo para la salud psicológica ya que puede llevar consigo la inseguridad, angustia, preocupación o un sentimiento de pérdida.

Aguillón et al. (2010), nos ayudan a resumir estas consecuencias negativas recogiendo que el divorcio pone en peligro la vida afectiva de los esposos, de los hijos y de la sociedad.

Varios autores nos hablan sobre una serie de variables de las cuales van a depender un tipo de consecuencias u otras y la manera de afrontarlas. Morgado (2008) nos habla de la duración de la convivencia, la calidad de la relación que mantenían los hijos con los padres, el conflicto entre los progenitores, los recursos económicos, las herramientas de afrontamiento o cognitivas que mantienen las personas en el momento de la ruptura, el grado de adaptación y, en cuanto a los hijos, la edad o el sexo, el estilo educativo que se le daba antes de la separación o la etapa evolutiva en la que se encuentran ya que, cuando empiezan a conocer otros términos del concepto familia, les permite tener una mayor visión de ello y pueden llegar a entender que, por ejemplo, aunque su padre o su madre ya no está en casa, seguirá siendo parte de su familia.

Vallejo et al. (2004) nos hablan sobre las variables que influyen en los padres refiriéndose a la edad (cuanto más jóvenes, más posibilidad de conflicto), el tamaño de la familia (cuanto más amplia, más dificultades) y no coincidir en los mismos criterios para la búsqueda del bienestar del hijo. Por último, Aguillón et al. (2010) nos dicen que la superación del divorcio o la ruptura va a depender de tres variables: de las características personales, de las experiencias pasadas y futuras y del número de consecuencias ya que, a cuantos menos efectos, más fácil y rápido será el proceso de asimilación.

Una vez recogidos los datos sobre las rupturas y las consecuencias generales que pueden manifestarse tras un divorcio, vamos a desglosar la información centrándonos por una parte en los padres de esa familia y por otra, en las consecuencias que afectan y se plantean como nuevas en el niño. De esta manera, a no focalizaremos esos efectos solamente en el alumno, sino que daremos un paso más allá para poder comprender todas las nuevas actitudes. Por último, nos centraremos en la escuela y en la búsqueda de proyectos de intervención.

## **1.2 Efectos de la ruptura en los progenitores**

Podemos encontrarnos ante tres tipos de padres: los que se muestran más cercanos ante el divorcio, los más pasivos o los que se mantienen de la misma manera. Vallejo et

al. (2004) afirman que los padres que adoptan un estilo cooperativo, y por lo tanto son más cercanos, intercambian conversaciones con su expareja, procura no obstaculizar y acuerda junto a su pareja los nuevos roles. Por el contrario, el progenitor pasivo modifica el contacto con el otro miembro de la pareja mediante enfrentamientos. Además, estos autores piensan que cuando se mantiene este comportamiento, suelen haber numerosos problemas llegando a generar irritación.

No podemos olvidar que “cuando se pierde la pareja se pierde una parte importante del sentido que la vida en pareja da. Mientras más significativo es lo perdido, más duele”. (Cáceres et al., 2009, p.45). Esto puede traer numerosas consecuencias negativas aun pudiendo sacar una parte beneficiosa después del divorcio. Adán et al. (2007) hace referencia a un posible empobrecimiento debido a la disminución de ingresos o cambio en el trabajo, problemas emocionales (baja autoestima, menor estabilidad, consumo de alcohol y drogas, abandono emocional de los niños...), disminución de la salud, disminución en la presencia necesaria para el desarrollo de los hijos o problemas sociales (violencias social o despilfarro socioeconómico). A estos efectos negativos, se le suma Morgado (2008) añadiendo que los progenitores también sufren un cambio de rol y se pueden sentir culpables o fracasados. Que se adapten o fracasen dependerá de los factores o variables que hemos visto en el punto anterior. Vallejo et al. (2004) nos dicen que los padres llegan a un estado de crisis donde van a encontrar una sobrecarga de tensiones y de tareas y tendrán que reestablecer el funcionamiento económico, el social y el parental.

Hay personas que, aun saliendo de la misma ruptura, no están en la misma fase del duelo porque, como afirman Cáceres et al. (2009), el que no quiere dejar la relación se encuentra en una etapa anterior en este proceso. Además, como hablábamos anteriormente del concepto de familia, hay personas que cuando pierden la pareja, pierden también la familia y eso supone una doble pérdida y aumenta el duelo.

Un aspecto importante es que en la gran mayoría de las evaluaciones e investigaciones que se realizan a los progenitores están manipuladas como nos confirman Fariña, Novo y Vázquez (2007). Esta manipulación de la imagen se haría con la intención de ganar la supuesta lucha por la custodia de los hijos con el fin de conseguir una evaluación favorable. La escuela debe tener en cuenta este hecho ya que los maestros son las personas que tienen que identificar los problemas y probablemente se vean enmascarados por esto.

A continuación, vamos a destacar tres secuelas del divorcio: la económica, la psicológica y los problemas paterno-filiares.

### **1.2.1 Consecuencias económicas**

Como consecuencias económicas Morgado (2008), señala dos grandes dificultades: los ingresos familiares disminuyen con sus consiguientes problemas económicos y se precisa normalmente un cambio de vivienda. Este autor nos indica que la mayoría de los progenitores cambian su empleo, buscan un trabajo extra o se ponen a trabajar si anteriormente no lo hacían y todo para poder cubrir los gastos que conlleva una familia. La situación es susceptible de acabar en pobreza aunque el progenitor custodio tenga, según Morgado (2008), tres fuentes posibles de ingresos: la pensión alimenticia, su trabajo y las ayudas de las instituciones sociales.

Aguillón et al. (2010) nos señalan que, además de los gastos familiares, se da un gran gasto económico durante el divorcio y en el momento de la ruptura. Todo ello, puede originar cambio en la calidad de vida de los progenitores porque como bien apuntan Cáceres et al. (2009), vivimos acorde a un nivel de vida asociado a nuestro nivel socio económico; con esto se quiere decir que, si disminuyen los ingresos, también lo hace nuestras actividades habituales.

Morgado (2008), también hablaba de un cambio de vivienda siendo que, por lo general, es el progenitor custodio al que se le asigna la vivienda habitual. Se puede dar el caso que ambos deban mudarse si no pueden mantener la casa familiar en la que solían vivir debido al descenso de ingresos. Esto generará, a su vez, un cambio de vida social y de hábitos.

### **1.2.2 Consecuencias emocionales/psicológicas**

Kübler-Ross (1969) en su libro “Death and Dying” menciona cinco fases del duelo que harían referencia a la negación, ira, pacto o negociación, depresión y aceptación. Cuando una persona sufre un periodo de duelo, iría pasando por cada fase hasta que, pasado un tiempo, conseguiría aceptar la situación. En el caso del divorcio, “el proceso de duelo no comienza al momento de la separación física. Por lo general, para ambos miembros de la pareja que se disuelve, el proceso de duelo se ha iniciado durante la convivencia” (Cáceres et al., 2009, p.47). Es ahí cuando se pierde el concepto de pareja y la figura que poseían de ella según estos autores. Aguillón et al. (2010) añaden que se

deteriora la comunicación en ese proceso, se descuidan detalles y se va perdiendo interés progresivamente.

Otra manera de tener una alteración emocional o psicológica en una ruptura es en el momento que se tiene que cambiar de domicilio. Fraga (2014) reconoce que la familia debe adaptarse a un nuevo contexto pudiendo perder algunas relaciones o el apoyo social que se tenía.

Cáceres et al. (2009) apuntan que las personas que sufren una separación emocional buscan explicaciones para así poder seguir adelante, pero arraigadas al odio y al resentimiento, factores que no favorecen a la salud emocional. Además, nos transmiten que cuando una ruptura está unida al sentimiento del amor, puede resurgir con más fuerza el sentimiento de tristeza.

Pero, como hemos visto anteriormente, también podemos cruzarnos ante sentimientos positivos de alegría, pensar que nos hemos quitado un peso de encima, etc. o como reafirman Cáceres et al. (2009), romper con la costumbre nos puede alumbrar el camino y con ello darnos cuenta de que se puede vivir solos y que somos capaces de crear méritos propios. Además, se puede recuperar la autoestima, tener más autoconfianza, libertad, darnos cuenta que podemos ser independientes y autosuficientes y poder ser más asertivos.

Para una mejor recuperación de nuestras emociones, cogniciones y conductas, estos autores nos recomiendan la presencia de las terapias. Esto debería hacerse tanto en la pareja, como con los hijos y aun cuando no se notan síntomas de desajustes psicológicos.

### **1.2.3 Consecuencias paterno-filiares**

Tras una ruptura, se decide el futuro del hijo y el tipo de custodia que se va a mantener. Algunos autores como Fraga (2014), se inclinan a favor de las custodias compartidas ya que facilitan la presencia de ambos padres en la vida de sus hijos con una adecuada cooperación. En contra de esta afirmación, Vallejo et al. (2004) nos dicen que esto puede generar conflictos, desestabilidad y una posible exposición de los hijos al conflicto de los padres.

Además, cuando se produce la separación, Fraga (2014) nos indica que probablemente las relaciones entre los padres y los hijos varíen y pueda existir un cambio de rol. Este rol, según la autora, se determina por el tipo de custodia, la calidad de la relación con el hijo, el trato entre los padres y la comunicación y el contacto que mantengan.

Según Cabrera et al. (2015) cuando los padres están afectados psicológicamente, los niños se encuentran más expuestos a los efectos negativos ya que les dificulta cumplir con sus obligaciones.

Las consecuencias paterno-filiares tras los actos de los padres Vallejo et al. (2004) las dividen en dos: por una parte, los padres pueden tener errores en la educación de los hijos, poco control de las conductas de ellos y poco seguimiento de las reglas siendo previsible el consiguiente comportamiento del niño. Por otro lado, existen grandes cambios en las relaciones con los padres, aunque el beneficio del niño sea mantener contacto cercano con ambos. La relación entre la familia puede disminuir tanto en frecuencia como en calidad después del divorcio como nos dice Fraga (2014) o podría ocurrir todo lo contrario y se afiance más ese contacto.

A continuación, pasaremos a hablar sobre la comunicación paterno-filial después del divorcio y sobre un estudio realizado para poder aumentar y afianzar las comunicaciones entre ambos. Aguillón et al. (2010) perciben que el padre no custodio perderá parte de la comunicación con sus hijos. Como investigaron Yarosh, Denise y Abowd (2009), hay más conexión y comunicación cuanto más tiempo libre tienen ambos y menos cuando se encuentran en el mismo domicilio del otro progenitor, ya que cohibe a los niños a tener una llamada diaria con su padre cuando está en su casa habitual. También nos enseñan que cuanto más se está separado de un hijo, más difícil es encontrar temas de conversación significativos y que mantengan la atención del hijo.

En algunos casos, utilizarán al hijo como portador de mensajes entre los padres pudiendo llegar a conflicto según nos dicen Vallejo et al. (2004).

Yarosh et al. (2009) hicieron un estudio sobre la necesidad de diseñar y utilizar la tecnología para la comunicación entre el padre-hijo en familias divorciadas, ya que la conexión de crianza y comunicación tiende a ser limitada. Hay que tener en cuenta que cada padre funciona de una manera diferente, con sus reglas y rutinas para el niño. Lo que concluye este estudio es que hay que crear una aplicación o un aparato electrónico que sea atractivo y lúdico para ambas partes con el fin de hacer un uso continuado de él.

Como finalidad de la aplicación, se buscaría crear oportunidades para proporcionar cuidado, facilitar la búsqueda de temas de conversación comunes a través de preguntas generales preestablecidas o algo similar, tendría una sección para apuntar las cosas que se te ocurren a lo largo del día pudiéndolas recordar de esa forma a la hora de la conexión, evitar una mala conducta del niño por no querer mantener una conversación, hacer uso de

los proxies cuando no se puede establecer contacto (por ejemplo una foto del padre) y desarrollar la autonomía del niño en cuanto a la no dependencia de los padres para establecer comunicación con su otro progenitor.

Una situación que se puede dar entre la relación padre-hijo es la aparición de trastornos parentales. Uno de estos síndromes sería el llamado Síndrome de Alienación Parental o SAP. Este trastorno, al igual que los que vamos a mencionar a continuación, no aparece en la última edición del DSM-V (American Psychiatric Association, 2013) ni en ninguna de las anteriores ediciones como nos afirman Pérez y Antón (2019) aunque la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo ha integrado en la Clasificación Internacional de Enfermedades (2018) (CIE-11) diciendo que es una insatisfacción dentro de la relación cuidador-hijo que está asociada con perturbaciones significativas (CIE, 2018).

El SAP, Gardner, (como se cita en Vallejo et al., 2004, p.100) lo describe como una maniobra de los padres los cuales utilizan a sus hijos contra la expareja. Los niños que son víctimas de esto, tienen una autoestima por debajo de la media y buscan el reconocimiento y afecto de los otros, aunque pueden llegar a la frustración si no lo logran. El padre, por su parte, castiga la infidelidad del hijo mediante chantajes afectivos, no ofreciendo cariño o agresiones físicas. Maida, Herskovic y Prado (2011) añaden que se suele dar en el contexto de lucha por la custodia del hijo y que el hijo tiende a alejarse del progenitor alienado. Pero no solo es el hijo el afectado, sino que también se buscan cómplices en el colegio, vecinos, médicos, etc.

Varios autores han estudiado este trastorno a partir de la definición de Gardner. Escudero, Aguilar y De la Cruz (2008) analizaron los textos escritos durante veinticinco años por este autor y sacaron en conclusión que la manera de actuar de los padres que lo sufren es a través de la obstrucción a las visitas, no permiten las llamadas o falta de información al otro progenitor del colegio o del médico. Por su parte, Maida et al. (2011), dicen que los padres prohíben en casa que se hable del otro progenitor, hacen llamar “mama” o “papa” a otros y utilizan la manipulación emocional haciendo que los niños espíen al otro, les obligan a guardar secretos o recompensan cuando manifiestan el rechazo del excónyuge.

La solución que se plantea generalmente a esta situación es la intervención psicoterapéutica. Maida et al. (2011) proponen, además, mantener periodos largos con el padre alineado y no acceder a la custodia compartida ya que requiere cooperación entre

los progenitores. Escudero et al. (2008), apuntan que la terapia que funciona es la de la amenaza (siendo que el trabajador que opere sepa amenazar y sentirse cómodo con este enfoque autoritario) ya que la amenaza permite manipular a la gente que no está dispuesta a cooperar.

Además del SAP, Gardner nos muestra otros tres trastornos (como se cita en Vallejo et al., 2004, p.100-104): del Síndrome de Alienación Parental o SAP se deriva el Síndrome del Progenitor Malicioso (SPM) y de éste, el Síndrome de la Interferencia Severa (SIS). Cuando esto pasa en la adolescencia, puede aparecer el Síndrome de la Falsa Memoria o SFM. El Síndrome del Progenitor Malicioso hace que el padre utilice a sus hijos para hacer daño directamente a su otro progenitor en forma de secuestro, abuso físico o con un crimen. Esto derivaría al Síndrome de Interferencia Severa. El Síndrome de la Falsa Memoria aparece en jóvenes (sobre todo chicas) que han sido manipuladas y se creen que han abusado sexualmente de ellas en la infancia, aunque realmente no haya sucedido. Puede incluir en ello a algún familiar. Según Escudero et al. (2008), a los niños con este síndrome se les parece olvidar las experiencias positivas y amorosas con el progenitor alineado.

### **1.3 Efectos de la ruptura en los hijos**

Los niños, según Adán et al. (2007), nunca se encuentran psicológicamente preparados para afrontar el divorcio y todo lo que conlleva. Como nos dicen Fariña et al. (2007), generalmente no aceptan la separación de sus padres y les puede afectar tanto al ámbito familiar, escolar y social, como a la vida adulta.

Experimentan muchos efectos nocivos tras el suceso pero, como nos aseguran Aguillón et al. (2010), los efectos negativos se pueden suavizar con una relación positiva con los padres. Vallejo et al. (2004) afirman que no solo tiene que ver las relaciones positivas con los progenitores después del divorcio ya que influye también que hayan tenido anteriormente una base de seguridad y apoyo. Cuanto mejor sea el vínculo, más posibilidades hay que se adapte de una manera correcta posteriormente. Por el contrario, si una relación no está suficientemente afianzada, la estabilidad afectiva y emocional probablemente se vea amenazada tras la ruptura.

Una de las variables más influyentes a la hora de asumir las consecuencias en los niños es la edad que tienen en el momento del shock. Vallejo et al. (2004) nos muestran que los niños pequeños perciben las relaciones como con rechazo porque se piensan que no se mantienen en el futuro o son irrealizables. A los niños menores de seis años les nace

una sensación de tristeza y pérdida del progenitor no custodio, temiendo no volver a verlo jamás o pudiendo sentir desconcierto e ira hacia sus padres.

Por otra parte, estos autores nos dicen que el divorcio afecta seriamente al desarrollo social de los hijos porque, como ya hemos visto antes, puede haber una reubicación de casa y una escuela distinta, con lo que se perderán las relaciones con sus iguales y las actividades habituales, teniéndose que adaptar a las nuevas circunstancias.

Otra de las consecuencias que nos definen Vallejo et al. (2004), es que pueden asumir un cambio de rol, con responsabilidades dentro del hogar (como cuidadores de hermanos, por ejemplo) o incluso tener que apoyar y proteger psicológicamente a sus padres. Esto puede ser motivo de orgullo para el niño, pero también puede suponer un peso emocional si la situación es prolongada, además que viene relacionado con la pérdida de los privilegios de la infancia y la adolescencia, así como algunos aspectos importantes de su desarrollo social.

Algunas de las consecuencias que pueden aparecer en el niño respecto a sus padres las recoge Morgado (2008) expresándonos que los hijos se pueden ver sumergidos en los conflictos de los progenitores, pueden encontrar ese sentimiento de pérdida de la familia, comienza su búsqueda de otro pilar donde agarrarse y encontrar una estabilidad, se pueden sentir abandonados por su propia familia y echan de menos a su progenitor. Además, le suelen echar la culpa de la ruptura al padre que no vive en su mismo domicilio y le nace una duda sobre si sus padres le van a seguir queriendo y protegiendo. En cuanto al colegio, se ven distraídos y aislados de los otros compañeros, incluso podremos ver pocas ganas de jugar y relacionarse.

En la búsqueda de consecuencias psicológicas en los hijos tras el divorcio o la separación, Aguillón et al. (2010) encuentran que los niños se pueden volver más agresivos y dominantes, mostrándose poco afectivos, pero con un gran temor a ser abandonados, maltratados o no amados. A veces se piensan que ellos son el motivo de la ruptura o los encargados de la reconciliación de sus padres. Además, algo que les afecta significativamente es escuchar comentarios negativos de uno de sus padres o de ambos.

En cuanto a las consecuencias emocionales por las que puede pasar un niño, según Cabrera et al. (2015), son el sentimiento de culpa relacionado con la tristeza, agresividad, soledad, distracción y disgusto.

Como consecuencia de cambio de personalidad y conductas, Vallejo et al. (2004) nos hablan de alteraciones en el control de esfínteres o en el sueño, así como la reaparición

de aquellas conductas infantiles (como la manera de alimentarse) que ya se habían superado o la aparición de conductas rituales, sobre todo al irse a dormir. Según estos autores se crea esta especie de estrés postraumático que puede perdurar en el tiempo, pudiéndose prolongar toda la vida.

#### **1.4 Escuela**

El divorcio puede provocar alteraciones tanto sociales como escolares como nos comentan Cabrera et al. (2015). Esto es motivo suficiente para que la escuela no se mantenga al margen de esta situación. Además, los padres suelen buscar una asesoría por el gran número de dificultades que encuentran en el proceso, buscando apoyo en los educadores. Esta teoría es apoyada por Robledo (2010) el cual indica que la cooperación familia-escuela es fundamental para el buen desarrollo del niño. También tenemos que tener en cuenta que “el maestro tiene un papel determinante en el proceso académico y relacional de los estudiantes, debido al manejo que tiene de la denominada competencia comunicativa” (Cabrera et al., 2015, p. 147).

El maestro, como nos indican Vallejo et al. (2004), se tiene que mostrar sensible ante una posible manipulación de algunos de los padres. Su trabajo irá dirigido a la guarda y protección de los alumnos, evitando todo tipo de manipulaciones, síndromes parentales o similares. Asimismo, no podemos dejar de tener en cuenta que, como nos dice Robledo (2010), hay muchos padres que no informan a los colegios del divorcio o de los problemas.

##### **1.4.1 Consecuencias académicas, escolares, psicológicas y sociales**

El impacto que podemos detectar en la escuela tras pasar por un divorcio, separación o ruptura se recoge en un abanico muy amplio de posibilidades. Cabrera et al. (2015), nos hablan, por ejemplo, de un cambio en el rendimiento académico con dificultades académicas y en las relaciones personales que se mantiene con los compañeros, teniendo problemas con esas relaciones.

Los cambios de conducta, hay que tener en cuenta que hay veces que pasan inadvertidos a los padres y son percibidos por los profesores. La detección temprana ayuda a este proceso, por lo que el profesor es una pieza fundamental (Robledo, 2010).

Vallejo et al. (2004) muestran que estos niños juegan menos, intervienen poco en las actividades extraescolares y no participan mucho en programas de enriquecimiento escolar o vacacional.

Orgilés, Espada, Méndez y García-Fernández (2008) nos hablan de los efectos psicológicos que pueden sufrir los niños en relación con el colegio; así pues, nos encontramos ante posibles miedos escolares (aunque en su investigación estos niños disponían de niveles más bajos ante el miedo de fracaso escolar y el castigo escolar, mostrando que no disminuyen con la edad), poca ansiedad, menos miedo a obtener malas notas, repetir curso, suspender, copiar en un examen, que llamen a sus padres, que les lleven al director y ser expulsados o castigados. En relación a la falta de miedo ante el fracaso, estos autores nos demuestran a través de la investigación, que puede ser debido a un cambio en el estilo educativo y las incongruencias de las pautas educativas que fijan cada uno de los padres.

Según Robledo (2010), los profesores pueden llegar a detectar una irritabilidad, rebeldía o tristeza o incluso temas relacionados con el apego y la ansiedad por separación. En relación con el rendimiento escolar, nos indica que podemos encontrar problemas de atención, poco interés por las tareas, olvido del material, bajo nivel de energía y participación y les cuesta cumplir las instrucciones.

#### **1.4.2 Estrategias de afrontamiento**

García e Ilabaca (2013) nos hablan de una serie de estrategias de afrontamiento (o aspectos a tener en cuenta) que se pueden aplicar para hacer frente a una situación estresante como puede ser esta o para modificar desajustes emocionales. Estas metodologías las podríamos englobar en cuatro bloques:

Primer bloque: estrategias centradas en el problema. El sujeto intenta cambiar el problema procurando disminuir la amenaza o modificando o eliminando los factores que lo construyen.

Segundo bloque: estrategias centradas en la emoción. El sujeto intenta regular sus emociones para conseguir un equilibrio y una estabilidad emocional.

Tercer bloque: estrategias de evitación. Estas nos permiten escapar del problema, reduciendo la ansiedad y el estrés. Además, el sujeto se hace consciente de la amenaza y permite aceptar que existen situaciones que escapan de nuestro control. Aportan un bienestar psicológico tras el divorcio y tienen una relación positiva ante el crecimiento personal. La evitación permite procesar las experiencias negativas y contribuye a solventar el proceso de duelo y, por ende, llegar a una mayor sensación de bienestar.

Cuarto bloque: búsqueda del bienestar. Esto conlleva la búsqueda del apoyo social y las estrategias de evitación. Llevará a un aumento de la autoaceptación, relaciones

positivas con otros, dominio del entorno, propósitos positivos para la vida y crecimiento personal. Cuando el sujeto se expresa emocionalmente, también genera un bienestar psicológico general. Este confort se incrementa con el apoyo social y el desarrollo de alternativas.

### **1.4.3 Actuación de los maestros**

Los niños, tras un momento de shock, necesitan encontrar figuras de apoyo. Cabrera et al. (2015) aseguran que es importante identificar a las personas más influyentes para contribuir a la estabilidad de los alumnos. Estas figuras se pueden localizar entre los familiares, los amigos y los maestros. Respecto este último grupo, gracias a esos vínculos de confianza, permitirán a los alumnos afrontar la situación, disminuir el impacto emocional, social y académico y, a los profesores, detectar la variación de conducta que a veces los padres no ven. Además, como indican Orgilés et al. (2008), la vocación, el compromiso y las acciones del profesor jugarán un papel importante en este proceso.

Desde la escuela, Orgilés et al. (2008) nos dividen las actuaciones que suelen hacer los profesores en tres grupos: pueden remitir a los alumnos a orientación tras una charla con los padres y que ellos mismos orienten a los profesores, pueden mantenerse al margen de la situación o pueden mantener el papel de observadores para recoger datos sobre el alumno.

En cuanto a la relación de los padres, Robledo (2010) nos indica que hay que tener varios encuentros con las familias y mantener largas conversaciones, además de tener en cuenta a ambos padres y aprender técnicas para tratar estas situaciones familiares.

Estos autores nos afirman que una de las preocupaciones que suelen tener los maestros es cumplir los procesos legales implementados por el colegio ya que muchas veces limitan la libertad del profesor y les impiden actuar por miedo a ser juzgados. Ellos, tratan de aplicar estrategias en un ambiente estable y seguro y deben aprender a reconocer los estados de ánimo de su alumnado para poder entenderlos y orientarlos (Orgilés et al., 2008).

En cuanto el vínculo familia-escuela, es importante tener una estrecha relación para el desarrollo integral del niño, aunque “es claro, sin embargo, que no siempre los padres en proceso de divorcio se acercan a la escuela; por el contrario, muchos se alejan o la abandonan” (Cabrera et al., 2015, p.146).

Según Robledo (2010), el maestro gracias a sus principios de mediación, mediante acuerdos puntuales y sus técnicas, puede ayudar a una buena comunicación entre los

padres y favorecer el desarrollo y el proceso de aprendizaje de sus hijos. Por el contrario, dar consejos, asesorar y organizarles la vida familiar, resulta ser un gran error.

#### **1.4.4 Programas de intervención**

En este apartado, vamos a explicar dos programas de intervención ya creados e implementados en las aulas. Esto resulta importante porque, como nos dicen Fariña, Novo, Arce y Seijo (2001), con las intervenciones ayudamos a los niños a entender el divorcio, controlar los sentimientos negativos o problemáticos y construir destrezas y habilidades para encontrar un equilibrio. Por su parte, a los padres, les ayudamos a manejar la conducta de sus hijos, mejorar las relaciones familiares, disminuir el conflicto y aumentar la comunicación.

Una intervención enfocada a los padres según Fariña et al. (2001), se realizaría a través de grupos de discusión, lecturas, cuestionarios y entrevistas hablando sobre el divorcio, las emociones, aspectos disciplinares y el aprender a adaptarse.

##### **1.4.4.1 Ruptura de pareja, no de familia**

Fariña, Novo, Arce y Seijo (2002) han realizado un programa llamado “Ruptura de pareja, no de familia” dirigido a los hijos y a los padres. Los logros a alcanzar con los adultos son: paliar la falta de información o déficit cognitivo que presentan, lograr una buena comunicación y perfilar los métodos de disciplina. En cuanto a los hijos se les añade, además de lo anterior, la minimización de los problemas y el desarrollo social y el desarrollo del nivel de competencia.

La metodología es diversa, transversal y longitudinal a todo el programa. En este caso se utiliza:

- Ensayo de conducta o role-playing: se escenifican situaciones o problemas para estudiarlos, comprenderlos y encontrar soluciones mediante el debate del grupo. Esta técnica resulta más efectiva si es grabada en vídeo o se recoge en un cuadernillo de preguntas sobre el tema.
- Modelado: se expone al grupo un tipo de comportamiento adecuado. En este caso, es el profesional quien va a actuar de modelo o se retransmitirá con fragmentos de películas o imágenes audiovisuales.
- Resolución de problemas: enseñanza de destrezas y estrategias para la solución de esas dificultades que pueden surgir.

- Retroalimentación o feedback: durante todo el programa. La retroalimentación la podemos usar de correctora para modificar la conducta o enriquecedora para añadir algún elemento deseable al comportamiento.
- Refuerzo: los reforzamientos siempre serán positivos e inmediatamente después de la conducta deseada.
- Mantenimiento y generalización: para mantener los comportamientos adquiridos dejando a un lado los refuerzos y buscar la generalización de lo aprendido a otros contextos. Se puede hacer mediante instrucciones, asignación de tareas extragrupalas, problemas reales, variación de las situaciones durante las sesiones, etc.

Este programa de intervención está programado para un total de dieciséis sesiones contando con la presentación de grupo y la despedida.

En la primera sesión se hace una presentación del grupo realizando diversos juegos y actividades de confianza y diversión. Se pueden preguntar datos personales como el nombre, el número de hermanos, los gustos personales, etc. Estos datos se recogerán y se destacarán los puntos en común entre los participantes utilizando las diferencias como factores que suman. Posteriormente, se presenta al personaje principal de las sesiones: Pobi (podemos ver este personaje contándonos su historia a través de la lectura: <http://www.usc.es/programaruptura/pobi.html> o en formato audiovisual: <http://www.usc.es/programaruptura/pobivideo.html> ). Por último, se iniciará el “juego de los animales” a través del cual cada niño elige un animal explicando al grupo la razón de su elección. De aquí en adelante el niño siempre se identificará con el animal elegido.

En cuanto a la segunda sesión, se flexibiliza el concepto de familia, enseñando que hay varios tipos de familia (monoparental, familia homoparental, familia extendida, etc) y que todos deben ser igualmente aceptados.

En las tres sesiones siguientes, se comprende la separación explicando concepciones erróneas y trabajando los sentimientos como pueden ser de culpa o el miedo a ser abandonados. Para ello, se ejecuta un procedimiento de reestructuración cognitiva y se entrena la identificación de las emociones y la expresión de las mismas. Se utilizan estrategias de autocontrol, relajación, role-playing y dibujo creativo.

En la sesión número seis se refuerza el autoconcepto. Se hace un juego de autodescripción de la identidad y de las posibles mejoras que nos gustaría vernos a nosotros mismos. Además, se trabaja con técnicas de reestructuración cognitiva,

mantenimiento y generalización o refuerzo social. A ello, se le suma una valoración por parte de los otros miembros del grupo pero siempre de forma positiva.

En las dos sesiones posteriores, se ayuda a superar esa ilusión de reconciliación que muchos niños tienen a través del role-playing y la reestructuración cognitiva, se consolidará la situación para aceptar la separación y se aprenderá el nuevo estilo de vida de vivir en dos hogares. Para esto último, se les enseña a planificar de manera compensada las actividades que le gustaría al niño hacer cuando están con cada uno de sus progenitores. Se abordarán además el cambio de barrio, de colegio, de pueblo o de ciudad, la pérdida de amigos, el encontrar nuevas amistades o las nuevas parejas de los padres.

En las sesiones nueve y diez abordan el entrenamiento de habilidades de comunicación para la expresión de los sentimientos y las ideas asertivamente. Para ello, son utilizadas las estrategias de habilidades sociales, el role-playing y el modelado, apoyados con películas y grabaciones del grupo que se les mostrarán posteriormente.

En las tres próximas sesiones, se trabaja la resolución de problemas enseñando a resolver conflictos propios y ajenos a la separación de sus padres. Se formula y se define un problema, se buscan soluciones y la mejor opción de ellas, se ejecuta lo acordado y, una vez efectuado, se valoran los resultados obtenidos. También se les enseña a saber qué situaciones están dentro y fuera de su control mediante técnicas de resolución de problemas y actividades de role-playing.

En la sesión catorceava, previenen los cambios que van a sufrir los niños. Se inicia retomando lo que habíamos hablado anteriormente de la circunstancia de vivir en dos casas diferentes, para enfocarlo a otros cambios significativos que pueden tener como puede ser el traslado de colegio, nuevas amistades, etc. Se analiza la situación actual y los cambios a medio y corto plazo.

El programa terminaría con dos sesiones dedicadas a la evaluación de la intervención de manera individual, realizada a través de la entrevista y pruebas psicométricas y el cierre del programa como sesión dieciséisava. En este cierre, se realiza una fiesta para concluir el programa y de despedida de los miembros del grupo.

Aunque se hayan finalizado las sesiones, no quiere decir que se dé por cerrado el programa. Transcurridos seis meses, se vuelve a tomar una nueva medida de seguimiento para conocer si perduran esos objetivos conseguidos en un largo periodo de tiempo y no únicamente en la duración del programa.

#### **1.4.4.2 The Children of Divorce Intervention Program**

Pedro-Carroll y Cowen (1985) realizaron una investigación sobre un programa llamado “The Children of Divorce Intervention Program” o como se llamaría en castellano, “Programa de Intervención del Divorcio en Niños”. La finalidad del programa es que los niños encuentren apoyo gracias a las oportunidades que les brindan para conocerse y compartir experiencias y sentimientos relacionados con el divorcio. También quieren solventar los pensamientos erróneos y ayudar a los niños a hacerles comprender cómo afecta ese cambio de vida a los sentimientos y al cambio de comportamiento de sus padres.

La metodología del programa se basa en la expresión de los sentimientos, las dramatizaciones y los juegos de rol. Se divide en diez sesiones, pudiéndolas englobar todas en cuatro bloques:

En las tres primeras sesiones, se hace un visionado de una película cuyo argumento principal es el del divorcio, englobando también los sentimientos de los niños como la atribución y culpa, las razones por las que dos adultos se divorcian y las preocupaciones del futuro. Además de la película, se habla sobre sentimientos y experiencias pasadas. Su objetivo es reducir los sentimientos de aislamiento y estigmatización.

En las dos siguientes sesiones se trabajan las habilidades cognitivas y la resolución de problemas. Tienen que escribir problemas relacionados con la ruptura y posteriormente buscar la solución el conjunto del grupo. Esto, provoca que los niños muestren una parte importante de sus sentimientos además de encontrar un gran apoyo por parte de sus compañeros e incrementar positivamente la cohesión del grupo.

Otro objetivo que intentan superar en estas sesiones es diferenciar entre los problemas que se escapan del control de los niños y que, por ello, no pueden resolverlos y los que están bajo control y pueden estabilizarlos como, por ejemplo, aprender a controlar sus sentimientos.

En las sesiones séptima, octava y novena, se trabaja la expresión de la ira y el control, hablando sobre los momentos en los que aparece la ira, cómo identificarla en uno mismo y en los demás y escribiendo experiencias reales dirigidas a este sentimiento. Después de esto, se discute las formas apropiadas e inapropiadas de expresar la ira y las consecuencias que con ello pueden traer. En estas sesiones se buscan esos sentimientos de ira propiciados por el divorcio y formas de adaptación para hacerles frente.

Por último, en la sesión número diez, hablan sobre las experiencias del grupo y se pasa a la evaluación de la misma, incluyendo y recogiendo los sentimientos vividos durante las sesiones. Se busca hablar tanto de lo negativo como de lo positivo del programa, así como de continuar el apoyo y las amistades que hayan surgido a lo largo de las sesiones.

#### **1.4.5 Conclusión del papel de la escuela**

Como hemos visto, la escuela es importante en el proceso de divorcio para poder equilibrar emocional y psicológicamente a los alumnos, para ofrecer modelos de comportamiento tras una crisis como esta y poder ayudar a los padres en el proceso de desarrollo de sus hijos. En el colegio buscan apoyos y, como bien dice Veinberg (2015), hay veces que se convierte en el único lugar de crecimiento de los niños ya que puede ser que el maestro sea el único adulto con el que tiene amistad y confianza cuando hay problemas con los otros adultos de confianza.

Pero, ¿cómo conseguimos un acercamiento con los niños para poder crear ese ambiente de cercanía y seguridad? Encontramos las respuestas en la investigación de Veingberg (2015) que se ocupó de indagar acerca de cómo los maestros podrían convertirse en adultos significativos para los niños.

Entre los aspectos emocionales que el maestro debería de incluir, según este autor, encontramos la búsqueda del interés y la preocupación por el desarrollo y problemas del niño y el deseo de involucrarse, dejando a un lado la ansiedad y la ira.

Pero existe una rémora en esta situación y es que no todos los maestros la afrontan de la misma manera. Según Veinberg (2015) cada maestro lo ve de la manera que sus sentimientos personales, su experiencia y la visión de la vida que tenga e interpretaciones de esas emociones le permiten o incluso a veces no saben cómo afrontarlo por no saber qué hacer con los niños. También influye cómo ve al niño en particular, si siente empatía hacia ellos y la frustración o lástima que le puede dar al maestro al encontrarse ante este hecho y tener que resolverlo. En esta investigación, encontramos que el personal educativo se guía y actúa en muchos casos por sus propios sentimientos.

También hemos visto que, con la buena relación con los padres, los niños pueden adaptarse mejor y podrán continuar con su desarrollo normal. Otra de las cosas muy importantes que hemos desglosado y ayuda a los niños en su crecimiento, es la implementación de programas de intervención. No se suele encontrar muchos programas de este tipo y, como nos dicen Fariña et al. (2001) en su búsqueda de la importancia de

los programas de intervención en la escuela, en nuestro país no se tiene conocimiento de que se hayan puesto en marcha este tipo de intervención en niños que sufren el divorcio de sus padres. Sabemos que existe por lo menos un programa hecho en España pero, probablemente, no se haya hecho una investigación sobre su funcionalidad.

# CAPÍTULO II

---

**PROGRAMA DE  
PREVENCIÓN E  
INTERVENCIÓN  
PARA ALUMNOS  
CON PADRES  
SEPARADOS O  
DIVORCIADOS**

**AUTORA: ALICIA ESPARZA ESTEBAN  
NIVELES DE EJECUCIÓN: DE 1º A 6º DE E.P.**

## **2.1 JUSTIFICACIÓN DEL PROGRAMA**

A continuación, hemos creado un programa de prevención e intervención adaptado a niños de Educación Primaria, desde 1º hasta 6º. Está pensado para un grupo de entre 10 y 15 personas, entre los que se encontrará un niño que está viviendo una separación o divorcio de sus padres.

Veremos algunas actividades que se usarán en dos sesiones diferentes. Haremos las actividades hasta donde el tiempo nos permita, dejando para el siguiente día las restantes. Las tareas no se dejarán a mitad ya que pueden perder el sentido para el alumnado y no se harían significativas.

La línea del programa irá desde una presentación con juegos que nos servirá para que los niños cojan confianza y empiecen la intervención como algo positivo y divertido hasta la cima del programa con su despedida final. El juego cooperativo lo utilizaremos en gran parte de nuestras sesiones.

En este programa encontraremos una serie de símbolos de la mitología griega relacionado con Hestia, la diosa de la familia entre otras muchas cosas. Esta diosa lleva arraigados valores positivos como la armonía de la familia o la protección y cuidado entre hermanos. Otro símbolo que nos encontraremos (y que ya hemos podido ver en la portada), es el cuarzo rosa. Este cuarzo significa el amor incondicional, la paz infinita, la calidez y la compasión, valores que implementaremos de forma transversal a lo largo de las sesiones.

Para alumnos con diversidad funcional, el programa deberá ser adaptado a las capacidades individuales del niño de tal manera que lo llegue a comprender de la misma forma que sus iguales. Para ello, deberemos saber qué diagnóstico tiene leyendo su evaluación psicopedagógica y la adaptación que se le ha implementado.

## **2.2 OBJETIVOS**

Los objetivos que vamos a alcanzar y superar con este manual van a ser los siguientes:

- Eliminar conceptos erróneos.
- Ayudar al alumno a entender el divorcio.
- Mejorar el nivel de vida del alumnado.
- Mejorar las relaciones familiares.
- Restablecer un nivel de estrés adecuado.

- Conseguir una motivación intrínseca.
- Mejorar la comunicación con los padres.
- Ayudar a los padres a manejar las conductas de su hijo.
- Controlar las emociones y los sentimientos negativos.
- Eliminar los miedos escolares.
- Mejorar el nivel de atención en clase.
- Recuperar la sociabilidad del niño y la comunicación interpersonal.
- Conocer técnicas, destrezas y habilidades de resolución de problemas.
- Suprimir responsabilidades de adulto que no le corresponden.
- Mejorar la conducta.
- Incrementar el rendimiento escolar.

### **2.3 METODOLOGÍA**

Para explicar la metodología que utilizaremos en el proyecto, nos haremos eco de lo publicado en Artículo 9 (principios metodológicos generales) en la Orden de 16 de junio de 2014 por la que se aprueba el currículo de Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

El eje principal va a ir en torno a la atención a la diversidad ya que queremos que nuestro alumnado tenga su aprendizaje individualizado y significativo. Para ello, los tenemos que conocer minuciosamente y ajustarnos a sus características, haciendo que desarrollen algunas de las inteligencias múltiples mediante jugos de rol como las verbales, espaciales o la inteligencia emocional tanto intrapersonal como interpersonal. El alumno, a través de las sesiones, llegará a la cima de su autoconocimiento tan importante para las relaciones personales.

Otro aspecto fundamental en este programa es la aplicación de lo aprendido o, dicho de otra manera, la extrapolación de conocimientos a situaciones de la vida real y la resolución de problemas de la vida cotidiana. De esta manera, todo lo que aprendan les ha de ser útil y saber cuándo y cómo aplicarlo. Tendrán que trabajar la planificación, el razonamiento y cómo adaptarse a situaciones nuevas.

El tercer pilar fundamental es el logro de un clima de aula adecuado para ayudarles en educación emocional con la calidad de las relaciones personales. Esta es la razón por la que se buscan grupos reducidos en el programa, porque de esta manera, conseguiremos fortalecer más rápido esas relaciones y así poder conseguir el buen clima.

Tras tener los tres ejes fundamentales de la metodología del programa, nos encontramos ante otros principios metodológicos que desarrollaremos, pero no con tanta intensidad. Algunos de ellos es el fomento de la creatividad a través de tareas abiertas, el desarrollo de la actividad física y mental para un mayor enriquecimiento del alumno mediante un aprendizaje activo, relación con el medio y con los demás o hacer uso de las nuevas tecnologías.

También al utilizar el grupo clase o parte de ella, trabajaremos con los grupos heterogéneos haciendo hincapié en el aprendizaje cooperativo, pero siempre buscando el compromiso de nuestro alumnado hacia su aprendizaje. Se precisa la implicación y presencia del alumnado en todas las actividades, así como una participación activa. Trabajaremos bastante con la metodología del juego para hacer posible lo anterior.

Por último, dos de las metodologías más fundamentales van a ser el papel del docente que guiará el proceso de aprendizaje y esa relación que buscaremos con el entorno natural, pero, sobre todo, social; especialmente con la familia. Mantendremos una coordinación y colaboración con sus miembros.

Durante todo el proceso se le dará refuerzos positivos para modificar una conducta poco deseable o reforzar una conducta que veamos como válida.

## **2.4 RECURSOS**

Como recursos personales únicamente necesitaremos a un maestro, pudiendo haber más si están dispuestos. Se requiere la ayuda y el apoyo de las familias del alumnado ya que necesitamos información (del alumno al que aplicamos el programa en concreto) y colaboración en algunas actividades.

Como recursos materiales, cada actividad lleva indicada los recursos que se requieren. En general, los espacios que necesitaremos serán un aula, un patio y, si es posible, una escapada a una montaña o zona relajante con árboles (como puede ser un parque).

## **2.5 TEMPORALIZACIÓN DEL PROGRAMA**

Este programa durará tantas semanas como sesiones tiene (10 semanas + 1 evaluación inicial + evaluación final) debido a que utilizaremos las horas de tutoría o talleres para poder implementarlo y así no privar a los alumnos de las horas correspondientes a asignaturas troncales.

Al cabo de los meses, haremos otra evaluación al alumno para volver a implementarlo si es necesario. El niño, en ese tiempo de descanso, tendrá que ser

consciente que puede aplicar sus nuevos conocimientos a su día a día por lo que la temporalización del programa se alargará más para él.

La sesión de la *Tabla 8*, la podremos hacer en cualquier punto del programa ya que se requiere la participación de los padres y no siempre hay disponibilidad para ello.

## 2.6 ENCUESTA INICIAL Y MANUAL DEL ALUMNO

Haremos una entrevista inicial con los padres y el hijo donde recopilaremos todo tipo de informaciones y lo escribiremos en el siguiente manual<sup>1</sup>. En dicho manual, se recogerán todos los logros que irá consiguiendo el alumno, tanto a nivel psicológico como el logro de las actividades.

Los niveles de adquisición se repartirán de la siguiente manera:

1. Nivel muy bajo.
2. Nivel bajo.
3. Nivel estable.
4. Nivel superior o sobresaliente.
5. Nivel excelente.

Con estos niveles, lo normal es que en la mayoría de casos estemos en el nivel tres ya que el nivel 4 y 5 será que ese ítem lo desarrolla de una manera más activa. Un ejemplo de sueño sería que el niño se pasase 10 horas al día durmiendo sin pesadillas ni paseos de media noche. En ese caso, pondríamos un 5. Los ítems que se sitúen entre 1 y 2 serán dignos de estudio durante el programa.

En **negrita** veremos aquellos aspectos que podemos obtener más información de los padres o de sus amigos y puntualizarlos al final de la tabla.

Tabla 1 - *Evaluación inicial*

	1	2	3	4	5
Rendimiento escolar					
Dificultades académicas					
Nivel de distracción					
Nivel de atención					
Interés por las tareas					

<sup>1</sup> Las informaciones también las iremos recogiendo en clase antes de esta encuesta inicial y en el proceso de rellenarla, ya que entre la encuesta y la primera sesión tendremos una semana de diferencia.

Olvido de material					
Cumple instrucciones					
<b>Relaciones personales</b>					
<b>Cambios de conducta</b>					
<b>Motivación hacia el juego</b>					
Nivel de participación					
<b>Intervención en las actividades extraescolares</b>					
<b>Se anima a las actividades de enriquecimiento escolar o vacacional</b>					
Miedos escolares					
<b>Nivel de ansiedad</b>					
<b>Miedo a tener malas notas</b>					
<b>Miedo a repetir curso</b>					
<b>Miedo a suspender</b>					
Miedo a copiar					
Miedo a que llamen a sus padres					
Miedo a ser expulsados					
<b>Nivel de irritabilidad</b>					
<b>Nivel de rebeldía</b>					
<b>Nivel de tristeza</b>					
<b>Nivel de soledad</b>					
<b>Nivel de agresividad</b>					
<b>Nivel de estrés postraumático</b>					
<b>Nivel de energía</b>					
<b>Nivel de afectividad hacia los demás</b>					
<b>Nivel de afectividad de sus padres hacia él</b>					
<b>Nuevas responsabilidades (cuáles)</b>					
Por parte de los padres, búsqueda de asesoría en el centro					
<b>Por parte de los padres, búsqueda de asesoría externa al centro (psicólogos, por ejemplo)</b>					
<b>Nivel de seguridad y apoyo en su casa antes de la ruptura</b>					
<b>Control de esfínteres</b>					
<b>Control del sueño</b>					

<b>Conductas infantiles que ya había superado</b>					
Nivel de motivación por parte del profesor para afrontar el programa					
		SÍ	NO		
Cambio de domicilio o barrio					
Cambio de colegio					
Cambio de ciudad o de pueblo					

Información útil ofrecida por los padres del alumno:

---



---



---



---



---



---



---

Informaciones recogidas por otros medios (observación directa, ofrecidas por otros profesionales del colegio, etc.):

---



---



---



---



---



---



---

Aportaciones de importancia recopiladas a lo largo de las sesiones:

---



---



---



---



---



---



---

## 2.7 SESIONES

Tabla 2 – Sesión 1. Apertura del programa

<b>Sesión 1</b>	Apertura del programa
<b>Temporalización</b>	50 minutos
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Presentar el programa.</li><li>- Aprender aspectos nuevos de la vida de los compañeros.</li><li>- Aumentar la autoestima de los presentes.</li><li>- Afianzar relaciones interpersonales.</li><li>- Acercar al alumno al programa de forma dinámica.</li><li>- Reconocer las emociones y sentimientos.</li></ul>
<b>Recursos</b>	Para esta sesión necesitaremos un ovillo de lana, papeles y bolígrafos, el cuento de Hestia (Anexo 1) y el diario de las emociones (Anexo 2).
<b>Actividades</b>	<p>Para empezar, haremos un juego de presentación con el que se pretende conocer más al alumnado. Es imprescindible decir a los alumnos que necesitan prestar atención a todo lo que se diga.</p> <p>Este juego consiste en pasarse un ovillo de lana de unos a otros. Cuando un alumno tenga el ovillo en sus manos, tendrá que decir su nombre, sus gustos y algo que nos quiera contar (como por ejemplo cuál es su comida favorita o si tiene hermanos). Una vez terminado, el alumno cogerá un extremo y lanzará la lana a otro compañero.</p> <p>Una vez finalizada la ronda, explicaremos que este grupo es como la red que se ha formado y que todos unidos hacemos uno. Para desenredarlo, los alumnos tendrán que devolver el ovillo diciendo el nombre y los gustos de la persona que anteriormente le había lanzado el ovillo.</p> <p>La segunda actividad irá enfocada a los alumnos de 4º, 5º y 6º, los cuales tendrán que escribir en un papel cosas positivas de uno de sus compañeros. El alumno al que irá dirigido se elegirá por el azar. Los alumnos leerán en voz alta lo que les han escrito en el papel.</p>

	<p>Esta misma actividad, en niños de 1º, 2º y 3º, la adaptaremos de tal manera que nos sentaremos todos en corro. Los alumnos tendrán que decir una cualidad positiva del alumno que le haya tocado y porqué le gusta jugar con él, aunque no suelen jugar juntos. Haremos un par de rondas cambiando el destinatario.</p>
	<p>En la siguiente parte de la sesión, leeremos el cuento de Hestia (Anexo 1). La finalidad de este cuento es que los alumnos se sientan identificados, piensen que alguien les entiende y que pueden salir de una situación como esta.</p>
	<p>Por último, repartiremos el diario de las emociones del Anexo 2. En este anexo anotarán al final del día por una parte las cosas positivas que les han pasado a lo largo del día y, después, las cosas negativas. Al final se hará un balance de cómo se sentían, qué pensamiento tenían, cómo habían actuado, quién le había ayudado, etc.</p>
<b>Evaluación</b>	<p>Esta sesión no se evaluará ya que es de apertura del programa y va dirigida a que el alumno coja confianza con el grupo. El maestro se mantendrá observador y si ve que no ha habido mucha participación del grupo y sobre todo del alumno al cual va dirigido este programa, se pueden utilizar algunas sesiones extra haciendo juegos para buscar la confianza de todo el alumnado.</p>

Tabla 3- *Sesión 2. Juegos colectivos*

<b>Sesión 2</b>	Juegos colectivos
<b>Temporalización</b>	50 minutos / 1 hora
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Afianzar o crear figuras de apoyos.</li> <li>- Fortalecer relaciones interpersonales.</li> <li>- Formar nuevas relaciones entre iguales.</li> <li>- Ayudar a creer en sí mismos y en los demás.</li> <li>- Saber arreglar conflictos y superar miedos.</li> <li>- Aprender a comprenderse.</li> <li>- Aprender la no discriminación y que todos hacen uno.</li> </ul>

<b>Recursos</b>	Pañuelos para todos los miembros del grupo y el cuaderno de emociones (Anexo 2).
<b>Actividades</b>	<p>En esta sesión se van a plantear una serie de juegos (no tienen por qué hacerse todos). Haremos tantos juegos como nos gusten o según el tiempo que dispongamos. Además, se puede añadir alguno más pero siempre que se trabaje la cooperación entre unos y otros, si no, no tendría sentido trabajar esta sesión.</p> <p>El primer juego que se propone lleva como nombre: “El oso de Hestia”. Esta actividad consiste en que hay un oso asignado a un alumno y el resto son leñadores. El oso aparecerá y los leñadores intentarán que no los vean quedándose parados en el sitio. El oso intentará hacer cosas para que los leñadores se muevan y poder ser cazados. El leñador cazado, se convertirá en oso y formará equipo con el oso primitivo. Como única norma, no se puede gritar al oído o hacer mal.</p> <p>Esta actividad generará autocontrol porque tienen que mostrar insensibilidad al asunto y pueden constatar que el miedo hipersensibiliza.</p> <p>El siguiente juego propuesto se llama: “Los ojos de Hestia”. Para esta actividad, todos los alumnos se vendarán los ojos y el profesor elegirá a tres vampiros sin que lo sepan el resto. Los alumnos tendrán que moverse por el recinto y serán inmovilizados por los vampiros pasando su mano por la nuca. Inmediatamente pasan a ser vampiros haciendo algún ruido con su cuerpo (gritando, pegando palmadas, etc.). En el caso de que dos vampiros se encuentren, dejan de serlo.</p> <p>Este juego resulta interesante porque una “víctima”, pasa a tener el poder, aunque puede llegar a perderlo. Esto sería una paradoja de lo que pasa en la vida real, ya que según las situaciones puedes estar en un lado del conflicto o en el otro.</p> <p>Otro juego propuesto es el llamado “Papelito”. En este nos pondremos todos en corro, se levantará un miembro del grupo e irá diciendo al oído de cada jugador un objeto, cosa, persona, etc.</p>

(por ejemplo, puerta). A algunos alumnos se les asignará papelito sin que sepan la palabra que todos los alumnos saben. En ese momento cada jugador empezará a decir una cosa que defina a la palabra (por ejemplo, madera o pomo). Los alumnos que son papelito tendrán que adivinar qué palabra saben todos y decir algo que defina lo que está pensando. Al final del juego se votará sobre quién ha sido papelito.

Esta actividad mejora el acercamiento entre alumnos, la comunicación, desarrollan el pensamiento y trabajan las descripciones. Además, podemos ver las relaciones que mantienen entre sí.

Una variante interesante es que únicamente se pueden decir personas que están en la sala. De esa manera los alumnos tendrán que describir a su compañero.

El siguiente juego se llama “Imitando a Hestia”. Un jugador se tendrá que poner en medio de un círculo rodeado por los alumnos que llevarán los ojos vendados. Ese jugador se pondrá en una postura que él elija, convirtiéndose en la estatua Hestia. El profesor o un guía asignado tendrá que describir la postura que está haciendo y sus compañeros con los ojos vendados imitarla según lo que van escuchando. Una vez puestos todos como estatuas, los alumnos se podrán quitar el pañuelo de los ojos y ver la diferencia con el original.

Este juego también lo podemos hacer por parejas o tríos asignando dos o tres alumnos-estatua respectivamente.

En este juego se trabaja la confianza del prójimo como la de uno mismo. Además, se trabajan valores como el compañerismo ya que vemos que sin esas instrucciones auditivas no tendría sentido el juego.

El último juego propuesto se llama “El gusano”. Los alumnos tendrán que formar grupos de 4 e ir atados de un pie. Nos iremos al aire libre (al patio o al bosque) y tendrán que superar los obstáculos (pasar por debajo, saltar algo, etc.). Estos obstáculos

	<p>podrán ser naturales en el caso de que nos vayamos al bosque o formados con conos si estamos en el patio o en la montaña no hay suficientes.</p> <p>La finalidad de este juego es generar confianza y cooperación entre unos y otros, haciendo entender a los niños que todos son uno y si alguien cae, el gusano se desmorona.</p>
<b>Evaluación</b>	<p>Los alumnos tendrán que hacer una autoevaluación de esta sesión pintando los puntitos de la siguiente rúbrica (siendo la mayor puntuación cuantos más se pinten):</p> <p>Nivel de apoyo de mis compañeros <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/></p> <p>He confiado en mis compañeros <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/></p> <p>Conozco más a mis compañeros <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/></p> <p>Nivel de diversión <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/></p> <p>He sabido solucionar problemas <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/></p> <p>Nivel de esfuerzo <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/></p> <p>Además, al acabar el día, los alumnos tendrán que escribir en su cuaderno de emociones (Anexo 2) un resumen de lo vivido en las últimas 24 horas.</p>

Tabla 4- Sesión 3. Concepto de familia y erróneos

<b>Sesión 3</b>	Conceptos erróneos y concepto de familia
<b>Temporalización</b>	50 minutos
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salvar conceptos erróneos que se tienen sobre el divorcio.</li> <li>- Aprender los diferentes tipos de familia.</li> <li>- Saber ponerse en el lugar de los demás.</li> </ul>
<b>Recursos</b>	Vídeo “Aprendemos los diferentes tipos de familias con Pelayo y su pandilla”, Anexo 2 y Anexo 3.
<b>Actividades</b>	Empezaremos la clase poniéndonos en círculo de tal manera que nos veamos todos las caras. Haremos una ronda de preguntas que tendrán que responder todos de forma ordenada:

- ¿Cómo estáis hoy?
- ¿Qué cenasteis ayer? ¿Qué hicisteis ayer por la tarde?
- ¿Quién prepara la comida en casa? ¿Quién ayuda a hacerla?
- ¿Quién os trae al colegio? ¿Quién os recoge?
- ...

Los alumnos también podrán proponer preguntas a sus otros compañeros. De esta manera, estaremos trabajando algunos aspectos de forma transversal como puede ser la creatividad, el pensamiento crítico o el pensamiento divergente.

Estas preguntas nos ayudarán a empezar con confianza y cercanía la sesión, además de conocer un poco más al alumnado y a sus familias. Tenemos que prestar especial atención al alumno al que va dirigido este programa. Buscaremos cómo van las cosas en casa y quién se está encargando de su educación.

La pieza clave de esto vendrá cuando preguntemos “¿quién vive en casa con vosotros?” De esa manera empezaremos a meter al alumnado en el tema del que va a tratar la sesión. La finalidad es que se den cuenta que cada familia se estructura de una manera, pero aun así, lo engloban en el término “familia”.

Estas informaciones que nos van dando las podemos ir apuntando en la pizarra para que luego vean en la siguiente parte de la actividad que nos enseñan justamente lo que estábamos hablando. Así, será el aprendizaje más significativo porque han extraído en primer lugar sus conocimientos y después le han puesto nombre.

En esta parte de la sesión, pondremos el video de YouTube titulado: “Aprendemos los diferentes tipos de familias con Pelayo y su pandilla”. En este video nos enseña valores como que, aunque no todas las familias sean iguales, el amor permanece entre sus miembros. De esta manera, el niño que se ha separado físicamente de su padre, no tiene por qué haberlo hecho sentimentalmente.

Los contenidos que se trabajan en el video son los siguientes:

- Familias monoparentales: con un solo padre o una sola madre siendo que el otro progenitor pueda vivir en otra casa diferente. En este caso, los hijos van turnándose para poder estar a lo largo del mes con ambos.

- Familia extensa: los abuelos viven en la misma casa, los tíos o los primos.

- Familias sin hijos y familias con muchos hijos (familias numerosas).

- Familias con hijos adoptados: te explican por qué se suele dar este acontecimiento.

En este video, como vemos, no solo trata el tema de las familias con padres divorciados o separados, sino que también explica de una manera muy sencilla la adopción en las familias, cosa que algún niño del grupo también puede sentirse identificado y comprendido.

Tres aspectos importantes que podemos desglosar tras la puesta del video son:

- El progenitor no custodio y, por tanto, el que no está en casa y no lo suele ver mucho, va a seguir queriendo al hijo, porque ese amor es incondicional.

- No todas las familias son iguales; hay algunas que siguen viviendo los dos padres juntos y hay amor. Hay que terminar con el error pensar que ya no existe el amor y que a él cuando mayor le va a pasar lo mismo.

- Otro tema a tratar es que ellos no son los culpables de que los padres se separen y tampoco los responsables de volver a juntarlos.

Estos temas son un poco arduos de tratar, pero muy necesarios. Tenemos que ajustarnos a la edad que tengan nuestros alumnos y a los datos que hayamos obtenido en esa entrevista inicial con los padres.

Juego de rol: “¿qué pasó para que el padre de Hestia se quedara a vivir en el pueblo?”. Con esta idea, tendrán que crear ellos una

	familia nuclear, inventarse la historia y acabar siendo una familia monoparental. Se pondrá en juego también el papel de los hijos en ese proceso que seguramente los señalen como personas tristes después de dejar a su padre atrás.
<b>Evaluación</b>	<p>Para evaluar los tipos de conocimientos que han adquirido en esta sesión y comprobar que no son erróneos, pasaremos la ficha del Anexo 3. También valoraremos positiva o negativamente el papel ejercido en el juego de rol. Ese aprendizaje lo llevaremos a cabo mediante ensayo-error donde se corregirán todas las conductas que se salgan de su papel inmediatamente después de efectuarlas.</p> <p>Por último, el alumno tendrá que escribir en su cuaderno de las emociones.</p>

Tabla 5- *Sesiones 4 y 5. Control del estrés y la ansiedad*

<b>Sesiones 4 y 5</b>	Control del estrés y la ansiedad
<b>Temporalización</b>	50 minutos por sesión
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Controlar el estrés y la ansiedad.</li> <li>- Mejorar la confianza y el acercamiento.</li> <li>- Saber separar pensamientos negativos y positivos.</li> <li>- Aprender a controlar los pensamientos negativos.</li> <li>- Reflexionar sobre los sentimientos.</li> <li>- Mejorar el insomnio.</li> <li>- Aumentar la capacidad de concentración.</li> <li>- Desarrollar la inteligencia emocional.</li> <li>- Mejorar las relaciones interpersonales.</li> </ul>
<b>Recursos</b>	Anexos 2 y 4, mechero, colchonetas, rotuladores, hojas y patio.
<b>Actividades</b>	<p>Empezaremos la sesión con una rutina de acercamiento. Consistirá en mejorar la comunicación y la confianza hacia otras personas propiciando así un acercamiento más estable. Para ello, preguntaremos de uno en uno cuestiones como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿qué tal estás?</li> <li>- ¿cómo te sientes hoy?</li> </ul>

- ¿cómo te has despertado esta mañana?
- ¿has tenido una buena semana? ¿Por qué?
- ¿qué tal te va en el colegio?
- ¿cuáles son las cosas que te hacen feliz?
- ...

De esta manera también conseguiremos más datos sobre nuestro alumno que posteriormente añadiremos a nuestra encuesta inicial y podremos modificar los que ha podido ir cambiando desde la primera sesión a esta como, por ejemplo, el tiempo de sueño o el estado emocional.

En la siguiente parte de esta sesión, escribiremos en la hoja del Anexo 4. En esta hoja redactaremos pensamientos negativos que hayamos tenido a lo largo de nuestra vida. En el caso de nuestro alumno o alumna para el cual va dirigido el programa, le animaremos a escribir esas cosas que no le gustaron sentir en esos momentos o estos pensamientos que le perturbaban o lo siguen haciendo.

En el caso que a los alumnos no les salga nada que poner, indicaremos que escriban cosas que no le gustan o no le gustaron en el pasado. No tiene que ser sentimientos negativos sino acontecimientos que no querían vivir.

Esos papeles los doblaremos en cuatro partes y nos bajaremos al patio donde haremos una hoguera. Esta actividad tiene una simbología y es que esa hoguera, es el fuego que representa a nuestra protagonista Hestia. Tiraremos los papeles al fuego e indicaremos que esos pensamientos se esfuman con las llamas.

La finalidad de esta actividad es que los alumnos hayan hecho una reflexión y un barrido de todas las experiencias que han vivido, pudiendo exteriorizar las malas.

Para alumnos de menor edad, preguntaremos qué es lo que menos les gusta. Únicamente haremos esa pregunta e iremos comentando sobre ello.

Las siguientes actividades que vamos a hacer van dirigidas al control del estrés y la ansiedad, el insomnio, la concentración, las emociones y las relaciones entre personas. Todas estas capacidades las vamos a englobar en una práctica de meditación llamada Mindfulness y las haremos en un lugar tranquilo:

1. La primera etapa consistirá en hacer estiramientos al aire libre. Para ello nos llevaremos colchonetas del gimnasio y un altavoz en el que pondremos música relajante como por ejemplo “Only time” de Enya. Estiraremos todo el cuerpo en general y luego nos iremos concentrando en zonas más pequeñas para terminar de nuevo estirando todo. El profesor será el guía y los alumnos tendrán que imitar los movimientos. Una parte de esta sesión podrá realizarse con los ojos cerrados y concentrándonos en cada estiramiento.
2. La segunda parte la enfocaremos a la escucha activa y el interés por las personas. Para ello, algunos alumnos que tengan algo interesante que les haya pasado, saldrán y nos lo contarán al resto. Los oyentes no podrán interrumpir ni dar su opinión, ni mucho menos no atender a lo que están contando.
3. En esta tercera parte seguiremos en el patio ya que el aire libre con silencio crea un ambiente muy estable y beneficioso. Repartiremos unos rotuladores de colores y unas hojas. El alumno tendrá que hacer un dibujo sobre sus sentimientos del día a día o sobre su familia. Podrá escoger el color que quiera o más se ajuste a sus pensamientos. Será preciso analizar este dibujo ante un especialista para poder obtener más información acerca de lo que siente. Gracias a los dibujos, conseguimos una mejora de la concentración y de la atención que muchos niños tras la ruptura pueden zandearse en estos aspectos.

	<p>4. La última parte de la técnica de Mindfulness la vamos a hacer una vez, pero será extensible a lo largo de los días, si fuera posible, 2 veces al día. Este procedimiento consistirá en hacerse un autochequeo. Los alumnos tendrán que pensar sobre la situación que están viviendo en ese momento: autopensar cómo están sentados, cómo tienen el pelo puesto, si les duele algo, si tienen sed, si podrían aguantar en esa postura mucho rato, la posición en la que tienen la lengua, etc. Esto les servirá para aprender más sobre ellos mismos, conectarán con su intimidad y mejorarán en su autoimagen.</p>
<b>Evaluación</b>	<p>Como ya hemos visto, evaluaremos y analizaremos los dibujos que hagan con un especialista que lo sepa psicoanalizar. Los datos que saquemos de esto los escribiremos en el manual del alumno.</p> <p>Esta vez el alumno escribirá en el cuaderno de las emociones dos veces: la primera, inmediatamente después de acabar la quinta sesión y la segunda después de acabar el día como habitualmente hace. Como ya hemos llegado al ecuador del programa, en la siguiente reunión miraremos estos cuadernos para ver cómo va siendo la progresión del alumno y la autocrítica que se hace de él mismo. Esto será escaneado, resaltado con círculos todo aquello que nos sorprenda y adjuntado en el manual del alumno.</p> <p>Una vez vistas las impresiones que tiene el alumno, a partir de aquí se puede continuar con el programa de la misma manera o volver a hacer alguna sesión modificándola con la finalidad de la adaptación y mejora del alumno.</p>

Tabla 6- *Sesiones 6 y 7. Trabajo de las emociones*

<b>Sesiones 6 y 7</b>	Emociones
<b>Temporalización</b>	50 minutos por sesión
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar las emociones.</li> <li>- Clasificar las emociones.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saber diferenciar tipos de emociones diferentes.</li> <li>- Autocriticar nuestros pensamientos.</li> <li>- Enmarcar nuestro autoconcepto.</li> </ul>
<b>Recursos</b>	Imágenes de las emociones (Anexo 5), dados de las emociones (Anexo 6), espejo, rotuladores, hojas y diario de las emociones (Anexo 2).
<b>Actividades</b>	<p>En la primera actividad, los alumnos tendrán que clasificar las imágenes del Anexo 5 y englobarlo en grupos de emociones. Una vez repartidas en bloques, hablaremos sobre ellas: cuándo se suele utilizar esa emoción, cuándo han sentido esa emoción en sus vidas, cómo la afrontaron, qué sintieron después, etc.</p> <p>La justificación de esto es que, además de que los niños sepan diferenciar entre los tipos de emociones, seguir el hilo con el que ya veníamos anteriormente de interesarnos por la vida del alumnado para ganar cercanía y poder obtener más datos del proceso.</p> <p>Una actividad adaptada a los cursos inferiores, que también podemos hacerlo en superiores, sería el crear frases o una historia tirando dos dados (Anexo 6); el primer dado serán los personajes y el segundo, emociones.</p> <p>La tercera actividad consiste en poner a los niños frente al espejo y tendrán que dibujarse a sí mismos y escribir o decir en qué otro momento se han sentido así. También podemos hacer fotos de diferentes emociones y exponerlas en clase.</p> <p>Como hemos mirado el cuaderno de las emociones que ha hecho el alumno a lo largo de las sesiones, les llamaremos de uno a uno para analizar con ellos lo que hemos visto y resaltado. Este cuaderno se seguirá haciendo para completar el expediente hasta el último día.</p> <p>Crearemos la receta de la felicidad una vez realizadas todas las actividades anteriores. En ella, los alumnos tendrán que poner por una parte “las cosas que me hacen feliz” como si fueran los</p>

	ingredientes de la receta y por otra parte “cómo puedo llegar a conseguirlo” haciendo referencia al modo de preparación.
<b>Evaluación</b>	<p>Escribiremos en nuestro manual las impresiones que hemos tenido y adjuntaremos la siguiente rúbrica:</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sabe identificar correctamente las emociones <input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/></li> <li>- Clasifica de manera adecuada las emociones <input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/></li> <li>- Sabe diferenciar tipos de emociones diferentes <input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/></li> <li>- Tiene formado un autoconcepto <input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/></li> <li>- Ha expresado correctamente las emociones <input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/><input type="checkbox"/></li> </ul> </div> <p>Además, el alumno hará su propia autoevaluación en el cuaderno de las emociones.</p>

Tabla 7 – Sesión 8. Resolución de problemas

<b>Sesión 8</b>	Resolución de problemas
<b>Temporalización</b>	50 minutos
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender técnicas de resolución de problemas.</li> <li>- Saber afrontar situaciones que se salen de la zona de confort.</li> <li>- Identificar y descubrir medios efectivos para enfrentarse a los problemas.</li> </ul>
<b>Recursos</b>	Un rincón de la calma (cojines, alfombras, juguetes, ambientadores y un altavoz), la técnica de la tortuga (Anexo 7) y el Anexo 2.
<b>Actividades</b>	En esta sesión se busca la presencia de los padres ya que en la primera parte enseñaremos al niño cómo se hace un rincón de la calma y su función. Para ello cogeremos un cojín, una alfombra, cosas personales del niño como por ejemplo un juguete, un olor suave, música relajante si es posible, etc. El niño cuando llegue a este rincón será porque ha vivido una situación estresante y necesitará ejercicios de respiración. Siempre habrá un adulto con él cuando acceda a este rincón. No es aconsejable que lo use

	<p>mucho porque esta técnica está enfocada a la evitación de los problemas y no a su resolución.</p> <p>En la segunda actividad, contaremos el cuento de la tortuga de Marlene Schneider. Este cuento está creando, entre otras muchas cosas, para el autocontrol y la modificación de la conducta.</p> <p>La siguiente técnica de resolución de conflictos que vamos a enseñar va a ser la de los “5 ¿por qué?”. Este método se recomienda cuando no encuentras la raíz del problema, siendo que muchas veces es la solución. De esta manera tendrás que ir preguntando porqué hasta llegar al principio del conflicto:</p> <p>- Me he enfadado ¿por qué?, porque he discutido con mi madre ¿por qué?, porque no ha dejado que mi padre venga a verme al fútbol ¿por qué? porque quiero que venga ¿por qué? porque le quiero.</p> <p>De esta manera vemos que me he enfadado porque quiero a mi padre, entonces buscaré otras maneras de ponerme en contacto con él, por ejemplo.</p> <p>Pueden los niños proponer circunstancias diversas (no tienen por qué estar relacionadas con el divorcio) y le preguntaremos por qué hasta que lleguemos a la causa principal.</p>
<b>Evaluación</b>	<p>El recopilatorio de esta sesión será que los niños, detrás de la hoja del cuaderno de las emociones, tendrán que poner qué es lo que han aprendido en esta sesión y qué es lo que más les ha gustado. Por lo tanto, no habrá evaluación con parámetros como tal.</p>

Tabla 8- *Sesión 9. Comunicación con las familias*

<b>Sesión 9</b>	Comunicación con las familias
<b>Temporalización</b>	50 minutos. Esta sesión se hará en cualquier momento del programa, siendo siempre cuando los padres del alumno en cuestión tengan disponibilidad.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar la comunicación paterno-filial.</li> <li>- Compartir sensaciones y emociones con los padres.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Acercar al alumno a su familia.</li> <li>- Liberar de responsabilidades a los hijos.</li> </ul>
<b>Recursos</b>	Libreta de la comunicación (Anexo 8) y Anexo 2.
<b>Actividades</b>	<p>Los alumnos contarán con una libreta de comunicación que será repartida. Esta libreta la deberán llevar siempre consigo ya que su finalidad es apuntar todo lo interesante que les va pasando a lo largo del día. De esta manera, a la hora de establecer contacto con sus padres, habrán encontrado puntos en común de aspectos sobre los que hablar y las conversaciones serán más fluidas. Los progenitores también pueden crearse el suyo para operar de la misma manera.</p> <p>Para niños más pequeños podemos adaptar sus preguntas acorde a su edad.</p> <p>Junto a los padres, haremos un juego de unión y de afectividad. Para ello, vamos a jugar a un reto viral que últimamente triunfa en las redes. Este reto se trata de ir haciendo preguntas e ir señalando según la persona que crees que se acerca más a lo preguntado. Por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿quién es más hablador?</li> <li>- ¿a quién le gusta más el fútbol?</li> <li>- ¿a quién le gusta más la pizza?</li> <li>- ¿a quién le gusta más el pueblo/ciudad en la que vives ahora?</li> <li>- ¿a quién le gusta el verano?</li> <li>- ¿a quién le gustaría más ser invisible?</li> <li>- ...</li> </ul> <p>Esta actividad refuerza la familia, supone una toma de información importante y genera confianza. Los padres se podrán grabar para poder ver las respuestas en casa ya que tienen que responder sin mirarse.</p> <p>Al finalizar la sesión, haremos una pequeña reunión con los padres tratando aspectos del programa, hablando sobre los puntos fuertes y las cosas que se tienen que modificar.</p>

<b>Evaluación</b>	Esta sesión no tiene evaluación. Pondremos todo lo importante recogido en las preguntas de familia en el manual del alumnado.
-------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Tabla 9 – *Sesión 10. Despedida del programa*

<b>Sesión 10</b>	Fiesta de despedida del programa
<b>Temporalización</b>	El tiempo que nos permita el centro
<b>Objetivos</b>	- Cerrar etapa. - Ganar la confianza de los niños por si se tiene que volver a establecer el programa.
<b>Recursos</b>	Globos, comida y material deportivo como balones o colchonetas.
<b>Actividades</b>	Haremos una fiesta final en la que habrá juegos libres, una mesa de picoteo y podemos contratar algún espectáculo externo o dejar espacio a alguna actuación que se hayan preparado los alumnos del colegio.

## 2.8 EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

Para cerrar correctamente el programa, necesitaremos evaluar la progresión de los niños. Lo haremos cuando hayan pasado unas semanas (entre 8 y 12 semanas) ya que el alumno tendrá que seguir utilizando todas las técnicas aprendidas y puede que inmediatamente después de finalizarlo, no se hayan dado las situaciones oportunas para aplicar su conocimiento.

Adaptaremos la rúbrica según los niveles que hayamos trabajado y los resultados de la evaluación inicial haciéndola así personalizada y adaptada a cada niño. La siguiente tabla será pues, un ejemplo.

La rúbrica que vamos a utilizar va a ser la siguiente, teniendo en cuenta que el nivel de adquisición 1 es el más bajo y el 5 el más alto. El máximo de puntos que se puede conseguir es 80, por lo tanto 48 puntos estaría en unos niveles muy bajos que sería un 40% del total y 64 unos niveles moderados siendo un 20% del total. Si tenemos cifras iguales o menores al 40% del total, deberíamos implementar de nuevo el programa modificando aquellos aspectos que no hemos conseguido mejorar en nuestro alumno.

Es necesario contactar con los padres para recoger información más precisa al igual que hicimos en la evaluación inicial. Todos los datos obtenidos, los meteremos en el manual del alumno.

Tabla 10- *Evaluación final*

	1	2	3	4	5
Nivel de estrés					
Nivel de motivación					
Comunicación con los padres					
Ya no tiene conceptos erróneos sobre la familia y el amor					
Sabe controlar las emociones					
No muestra miedos escolares					
Muestra mayor atención en clase					
Juega y se relaciona más con sus iguales					
Ante un problema, no se frustra					
Sabe resolver problemas					
Se muestra más sociable					
Ha mejorado su comunicación interpersonal					
Se muestra más contento					
Le han privado de responsabilidades que no le correspondían					
Tiene buen comportamiento					
Ha mejorado su rendimiento escolar (si era bueno y sigue así, 5 puntos)					

Observaciones:

---



---



---



---



---



---

# CAPÍTULO III

---

### 3.CONCLUSIÓN

En España este tema se ha dejado un poco de lado; parece que se normaliza y que un niño y unos padres van a salir adelante sin ayuda cuando realmente, lo necesitan. Sobre todo, nuestros alumnos.

Hemos visto que son muy variadas las posibilidades que tienen de sufrir un daño mental o psicológico y eso llegar a afectar al rendimiento escolar. Además, no solo tenemos que tratar con las emociones, sino con problemas de comunicación con los padres, con problemas de resolución de conflictos, con problemas de apoyo o con distanciamiento social con sus iguales.

Y este tema, ¿se ha regulado o recogido en alguna ley? Si buscamos por las palabras “divorcio”, “separación” y “ruptura”, no obtenemos resultados ni en la normativa estatal, ni en la de Aragón. Esto nos deja ver que los maestros no tenemos pautas útiles como lo hacen por ejemplo con “el manual” de la metodología que tienes utilizar en tus aulas (Artículo 9). Parece que este tema esté ausente de las aulas o no sea una realidad. Muchas veces, además, surgen problemas con los padres porque pueden pensar que nos metemos en algo que no nos compete y tendría que haber una ley protegiendo a nuestros profesionales de los centros educativos.

Otro punto llamativo es que pocas son las personas que se han molestado en compartir sus ideas para que otros maestros las utilicen. Debido a esto, solo he podido encontrar dos proyectos para guiarme y crear mi propio programa.

Hay veces que me pregunto si la escuela también imparte valores de humanidad o no. Creo que todo el mundo debería sacar lo mejor de sí y ayudar al prójimo y por eso intentar hacer que la vida de otro sea mejor y más fácil. De esta manera, me sigue impactando que no haya rastro de otros programas ni de facilidades por parte de los demás competentes en esta área.

Además de esa, creo que otra limitación que he encontrado en mi trabajo ha sido la búsqueda de materiales ya preparados como, por ejemplo, una ficha o unas tarjetas de las emociones ya que yo lo he podido hacer, pero seguramente un diseñador gráfico me hubiese preparado unas tarjetas muy graciosas y llamativas para llamar la atención de los alumnos.

La conclusión final es que los alumnos en esta situación tienen que ser atendidos y les corresponde que sea un profesional cualificado y motivado el que implemente un programa, para prevenir posibles efectos negativos o para intervenir ante los ya surgidos.

Además, no solo tenemos que centrarnos en las emociones sino en otros aspectos más diversos. El colegio, si se utiliza bien, es una buena herramienta de vida y de estabilidad psicológica.

#### **4. REFLEXIÓN PERSONAL**

Durante la realización de este trabajo, he aprendido muchos efectos negativos que desconocía que una persona podía tener tras el divorcio o la separación de sus padres. A mí me tocó vivir esta experiencia cuando aún iba a Primaria, tan solo con 11 años y recuerdo esta etapa como algo muy duro en mi vida. No recuerdo que nadie me ayudara y ahora pienso que no me hubiera venido mal que un profesor me hubiera tendido la mano de esa manera. Me tocó cambiar de pueblo, hacer nuevas amistades y sí recuerdo un cambio de comportamiento radical con mis estudios y mi manera de ser.

Tras mi experiencia, creo que es un tema muy importante que se debería ver, por lo menos, como una pincelada en la carrera de Magisterio, ya que en nuestras manos está el futuro de nuestros alumnos y ese alumno que no tiene fuerza para levantarse de las caídas, caerá si no le damos esa ayuda y calidez que necesita.

También considero que la familia, además de buscar ayuda en el colegio, debería llevar a su hijo al psicólogo, porque es algo que te marca y supone un shock muy fuerte que dura toda la vida.

Pienso también que es fundamental que los padres mantengan un contacto cordial ya que el alumno no ve una separación tan drástica, sino que ve que se ha acabado el amor entre sus padres y ya.

Espero que mis palabras sirvan de algo algún día. Yo, tras 12 años del divorcio de mis padres, me ha costado en algún momento la presión emocional que he sentido en la realización de este trabajo. Es por ello, por lo que ha buscado con este TFG un inmediato equilibrio emocional para los niños después de ese suceso.

Considero que es nuestra oportunidad para que los alumnos se formen, pero sobre todo que crezcan como personas fuertes tanto física, como mentalmente. Para ello, debemos ser nosotros los que aportemos nuestro granito de arena y les demos la atención individualizada que se merecen.

## 5. Bibliografía

- Adán, P., Baz, A., Bonasa, M. P., Cartil, C., Espada, C., Pagés, M., Punset, V., Torres, C. y Vázquez, N. (2007). Nuevas realidades familiares: análisis de la necesidad de intervención del psicólogo jurídico. En Arce, R., Fariña, F., Alfaro, E., Civera, C. y Tortosa, F. (Eds.), *Psicología Jurídica. Evaluación e Intervención* (115-119). Valencia, España: Diputació de València.
- Aguillón, I., Tinoco, G. E. y Vargas, E. A. (2010). Consecuencias económicas y psicológicas del divorcio en las mujeres. Un enfoque micro regional en Pachuca, Hidalgo. *Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 12, 1-15.
- American Psychiatric Association. (2013) Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5<sup>th</sup> ed.). Washington DC.
- Cabrera, V. E., Guzmán, C. R., Ariza, K. S. y Carrillo, A. (2015). El profesor como apoyo de estudiantes con padres divorciados en colegios oficiales. *Educación Humanismo*, 18 (30), 142-156.
- Cáceres, C., Manhey, C. y Vidal, C. (2009). Separación, pérdida y duelo de la pareja: Reflexiones imprescindibles para una terapia de divorcio. *De Familia Y Terapia*, 27, 41–60.
- CIE-11. Trastornos Mentales y del Comportamiento. Undécima Revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades. Descripciones Clínicas y pautas para el diagnóstico. Organización Mundial de la Salud, 2018.
- Escudero, A., Aguilar, L. y de la Cruz, J. (2008). La lógica del Síndrome de Alienación Parental de Gardner (SAP): «terapia de la amenaza». *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 28 (102), 283-305.
- Fariña, F., Novo, M., Arce, R. y Seijo, D. (2001). La importancia de los programas de intervención en la escuela para paliar los efectos negativos en los hijos de la separación y el divorcio de los padres. En Ruíz y otros (Coords.), *Aspectos didácticos y organizativos de la educación. Tendencias actuales* (281-288). Granada: Grupo Editorial Universitario.
- Fariña, F., Novo, M., Arce, R. y Seijo, D. (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.
- Fariña, F., Novo, M., Vázquez, M. J. (2007). El divorcio de los padres y su repercusión en la adaptación de los hijos. En Arce, R., Fariña, F., Alfaro, E., Civera, C. y

- Tortosa, F. (Eds.), *Psicología Jurídica. Evaluación e Intervención* (105-108). Valencia, España: Diputació de València.
- Fraga, S. (2014). *Ruptura de pareja: consecuencias socioeconómicas e impacto en las relaciones familiares* (Tesis de pregrado). Universidad de Santiago de Compostela, Santiago de Compostela, España.
- García, F.E., e Ilabaca, D. (2013). Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 11(2), 42-60.
- Instituto Nacional de Estadística (2018). *Estadística de nulidades, separaciones y divorcios*.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying*. New York: Macmillan.
- Maida, A. M., Herskovic, V. y Prado, B. (2011). Síndrome de alienación parental. *Revista chilena de pediatría*, 82 (6), 485-492.
- Morgado, B. (2008). *Experiencia del divorcio parental y ajuste psicológico infantil* (tesis doctoral). Universidad de Sevilla, Sevilla.
- Orden de 16 de junio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón, el 16 de junio de 2014. España.
- Orgilés, M., Espada, J.P., Méndez, X. y García-Fernández, J.M. (2008). Miedos escolares en hijos de padres divorciados y no divorciados. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8 (33), 693-70.
- 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.
- Pérez, A.M. y Antón, M.P. (2019). *Estudio multidisciplinar sobre interferencias parentales*. Madrid: Dykinson.
- Robledo, M. M. (2010). Profesores y mediación familiar como alternativa para una mejor adaptación de los niños/as ante el divorcio. *IPSE-ds*, 3, 31-40.
- Vallejo, R., Sánchez-Barranco, F. y Sánchez-Barranco, P. (2004). Separación o divorcio: Trastornos psicológicos en los padres y los hijos. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (92), 91-110.

- Veinberg, I. (2015). Emotional Awareness- The Key to Dealing Appropriately with Children of Divorced Families in Schools. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 209, 514-518.
- Yarosh, S., Denise, Y. C. y Abowd, G. D. (2009). Supporting parent–child communication in divorced families. *International Journal of Human-Computer Studies*, 67(2), 192–203.

## 6. Anexos

### Anexo 1: el cuento de Hestia

#### La diosa Hestia

Érase una vez una niña llamada Hestia que vivía en un pequeño pueblo junto a su hermano y sus dos padres. Hestia era una niña feliz que le gustaba mucho pasar el día en la montaña y encender una hoguera con la ayuda de su padre. Uno de los miles de días que fue al monte, se dio cuenta que no le acompañaba su padre como habitualmente hacía, sino que se parecía a una sombra con la que Hestia no quería jugar.

Pasaron unos cuantos días y la niña no aparecía por ningún lado, pues se había esfumado como por arte de magia. En el pueblo, organizaron varias rutas de búsqueda en las cuales participaban todas las familias desinteresadamente. No hicieron falta muchos días ya que, en la segunda quedada, fue su hermano Zeus quien la encontró en el bosque gracias a la hoguera que hizo para poder cenar aquella noche. Zeus le prometió darle protección para toda su vida.

Años más tarde, parte de su familia se tuvo que ir de aquel maravilloso pueblo donde tan a gusto estaban, dejando atrás a su padre. Hestia se sentía todos los días triste porque necesitaba tener comunicación con él. Desde entonces, las cosas empezaron a cambiar: la madre no encontraba trabajo en su nuevo pueblo, no conocían a nadie a pesar de que el pueblo estaba muy cerca de su antigua vivienda y únicamente podía jugar la niña con su hermano.

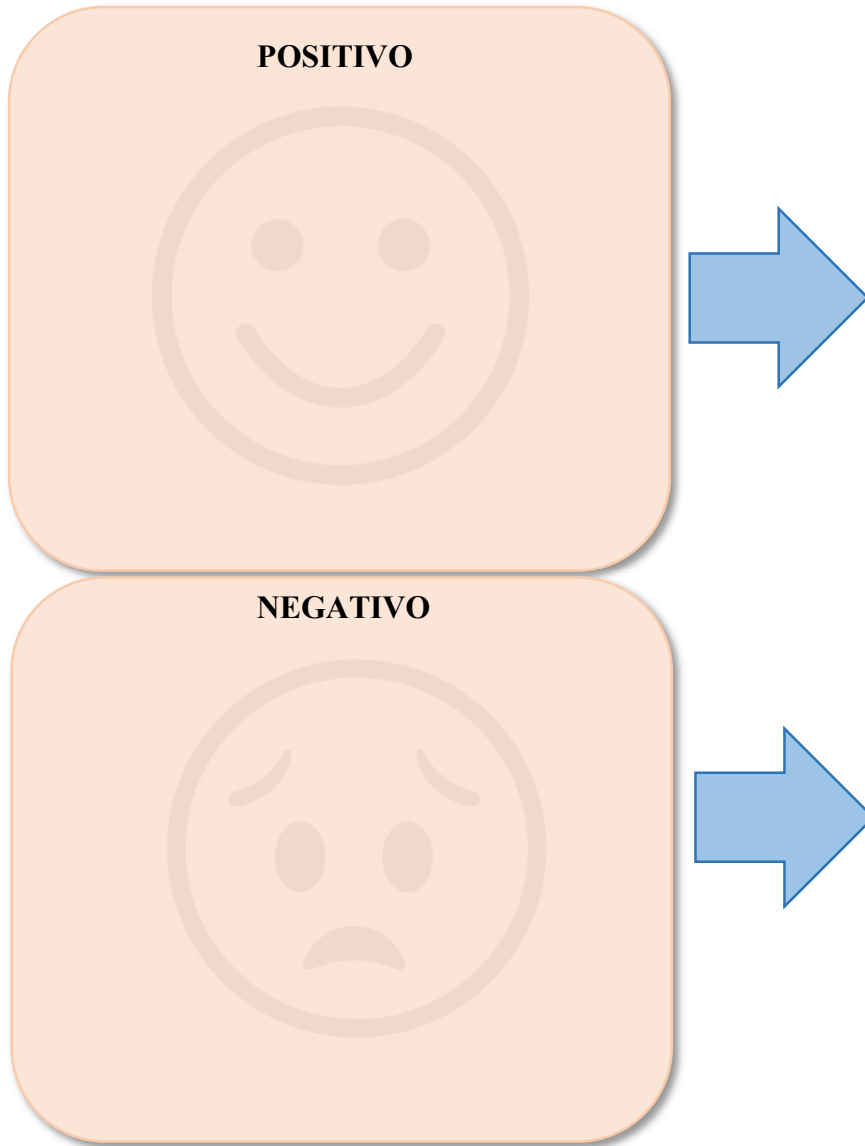
Llegó el día en el que Hestia y Zeus empezaron el colegio en su nuevo hogar. Por aquel entonces, la familia podía salir adelante gracias al sueldo de la madre y solo podían ver al padre una vez al mes. Pero ese acontecimiento les cambió la vida por completo. Ambos hicieron muchos amigos en el cole, tanto adultos, como niños de su edad. Hestia, se empezó a hacer popular porque tenía la capacidad de enseñarles al resto cómo hacer fuego incluso cuando hacía viento.

En ese momento, la astucia y protección de Zeus y la técnica de la niña, hicieron ver la luz al final del túnel, pues fueron capaces de inventar una manera de comunicación con su padre: aprovechaban la cercanía de los pueblos y se comunicaban a través de un sistema de señales de humo.

Gracias a que se podían comunicar, Hestia descubrió que aunque no veía mucho a su padre y no viviera en casa con ellos, les seguía queriendo igual. Esta técnica se empezó a extender por el pueblo y la niña, una vez que se hizo adulta, consiguió el título de diosa amable, pacífica y protectora de las familias.

FIN

**Anexo 2: cuaderno de las emociones**



¿CÓMO ME SIENTO?	¿CÓMO HE ACTUADO?
¿QUIÉN ME HA AYUDADO?	REFLEXIÓN
¿CÓMO ME SIENTO?	¿CÓMO HE ACTUADO?
¿QUIÉN ME HA AYUDADO?	REFLEXIÓN

### Anexo 3: evaluación de contenidos

**Instrucciones:** el alumnado deberá rellenar el siguiente formulario con un “SÍ” en caso de que las oraciones sean correctas, y un “NO” en el caso de que sean incorrectas. En niños de 1º y 2º, adaptaremos estas preguntas de tal manera que lo entiendan, como, por ejemplo: si papá se va de casa porque ya no está con mamá, ¿me sigue queriendo?

En la segunda parte de la evaluación el alumno tendrá que reflexionar sobre algún conocimiento más adquirido en esta sesión. De esta manera, haremos que el alumno repase todo lo que hemos visto y asiente los conocimientos.

	SÍ	NO
Si tu padre no vive en tu casa, ¿deja de ser tu padre?		
Existe solo un tipo de familia		
Familia nuclear es que vives con un padre únicamente		
No todas las relaciones acaban en desamor		
Familia adoptiva es el padre que se va fuera de casa y lo ves de vez en cuando		
El hijo no es el culpable del divorcio		
Los padres dejan de quererte cuando se divorcian		
Si un amigo vive con más miembros de la familia en casa, ¿quiere decir que se quieren más que otro tipo de familias?		
Una niña que viene de la adopción es querida por sus padres al igual que si fuera de ellos		
Cuando se divorcian mis padres tengo que coger el rol de adulto y, por lo tanto, encargarme de responsabilidades nada acordes a mi edad		

Algo más que haya aprendido hoy:

---

---

---

---

---

---

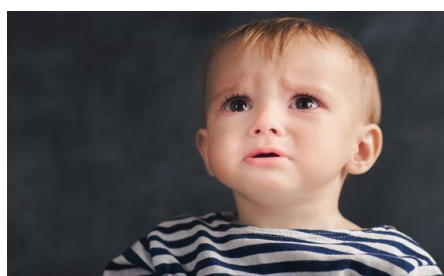
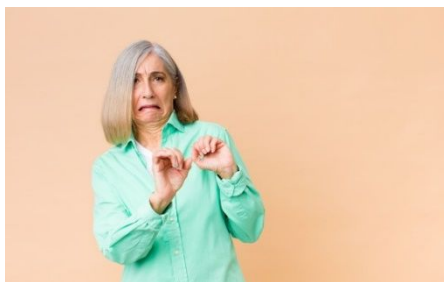
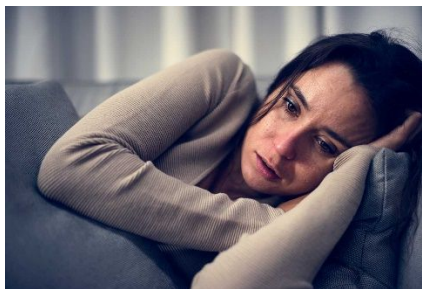
---

#### Anexo 4: el fuego de Hestia

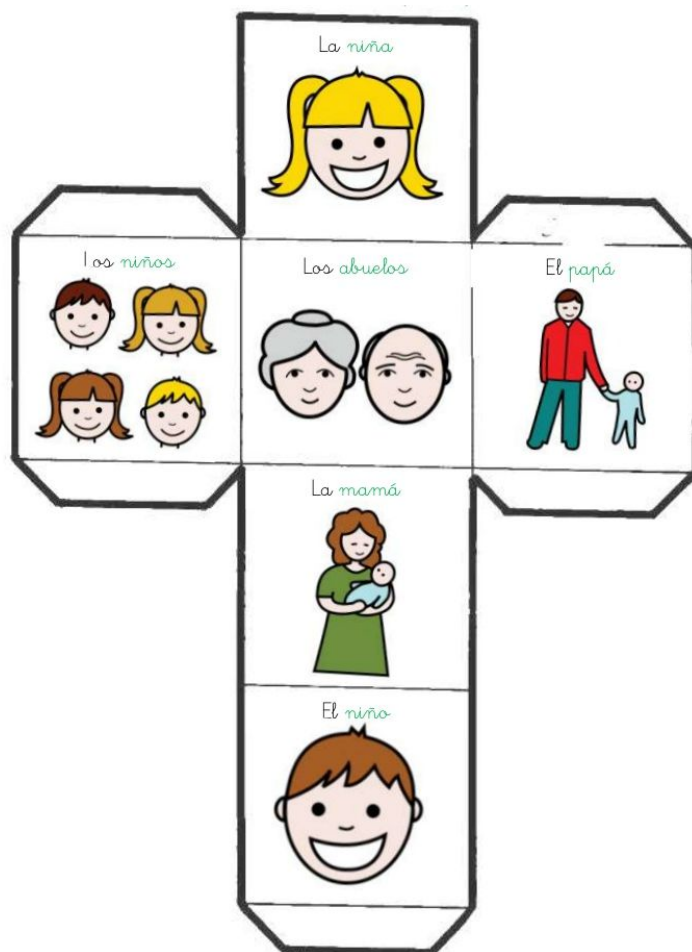
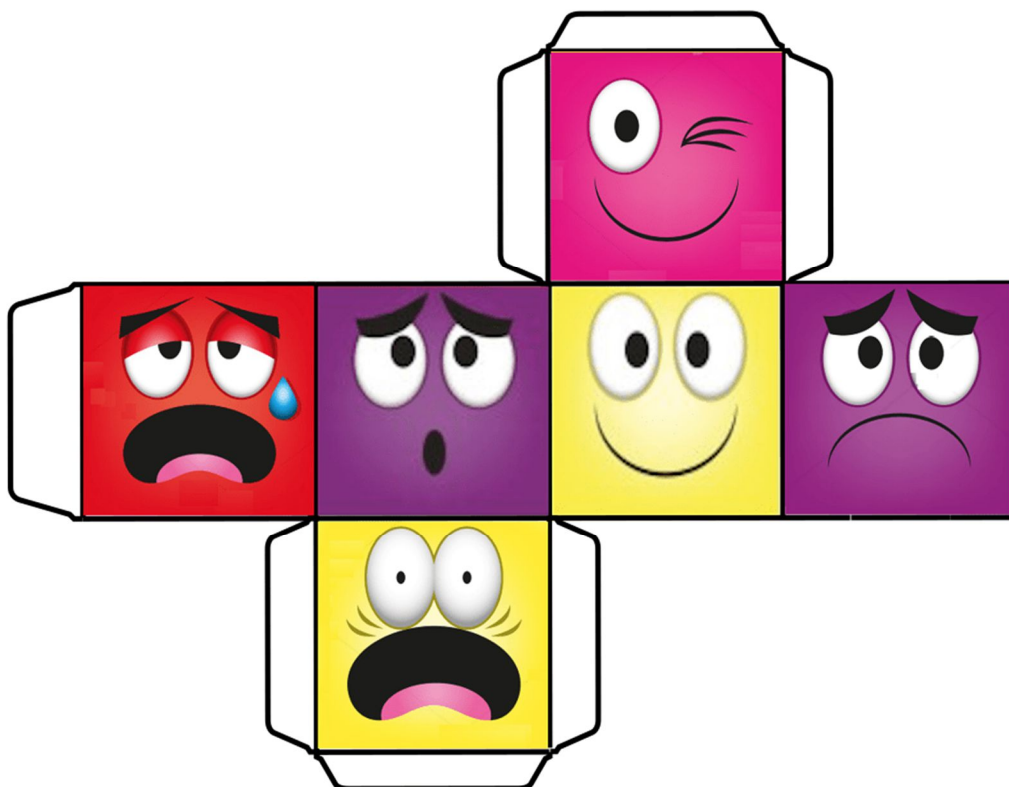


*En el fuego se quemará todo lo que en mi cabeza no tiene lugar*

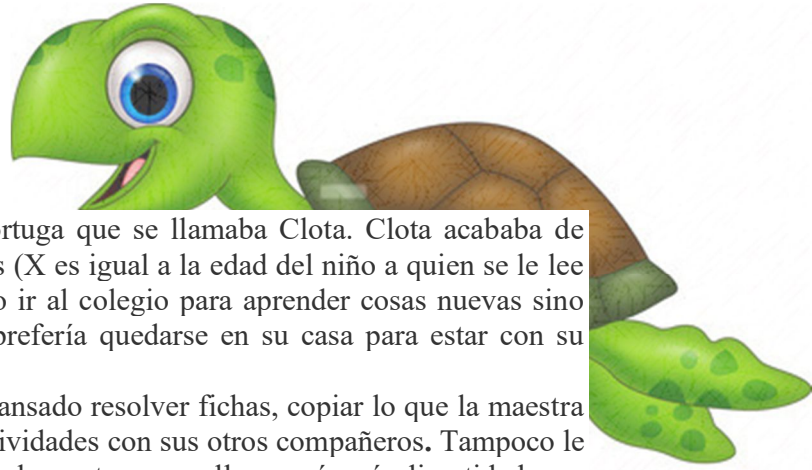
## Anexo 5: imágenes de las emociones



Anexo 6: dados de las emociones



## Anexo 7: cuento de la tortuga



Hace mucho tiempo, había joven tortuga que se llamaba Clota. Clota acababa de comenzar las clases, tenía justamente X años (X es igual a la edad del niño a quien se le lee el cuento). A Clota no le gustaba demasiado ir al colegio para aprender cosas nuevas sino solo a jugar y a correr, sin embargo, ella prefería quedarse en su casa para estar con su hermano pequeño y con su madre.

Le parecía muy complicado y muy cansado resolver fichas, copiar lo que la maestra escribía en la pizarra y/o participar en las actividades con sus otros compañeros. Tampoco le gustaba escuchar y atender a lo que explicaba el maestro, para ella parecía más divertido hacer ruidos imitando el sonido de los motores de coches, y nunca recordaba que no debía hacer esos ruidos mientras el profesor hablaba. Clota solía gastar bromas a sus compañeros y meterse con ellos. Por eso, ir al colegio era una situación bastante dura para Clota.

Todos los días, cuando Clota iba de camino a la escuela, se decía a sí misma que se comportaría de la mejor manera posible para no meterse con sus compañeros. Pero aunque se prometiera todo esto a sí misma, le resultaba muy fácil que alguna cosa la descontrolara y, al final, siempre terminaba castigada, enfadándose y peleándose. Así pues, Clota lo pasaba muy mal, muchas veces pensaba “siempre ando metiéndome en líos, si sigo por este camino, al final voy a terminar odiando al colegio y a todos los compañeros y profesores”.

En uno de sus peores días, se topó con una vieja y sabia tortuga. Era una tortuga muy grande en todos los sentidos, tenía más de 300 años y de un tamaño grande como una montaña. Clota estaba un tanto asustada, se dirigía a la vieja tortuga con una voz pequeña y vergonzosa. Pero al cabo de poco tiempo, Clota se dio cuenta de que la gigantesca tortuga era muy agradable y simpática y, parecía estar dispuesta a ayudar a Clota en su mal día.

Entonces la vieja tortuga le dijo a Clota: “¡Oye! ¿Sabes qué? Te contaré un pequeño secreto que te ayudará: la solución para resolver tus problemas la llevas contigo, encima de tí”. Clota no le entendió, y le miró expresando que no entendía nada con su mirada de curiosidad. “¡Tu caparazón es la solución! ¿No sabes para qué sirve tu caparazón?”. Clota le seguía mirando con cara de saber más. “El poder de tu caparazón es que tú puedes meterte dentro de él y esconderte siempre que tengas sentimientos como la rabia, la ira, etcétera. Así, por ejemplo, te puedes esconder siempre que tengas ganas de romper cosas, de chillar, de pegar a algo o alguien, entre otros. Cuando te escondas dentro de tu caparazón, puedes aprovechar ese instante para descansar, y esperar a no estar tan enfadada. Por eso te recomiendo que la próxima ocasión en que te enfades, métete en el caparazón”.

A Clota le pareció muy buena idea. Estaba muy contenta, con ganas de probarlo e intentar controlar sus enfados en el colegio. El siguiente día de clase ya lo practicó, cuando de sopetón, uno de sus compañeros le dio un golpe, sin querer, en la espalda. En ese instante, Clota empezó a enfadarse, tanto que casi le devuelve el golpe. Pero de repente, recordó el sabio consejo de la vieja tortuga. Entonces recogió, tan rápido como pudo, sus brazos, sus piernas y su cabeza dentro de su caparazón y se mantuvo allí hasta que se le pasó el enfado.

Clota se dio cuenta de que era una muy buena idea, ya que le encantó poder estar tan bien dentro de su caparazón, donde nadie podía molestarla. Al salir de allí dentro, se asombró al ver que su maestro le estaba mirando con una gran sonrisa en su rostro, contento y orgulloso de lo que había hecho Clota.

Por eso, decidió seguir usando ese truco durante lo que quedaba de año. Lo usaba cada vez que algún compañero o alguna cosa le molestaba, pero también lo usaba cuando ella tenía ganas de pegar o discutir. Al cabo de un tiempo, logró actuar siempre de esta manera, una manera muy diferente de la que actuaba antes. Se sentía muy contenta y orgullosa de sí misma y, todos sus compañeros le admiraban por como lo hacía y, se mostraban muy curiosos por saber cuál era su secreto.

**Anexo 8: libreta de comunicación**

CUADERNO DE  
COMUNICACIÓN

AUTOR/A: \_\_\_\_\_

¿Qué he visto interesante hoy?
¿Qué me ha pasado hoy?
¿Qué he aprendido en el cole?
¿Qué he hecho en mi actividad extracole?
Otros