



## **CRISIS EN EL CICLO VITAL DE LA PAREJA Y SUS PRINCIPALES IMPLICACIONES EN LOS NIÑOS Y ADOLESCENTES\***

***Crisis in the life cycle of the couple and their main implications in children and teenagers***

*Douglas Leonardo Valencia Ortegón\*\**

*Mireya Ospina Botero\*\*\**

---

\* El artículo hace parte de una reflexión teórica acerca del ciclo vital de la familia y la pareja desde el enfoque sistémico de la psicología.

\*\* Especialista en Psicología clínica con énfasis en psicoterapia con niños y adolescentes. Contacto: [hipoleon94@yahoo.com](mailto:hipoleon94@yahoo.com)

\*\*\* Magister en Educación y Desarrollo Humano. Contacto: [mireya.ospina@ucp.edu.co](mailto:mireya.ospina@ucp.edu.co)

## **RESUMEN:**

La vida de familia y de pareja vive diferentes etapas según su ciclo evolutivo; cada una exige un proceso de cambio para acomodarse nuevamente a la siguiente etapa. Estos cambios generalmente vienen acompañados de crisis, que pueden ser una oportunidad para crecer. Cuando se trata del subsistema conyugal, se puede decir que éste logra sobreponerse a las crisis, de acuerdo con los recursos o herramientas que tenga para enfrentarlas y minimizar su impacto negativo. Con este artículo se pretende hacer un recorrido teórico por diferentes autores que consideran los ciclos evolutivos de la pareja en sus crisis y las implicaciones que esto tiene para los hijos/as. El artículo ofrece un panorama a los terapeutas, frente a su necesidad de considerar a la familia desde una perspectiva sistémica, dados los múltiples factores micro, meso y macro que suponen considerar las dinámicas familiares.

## **PALABRAS CLAVES:**

Familia, enfoque sistémico, separación, hijos.

## **ABSTRACT:**

Family and couple's life live different stages in an evolutionary cycle. Each of them demands a change process to accommodate again for the next stage. These changes usually come with a crisis, which can be the opportunity to grow. When it is about the conjugal subsystem, one can tell it gets to overcome the crisis according to the tolls and resources that it has to face them and minimize the negative impact. With this article it is intended to do a theoretical travel through different authors that consider evolutionary cycles of the couple in their crisis and the implications it can have for the children. The article offers a panorama for therapists in their need to consider the family from a systemic perspective, given the multiple micro, meso and macro factors which involve consider the family dynamics.

## **KEYWORDS:**

Family, Systemic Approach, Separation, Children.

## CRISIS EN EL CICLO VITAL DE LA PAREJA Y SUS PRINCIPALES IMPLICACIONES EN LOS NIÑOS Y ADOLESCENTES

*Para citar este artículo: Valencia Ortegón, Douglas, Ospina Botero, Mireya, (2016). "Crisis en el ciclo vital de la pareja y sus principales implicaciones en los niños y adolescentes". En: Revista Académica e Institucional Páginas de la UCP N° 99 (Enero-Junio de 2016); pp. 143-154*

*Primera versión recibida el 25 de abril de 2017. Versión final aprobada el 2 de Julio de 2017*

La familia es el núcleo fundamental de la sociedad y la base de cada uno de los miembros que la conforman; así, se convierte en un importante soporte de futuros acontecimientos que marcarán su vida. Toda familia atraviesa por diversos ciclos vitales que empiezan con la formación de una pareja, pasando por la llegada de los hijos/as. y finalizando en la ancianidad. Como parte importante de la familia aparece el subsistema de pareja o conyugal, que surge como génesis de la formación de la familia y que también pasa por diferentes ciclos vitales, desde el noviazgo hasta una posible disolución. Si la pareja lo decide, pasará a constituir otro subsistema denominado parental, que se forma al momento de la llegada del primer hijo/a.

Desde una perspectiva sistémica se puede afirmar que lo que acontece en alguno de los subsistemas tiene implicaciones en el resto; de ese modo, las crisis que en el subsistema conyugal tienen consecuencias positivas y negativas para la vida de los hijos/as. En este artículo se muestran las posibles consecuencias y los factores atenuantes y protectores que están implicados para que las crisis conyugales no desencadenen consecuencias adversas para el subsistema de los hijos/as.

### Ciclo Vital

El tema del ciclo vital familiar cobra importancia en la medida en que denota un cambio

relativamente permanente en las estructuras de cualquier familia, dando paso a nuevas formas de relacionarse. Según Jiménez, De la Luz y Pizarro (2008), desde hace varios años, especialmente en las ciencias sociales, se ha venido utilizando el término de ciclo vital para referirse a un sistema vivo que interactúa continuamente y que presenta cambios constantes.

Rivas (2013, p. 44) señala que “este concepto se formuló por primera vez en la sociología de la familia. Casi todos los terapeutas de la familia han prestado mucha atención a este concepto como marco para el diagnóstico y la planificación del tratamiento” (p.48). El ciclo vital sirve como un referente contextual fundamental, para considerar las principales tensiones y retos que experimenta la familia, según su ciclo evolutivo, pero principalmente para identificar los cambios que se van dando a nivel intrafamiliar y como estos modifican la vida de sus integrantes.

No obstante, estos cambios no son tan previsibles en todas las familias y las etapas no son necesariamente iguales en todas, pues todo depende del contexto, su historia, su estructura, entre otras condiciones. Lo cierto es que si la familia no se transforma tiende a desestructurarse, tal como lo argumentan Espinal, Gimeno y González (2006, p. 6): “(...) la familia se puede considerar como un sistema en constante transformación, lo que significa

que es capaz de adaptarse a las exigencias del desarrollo individual de sus miembros y a las exigencias del entorno”. Luego, el ciclo vital familiar está directamente relacionado con el contexto sociocultural de la familia y las posibilidades de cambio que le ofrezcan sus entornos inmediatos.

La familia vive un proceso complejo e interactivo entre sus miembros, marcados por ciclos que se suscitan a lo largo de su estructuración y evolución a través del tiempo. Desde el enfoque o modelo sistémico, en términos de Feixas (2012), se habla de la familia como sistema que se va transformando con el tiempo y no como el individuo que nace, crece, se reproduce y muere, pues el ciclo vital de la familia se piensa como: “una serie de transiciones familiares en las que ocurre una renegociación de las reglas interaccionales” (p.26). Así que no es lo mismo centrarse en el ciclo vital del individuo que en el de la familia, pues este último presenta un mayor grado de complejidad, no solo por tener en cuenta a cada integrante de la familia, sino también al sistema familiar como ente vivo y en permanente transformación.

Comprender estas transformaciones en el sistema familiar supone también una considerar las relaciones que tiene con otros subsistemas meso y macro. Tal es el caso de los contextos sociales, económicos, culturales y políticos en donde se desenvuelven las familias y que, en últimas, están incidiendo no solo en su estructura, sino también en su dinámica interrelacional; finalmente, las familias son sistemas abiertos y dinámicos permeados por sus respectivos contextos:

Los cambios en los patrones del ciclo de vida de la familia se han modificado

dramáticamente, debido sobre todo a la menor tasa de natalidad; la esperanza de vida; la evolución del papel de la mujer; las altas tasas de divorcio y nuevo matrimonio; el aumento del madresolterismo, parejas no casadas, y las adopciones monoparentales; el aumento de la visibilidad de las parejas y las familias de gays y lesbianas... (Semenova, Messenger y Zapata, 2015, p. 107).

Todas las anteriores situaciones suponen un marco de diversidad importante a la hora de considerar las familias y sus diferencias en su estructura y dinámica general, lo que agrega un marco amplio en la comprensión de los ciclos vitales de las parejas. De este modo, entender estos ciclos o etapas pasa necesariamente por una mirada hacia dentro (micro) y hacia fuera (meso y macro). Ríos (2005) hace alusión a que estas etapas suponen siempre una serie de crisis en la pareja desde antes de la llegada de los hijos/as, y que estas crisis posibilitan el fortalecimiento conyugal y la adaptación a los cambios venideros (incluyendo la llegada de los hijos/as, si así fuera).

El subsistema de pareja o conyugal, como parte importante del ciclo vital familiar, tiene su propia dinámica e implica, generalmente, la llegada de los hijos/as (aunque el subsistema conyugal no necesariamente debe suponerse de esa manera). Este cambio marca una etapa importante en la historia de la familia, pues todo lo que acontece dentro del subsistema conyugal, incide en la vida de la familia, pero mucho más en los hijos/as de la pareja, ya que son estos últimos quienes generalmente presentan un mayor grado de afectación cuando sobrevienen las crisis del ciclo vital conyugal.

El subsistema conyugal, entonces, presenta una suerte de transformaciones para pasar de un ciclo vital a otro y afrontar las crisis (normativas o no normativas) que se llegaran a presentar y su posterior resolución. Esto necesariamente implica el despliegue de una serie de recursos que les favorecen para enfrentar las crisis y avanzar dentro de las etapas de su ciclo vital. Estas crisis del subsistema conyugal son las que, de acuerdo con su abordaje, pueden o no dejar un impacto negativo en los niños/as y adolescentes hijos/as de la pareja.

### Ciclo Vital Del Subsistema Conyugal

El subsistema de pareja surge cuando dos personas deciden establecer una relación conyugal que, en muchos casos, se ve demandada socialmente a engendrar hijos/as fruto de dicha relación. Ríos (2005) describe los ciclos vitales de la pareja haciendo énfasis en que el paso de una etapa a otra está configurada por crisis propias de las necesidades de ajuste y transformación. También hace mención a las crisis no normativas, que responden a situaciones por las que no necesariamente pasan todas las parejas y que son fuente de alto estrés; tal es el caso de asuntos como la infidelidad, el alcoholismo, una quiebra económica, etc.

Entre las etapas que menciona este autor sobre el ciclo vital de la pareja, están: noviazgo, formación, forja, cohesión, crecimiento interno, estabilidad y disolución evolutiva de la pareja. Estas etapas no necesariamente son secuenciales, pero en general, al igual que el ciclo vital familiar, se presentan de acuerdo con el contexto sociocultural donde se desenvuelva la pareja. Al respecto, argumenta García (2013, p. 322): “El ciclo vital de la pareja está definido

por las crisis que se viven durante los cambios de roles y funciones conyugales. Las etapas dependerán del contexto cultural (...); y así mismo, la duración del lazo conyugal dependerá del grado de compromiso y la capacidad de afrontamiento que tenga la pareja respecto a las crisis propias de su ciclo vital.

El subsistema conyugal o de pareja también presenta fases dentro de su ciclo vital, descritas por Yela (2002) teniendo en cuenta el amor como soporte de la conyugalidad: enamoramiento, amor romántico-pasional y amor compañero. El autor hace hincapié en que el subsistema de pareja atraviesa diversos ciclos con sus respectivas crisis y que el amor se hace fundamental para afrontar dichas crisis y pensar a futuro en convertirse en padres (subsistema parental), lo cual ya implica una serie de transformaciones dentro del ciclo vital de la pareja: “El nacimiento de un hijo crea cambios tanto en la relación de pareja como en toda la familia. Es una transición de estructura diádica a triádica” (Vargas, 2013, p. 3). Lo anterior implica que, además del amor de la pareja, se deben tener y crear las herramientas necesarias para que el subsistema conyugal pueda adaptarse a los cambios que sobrevienen con la llegada de los hijos/as y afrontar esta nueva etapa de su vida, buscando en lo posible no generar mayores traumatismos en su núcleo familiar.

Muchas veces las parejas presentan inconvenientes maritales que no se resuelven adecuadamente y que pretenden o esperan solucionar con la llegada de los hijos/as, pero esto no necesariamente es así. Belart y Ferrer (1999, p. 83) aducen al respecto:

Las parejas que tienen problemas a veces van en busca del bebé con la fantasía de

que su llegada curará el malestar que hay en su relación, y esto es un grave error; pensar que el niño es un “salvador” que puede arreglar un matrimonio es absurdo, y para el hijo una enorme e inadecuada responsabilidad. En este caso, la crisis de pareja se hace aún mayor y lo más seguro es que el hijo presente problemas en un futuro al no ser reconocido por sí mismo. Lo ideal es que cuando los esposos se conviertan en padres hayan conseguido establecer una buena relación de pareja.

El nacimiento del hijo/a promueve un cambio dentro del subsistema conyugal que necesariamente se ve sujeto a realizar ajustes que serán definitivos en las interacciones del núcleo familiar y que les permitirán avanzar en su ciclo vital con relativa normalidad. Sería conveniente entonces que el subsistema conyugal no deje “puertas abiertas” respecto a sus dificultades como pareja: “Si los conflictos como pareja no están resueltos, se desplazan a la crianza de los hijos, y de igual modo las funciones de esposo/esposa a las de padre/madre” (Maganto, 2004, p. 8). Luego, las implicaciones para los niños/as y adolescentes vienen dadas por la resolución inadecuada de las crisis del ciclo vital conyugal y las expectativas que tiene la pareja respecto a la llegada de un hijo/a: “El concepto de “niño ideal” establecido antes del nacimiento de un hijo, es muy romántico y se basa en lo que los padres desearían que fueran sus hijos” (Casas, 2000, p. 45). Lo anterior generalmente implica que los padres se sientan decepcionados y se fomenta el desarrollo de una actitud de rechazo o inconformidad hacia el nuevo integrante de la familia, convirtiendo la crisis en algo negativo para sus hijos:

Con el nacimiento de un niño, están automáticamente en un triángulo. No es un triángulo con un extraño o un miembro de la familia extensa; (...) Muchas de las cuestiones que enfrenta la pareja empiezan a ser tratadas a través del niño; si un hijo se convierte en parte de un triángulo, cuando es suficientemente grande para abandonar el hogar se suscita una crisis, (...) se reactivan entonces cuestiones irresueltas desde hace muchos años, antes de que el niño naciera (Cibanal, 2006, p. 44).

Se puede deducir que el cambio con la llegada de los hijos/as es inherente al ciclo vital de la pareja, porque al existir un tercero, este modifica sustancialmente las relaciones al interior del subsistema conyugal. Las alianzas de los hijos/as con cualquiera de los padres suscitan en el subsistema parental un desequilibrio, que puede convertirse en crisis según el curso que se le dé a los acontecimientos que se presenten, y lo anterior generalmente es consecuencia de no haber solucionado adecuadamente una situación o crisis determinada durante alguna etapa del ciclo vital de pareja.

Uno de los momentos de mayor tensión para muchos padres es la entrada de sus hijos/as a la escuela; esta es una etapa crucial en la evolución de la pareja y la familia: “Estas nuevas experiencias pueden ser transmitidas al niño como algo bueno, donde el crecimiento tiene una connotación positiva o pueden ser vividas como una pérdida, lo cual hará que el niño/a se encuentre en una situación muy conflictiva” (García y Estremero, 2003, p. 6). Dependiendo del manejo que le den los padres a esta etapa escolar, marcará en los niños/as un grado de

independencia importante y aportará para su crecimiento y desarrollo sociofamiliar.

Al llegar los hijos/as a la adolescencia, se puede decir que se construye otra etapa dentro del ciclo vital de la pareja: “La adolescencia es un momento de cambio en las normas y roles familiares. Es necesaria una adaptación por parte de todos los miembros ya que supone un momento de crisis vital” (Pérez et al., 2009, p. 484). Esto necesariamente implica una mejora en el engranaje del subsistema parental, puesto que los “obliga” a evolucionar como pareja, como padres y como familia; ya que el subsistema parental deberá crear herramientas para afrontar el cambio venidero y además deberá tener en cuenta que el adolescente en esta etapa quiere su propio espacio: “Las relaciones con sus pares, su grupo, pasan a ser primordiales en la vida del adolescente. El grupo ayuda a elaborar todos los cambios que le van sucediendo y ayuda a separarse de sus padres” (García y Estremero, 2003, p. 6). En este caso, la palabra separación se refiere a un distanciamiento normal que se presenta entre el adolescente y sus padres, debido a la búsqueda de pertenencia a un grupo de pares, identidad y autonomía.

A veces la crisis en el adolescente coincide con la del ciclo vital del subsistema parental o de uno de sus padres, así que las implicaciones pueden ser mayores para los hijos/as, si se tiene en cuenta que al estar sus padres inmersos en conflictos internos no podrán brindarle el apoyo necesario para la resolución de sus crisis acorde a su ciclo vital. Dado lo anterior, se establecerá según las determinadas circunstancias del subsistema de pareja si se produce o no una ruptura conyugal o se afronta la crisis en la búsqueda de mantener unida la pareja y evitar mayores implicaciones para sus hijos/as.

## ¿Crisis O Divorcio?

Dentro del subsistema conyugal y parental se presentan conflictos que le son inherentes y que se hacen necesarios para permitir un cambio, ya sea negativo o positivo. Esto posibilita superar las crisis de la mejor manera y cerrar ciclos, pero teniendo en cuenta que dichas estructuras pueden fortalecerse o derrumbarse dependiendo del síntoma en particular. Las crisis dentro del ciclo vital del subsistema conyugal se pueden pensar positiva o negativamente, de acuerdo con las implicaciones que generen tanto en la pareja como en los hijos; lo cierto es que a veces se hacen necesarias para que se produzcan un cambio que permita que la familia avance en su proceso de desarrollo y construya sus propias herramientas y recursos, que le sirvan a su vez como soporte para futuras crisis.

Cuando la pareja decide que el divorcio es la mejor opción, empieza otra etapa del ciclo vital del subsistema conyugal que tiene implicaciones directas en el sistema familiar y especialmente en los hijos/as. Considerando que la separación marital afecta a toda la familia, se le debe necesariamente dar un abordaje sistémico para comprender, desde las distintas miradas de los directamente involucrados, las implicaciones de la ruptura conyugal y su afectación directa en los niños y adolescentes. En términos de Giovanazzi y Linares (2007), el enfoque sistémico se concentra principalmente en las relaciones e interacciones más que en lo individual, y dentro de lo relacional se debe hacer énfasis en el adecuado ejercicio de las funciones nutricias que debe realizar el subsistema parental respecto a sus hijos/as. Es precisamente en esas relaciones de conyugalidad y en ese inadecuado ejercicio de las funciones nutricias, que implican seguridad

afectiva y de aceptación para los hijos/as, que se derivan las consecuencias positivas o negativas de las crisis del subsistema parental en los niños/as y adolescentes hijos/as de la pareja.

Desde los aportes de Ríos (2005, p. 154), “[...] las crisis de la pareja pueden aparecer por circunstancias totalmente normales que responden a coyunturas perfectamente explicables en el desarrollo de la misma”. Este autor sugiere que estas crisis normativas se dan generalmente en los ciclos vitales de la mayoría de las parejas e implican fases de su desarrollo en las cuales no se desgastan, en gran medida al momento de buscarle solución a dichas crisis, así que las implicaciones en los niños y adolescentes también serán mínimas en sus efectos.

Respecto a las crisis no normativas, son excepciones dentro del ciclo vital de la pareja y van desde la ausencia de hijos/as, pasando por la separación o el divorcio, hasta la constitución de una nueva pareja conyugal. Al respecto, el autor aduce que: “(...) ni los viven ni los atraviesan la mayoría de las parejas por cuanto que suponen, desde la perspectiva estadísticamente normal y culturalmente frecuente, una excepción” (Ríos, 2005, p. 162). Es aquí donde cobran importancia las implicaciones en los hijos/as, puesto que estas crisis no normativas son las que generalmente conllevan consecuencias directas en los niños/as y adolescentes, ya que representan para ellos dificultades de adaptación a los cambios dentro de la estructura de la familia y a los conflictos conyugales inherentes a las crisis no normativas (especialmente en lo que concierne a la separación o al divorcio).

La pareja cobra relevancia en cuanto es el núcleo primario para el cuidado y protección

de los hijos/as, y es normal que dentro de este subsistema se presenten crisis que pueden o no derivar en una ruptura o divorcio. Según Virseda, Gurrola, Balcázar y Bonilla (2007), el divorcio se convierte en un acontecimiento traumático para los hijos/as la mayoría de las veces; pero Linares (2006, p. 77) advierte lo contrario: “La separación y el divorcio no son un fracaso, sino una etapa cada vez más transitada del ciclo vital, y su influjo benéfico no se limita a los cónyuges, sino que se extiende a los hijos”, así que se resalta que no necesariamente un proceso de separación conlleva consecuencias negativas, sino que depende de cómo se afronte como familia y como pareja, ya que la afectación a los niños/as y adolescentes viene dada realmente por el manejo inadecuado de la crisis conyugal. Entonces, a veces es más beneficioso para los hijos/as la separación de sus padres que estar estancados en crisis no resueltas; por ende la separación conyugal en muchas ocasiones puede representar la mejor opción para los niños/as y adolescentes en pro de evitarles precisamente que se conviertan en acontecimientos traumáticos para los mismos.

Si se presenta la separación o el divorcio, uno de los aspectos que se convierte en paliativo es que el subsistema conyugal aísle en lo posible a los hijos/as de los problemas internos de la pareja y no los haga partícipes de sus conflictos: “la mala resolución del divorcio atenta contra la continuidad de la pareja coparental (...) aparte del inevitable atrapamiento de los hijos que se ven envueltos en complicados conflictos de lealtades” (Ríos, 2005, p. 197). Se puede interpretar entonces que el solo hecho de verse involucrados en una separación conyugal, y a veces tener que “aliarse” con alguno de los progenitores, se convierte en

un desgaste emocional para los niños/as y adolescentes, constituyéndose en una fuente de futuros problemas familiares y una identidad resquebrajada por la destrucción del vínculo con sus padres, pues se da en algunos casos la disolución tanto del vínculo marital como del parental.

Las crisis forman parte importante de la evolución de la pareja dentro su ciclo vital, no obstante las rupturas o divorcios son acontecimientos, que se vienen presentando con frecuencia en la sociedad moderna. Un estudio de Rosabal (2013, p. 108), muestra que “Los niños y niñas de familias posdivorcio enfrentan un largo proceso que marcará según el momento del ciclo vital en que la ruptura se dé. La experiencia debe medirse tanto en lo subjetivo como en lo relacional”.

Este “fenómeno social” del divorcio no es estático por sí mismo y, por ende, no se pueden predecir con seguridad las implicaciones negativas o positivas que tengan respecto a los hijos/as de la pareja. Todo depende de la etapa del ciclo vital del subsistema conyugal; así que a pesar de que se presenten crisis en el subsistema parental, con las correspondientes afectaciones a los hijos/as, el subsistema conyugal puede servir de soporte para tomar una mejor decisión y permitir que el ciclo vital conyugal evolucione y se minimice el impacto de una posible ruptura como pareja, especialmente en los niños/as y adolescentes involucrados.

Si al presentarse una determinada crisis dentro de su ciclo vital, el subsistema conyugal toma la decisión de separarse, se debe tener en cuenta también cómo está compuesta la estructura familiar para comprender mucho más las

posibles implicaciones de un proceso de ruptura conyugal. Salvador Minuchin (1977, citado en García y Mora, 2016, p. 70) afirma al respecto que: “La estructura familiar se define como el conjunto invisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan los miembros de una familia”. Por ello, de acuerdo con las normas y reglas establecidas dentro del núcleo familiar, los roles definidos dentro del mismo y su grado de flexibilidad se podrá brindar apoyo o no a los niños y adolescentes en caso de una separación parental.

Si se tiene en cuenta que las crisis se presentan como algo inherente al ciclo vital de la pareja, y que pueden desembocar en una ruptura conyugal o parental, se requiere en lo posible un proceso terapéutico que incluya a los hijos/as, sugiriendo con esto un trabajo sistémico que propenda a la mitigación de los efectos negativos de la ruptura de la pareja en los niños/as y adolescentes.

## Discusión Y Conclusiones

Los conflictos conyugales pueden provocar que las funciones parentales se descuiden, puesto que al estar los padres enfocados en sus crisis internas, no advierten las implicaciones para sus hijos en cuanto a calidad de tiempo, pautas de crianza, grupo de pares, entre otras, y aún más grave, muchas veces no se dan cuenta de las crisis que atraviesan los niños/as y adolescentes de acuerdo con su propio ciclo vital: “(..)no hay que imaginar a unos padres desnaturalizados que, de forma deliberada, buscan la desgracia de sus hijos/as. Se trata más bien de personas atrapadas en los avatares del ciclo vital por dificultades que desbordan sus capacidades parentales” (Linares, 2012, p. 43). Por tanto, de

las crisis que atraviesa la pareja durante su ciclo vital se debe rescatar la capacidad de unir a la familia en torno de un suceso crítico, ya que de estas crisis se pueden generar herramientas de apoyo para el enfrentamiento exitoso de futuras crisis, teniendo como premisas el disminuir el impacto negativo en los hijos/as y aprender de las crisis para rescatar lo positivo que pudieran generar dentro del núcleo familiar: “Es difícil encontrar una pareja que no haya pasado por un momento crítico en su relación y se puede ver que cada pareja tiene su propio estilo a la hora de solucionar conflictos” (Carrillo, 2004, p. 2). Se hace necesario entonces, desde lo sistémico, establecer ciertas pautas de interacción y convivencia para afrontar las crisis con una mirada apreciativa, partiendo de la premisa de que la pareja es una sola como unidad de anclaje del sistema familiar y que su funcionamiento afecta directamente a los niños/as y adolescentes, como parte del andamiaje del subsistema parental. En muchas ocasiones las crisis desencadenan el divorcio, que no necesariamente debería verse como algo negativo sino que algunas veces puede llegar a representar la mejor opción para los hijos/as, puesto que no se justifica que los padres continúen inmersos en conflictos conyugales que repercuten directamente en los niños/as y adolescentes, por garantizar la “unión” familiar o por no afectar precisamente a sus hijos/as: “Cuando la pareja parental funciona para el odio, mostrándose incapaz de resolver armoniosamente los conflictos, su disolución civilizada es un beneficio para la salud mental de los niños/as, sea cual sea su edad” (Linares, 2006, p. 77). Así que la separación no debe connotarse siempre como algo malo, sino que puede llegar a ser en determinadas circunstancias la solución definitiva a los problemas internos de la pareja, mitigando el impacto negativo en sus hijos/as; ya que al presentarse una separación o divorcio, en

algunas ocasiones los hijos/as se ven envueltos en complicados conflictos de lealtades. Al estar involucrados, pugnan como jueces de un arbitrio que no les corresponde y se ven casi obligados a tomar partido o alinearse con uno de sus padres, generándose alianzas o coaliciones dentro del subsistema conyugal que generalmente no aportan nada significativo ni a la vida de los padres ni a la de los hijos/as: “Evitar que los hijos/as se expongan a los conflictos entre los progenitores constituye otro de los elementos que repercute de forma especialmente positiva en el ajuste psicológico de aquéllos” (Fellmann, 2009, p. 34).

Las consecuencias de una ruptura conyugal dependen del ciclo vital en el que se encuentre la familia, puesto que dependiendo de la edad de los hijos/as (se puede decir que entre más edad tengan los hijos/as es más “fácil” asimilar un proceso de ruptura marital) así mismo se puede determinar el grado de afectación, tanto para los padres como para los hijos/as, y se podrá tomar una decisión más adecuada para enfrentar un posible divorcio o separación parental. Rojas, Fonnegra y Pérez (2010, p. 172) realizan un análisis de acuerdo con el ciclo de vida del niño o adolescente:

Mientras más pequeño sea el niño, mayor importancia tiene el ambiente familiar para él, y por tanto la sensación de caos es mayor. (...) en los niños un poco más grandes, que ya tienen un lenguaje verbal más establecido, este medio de comunicación permite acercarse a su estado interior y atenuar el impacto de la separación en ellos, (...) Ya en la adolescencia, época de culminación de la infancia, los intereses y relaciones afectivas que han logrado construir los

hijos fuera del ámbito familiar ayudan a amortiguar el impacto de la separación de los padres.

Entonces, se hace relevante tener en cuenta al momento de iniciar un proceso terapéutico la edad de los hijos/as involucrados en una separación conyugal, para determinar el ciclo vital del subsistema de pareja y mitigar las implicaciones negativas para los niños/as y adolescentes inmersos en crisis conyugales.

Para afrontar las crisis que se presentan durante las etapas del ciclo vital de la pareja, resulta valioso empezar un proceso terapéutico sistémico que involucre a la familia como apoyo al subsistema conyugal. Rage Atala (1997, citado en Pinto, 2004) argumenta la importancia de la terapia de pareja para afrontar las crisis de la mejor manera y generar alternativas distintas: “En la terapia conyugal es muy importante identificar el momento del ciclo de desarrollo de la pareja en el cual se encuentra el matrimonio, es necesario que la pareja identifique su posición actual y que puede vislumbrar la siguiente etapa” (p. 12). Es por ello que se requiere principalmente el compromiso de los padres para que, de acuerdo con el ciclo vital conyugal, mediante la terapia sistémica se enfrente la crisis y se obtengan las herramientas necesarias para superar adecuadamente y sin mayores implicaciones para los hijos/as, las futuras crisis de pareja. Siguiendo con la temática de la terapia desde lo sistémico, Belart y Ferrer (1999) muestran un escenario donde la terapia familiar sistémica en los niños/as se debe implementar teniendo en cuenta directamente el contexto del subsistema parental y las relaciones que se dan entre los miembros del mismo: “Visto desde este enfoque un síntoma vendría a

expresar, entre otras cosas, que la familia tiene cierta dificultad para cambiar, para hacer la transición de una fase a otra del ciclo vital” (p. 101). Precisamente esa adaptación al cambio en los niños/as y adolescentes es la que se pretende generar con el proceso terapéutico desde el enfoque sistémico.

## Referencias

- Belart, A., y Ferrer, M. (1999). *El Ciclo de La Vida. Una visión sistémica de la familia*. Barcelona: Desclée de Brouwer.
- Carrillo, L. (2004). *Relación entre estilos de comunicación, manejo de conflictos y satisfacción en la relación de pareja*. Trabajo de grado, Universidad de las Américas, Puebla, México.
- Casas, G. (2000). *El Ciclo Vital De La Familia*. San José: Universidad de Costa Rica.
- Cibanal, L. (2006). *Introducción a la sistémica y terapia familiar*. Alicante: Editorial Club universitario.
- Espinal, I., Gimeno, A. y González, F. (2006). *El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia*. Universidad Autónoma de Santo Domingo. Facultad de Psicología. Disponible en <http://www.uv.es/jugar/EnfoqueSistémico>. Pdf.
- Feixas, G., Muñoz, D., Compañ, V. y Montesano, A. (2012). *El modelo sistémico en la intervención familiar*. Facultad de Psicología. Departament de Personalitat, Avaluació & Tractament Psicològics. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- Fellmann, I. E. (2009). Las rupturas familiares en la salud mental de los y las adolescentes. La salud mental de las personas jóvenes en España,

*Revista de Estudios de Juventud*, 27-45.

García, A. y Mora, M. (2016). *Estudio de los estados emocionales de los niños cuyos padres se encuentran en proceso de separación*. Ecuador: Universidad de Cuenca.

García Martínez, F. (2013). *Terapia sistémica breve: fundamentos y aplicaciones*. Chile: RIL Editores.

García, X. y Estremero, J. (2003). *Ciclo vital-Crisis evolutivas*. Buenos Aires: Fundación MF. Unidad de medicina familiar y preventiva.

Giovanazzi, S. y Linares, J. L. (2007). Dinámicas relacionales parentales en torno a los hijos en el proceso de separación conyugal. El “síndrome del juicio de Salomón”. *Sistemas Familiares y otros sistemas*, 23(1), 64-73.

Jiménez De la jara, M., De la luz, Ramírez, M., y Pizarro, M. (2008). *Ciclo Vital De La Familia y Género*. Chile: Departamento de Estudios División Social.

Linares, J. L. (2012). *Terapia familiar ultramoderna*. Barcelona: Herder.

Linares, J. L. (2006). *Las formas del abuso: la violencia física y psíquica en la familia y fuera de ella*. México: Paidós.

Maganto, M. C. (2004). *La familia desde el punto de vista sistémico y evolutivo*. San Sebastián: Universidad del País Vasco.

Pérez, M., Martínez, F., Mesa, G., Pérez, M., Leal, H. y Jiménez P. I. (2009). Cambios en la estructura y en la función familiar del adolescente en la última década (1997–2007). *Atención primaria*, 41(9), 479-485.

Pinto Tapia, B. (2004). La psicoterapia relacional sistémica y el psicoterapeuta. *Ajayu Órgano de*

*Difusión Científica del Departamento de Psicología, UCBSP*, 2(2), 17-34.

Ríos, González, J. A. (2005). *Los ciclos vitales de la familia y la pareja: ¿crisis u oportunidades?*. Madrid: Editorial CCS.

Rivas, S. G. (2013). *Enfoque sistémico: Una introducción a la psicoterapia familiar*. México: Editorial El Manual Moderno.

Rojas de González, N., Fonnegra, I., y Pérez, S. (2010). *Separación de las parejas*. Bogotá: Intermedio Editores.

Rosabal, M. (2013). Aspectos socio-culturales y del desarrollo del parentaje en el conflicto interparental posdivorcio: pautas para la comprensión de la experiencia de los niños y las niñas y las figuras no residentes. *Actualidades en Psicología*, 27(114), 87-111.

Semenova Moratto V. N.; Messenger, T.; Zapata Posada, J. J. (2015). Conceptualización de ciclo vital familiar: una mirada a la producción durante el periodo comprendido entre los años 2002 a 2015. *CES Psicología*, 8(2), 103-121.

Vargas, I. (2013). *Familia y Ciclo Vital Familiar*. Disponible en [http://psiquiatria.facmed.unam.mx/doctos/Virseda,J.,Gurrola,M.,Balcázar,P.yBonilla,M.\(2007\).AcontecimientosCríticosEnElCicloVitalDeLaFamilia](http://psiquiatria.facmed.unam.mx/doctos/Virseda,J.,Gurrola,M.,Balcázar,P.yBonilla,M.(2007).AcontecimientosCríticosEnElCicloVitalDeLaFamilia). México: Universidad Autónoma del Estado de México.

Yela, G. (2002). *El amor desde la Psicología Social: ni tan libres, ni tan racionales*. Madrid: Ediciones pirámide.