



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

## TESIS DE GRADO

Efectos psicosociales de la separación de hombres y mujeres en el núcleo familiar, en la comunidad universitaria y egresados de UNAN-Managua CUR-Estelí, II Semestre 2024

Cruz, F; Olivas, H.

**Asesor/Tutor**

Dra. Martha Miurel Suárez Soza

CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL DE ESTELÍ

*¡Universidad del Pueblo y para el Pueblo!*



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

**Centro Universitario Regional de Estelí  
CUR - ESTELI**

**Recinto Universitario “Leonel Rugama Rugama”**

**Efectos psicosociales de la separación de hombres y mujeres  
en el núcleo familiar, en la comunidad universitaria y  
egresados de UNAN-Managua CUR-Estelí, II Semestre 2024**

Tesis para optar al grado de  
Licenciadas en Trabajo Social

**Autor/es**

Hailing Paola Olivas Espino  
Francis del Socorro Cruz Morales

**Tutora**

Dra. Marta Miurell Suarez Soza

11 Diciembre 2024





*Centro Universitario Regional CUR- Estelí  
Departamento Ciencias de la Educación y Humanidades*

### CARTA AVAL DEL DOCENTE

A quien corresponda

Por medio de la presente, se hace constar que las estudiantes **Hailing Paola Olivas Espino (20-51273-2)** y **Francis del Socorro Cruz Morales (19-50175-4)** han culminado con excelencia la elaboración de su trabajo investigativo titulado *“Efectos psicosociales de la separación de hombres y mujeres en el núcleo familiar, en la comunidad universitaria y egresados de UNAN-Managua CUR-Estelí, II Semestre 2024”*, inscrito en la línea de investigación CSH-2: Estado, sociedad y justicia, y en la sublínea CSH-2.2: Equidad social, población y género.

Como tutora, respaldo plenamente esta investigación por su calidad académica y su aporte innovador en la comprensión de los efectos psicosociales de la separación. Las estudiantes han demostrado un alto nivel de compromiso, capacidad analítica y rigurosidad metodológica, logrando un estudio sólido que contribuye al debate sobre equidad de género y bienestar emocional en la educación superior.

Por ello, avaló la entrega del documento final de la tesis, con la certeza de que este trabajo representa un valioso aporte académico y social, ofreciendo nuevas perspectivas para la intervención psicosocial y el fortalecimiento del bienestar emocional en contextos de separación.

Dado en la ciudad de Estelí, a los once días del mes de febrero del año dos mil veinticinco.

Atentamente,



Dra. Martha Miurel Suárez Soza  
<https://orcid.org/0000-0002-1851-3774>  
UNAN-Managua/CUR-Estelí

*¡Universidad del Pueblo y para el Pueblo!*

## **Dedicatoria**

Esta tesis se la dedicamos a nuestro creador quien supo guiarnos por el buen camino, darnos fuerzas para seguir adelante y no desmayar en los problemas que se presentaban, enseñándonos a encarar las adversidades sin perder nunca la dignidad ni desfallecer en el intento. En todo momento, su presencia ha sido nuestro consuelo y motor es a Él a quien más agradecemos por brindarnos paz y la confianza para seguir adelante.

A nuestros padres por enseñarnos a disfrutar todo lo que hacemos y a no dar por sentado nada aprovechando todas las oportunidades que la vida nos presente, Gracias a su amor incondicional, su sacrificio, su confianza, sus consejos, su comprensión, amor y ayuda en los momentos difíciles, nos han dado lo que somos como personas: valores, principios, carácter, empeño, perseverancia y coraje para conseguir nuestros objetivos.

A las personas que ya no están pero que nos han dejado huellas y recuerdos de fortaleza y resiliencia que llevaremos de por vida en nuestros corazones.

*Hailing Paola Olivas Espino*

*Francis del Socorro Cruz Morales*

## **Agradecimiento**

Primeramente, agradecemos a Dios por darnos la fortaleza, salud y sabiduría para culminar este proceso tan importante y de gran significado en nuestras vidas.

A nuestra persona por ser muy perseverantes y dedicadas en cada paso que damos, a nuestras madres **Paula Espino, Florencia Morales**; por ser una fuente de inspiración y resiliencia ante momentos difíciles, nuestros padres **José Daniel Olivas, Samuel Cruz**; por todo su apoyo desde siempre y enseñarnos a ser fuertes y apasionadas.

A nuestra docente Dra. **Martha Miurel Suárez Soza**, por su incondicional acompañamiento durante este proceso, la motivación y el amor con que nos enseña.

Y a todas las personas que han sido participes de esta investigación por su disposición, apertura y compromiso, los que hicieron posible la recolección de datos necesarios para este estudio. Valoramos la sinceridad al compartir sus experiencias y su colaboración para que este trabajo tuviera un impacto real; sin su participación activa, esta tesis no habría alcanzado la profundidad y relevancia que tiene hoy.

*Hailing Paola Olivas Espino.  
Francis del Socorro Cruz Morales.*

## **Resumen**

La presente investigación analiza los efectos psicosociales de la separación de hombres y mujeres en el núcleo familiar, tomando como contexto el segundo semestre de 2024 en UNAN-Managua CUR-Estelí. Se centra en las vivencias individuales y colectivas que surgen tras una ruptura, así como en las transformaciones emocionales, económicas y sociales que afectan tanto a los adultos como a los hijos involucrados. A partir de una fundamentación teórica sólida, se examinan aspectos como el impacto emocional, las dinámicas familiares, las estrategias de afrontamiento y los roles de género, destacando las diferencias en la forma en que hombres y mujeres enfrentan este proceso. También se abordan los cambios en las redes de apoyo y las implicaciones legales derivadas de las separaciones. El objetivo principal es valorar los efectos psicosociales en el ámbito familiar y proponer estrategias psicosociales que faciliten una adaptación sana y funcional. Entre las propuestas destacan la promoción de la resiliencia, la comunicación asertiva, y el fortalecimiento de redes de apoyo, con un enfoque integral que abarca los aspectos emocionales y sociales.

**Palabras claves:** Separación, Efectos psicosociales, Vivencias, Roles de género, Resiliencia, Estrategias de afrontamiento

## **Abstract**

This research examines the psychosocial effects of the separation of men and women within the family unit, focusing on the second semester of 2024 at UNAN-Managua CUR-Estelí. It delves into the individual and collective experiences following a breakup, as well as the emotional, economic, and social transformations affecting both adults and children involved.

Based on a solid theoretical foundation, the study explores aspects such as emotional impact, family dynamics, coping strategies, and gender roles, highlighting the differences in how men and women navigate this process. It also addresses changes in support networks and the legal implications arising from separations.

The primary objective is to assess the psychosocial effects within the family context and propose psychosocial strategies that facilitate healthy and functional adaptation. Among the proposals are the promotion of resilience, assertive communication, and strengthening support networks, with an integral approach encompassing emotional and social aspects.

**Keywords:** Separation, Psychosocial effects, Experiences, Gender roles, Resilience, Coping strategies

# Índice

<b>I. Introducción</b>	<b>1</b>
<b>II. Antecedentes</b>	<b>2</b>
<b>III. Planteamiento del problema</b>	<b>6</b>
3.1. Caracterización general del problema	8
3.2. Preguntas de investigación	9
Preguntas específicas	9
Preguntas específicas	9
<b>IV. Justificación</b>	<b>10</b>
<b>V. Objetivos</b>	<b>13</b>
5.1. Objetivo general	13
5.2. Objetivos específicos	13
<b>VI. Fundamentación teórica</b>	<b>14</b>
6.1. La familia y su importancia psicosocial	14
6.2. Vivencias de hombres y mujeres tras una ruptura	15
6.3. Efectos Emocionales en los Miembros de la Familia	28
6.4. Propuesta Psicosocial Integral	38
6.6. Marco legal y jurídico del país	48
<b>VII. Matriz de categoría y subcategoría</b>	<b>54</b>
<b>VIII. Diseño Metodológico</b>	<b>55</b>
8.1. Tipo de investigación	55
8.2.1. Área de conocimiento	56
8.4. Métodos y técnicas para la recolección y el análisis de datos	60
8.5. Etapas de investigación	64
8.6. Consideraciones éticas	67
<b>IX. Análisis y discusión de resultados</b>	<b>68</b>
9.1. Vivencias y experiencias de mujeres y hombres post ruptura	68
9.2. Aspectos psicosociales de la separación en el núcleo familiar	74
9.3. Propuesta psicosocial para enfrentar las separaciones y rupturas en el núcleo familiar	78

<b>X.</b>	<b><i>Conclusiones</i></b>	<b>80</b>
<b>XI.</b>	<b><i>Recomendaciones</i></b>	<b>82</b>
	<b><i>A las autoridades educativas y clínica psicosocial y comunitaria</i></b>	<b>82</b>
	<b><i>Para los estudiantes</i></b>	<b>82</b>
<b>XIII.</b>	<b><i>Anexos</i></b>	<b>92</b>

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> Matrimonios y Divorcios registrados por CSE. ....	17
<b>Tabla 2.</b> Consecuencias emocionales de hijos e hijas. ....	29
<b>Tabla 3.</b> Comunidad Universitaria CUR- ESTELÍ .....	59
<b>Tabla 4.</b> Muestra definida para este estudio. ....	59
<b>Tabla 5.</b> Descripción del cuestionario dirigido a la comunidad universitaria. ....	60
<b>Tabla 6</b> Descripción de las historias aplicadas a la comunidad universitaria.....	62
<b>Tabla 7.</b> Expertos que validaron.....	64
<b>Tabla 8.</b> Descripción de la codificación de los participantes.....	66

## Índice de gráficos

<b>Gráfico 1.</b> Estado emocional tras la separación.....	69
<b>Gráfico 2</b> Reacciones por género a las rupturas .....	73
<b>Gráfico 3.</b> Solicitaron apoyo a otras personas por la separación-ruptura .....	78

## Tabla de ilustraciones

<b>Figura 1</b> Emociones post ruptura .....	19
<b>Figura 2</b> Roles de género.....	22
<b>Figura 3.</b> características del apego. ....	32
<b>Figura 4.</b> Pasos para la comunicación asertiva.....	42
<b>Figura 5</b> Ubicación de la universidad CUR-ESTELÍ.....	57
<b>Figura 6.</b> UNIVERCIDAD UNAN-MANAGUA, CUR-ESTELI .....	58
<b>Figura 7.</b> Imagen del cuestionario en línea Google Formulario. ....	61
<b>Figura 8.</b> Imagen de la plataforma digital para Historias extrañas. ....	62
<b>Figura 9.</b> Grupo virtual de historias extrañas. ....	62
<b>Figura 10.</b> Dimensiones de validez.....	63
<b>Figura 11.</b> Etapas de la investigación. ....	64
<b>Figura 12</b> Nube de palabras.....	70
<b>Figura 13.</b> Cambios experimentados post ruptura.....	74
<b>Figura 14.</b> Consecuencias de la ruptura en el núcleo familiar.....	77

## **I. Introducción**

La separación de parejas representa un fenómeno social de creciente relevancia, con profundas implicaciones en las dinámicas familiares y el bienestar individual. Este proceso transforma no solo las relaciones afectivas entre los miembros de la pareja, sino también la estructura y las dinámicas del núcleo familiar, afectando a hombres, mujeres e hijos en diversas dimensiones.

En este contexto, es fundamental explorar los efectos psicosociales de estas separaciones, considerando factores emocionales, sociales y económicos. La investigación presentada tiene como propósito principal analizar cómo las vivencias de hombres y mujeres tras una ruptura afectan al núcleo familiar, así como identificar estrategias para enfrentar de manera saludable estas transiciones, promoviendo el bienestar emocional y la resiliencia.

La relevancia de este estudio radica en la necesidad de comprender cómo las separaciones impactan a las familias desde una perspectiva integral, proporcionando herramientas que permitan una adecuada adaptación. Este análisis no solo contribuye al conocimiento académico, sino que también busca ofrecer insumos prácticos para profesionales del trabajo social y otras disciplinas relacionadas, con el fin de mejorar las intervenciones y el acompañamiento en estos procesos.

## **II. Antecedentes**

La problemática de la separación de hombres y mujeres es un tema de interés internacional donde se reflejan los efectos psicosociales que afectan las relaciones y por ende directamente al núcleo familiar. Para esta investigación es de suma importancia conocer antecedentes que están sustentados por diferentes fuentes de información confiables, conformados por revistas psicológicas, tesis de grado y artículos científicos, que se pueden ver a través de cinco antecedentes internacionales y 2 nacionales.

### **Estudios internacionales**

En la investigación realizada por Montoya (2021); con el propósito de determinar las Causas del Divorcio como Fenómeno en Época y Celeridad del Proceso en el Distrito Judicial (Arequipa- Perú), se argumenta que el divorcio es la desintegración del matrimonio de los esposos en vida. Tal desintegración se orienta a una necesidad que una de las partes que no desea continuar la relación de la vida marital que se ha consagrado.

El estudio se desarrolló metodológicamente desde el enfoque cualitativo, teniendo como principal escenario el Distrito Judicial de Arequipa (Perú); se aplicaron como técnica de estudio la entrevista y el análisis documental, para finalizar se realizó la discusión conforme al método de triangulación. Los resultados demuestran que se han generado varios factores negativos, patologías psicológicas en las relaciones familiares ocasionando violencia y otros factores que fomentan ciertas causales de divorcio, los poderes de justicia han manifestado una fragilidad en cuanto a la celeridad del proceso ya que no se elaboró un plan de contingencia óptimo que se adapte a todas las necesidades de los litigantes.

Por otro lado, Henao y Muñoz (2021); realizaron estudio sobre el afrontamiento de rupturas amorosas con el objetivo explorar los mecanismos de afrontamiento de la soledad generada por rupturas amorosas a la luz de la psicología, con un enfoque centrado en las motivaciones de resolución de la situación de ruptura de manera no clínica. Para ellos

emplearon una metodología cualitativa, exploratoria y de carácter transversal. La técnica utilizada fue la entrevista en profundidad, la cual se realizó bajo una guía de 43 preguntas, dividida en cinco subtemas. Se definieron cuatro categorías de preguntas que iban de lo general a lo particular.

Por consiguiente, los resultados muestran que las rupturas amorosas son circunstancias que acrecientan en los individuos sentimientos de soledad y aislamiento. De muchas formas se le hace frente a un proceso de duelo, o se buscan mecanismos de refugio.

Con un enfoque biográfico, Mendoza y Galarga (2024) en la universidad nacional de ciencias de la salud (Ecuador); realizaron un estudio con el objetivo caracterizar la ruptura de pareja y las estrategias de afrontamiento psicológico en adultos jóvenes mediante una revisión bibliográfica para examinar los diversos aspectos que ocasiona la ruptura de pareja, incluidos los aspectos psicológicos, emocionales y sociales.

Este estudio se enmarca en el paradigma metodológico, se emplea la revisión bibliográfica como técnica adecuada para encontrar y catalogar la información más relevante y precisa en la investigación, obteniendo resultados que reflejan que la ruptura de pareja presenta consecuencias emocionales como la depresión y la angustia presentándose niveles altos de la misma, al analizar factores como la duración de la relación, la intensidad emocional de la ruptura y la presencia de eventos estresantes adicionales que repercuten en el bienestar en general. Además, los resultados muestran la variedad de estrategias de afrontamiento utilizadas por los adultos jóvenes tanto positivas como negativas en cuanto a las estrategias positivas la resolución de problemas fuera más utilizada por los adultos jóvenes ante una ruptura sin dejar de lado la complejidad del proceso de adaptación.

Posteriormente, la investigación realizada por Medina y Rodríguez (2024) con el objetivo de evaluar la eficacia de una intervención familiar en duelo complicado por ruptura de pareja, mediante un estudio con enfoque mixto de intervención en tres etapas (diagnóstica-implementación-evaluación). Primeramente, se realizó estudio observacional,

transversal, descriptivo, con muestra aleatoria simple. Dentro de los resultados resaltan los factores de riesgo: conflicto en subsistema paterno filial, adicciones, economía; y los factores protectores: grupos religiosos, artísticos, educativos y médicos. Además, las acciones se centraron en intervención cognitivo-conductual-emocional.

Asimismo, Moscoso (2023) analiza las causas que motivan el divorcio parental y los efectos que ello produce en la vida de sus infantes. La investigación se realizó desde el enfoque cualitativo no experimental, mediante la revisión bibliográfica del alcance descriptivo, dio como resultado que Latinoamérica se sigue con un modelo de divorcio que se maneja de 2 maneras: causal y por mutuo acuerdo, y se excluye el divorcio encausado. Esto quiere decir que en el primer caso se busca y castiga a un culpable; y en el segundo caso se pretende llegar a un pacto en el que ambas partes coincidan, lo cual es muy poco común.

En este sentido, esta visión del divorcio genera que la relación conyugal y parental se desgaste aún más y que se generen mayores conflictos y descuidos en el grupo familiar por todos los recursos que se movilizan al divorcio y que los efectos experimentados por los hijos sean más graves. En cuanto a las causas principales del divorcio de Latinoamérica se detectaron seis razones: 1) conflictos familiares, 2) abandono conyugal, 3) insatisfacción, 4) infidelidad, 5) violencia, y 6) falta de comunicación.

### **Estudios nacionales**

En Nicaragua, Miranda y Hodgson (2020); realizaron un estudio sobre la masculinidad y paternidad luego de la separación con la participación de hombres que residen en el Barrio Fátima de la ciudad de Bluefields, en donde se indagó sobre las representaciones mentales y conductuales que poseen acerca de la paternidad. La metodología de la investigación utilizada fue cuantitativa y cualitativa, participaron 49 hombres que son padres de familia, consultándose sobre sus percepciones sobre la masculinidad y paternidad. Mediante entrevistas, se exploraron las experiencias y situaciones que limitan el ejercicio de la paternidad responsable, cuyos

resultados fueron tratados con la técnica de análisis de contenido y discurso. También se utilizó el programa SPSS 17 para el análisis de los datos.

En los resultados se destacan que los divorcios afectan el involucramiento en la paternidad donde muchos identifican lo que es tener una familia, proteger, proveer alimento, casa, ropa y educación a los hijos e hijas; mientras que otros mencionan que el principal factor que limita el ejercicio de la paternidad responsable es la relación fracturada con sus exparejas madres de sus hijos e hijas, no haber sido instruidos para ser padres, la falta de voluntad, el alcoholismo y el desempleo.

Por otro lado, en el estudio realizado por Rivera (2013) se demuestran los cambios normativos planteados en el proyecto de código de familia; así el análisis de estos. La metodología utilizada comparativa, teórica, cualitativa, porque incluye la descripción detallada del procedimiento del divorcio, así como de un análisis comparativo, entre la ley actual y el Proyecto del Código de Familia, los Instrumentos de Recolección e información que se utilizaron, revisión documental, libros, tesis, monográficas, cuerpos jurídicos, y páginas web. Como conclusión en la presente investigación, se demuestran los cambios normativos planteados en el proyecto de código de familia.

### III. Planteamiento del problema

La familia constituye un escenario de interacción, relaciones, vínculos y vivencias de sus miembros, sostenido en principios, valores y prácticas socioculturales. Bezanilla y Miranda (2023) sostienen que la familia es el grupo primario por excelencia, ya que, desde el nacimiento, las personas se encuentran inmersa en una familia. Es en este entorno donde viven y desarrollan las experiencias y habilidades que servirán como base para la vida en todos los ámbitos de su existencia.

En este sentido, la familia se conforma como un sistema de relaciones que funciona en los diferentes contextos sociales. La familia es la institución histórica y jurídica de más profundo arraigo a lo largo de las distintas etapas de la civilización. Según Morales (2015), su origen se remonta a los inicios de la humanidad, consolidándose como un pilar esencial para el desarrollo del ser humano.

Cuando se habla de familia, resulta relevante analizar la categoría de relaciones de pareja. Stange *et al.* (2017) argumentan son una de las formas de interacción más complejas debido a que involucran dimensiones biológicas, psicológicas, interaccionales, sociales y culturales.

Por otro lado, desde la psicología, las relaciones de pareja pueden abordarse desde diversas perspectivas, como la interacción, los conflictos, la estructura o el desarrollo de habilidades. sin embargo, dado que las parejas son sistemas dinámicos y en constante transformación, los estudios en esta área requieren análisis continuos que consideren los contextos específicos en los que estas relaciones se desarrollan.

En este marco, Zinker (2005, citado en Stange *et al.*, 2017) precisa a la pareja como "un sistema de individuos comprometidos a permanecer juntos a lo largo de un periodo extenso, manteniendo su continuidad" (p.73), lo que resalta tanto su naturaleza dinámica como la influencia de los factores sociales y culturales en su proceso de evolución.

Por otra parte, como forma de organización de las parejas, surge el matrimonio, una de las instituciones jurídicas y sociales más relevantes; contribuyendo a la estructuración de la familia como célula fundamental de la sociedad (Montenegro *et al.*, 2022).

Además, existen situaciones que pueden romper el vínculo afectivo que puedan terminar con las relaciones de pareja y por ende el matrimonio, originándose de esta manera la figura de la separación o divorcio, entendiéndose por tal “la ruptura del vínculo conyugal pronunciada por un fallo.

Por ende, las separaciones han atravesado una serie de cambios experimentados por la familia y sociedad dentro de América Latina a lo largo del siglo XX e inicios del siglo XXI, expresando una reducción del tamaño de los hogares y el aumento de los hogares unipersonales y monoparentales, en sí las separaciones son aquel elemento central de los sistemas de nupcialidad, ya que se los entiende como aquellas normas y de las instituciones sociales que guían la conformación de las familias (Espinoza, 2018).

Asimismo, la separación es un acontecimiento de gran trascendencia en la vida de las personas, que puede generar una serie de desafíos y cambios significativos en el estilo de vida o la dinámica familiar. Aunque este proceso es común en muchas sociedades, los cambios comportamentales, de pensamiento o emocionales que aparecen o se intensifican, como consecuencia de la experiencia de algún tipo de situación que implica una pérdida.

Por esta razón, la separación conlleva una serie de consecuencias multifacéticas que afectan a individuos y familias en diversos aspectos de sus vidas. Entre las principales problemáticas que surgen después de una separación se destacan, el impacto emocional y en la salud mental, ajuste socioeconómico, redefinición de roles y responsabilidades familiares, las dificultades de comunicación y relaciones interpersonales, impacto en el desarrollo de los hijos-hijas y las perspectivas de futuras relaciones.

Desde la perspectiva del Trabajo Social, la comprensión de esta problemática requiere una visión sistémica, que permita analizar las interacciones y relaciones de los diferentes componentes que conforman el sistema familiar, así como su vinculación con el entorno social. Una visión sistémica facilita identificar los factores que influyen en la ruptura de las relaciones de pareja, no solo desde las experiencias individuales, sino también desde los patrones relacionales, las estructuras familiares y las dinámicas comunitarias. Esta aproximación permite desarrollar intervenciones integrales que promuevan tanto el bienestar individual como la reconfiguración saludable del sistema familiar.

En definitiva, estas problemáticas mencionadas tienen un efecto negativo en la aceptación y adaptación dentro de los procesos de separación. Ante esta problemática, es crucial abordar estos desafíos desde un enfoque interdisciplinario que combine la intervención social, orientación psicosocial, el apoyo emocional, la asesoría legal, con el fin de promover el bienestar y la adaptación saludable de los individuos y familias que atraviesan este proceso.

### **3.1. Caracterización general del problema**

Las separaciones y/o divorcios han generado transformaciones significativas, no solo la estructura familiar, sino también las dinámicas sociales. Estos cambios reflejan valores y expectativas sociales respecto a la convivencia y la maternidad o paternidad, lo que ha diversificado en la forma en que se constituyen las familias. Dada esta realidad, resulta fundamental abordar estas temáticas con la sensibilidad y el profesionalismo que requiere, reconociendo su impacto en los individuos y en la sociedad en general.

### **3.2. Preguntas de investigación**

#### **Preguntas específicas**

- ¿Cuáles son los efectos psicosociales de la separación de hombres y mujeres en el núcleo familiar?

#### **Preguntas específicas**

- ¿Cómo experimentan hombres y mujeres los cambios emocionales, sociales y psicológicos tras una ruptura?
- ¿Qué aspectos psicosociales se dan en la separación dentro del núcleo familiar?
- ¿Cómo podemos enfrentar las separaciones y rupturas de manera sana en el núcleo familiar?

#### **IV. Justificación**

El proceso de separación en las parejas genera transformaciones significativas en las relaciones y en la vida de mujeres y hombres que conformaron el núcleo familiar. En este sentido, tanto hombres como mujeres, así como las hijas y los hijos implicados, experimentan cambios profundos que impactan su bienestar emocional, social y económico.

Cabe señalar, que, en las últimas décadas, la evolución de los marcos legales y jurídicos de protección a la familia ha tenido un impacto significativo en los procesos y dinámicas familiares. Estos cambios han motivado el reconocimiento de derechos en el ámbito familiar, incluyendo la igualdad de responsabilidades en la paternidad y maternidad, así como el fortalecimiento del rol de ambos progenitores en el desarrollo integral de las hijas e hijos.

Asimismo, es importante mencionar que la implementación de leyes específicas, como las destinadas a la prevención de la violencia de género y la garantía del cumplimiento de pensiones alimenticias, ha buscado salvaguardar los derechos de los miembros más sensibles y vulnerables de la familia, en particular de mujeres, niñas, niños y adolescentes, frente a situaciones de riesgo y desprotección.

Simultáneamente, las relaciones familiares han atravesado un dinámico proceso de transformación, tanto en su estructura como en su posición dentro de la sociedad. No obstante, los efectos psicosociales de la separación, en especial las vivencias de hombres, mujeres, niñas, niños y adolescentes tras una ruptura han recibido poca atención en comparación con los estudios centrados en las causas del divorcio.

Por lo tanto, esto pone en evidencia la necesidad de un análisis más profundo e integral sobre el impacto emocional, social y económico que desafían las familias durante y después de estos procesos, reconociendo las implicaciones legales y las responsabilidades compartidas que influyen en el bienestar de los involucrados.

Por consiguiente, desde la perspectiva del Trabajo Social, esta investigación es relevante, ya que permitirá comprender y analizar el estado emocional, social y familiar de las mujeres y hombres después de una separación. Este conocimiento es fundamental para desarrollar intervenciones que faciliten la adaptación saludable y la reestructuración del núcleo familiar, desde un enfoque integral que considere tanto las vivencias individuales como las dinámicas relacionales.

Cabe señalar, que, al aplicar una visión sistémica, el Trabajo Social puede intervenir de manera más efectiva, promoviendo la resiliencia, fortaleciendo las redes de apoyo y fomentando la comunicación asertiva entre los miembros de las familias.

Además, los resultados de esta investigación aportarán insumos clave para diseñar estrategias de acompañamiento y asesoría social en instituciones educativas, clínicas psicosociales que dirigen procesos de terapia y organizaciones comunitarias. Estas estrategias podrán enfocarse en la prevención de efectos adversos, como el aislamiento, la depresión, la violencia de género y el deterioro de las relaciones familiares, promoviendo una reconfiguración positiva del sistema familiar.

En este contexto, esta investigación no solo beneficia a los trabajadores sociales al proporcionarles herramientas para la intervención psicosocial, sino que también será útil para otras disciplinas relacionadas, como la psicología, la sociología y el derecho de familia. También, los hallazgos podrán ser utilizados por instituciones y organismos que trabajan en el fortalecimiento de la familia y el bienestar social, favoreciendo a una comprensión más profunda de las familias actuales y a la implementación de programas de apoyo pertinentes a las necesidades y realidades.

Por último, esta investigación abre la puerta a nuevas respuestas y conocimientos que son notables tanto para los profesionales como para la sociedad en general, al abordar una problemática que, directa o indirectamente, puede afectar a cualquier persona en algún momento de su vida.

En definitiva, este estudio busca generar un impacto positivo, promoviendo un acompañamiento más sensible, profesional y efectivo en los procesos de separación y sus efectos psicosociales.

## **V. Objetivos**

### **5.1. Objetivo general**

- Valorar los efectos psicosociales de la separación de hombres y mujeres en el desarrollo de las relaciones en el núcleo familiar.

### **5.2. Objetivos específicos**

- Caracterizar las vivencias de hombres y mujeres después de una ruptura.
- Identificar aspectos psicosociales de la separación en el núcleo familiar.
- Elaborar una propuesta psicosocial para enfrentar las separaciones y rupturas en el núcleo familiar.

## **VI. Fundamentación teórica**

La fundamentación teórica está estructurada por tres categorías de estudio: Vivencias de hombres y mujeres en una ruptura, efectos psicosociales de la ruptura que afectan el núcleo familiar y Propuesta psicosocial integral para afrontar las separaciones tomando en cuenta las conductas sociales; las cuales se abordan mediante conceptos específicos, lo que permite comprender a profundidad la temática abordada.

### **6.1. La familia y su importancia psicosocial**

Según, Freud (1913), tenía una visión particular de lo que era la familia. Para Freud, la familia es una institución fundamental en el desarrollo psicológico de los individuos. Él sostenía que la relación con los padres y los hermanos durante la infancia tiene un impacto profundo en la formación de la personalidad.

Por otro lado, Bowlby (1980) conocido por su teoría del apego, también tiene una perspectiva única sobre la familia. Para Bowlby, la familia es el primer lugar donde los bebés y los niños pequeños desarrollan vínculos emocionales seguros con sus cuidadores principales. Estos vínculos afectivos son fundamentales para el desarrollo de la confianza, la seguridad y la capacidad de establecer relaciones sanas en la vida adulta.

Por consiguiente, García-Peña (2016) explica la importancia de la familia en el desarrollo psicosocial y cómo influye en su bienestar emocional, en su capacidad de relacionarse con los demás y en su desempeño en la vida laboral y social.

El desarrollo psicosocial se refiere a la forma en que las personas se perciben a sí mismas y a los demás, a su capacidad para regular sus propias emociones y a su habilidad para establecer y mantener relaciones satisfactorias. Para lograr un buen desarrollo psicosocial, es necesario que las personas cuenten con una buena autoestima, se sientan competentes y seguras de sí mismas, y estén en capacidad de regular sus emociones.

Asimismo, Montagud (2021) habla que la familia es un entorno que condiciona nuestra vida y, claro está, nuestra salud mental. El medio ideal para que una persona crezca siempre es la familia sana y funcional, al margen de cuál sea su estructura y si hay lazos de sangre o no entre sus miembros. Hoy sabemos que el hecho de que una familia tenga un papá y una mamá sea monoparental o se trate de un matrimonio homosexual no condiciona la salud del individuo, sino el estilo parental que ejerzan los padres para con sus hijos.

Toda familia funcional es aquella en la que los padres y madres saben educar bien a sus hijos, los crían en un entorno en el que el cariño y el amor está bien presente, pero sin dejar que los niños y las niñas hagan todo lo que les venga en gana. La clave está en saber dar amor a la vez que se es responsable en el cuidado de los niños, aplicando un sistema democrático de crianza, y cumpliendo las tres principales funciones que todo buen padre y madre debe cumplir: protección, cuidado y afecto.

Por otro lado, Coreas *et al.* (2010) argumenta que la desintegración familiar es la separación de una pareja con hijos y las consecuencias que este hecho provoca. Al irse uno de los miembros del núcleo familiar, se genera una desestabilización en el funcionamiento de este. Este problema se ha ido volviendo cada vez más grave en las sociedades desarrolladas.

Debido a esto, cada vez son más las familias en las que el núcleo familiar queda desintegrado. Los principales afectados por esto son los niños, aunque todas las personas implicadas suelen sufrir consecuencias negativas.

## **6.2. Vivencias de hombres y mujeres tras una ruptura**

Según Carrillo (2024) una ruptura amorosa es el final de una relación sentimental entre dos personas. Puede ser una decisión mutua o unilateral y, aunque es común, cada ruptura es única debido a la naturaleza de las emociones y vínculos involucrados.

Las rupturas amorosas no solo marcan el fin de una relación, sino también el cierre de proyectos de vida compartidos y expectativas; en muchos casos tiene que ver con la cercanía emocional que caracterizaba la relación.

Comúnmente el proceso de duelo en una separación amorosa se centra en la regulación emocional en lugar de abordar directamente la resolución del problema. Este aspecto se considera fundamental para la habilidad de tomar decisiones asertivas al momento de seleccionar nuevas parejas.

El género es una variable importante al momento de abordar las estrategias de afrontamiento ya que existen diferencias significativas en cuanto al mismo, estas son determinantes ya que demuestran la manera en la que los individuos se adaptaran activamente a las circunstancias en el futuro. Además, la manera de afrontar los problemas de una persona es un reflejo de los recursos y habilidades sociales que posee, como su cultura, su vida personal y el nivel de dificultad percibido en una situación de conflicto.

Por lo tanto, Mendoza y Galarraga (2024) nos dice que, en muchas culturas, se espera que los hombres sean independientes y resilientes, lo que puede llevarlos a utilizar estrategias centradas en los problemas. En cambio, a las mujeres se les suele incentivar a ser más empáticas y, que se centren en las relaciones, lo que puede llevarlas a buscar más apoyo social en momentos de estrés o sufrimiento.

A continuación, en la TABLA 1 Se muestra el número de matrimonios y divorcios registrados en 2020 – 2021, en Nicaragua:

*Tabla 1. Matrimonios y Divorcios registrados por CSE.*

PERÍODO 2020 - 2021

Departamento	Matrimonios		Divorcios		Matrimonios 2020 - 2021	Divorcios 2020 - 2021	Relación Divorcio / Matrimonio
	2020	2021 <sup>P/</sup>	2020	2021 <sup>P/</sup>			
<b>La República</b>	<b>31,485</b>	<b>35,352</b>	<b>8,570</b>	<b>9,533</b>	<b>66,837</b>	<b>18,103</b>	<b>27.1</b>
Nueva Segovia	953	1,313	171	201	2,266	372	16.4
Jinotega	1,846	2,165	183	259	4,011	442	11.0
Madriz	538	642	85	101	1,180	186	15.8
Estelí	1,262	1,896	377	482	3,158	859	27.2
Chinandega	2,058	2,556	536	595	4,614	1,131	24.5
León	1,925	2,203	661	786	4,128	1,447	35.1
Matagalpa	2,606	2,967	596	687	5,573	1,283	23.0
Boaco	695	855	207	252	1,550	459	29.6
Managua	8,460	9,464	3,366	3,517	17,924	6,883	38.4
Masaya	1,558	1,686	466	467	3,244	933	28.8
Chontales	820	1,003	355	376	1,823	731	40.1
Granada	1,094	1,032	323	389	2,126	712	33.5
Carazo	1,060	1,190	310	276	2,250	586	26.0
Rivas	873	933	270	298	1,806	568	31.5
Río San Juan	600	632	95	115	1,232	210	17.0
RACCN	2,741	2,583	215	229	5,324	444	8.3
RACCS	2,396	2,232	354	503	4,628	857	18.5

*Fuente: Sistema Nacional de Estadísticas Vitales*

### **Diferencias emocionales y reacciones ante la separación**

Según Guzmán y Gonzales (2020); existen diferencias notables de hombres y mujeres ante una separación. En general, las más utilizadas por las mujeres son: buscar apoyo social, centrarse en resolver el problema, buscar apoyo espiritual, auto culparse, buscar apoyo emocional. Las mujeres utilizan el estilo improductivo y el de relacionarse con los demás.

Por otra parte, Cerezo (2020) sostiene que los hombres demuestran un mayor uso de la distracción física, apartándose e ignorando el problema, ejercen un afrontamiento distractivo, no buscan apoyo social o la búsqueda de pertenencia.

En este sentido, muchos de los hombres utilizan la evitación emocional y la reacción agresiva hacia los demás, hacia sí mismos, expresada en ira y hostilidad como consecuencia de la frustración.

### **Reacciones comunes como tristeza, enojo, alivio o frustración**

En la investigación realizada por Bonetto & Calderón (2014); nos habla de la separación en la pareja y que implica abandonar cosas de la vida actual, dejar atrás un pasado que generalmente no se hace sin dolor. “la intensidad de la pérdida amorosa no dependerá de la naturaleza del ser perdido sino del valor que se le atribuye a nuestra vida pasada, presente y futura; duele el hecho de vivir la pérdida como definitiva, duele el futuro que en ese momento se ve incierto. Y con todo este sentir no queda más que afrontar la ausencia de nuestra pareja y todo lo que este proceso incluye”.

Así mismo, Araneda *et al.* (2021) plantea que las emociones comunes ante la separación son la tristeza surge como respuesta al duelo por la pérdida de la relación, relacionándolo con los momentos compartidos, los planes a futuro; se manifiestan en nostalgia, llanto o sensación de vacío.

El enojo, por su parte, puede reflejarse como resultado de los conflictos y la hostilidad de problemas no resueltos o sentimientos de traición que se expresan en irritabilidad o la necesidad de culpar. La frustración también es parte de este proceso y es común cuando las expectativas sobre la relación no se cumplieron o el enfrentarse a los cambios que implica la ruptura; esta emoción se ve reflejada en la dificultad para adaptarse.

Sin embargo, no siempre se ve de esta manera, en algunos casos, la separación genera la sensación de alivio, especialmente cuando era conflictiva o dañina. Este sentimiento de libertad se puede ver a través de la claridad mental y el enfoque en el bienestar personal y colectivo priorizando la estabilidad de los hijos. A continuación, en la Figura 1, se muestran las etapas de la separación.

Figura 1 Emociones post ruptura



*Fuente: psicólogo-zaragoza (2020)*

### **Teoría del Estrés y Afrontamiento, Richard Stanley Lazarus – Susan Folkman**

Analiza las estrategias de afrontamiento específicas que emplean hombres y mujeres para manejar el estrés post-ruptura.

Esta nos dice que el estrés es una relación particular entre el individuo y el entorno por este como amenazante o desbordante de sus recursos, y que pone en peligro su bienestar; se relaciona también estrechamente con las estrategias de afrontamiento que se tienen y las emociones experimentadas.

De acuerdo con, Lazarus y Folkman (2000 citado en (México, Universidad Intercontinental, 2014) se han considerado variables de estrés y afrontamiento de forma aislada o en conjunto y se les ha relacionado con otras variables asociadas como el apoyo social. Se ha encontrado que no es un proceso exclusivo de los adultos, sino también los niños pueden experimentarlo. Sin embargo, las situaciones que lo desencadenan son diferentes en cada grupo de edad.

Por otro lado, investigaciones realizadas sobre afrontamiento han identificado que el manejo centrado en la acción se relaciona de modo positivo con el bienestar social y psicológico, mientras que el afrontamiento centrado en la emoción se relaciona con la presencia de problemas de salud.

Dentro de las estrategias de afrontamiento, se halla la búsqueda de apoyo social, que ayuda a resolver de manera significativa la situación estresante y aumenta el bienestar psicológico, lo cual disminuye la probabilidad de presentar problemas de salud.

Lazarus (2004); propone evaluar las emociones acorde con el modelo de una forma cualitativa; si bien es una buena alternativa, consideran desarrollar un instrumento para una mayor sistematicidad en la evaluación de las emociones, basado en la lógica del modelo estrés-emoción-afrontamiento, donde puede experimentar una emoción positiva o negativa que, a su vez, nos dice algo distinto sobre el modo en que una persona ha valorado lo que sucede en una transacción adaptativa, emitiendo una forma de manejo ya sea centrada en la emoción o en la acción, tanto en situaciones estresantes como placenteras, en los diversos tipos de población.

## **Roles de género y expectativas sociales**

La familia constituye el espacio primario para la socialización de sus miembros, siendo en primera instancia el lugar donde se lleva a cabo la transmisión de los sistemas de normas y valores que rigen a los individuos y a la sociedad como un todo Herrera (2024).

De esta manera, desde muy temprano, la familia va estimulando el sistema de diferenciación de valores y normas entre ambos sexos, asentando así tanto la identidad como el rol de género. Las reglas sociales van deslindando de manera clara las expectativas relacionadas con los roles que las personas deben asumir. Igualmente, la idea que se tiene sobre el rol de padre, madre, esposa o esposo, está condicionada en gran medida por la sociedad de la cual somos resultado

El contexto familiar refuerza la diferenciación genérica, dando actividades diferentes a niños y a niñas; a las niñas se les destinan aquellas relacionadas con el hogar, servir, atender a otros; mientras que a los niños se reservan actividades de competencia que les permiten tener un mayor control sobre el medio externo, lo cual es una forma muy importante de ir delimitando las normas de comportamiento y dejando claras las expectativas sociales hacia cada sexo. La familia, por tanto, es el principal eslabón del proceso de tipificación sexual dado que es formadora por excelencia y de difícil sustitución.

A continuación, en la Figura 2 se presenta las diferencias de los roles de género.

Figura 2 Roles de género



Fuente: Nieves Sanz 2021.

### **Factores culturales que condicionan las respuestas post-ruptura.**

Los factores culturales son un factor importante y decisivo en las respuestas emocionales tras una ruptura de pareja, estas influyen en como las personas procesan y externalizan sus emociones. Dentro de los más notables están:

- Normas sobre el género: en muchas culturas, se espera que los hombres repriman su tristeza o vulnerabilidad y que las mujeres sean más expresivas emocionalmente. Esto limita las formas de enfrentar el duelo y condicionar las maneras de buscar apoyo.
- Estigmas sociales: en contextos donde la separación o los divorcios son mal vistos las personas que atraviesan este proceso experimentan culpa, vergüenza o rechazo social, lo que dificulta tengan herramientas que les ayude a superar la situación.
- Valores familiares: las culturas y familias donde el matrimonio tiene un peso central pueden generar presión para “salvar” la relación a toda costa, incluso cuando ya no es funcional. Tras una ruptura esto puede provocar sentimientos de fracaso o conflicto interno.

- Creencias religiosas: la influencia de creencias que condenan la separación la separación intensifica sentimientos de culpabilidad y miedo al castigo divino, ya que muchas doctrinas de la religión son inflexibles a estos temas.

En consecuencia, la respuesta emocional y los procesos de ruptura de parejas están ligados por factores culturales y sociales. Estos moderan como las personas enfrentan su duelo, expresan sus emociones y buscan apoyo, además de influir en las expectativas de comportamiento según el género (Montenegro, flores , & Caicedo, 2022).

### **Teoría de Roles de Género Alice Eagly**

Examina cómo los estereotipos culturales moldean las experiencias de hombres y mujeres frente a una separación. Así también los roles de género en la sociedad que no solo se abordan de manera diferenciada, sino que con frecuencia se evalúan de forma desigual. Estas desigualdades forjan restricciones que circunscriben las opciones y oportunidades disponibles para las mujeres, afectando no solo su desarrollo personal, sino también el progreso de las naciones (Bria, Gómez, Etchezahar, & Ungaretti, 2020).

En este contexto, Eagly *et al.*, (2016) habla sobre los roles sociales asignados a mujeres y hombres generan diferencias en el comportamiento, mediadas por procesos sociales y psicológicos. En este sentido, estos procesos es precisamente la formación de roles de género, que establece expectativas sobre las características y habilidades que deben ostentar las personas según su sexo. Por ejemplo, en las sociedades industrializadas, se espera que los hombres con mayor frecuencia ocupen el rol de principal proveedor y jefe de familia, por ende, en los entornos laborales, los hombres suelen ocupar cargos de autoridad en comparación con las mujeres.

Así mismo, Choque y Gutiérrez (2021) plantea que antes de abordar la magnitud de la problemática de violencia contra la mujer en las relaciones de pareja, es preciso hacer referencia al significado de la palabra género, eso implica de construirlo y visualizarlo desde la cotidianidad desde donde se gestiona y se establece como decreto y desde donde se marca una polarización de

lo que significa ser hombre y mujer, originando estereotipos rígidos que condicionan los roles que se deben desempeñar en la sociedad, y que por tanto limitan las potencialidades humanas. Destacando en este sentido la propuesta de Beauvoir 2015, p. 27.

*“Género es una construcción cultural sobre el sexo, esto es, que la feminidad y la masculinidad son formas de ser mujer u hombre determinadas por la cultura y la sociedad”*

Por otro lado, Castañeda y Díaz (2021) declaran que, en la actualidad, muchos países han disminuido la desigualdad de género en educación, salario y participación femenina en órganos directivos empresariales y políticos. Sin embargo, permanecen valores que frenan el proceso de convergencia, incluso en los países con un mayor desarrollo económico.

Por consiguiente, Molina *et al.* (2021) habla sobre los roles sociales y cómo influyen en mujeres y hombres de manera distinta, en este caso los hombres que asumen roles de género tradicionales y tienen mayor riesgo de ejercer violencia en la pareja, ya que suelen sostener creencias que justifican su privilegio y poder sobre las mujeres. En este sentido, la violencia contra las mujeres se relaciona, en gran medida, con los roles masculinos dominantes que definen la masculinidad.

Por consiguiente, Eagly y Wood (2016) argumentan que la Teoría de Roles de Género ofrece un enfoque socio estructural que explica cómo los roles de género emergen y se transforman a partir de la interacción entre estructuras sociales, diferencias biológicas y normas culturales. En este contexto, las diferencias de poder y acceso a recursos moldean las expectativas y comportamientos asociados a hombres y mujeres, con una tendencia a asignar roles de liderazgo a los hombres y de cuidado a las mujeres.

Así mismo, esta teoría enfatiza que, si bien las diferencias biológicas pueden influir inicialmente en la distribución de roles, son las expectativas culturales las que amplifican estas desigualdades, perpetuando estereotipos y afectando la autoestima y las percepciones individuales.

No obstante, los roles de género no son fijos, sino que evolucionan con los cambios sociales, como la equidad en educación y empleo, lo que puede disminuir las brechas de género.

No obstante Campos y Saldaña (2018), refieren que las transformaciones culturales y prácticas han contribuido a equilibrar arreglos extremadamente inequitativos de antaño, éstas no han sido suficientes para cuestionar el fundamento de la desigualdad entre los géneros.

### **Cambios en las relaciones sociales**

Según Medina y Rodríguez (2024); la ruptura de pareja constituye una crisis para normativas que afecta los aspectos económicos, psicológicos y sociales de la vida de todos los integrantes de la familia; originando nuevas crisis como ansiedad, pérdida de la autoestima, cambios de vivienda, redefinir la relación con los amigos, redefinir los roles en casa y manejar la situación con los hijos e hijas.

La ruptura de pareja resulta ser una situación difícil para las familias especialmente cuando hay hijos de por medio. Un ejemplo claro son los conflictos entre los padres para determinar la custodia del menor, dando como consecuencia cambios de estatus (económicos, vivienda, escuela) en la dinámica y funcionalidad familiar.

Muchas familias también sufren aislamiento, ansiedad, depresión, baja autoestima, pérdida de autovalidación, sentimientos de tristeza, culpa, enojo y frustración. Sin embargo, muchas veces la ruptura de pareja también es una decisión necesaria y visible cuando la familia transita por violencia.

## **Transformaciones en las redes de apoyo social y familiar**

Las redes de apoyo social y familiar son fundamentales para la prevención del suicidio y la gestión de problemas de pareja. Un sólido sistema de apoyo puede proporcionar el respaldo emocional necesario para enfrentar los desafíos relacionales y mitigar el impacto de las crisis. Según estudios recientes, las personas que cuentan con un fuerte apoyo social tienen menos probabilidades de desarrollar síntomas depresivos severos y de contemplar el suicidio (Mendoza & Galarraga, 2024).

El apoyo de amigos y familiares puede actuar como un amortiguador contra el estrés, pero también un espacio de distracción y asimilación de las nuevas vivencias post ruptura. Las interacciones sociales positivas pueden aumentar la autoestima y proporcionar un sentido de propósito, factores cruciales para la estabilidad emocional. En situaciones de conflicto de pareja, el apoyo social puede ofrecer perspectivas externas y consejos útiles, además de servir como un recordatorio de que existen personas que se preocupan y están dispuestas a ayudar.

Las redes de apoyo no se limitan a amigos y familiares cercanos. También incluyen profesionales como terapeutas, consejeros, y trabajadores sociales, quienes pueden ofrecer orientación y apoyo estructurado. Estos profesionales pueden ayudar a las parejas a desarrollar habilidades de comunicación y resolución de conflictos, y a manejar las emociones negativas de manera constructiva (Arévalo, 2020).

Además, la tecnología ha expandido las formas en que las personas pueden acceder al apoyo social. Las redes sociales y las plataformas de comunicación en línea pueden servir como recursos valiosos para aquellos que buscan apoyo emocional y consejo. Aunque el uso excesivo de las redes sociales puede tener efectos negativos, cuando se utilizan adecuadamente, pueden conectar a individuos con comunidades de apoyo y proporcionar una salida para expresar sus sentimientos y recibir retroalimentación positiva.

## **Procesos de adaptación y aislamiento social**

De acuerdo con Saldaña (2024); la ruptura de pareja generalmente provoca dos tipos de problemas: el ajuste personal al divorcio y la adaptación al nuevo rol de progenitor divorciado. El ajuste personal implica superar las repercusiones psicoemocionales asociadas a este evento vital, así como adaptarse a las nuevas condiciones socioeconómicas. Tomando en cuenta que está profundamente documentado que tanto hombres como mujeres suelen experimentar estrés, ansiedad y pérdida de autoestima, siendo más intenso en aquellos que no han tomado la decisión de separarse.

Los procesos de adaptación social implican la capacidad de las personas para integrarse en un entorno social cambiante, ajustándose a nuevas normas, valores y dinámicas. Esto puede surgir por diversas razones, como rupturas familiares migraciones, cambios laborales o eventos traumáticos. En este proceso, las personas enfrentan desafíos emocionales y sociales que exigen flexibilidad, resiliencia y el desarrollo de habilidades de afrontamiento. La adaptación exitosa depende en gran medida del apoyo social disponible, así como de la capacidad del individuo para aprender y ajustarse a las expectativas del nuevo entorno.

Por otro lado, el aislamiento social ocurre cuando las personas se separan o son excluidas de las interacciones y conexiones significativas con otros. El aislamiento prolongado puede generar sentimientos de soledad, ansiedad y depresión, afectando negativamente el bienestar emocional y físico. Las personas aisladas suelen enfrentar dificultades para reintegrarse debido al miedo al rechazo o la falta de habilidades sociales.

Ambos fenómenos están interconectados: el fracaso en la adaptación puede llevar al aislamiento social, mientras que este último dificulta la integración. Las estrategias para superar estas barreras incluyen fortalecer el apoyo comunitario, fomentar redes sociales saludables y brindar acceso a recursos que promuevan el bienestar emocional. Estudios en sociología y psicología social destacan que la inclusión y la participación activa son claves para una adaptación exitosa y para prevenir los efectos adversos del aislamiento social.

### 6.3. Efectos Emocionales en los Miembros de la Familia

- **Consecuencias emocionales en hijos e hijas**

La separación de los padres trae como consecuencia una serie de problemas psicológicos y de comportamiento, llevándolos a un déficit del desarrollo emocional. En los últimos años la desintegración familiar involucra a muchas familias y con diversas causas, lo cual ha permitido realizar varias investigaciones, determinándose varias causas, una de ellas una sociedad cambiante y por ende el concepto de pareja.

La pareja tiene dos tipos de relaciones, la conyugal y la parental. La primera se caracteriza por la gratificación y apoyo mutuo que se dan como pareja; y la segunda se caracteriza por la unidad en el acompañamiento de los hijos en su desarrollo. Estas son relaciones independientes y sus logros no garantizan la efectividad en la otra; pero se debe guardar un equilibrio que las diferencie pero que a la vez les conserve (Costa & Merino, 2018).

El momento de la desintegración familiar, los niños y las niñas se ven afectados por los sucesos críticos y emocionales, en algunas ocasiones se sienten culpables de lo ocurrido en sus hogares. Esta desintegración tiene efectos nocivos en el futuro desarrollo; frente a esta situación los padres deben de brindar estabilidad y seguridad a fin de alcanzar un desarrollo equilibrado psico-emocional y social.

El impacto emocional en el niño depende de su ambiente social no solo para sobrevivir físicamente, sino para su desarrollo psíquico y espiritual, en la cual se incluye la herencia cultural, que no puede concebirse sin la sociedad y proporciona a los seres humanos contenido y forma a su existencia. El desarrollo emocional desde el mundo externo impacta en el desarrollo humano.

Desde este contexto, el ser humano vive situaciones que a medida que se desarrolla a través de su ciclo vital se tornan más complejas, lo cual hace que su comportamiento sea a su vez más diferenciado, varía de persona a persona acorde con los intereses, habilidades y circunstancias vitales propios. Esto es el resorte de aprendizaje para desarrollarse en el contexto de cada persona

en la perspectiva humanista. A continuación, en la Tabla 2 se presenta los efectos emocionales en hijos e hijas tras las separaciones de sus progenitores.

*Tabla 2. Consecuencias emocionales de hijos e hijas.*

HIJOS E HIJAS	CONSECUENCIAS EMOCIONALES
TRISTEZA, CONFUSIÓN	Los niños suelen sentirse tristes o desorientados ante los cambios en la dinámica familiar.
ANSIEDAD	Pueden experimentar miedo por el futuro, inseguridad económica o cambios en su rutina diaria.
SENTIMIENTO DE CULPA	Algunos hijos creen que son responsables de la separación.
IRA O FRUSTRACIÓN	La separación puede generar resentimiento hacia uno o ambos padres.

### **Cambios en las dinámicas familiares que afectan su bienestar**

Un factor decisivo para el mantenimiento de la salud o la enfermedad es un buen o mal funcionamiento de la familia. La referencia para tener una familia funcional o disfuncional se basa en el cumplimiento de todas sus funciones.

Por esta razón la funcionalidad familia es la capacidad que tiene el sistema para enfrentar crisis y superarlas en cada etapa del ciclo vital. La dinámica familiar es el conjunto de fuerzas motrices (físicas, emocionales, intelectuales) y patrones de actividad (crecimiento, organización, comunicación, dotación) al cual se le atribuye una función primordial en el constante cambio y crecimiento del grupo familiar, dentro del cual estas fuerzas operan de manera positiva o negativa y son determinantes de su buen o mal funcionamiento.

La familia debe transmitir directa o indirectamente el contenido de la cultura, o sea, la sociabilización, de esta es donde el menor adquiere las actitudes, las destrezas, los conocimientos y los valores que afectarán su estatus posterior.

Los padres serán los primeros educadores y responsables de su correcto desarrollo emocional. Deberán tener siempre presente su labor como modelo, ya que los niños/as irán modelando su comportamiento y sus valores tomándolos como ejemplo.

Para, Moreno *et al.* (2019) Los padres deben de tener en cuenta que la comunicación entre ellos y su hijo/a será uno de los pilares fundamentales. Los niños necesitan ser escuchados y los adultos deben reservar espacios para poder comunicarse con sus hijos. Debido al cambio que ha experimentado la sociedad actual, los padres señalan como un hándicap la falta de tiempo para poder estar con sus hijos/as. Sin embargo, no se trata de una cuestión de tiempo, sino de saber aprovechar al máximo las oportunidades de las que se disponen.

El estudio de la dinámica y estructura familiar contiene una visión sistemática de la familia. Es de vital importancia para entender cómo funciona la familia, estudiar las relaciones que existen entre los integrantes, como es la comunicación, roles, normas, jerarquías, alianzas, coaliciones, crisis normativas y para normativa que atraviesa la familia.

Para Engels (2017); la familia nunca es estática, siempre se encuentra en constante cambio, a medida que la sociedad evoluciona ella de igual forma lo realiza. Hasta el día de hoy no existe un modelo único de familia, esto se puede relacionar con los patrones socioculturales y los procesos de transformación. En la actualidad los individuos tienen la elección de su forma de vivir y con quienes convivir. Del mismo modo, las relaciones personales que conforman una familia cambian, exigiendo cada vez una mayor implicación emocional por parte de los miembros de la familia.

Las instrumentales son las acciones que se requieren para que el sistema familiar fluya de una manera adecuada, ordenada, y se cubran las necesidades de cuidado de los integrantes de la familia.

### **Teoría del Apego John Bowlby**

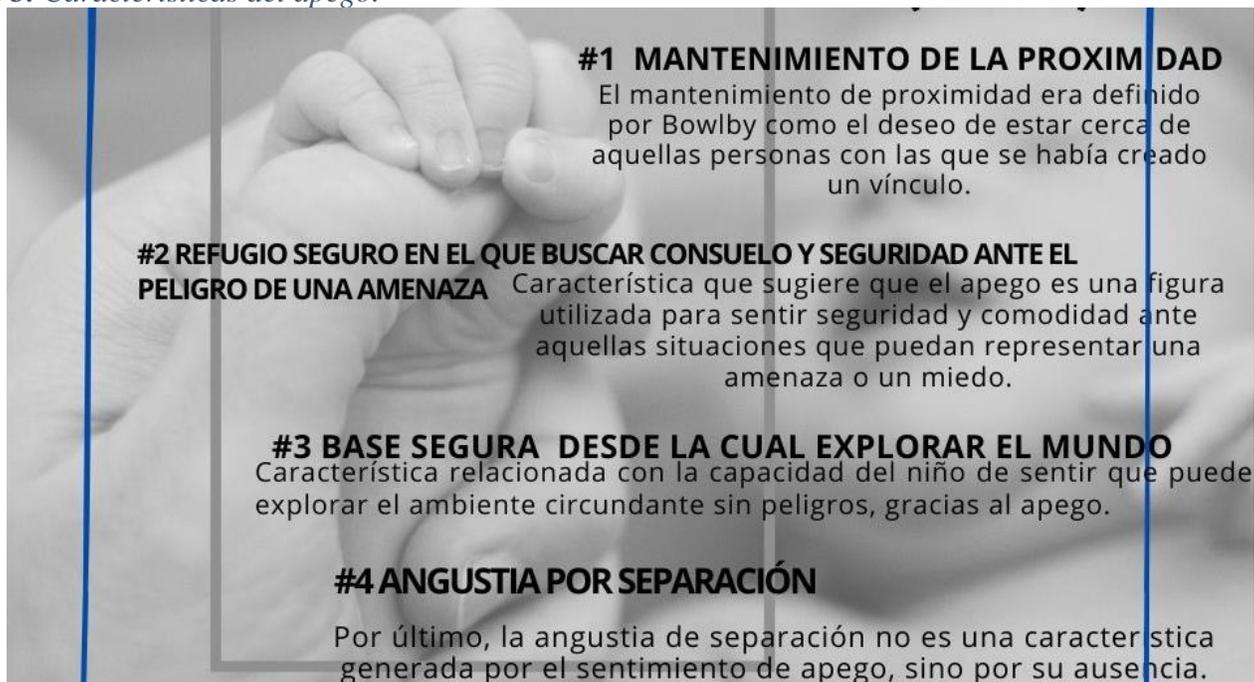
Analiza cómo las rupturas impactan las relaciones de apego de los hijos e hijas, influyendo en su desarrollo emocional y psicológico.

La Teoría del Apego de John Bowlby (1980), es una de las teorías más influyentes en psicología para explicar cómo se forman los vínculos emocionales entre un niño y sus cuidadores y cómo estos vínculos afectan el desarrollo emocional, social y conductual a lo largo de la vida. Bowlby propuso que el apego es un sistema adaptativo que tiene una base biológica y evolutiva.

La teoría del apego, desarrollada por John Bowlby, enfatiza la importancia de los vínculos afectivos en el desarrollo de los niños y su capacidad para establecer relaciones saludables y estables en el futuro. Según esta teoría, el apego es una necesidad innata del ser humano y es fundamental para su supervivencia y bienestar emocional.

Bowlby sostiene que el tipo de apego que se desarrolla en la infancia tiene un impacto duradero en la forma en que las personas se relacionan con los demás y en cómo manejan sus propias emociones. El apego seguro, donde el niño aprende a confiar en sus cuidadores y se siente seguro y protegido, es esencial para un desarrollo saludable. Sin embargo, si el apego es inseguro debido a falta de atención y cuidado adecuados, la persona puede tener dificultades para confiar en los demás y manejar sus emociones de manera adecuada. En la Figura 3, se detallan las características del apego según la teoría de Bowlby.

*Figura 3. Características del apego.*



## **Factores sociales y económicos**

### **Efectos de la separación en la situación socioeconómica de las familias**

En la investigación realizada por Pennoni (2022), habla sobre los múltiples efectos emocionales, sociales, pero también efectos económicos. Las familias monoparentales forman parte del sector con mayor carencia de recursos y precariedad, no solo haciendo referencia a lo económico sino también a la discriminación sufrida, variando en función de la vía de inicio, pudiendo ser los divorcios o las madres solteras, impactando en la sociedad de distinta manera.

Dado que, en un divorcio, dicha composición familiar completa ha existido en un momento determinado, por tanto, ha habido un antes, un durante y un después, lo que conlleva una reorganización familiar, pudiendo generar prácticas de crianza de menor calidad. En cambio, las

madres solteras siempre han tenido la misma organización familiar, con el reparto de roles y figuras de apego, siendo la más desvalorizada en la sociedad.

Los efectos de la separación pueden seguir ampliándose según la reorganización de la madre o el padre, dado que el derecho a una vivienda, acceso a la educación, la salud y otras necesidades básicas deben ser necesariamente cubiertos por la parte económica.

### **Consecuencias para la reorganización del núcleo familiar**

Según, Salmerón (2018); en su investigación habla de los factores contemplados en los acuerdos en los procesos de separación de pareja, uno de los puntos más trascendentes y complicados a la hora de lograr un acuerdo suele representarlo el establecer en concepto de pensiones.

La pensión compensatoria solo consta cuando se entiende necesario solucionar un problema de desequilibrio económico tras la ruptura de la pareja. Tras la separación o el divorcio se establece una pensión de alimentos a favor de los hijos y puede establecerse una pensión compensatoria a favor de uno de los cónyuges.

Los padres deben reorganizarse ya que deben seguir velando por el bienestar de los hijos, es decir, así se llegue a presentar el divorcio ellos deben seguir cumpliendo a cabalidad su rol en todas las etapas del desarrollo de los adolescentes, aunque dada la problemática económica resulta con muchos desafíos la organización de la familia.

### **Modelo Sistémico de Terapia Familiar Salvador Minuchin**

Examina cómo los cambios económicos y sociales afectan las dinámicas familiares, incluyendo la reorganización de roles y responsabilidades.

Según el modelo Minuchin los padres siempre deben seguir velando por el bienestar de los hijos, es decir, así se llegue a presentar el divorcio ellos deben seguir cumpliendo a cabalidad su

rol en todas las etapas del desarrollo de los adolescentes. Sobre decir que el divorcio para los niños más pequeños suele ser especialmente desafiante. Y es que, las consecuencias impactan directamente en el desarrollo emocional, social y cognitivo.

Los cambios económicos, como crisis financieras, desempleo o precarización laboral, afectan directamente a las dinámicas familiares, la reorganización de roles y responsabilidades:

Cuando uno de los padres pierde su empleo, otros miembros pueden asumir roles que antes no les correspondían (por ejemplo, hijos que trabajan para apoyar la economía familiar). Esto puede llevar a una inversión de roles que desestabilice la jerarquía familiar. En familias con ingresos reducidos, las responsabilidades económicas y domésticas pueden distribuirse de forma desigual, generando conflictos y tensiones.

Cuando la presión económica une a la familia en torno a la supervivencia, las fronteras pueden volverse poco claras, promoviendo enredos emocionales. En contraste, el estrés económico también puede generar aislamiento emocional, donde los miembros se distancian para evitar confrontaciones o culpas.

Por otra parte, Domínguez (2004), con la incorporación masiva de mujeres al mercado laboral, hay un cambio en los roles tradicionales de género. Esto puede provocar tensión en parejas que se resisten a redistribuir responsabilidades domésticas, pero también confusión en los hijos sobre los límites entre los roles parentales y las expectativas culturales tradicionales. Es necesario redefinir las responsabilidades para reflejar la nueva realidad económica o social, asegurando que estas sean justas y no perjudiquen a los miembros más vulnerables (como los hijos).

### **Dinámicas de co-parentalidad y roles familiares post-ruptura**

Según, Casares (2017); la reestructuración de los roles parentales tras una ruptura familiar representa uno de los procesos más complejos y desafiantes para los miembros de la familia. Los padres deben adaptarse a nuevas dinámicas de crianza, asumir nuevas responsabilidades y ajustar sus roles en función de las nuevas estructuras familiares.

La reestructuración de los roles parentales implica una negociación constante sobre cómo se dividen las tareas de crianza y las responsabilidades emocionales. Los padres pueden encontrarse luchando por determinar quién será responsable de las decisiones cotidianas sobre los hijos, como la educación, la salud o el bienestar emocional, lo que puede llevar a conflictos sobre el reparto de tareas y la autoridad.

Uno de los mayores desafíos en la reestructuración de los roles es la redefinición de las responsabilidades parentales. En muchos casos, los padres que solían compartir las tareas y decisiones deben aprender a tomar decisiones de manera individual, lo que puede generar tensiones y dificultades de comunicación.

El conflicto entre los padres es uno de los factores más desafiantes en la reestructuración de los roles parentales, ya que puede dificultar la cooperación en la crianza. Cuando los padres no logran resolver sus diferencias de manera efectiva, pueden verse atrapados en un ciclo de conflictos que afecta directamente a la calidad de la crianza y al bienestar emocional de los niños.

La adaptación a nuevas figuras parentales en el caso de que los padres establezcan nuevas relaciones y formen nuevas familias, la incorporación de padrastros o madrastras puede ser otro desafío importante. Los hijos deben adaptarse a nuevas figuras parentales que pueden tener un enfoque diferente sobre la crianza. Este proceso de adaptación puede generar tensiones, ya que los hijos pueden percibir a estas figuras como intrusas o no pueden aceptar su autoridad.

Los hijos de padres divorciados o separados pueden experimentar dificultades para aceptar a los padrastros o madrastras, especialmente si no existe una transición suave o una relación de confianza establecida. Los nuevos cónyuges pueden encontrar complicado negociar su rol en la crianza de los hijos ajenos, lo que puede generar conflictos dentro de la familia. La integración de nuevas figuras parentales es más exitosa cuando los padres biológicos pueden trabajar juntos de manera cooperativa.

Sin embargo, cuando los padres intentan imponer una figura parental sin el consentimiento o la aceptación de los hijos, la reestructuración de los roles puede ser más problemática.

### **Dinámicas de co-parentalidad en contextos de separación**

La co-parentalidad es un factor elemental tras una separación de parejas, ya sea que estén casados o no los padres, por que colaboran en la crianza y el cuidado de sus hijos. En el contexto post-ruptura, la co-parentalidad puede ser influenciada por diversas variables, como la comunicación entre los padres, el nivel de conflicto entre ellos, y la forma en que reestructuran sus roles familiares.

Conflicto post-ruptura: El nivel de conflicto entre los padres puede afectar negativamente el bienestar de los niños. El conflicto entre los padres tras una ruptura es uno de los factores más influyentes en el ajuste emocional de los hijos. Los niños expuestos a conflictos constantes entre los padres tienden a experimentar mayores problemas de ansiedad, depresión y dificultades en sus relaciones interpersonales.

Modelo de co-parentalidad cooperativa: Un modelo ideal de co-parentalidad tras la ruptura es aquel en el que los padres mantienen una comunicación abierta, respetuosa y colaborativa. Cuando los padres logran establecer una relación de co-parentalidad cooperativa, los niños muestran mejores resultados en términos de adaptación psicológica y bienestar emocional.

Crianza compartida vs. Custodia exclusiva: Otro aspecto clave en la co-parentalidad post-ruptura es el tipo de custodia que se establece. La crianza compartida, en la que ambos padres tienen un papel activo y equilibrado en la crianza de los hijos, ha demostrado ser beneficiosa para los niños.

Las dinámicas de socialización parental son importantes para el desarrollo de los hijos pues de estos se basan para tener como primer conocimiento de reglas y normas y todo lo que corresponda a aprendizajes socioculturales.

## Teoría de la Resiliencia Familiar Walsh

El enfoque de la resiliencia familiar plantea que existen factores protectores cuya definición apunta a la función de “escudo” que ciertas variables cumplen sobre el funcionamiento familiar para mantenerlo saludable y competente bajo condiciones de estrés: por ejemplo, las celebraciones familiares, el tiempo compartido o las rutinas y tradiciones familiares. Estos factores actúan atenuando o incluso neutralizando el impacto de los factores de riesgo sobre la trayectoria evolutiva familiar.

Por otro lado, McCubbin *et al.* (2007) Se identifican los procesos de recuperación, que cumplen una función de “catalizador” de nuevos equilibrios tras el impacto desestructurante de la crisis, por ejemplo, la comunicación, integración y apoyo familiar, la búsqueda de recreación y el optimismo familiar.

Tomando en cuenta estos elementos, la resiliencia familiar se ha definido como los patrones conductuales positivos y competencias funcionales que la unidad familia demuestra bajo estrés o circunstancias adversas, determinando su habilidad para recuperarse manteniendo su integridad como unidad, al tiempo que asegura y restaura el bienestar de cada miembro de la familia y de la familia como un todo.

Las familias resilientes responden positivamente a estas condiciones específicas de adversidad en formas únicas, dependiendo del contexto, nivel de desarrollo, la combinación interactiva de factores protectores y de riesgo, y una visión familiar compartida (De Haan *et al.*, 2002).

1. Un período de desorganización: caracterizado por conflictos incrementales, búsqueda de formas de afrontamiento y una atmósfera de confusión, enojo y resentimiento;
2. Un período de recuperación: durante el cual se descubren nuevos medios para ajustarse a la crisis.
3. Un período de reorganización: donde una familia se reconstruye hasta o sobre el nivel de funcionamiento anterior a la crisis.

Sin embargo, también es posible que un sistema familiar no se recupere del período de desorganización, llevando a su desintegración.

Las familias experimentan estrés y dificultades como un aspecto predecible de la vida familiar a lo largo del ciclo vital; poseen fortalezas y desarrollan competencias para proteger y asistir a sus miembros en la recuperación; se benefician y contribuyen a una red de relaciones en su comunidad, particularmente durante períodos de estrés y crisis familiar; buscan, negocian y establecen una visión común, que les dará sentido, propósito y una perspectiva compartida para avanzar como grupo; y las familias enfrentadas a estrés y crisis significativas buscan restaurar el orden, balance y armonía incluso en medio de una etapa de gran conmoción.

#### **6.4. Propuesta Psicosocial Integral**

Una primera acepción de lo psicosocial se relaciona con la aspiración a superar el dualismo instaurado por las ciencias modernas entre la realidad sociocultural exterior y la realidad psicológica interior del sujeto. Sobre este respecto el paradigma de lo psicosocial establece interdependencia entre lo psicológico y lo social, en la perspectiva psicológica se ubican los recursos internos de la persona, como proyecto de vida, la creatividad, el sentido del humor, la inteligencia, la experiencia, la motivación al logro, entre otros.

Así mismo, Frosh (2017) planteaba que es poco frecuente encontrar en la literatura psicológica intentos de examinar lo psicosocial como una entidad sin fisuras, como un espacio en el que las nociones que se distinguen en forma íntimamente conectadas o posiblemente incluso lo mismo. Una forma de aproximarse al concepto es entender que:

En este sentido el trabajo social tiene un papel crucial, la importancia radica en la capacidad para intervenir en los procesos de socialización, identificando y fortaleciendo las redes de apoyo y en su enfoque en el desarrollo de recursos individuales como la resiliencia y la capacidad de adaptación.

## **Intervenciones enfocadas en la resiliencia emocional**

La Asociación Estadounidense de Psicología (2011) define qué es la resiliencia como el proceso de adaptarse con éxito a la adversidad, el trauma, las amenazas y las fuentes de estrés. Además de la capacidad de recuperarse de circunstancias desafiantes, también se refleja en la capacidad de una persona para crecer y evolucionar para superar obstáculos.

La APA también reconoce este rasgo como algo que cualquier persona puede aprender, ya que implica una combinación de pensamientos, comportamientos y acciones que se pueden desarrollar con el tiempo.

Otros factores asociados a la resiliencia son:

La capacidad para hacer planes realistas y seguir los pasos necesarios para llevarlos a cabo.

- Una visión positiva de sí mismos, y confianza en sus fortalezas y habilidades.
- Destrezas en la comunicación y en la solución de problemas.
- La capacidad para manejar sentimientos e impulsos fuertes.

Según, Puerta (2023) uno de los acontecimientos científicos principal y relevante en el estudio de la resiliencia fue a finales de la década de los 70 con la investigación longitudinal realizada por Emily Werner y su grupo de teóricos y teóricas en Hawai. Werner siguió durante 32 años a 698 niños en un riesgo alto de trastorno de conducta, de 201 niños y niñas examinados a la edad de 2 años, 72 evolucionaron favorablemente sin intervención terapéutica y se hicieron jóvenes y adultos competentes y bien integrados. Dice la autora que supieron “sobreponerse” a partir de una infancia difícil.

### **Fomento de la comunicación asertiva para reducir conflictos**

El término asertividad no forma parte del diccionario de la RAE, en cambio la palabra asertivo sí existe. Esta palabra proviene del latín assertio-tionis, que es la acción y efecto de afirmar una cosa.

Para, Campos y Saldaña (2018) el asertividad, como término, tiene sus orígenes en el campo clínico de la psicología de conducta, o conductista, en Estados Unidos en su libro *Conditioned Reflex Therapy*, concebía el asertividad como un rasgo presente en algunas personas

Asimismo, Carrasco (2019) Nos dicen que la comunicación asertiva es una herramienta clave para la prevención y resolución de conflictos esto permite expresar ideas, sentimientos y necesidades de forma clara y respetuosa. La comunicación se basa en el equilibrio de defender los propios derechos y respetar los de los demás, esto fomenta un ambiente de diálogo abierto y constructivo.

En el ámbito psicosocial promover la comunicación asertiva contribuye significativamente a reducir las tensiones y mejora las relaciones interpersonales.

Desde la perspectiva del trabajo social, fomentar la comunicación asertiva tiene un impacto transformador tanto a nivel individual como comunitario ya que ayuda en el desarrollo de habilidades sociales, mejora de la autoestima y la capacidad de manejar conflictos de manera autónoma.

### **Teoría de la Comunicación Asertiva Albert Ellis**

El autor expresa que el asertividad, “es un conjunto de principios y derechos que hacen a un modelo de vida personal enfocado a lograr el éxito en la comunicación humana, su esencia radica en la habilidad para transmitir y recibir mensajes haciéndolo de forma honesta, profundamente respetuosa, directa y oportuna”.

Desde esta vertiente, lo que impone es que la labor educativa camine de la mano con los ambientes escolares de tipo asertivo debido a que favorecen la comunicación y el flujo de mensajes efectivos al interior de esta, cuando se aplica al menos un modelo más o menos racional o pensante en la toma de decisiones y si vivimos en las instituciones ambientes asertivos, se puede estar en condiciones de que las mejores decisiones podrán ser tomadas.

Según, Fajardo (2019) la teoría de la comunicación asertiva de Albert Ellis, enmarcada dentro de su Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC), propone estrategias para una comunicación clara, respetuosa y efectiva, que permita gestionar conflictos y fortalecer las relaciones interpersonales. Según Ellis, una comunicación asertiva implica expresar pensamientos, emociones y necesidades de manera directa, sin recurrir a actitudes agresivas o pasivas, y respetando tanto los propios derechos como los de los demás.

Este enfoque habla sobre la importancia de asumir responsabilidades personales por lo que se dice y hace, sin cargar con la reacción emocional de los demás. La congruencia entre lo verbal y lo no verbal, evitando los malentendidos generando así la confianza en las interacciones

Así mismo, Betancourt (2010) habla sobre la comunicación asertiva y como esta resulta especialmente útil en contextos familiares y sociales, promoviendo interacciones más saludables al fomentar la autenticidad, la empatía y la escucha activa. Estos principios se convierten en herramientas prácticas para gestionar tensiones, establecer límites y construir relaciones basadas en el respeto mutuo.

A continuación, en la Figura 4 se reflejan los pasos para tener una comunicación asertiva.

Figura 4. Pasos para la comunicación asertiva.



Fuente: Oliver Serrano 2021.

### Técnicas de afrontamiento para gestionar el duelo

Arévalo (2020) definición de afrontamiento El afrontamiento se define como el esfuerzo cognitivo y conductual que debe realizar un individuo para manejar algunas demandas externas (ambientales, estresores) o internas (estado emocional) que son evaluadas como circunstancias que exceden los recursos de la persona, es lo que se ha acordado denominar estrategias de afrontamiento

Así mismo, Moyano y Díaz (2019) determinaron que estrategias relacionadas con la salud mental, como la aceptación, distracción, modificación de la situación por medios directos, la baja supresión, la revalorización positiva o la expresión están relacionadas con elementos como la afectividad positiva y el bienestar. Algunas técnicas que predicen positivamente la resiliencia:

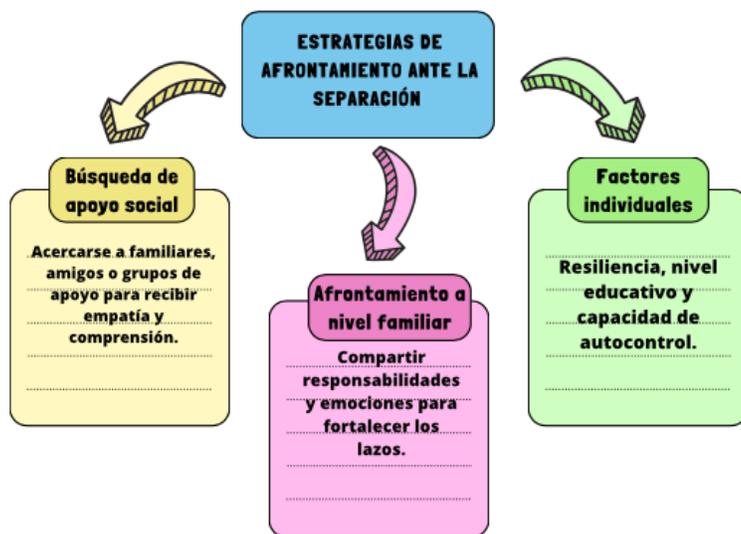
- Afrontamiento activo: son medidas para eliminar el factor estresante, aumentar los esfuerzos para reducirlo o acabar con este, lo que las hace más resilientes ante la adversidad, afrontan mejor el trauma y proyectan un futuro más prometedor.
- Reinterpretación positiva: implica buscar el lado positivo y favorable del problema e intentar mejorar y crecer a partir de ahí. Esto contribuye en gran medida a afrontar situaciones difíciles y traumáticas y a salir fortalecido de ellas.
- Aceptación: significa reconocer y aceptar el hecho de lo que está ocurriendo, es decir, la existencia de un conflicto. Este es siempre el primer paso para intentar resolverlo.
- Desconexión conductual: es cuando se reduce los esfuerzos para hacer frente al estresor, incluido el abandono de los intentos para alcanzar los objetivos con los que el estresor está interfiriendo.

Estas herramientas psicológicas que las personas emplean ante situaciones o eventos estresantes en sus vidas contribuyen significativamente a la satisfacción y el bienestar general del individuo.

Henao y Muñoz (2021) señalan que aquellos sujetos afectados por una separación amorosa emplean diversas estrategias de afrontamiento, como participar en actividades deportivas y de ocio, interactuar con amigos y familiares, disfrutar de la música, buscar apoyo en libros, entre otros.

Lo cual tiene como objetivo mejorar la conexión consigo mismos, mejorar su autoestima y promover su bienestar frente a esta situación. En la infancia y adolescencia, se producen cambios físicos, fisiológicos, cognitivos, emocionales y sociales, lo que implica la generación de estrategias específicas en cada etapa del desarrollo.

Figura 5. Estrategias para el afrontamiento ante la separación.



### Teoría del Duelo de Elisabeth Kübler-Ross

El duelo está relacionado con la separación de parejas y puede comprenderse a través de varias aproximaciones, pero una de las más relevantes es la Teoría del Duelo de Elisabeth Kübler-Ross (1969), que describe las etapas emocionales por las que una persona atraviesa cuando enfrenta una pérdida significativa. Aunque originalmente fue concebida para personas que enfrentan la muerte de un ser querido, este modelo también se aplica a la separación de parejas, ya que la ruptura de una relación sentimental puede ser vista como una pérdida profunda.

#### Las 5 etapas del duelo de Kübler-Ross adaptadas a la separación de pareja:

**Negación:** en esta fase, la persona puede negar que la relación haya terminado, manteniendo la esperanza de que la situación cambiará o que su pareja volverá. La negación puede ser una forma de protección emocional frente al dolor inmediato de la separación.

**Ira:** la persona puede sentir ira o frustración hacia su expareja, hacia sí misma o incluso hacia otras personas involucradas en la ruptura (como amigos o familiares). Este sentimiento puede

manifestarse en pensamientos de injusticia o resentimiento, y es común que surjan preguntas sobre “¿por qué me pasó esto a mí?”.

**Negociación:** en esta etapa, la persona intenta hacer acuerdos o buscar formas de “arreglar” la relación, incluso si la ruptura ya está consumada.

**Depresión:** la persona experimenta un sentimiento profundo de tristeza y desesperanza, dado que se enfrenta a la realidad de la ruptura, Puede sentirse abrumada por la sensación de pérdida y desconcierto, así como por la incertidumbre del futuro sin la pareja.

**Aceptación:** finalmente, la persona alcanza un nivel de aceptación de la separación, aunque el dolor no desaparece por completo, la persona comienza a encontrar maneras de seguir adelante con su vida y a redescubrir su independencia y crecimiento personal.

Dentro de la teoría se resalta cómo el duelo afecta no solo a los individuos, sino también a sus relaciones interpersonales. Las dinámicas familiares pueden volverse tensas, pero también representar una fuente de apoyo crucial.

- **Promoción del bienestar y fortalecimiento de relaciones familiares:**

Según, Arèvalo (2020) la promoción del bienestar y el fortalecimiento de las relaciones familiares se basan en crear un entorno donde todos los miembros se sientan valorados, apoyados y conectados. Para lograrlo, es fundamental fomentar una comunicación efectiva, basada en el respeto, la escucha activa y el diálogo abierto, permitiendo que cada integrante exprese sus ideas y emociones libremente.

Así mismo Caceras *et al.*, (2017) En su estudio habla sobre lo importante que es fortalecer los vínculos emocionales mediante muestras de afecto constantes, ya sea a través de palabras, gestos o acciones, que refuercen la confianza y el sentido de pertenencia. Validar las emociones de cada miembro de la familia contribuye a generar un clima de empatía y comprensión mutua.

Realizar actividades conjuntas es otra forma clave de consolidar las relaciones familiares. Estas pueden incluir desde juegos y proyectos en equipo hasta la celebración de tradiciones y rituales propios, que ayuden a construir recuerdos compartidos. Un ambiente familiar positivo se traduce en un espacio de apoyo que fomenta el bienestar individual y colectivo.

### **Estrategias para fomentar la resiliencia emocional y social en el núcleo familiar**

Las familias enfrentan y superan las adversidades. A continuación, se profundizan los elementos principales que aportan a la resiliencia familiar:

#### 1. Patrones organizativos

Las familias resilientes tienen estructuras dinámicas pero estables, lo que les permite adaptarse a las crisis manteniendo un sentido de orden y propósito. Esto implica la flexibilidad para reorganizar roles y responsabilidades según sea necesario, así como mantener rutinas y tradiciones familiares que brinden estabilidad. Además, las redes de apoyo externas, como amigos, comunidad o instituciones, desempeñan un papel crucial para proporcionar recursos y alivio emocional.

#### 2. Procesos de comunicación y resolución de problemas

La comunicación clara, abierta y respetuosa es central para resolver conflictos y tomar decisiones colectivas en tiempos de crisis. Walsh subraya la importancia de crear un espacio seguro para que los miembros de la familia expresen sus emociones y preocupaciones. Las familias resilientes también fomentan habilidades de resolución de problemas y estrategias colaborativas que les permiten enfrentar desafíos con mayor eficacia.

#### 3. Aplicaciones prácticas

Esta teoría se utiliza ampliamente en el campo de la psicología familiar y en intervenciones terapéuticas para ayudar a las familias a afrontar eventos adversos, como el duelo, enfermedades crónicas, migración o desastres naturales. La teoría no solo se centra en la recuperación de las

familias, sino en su capacidad de fortalecerse y desarrollar una mayor resistencia frente a futuras adversidades.

### **6.5. El Trabajo Social y la intervención psicosocial para enfrentar las separaciones y rupturas en el núcleo familiar**

El Trabajo Social desempeña un papel fundamental en la intervención psicosocial durante las separaciones y rupturas familiares, ya que estos eventos generan una serie de impactos emocionales y sociales en todos los miembros del núcleo familiar. Los trabajadores sociales ofrecen apoyo emocional y psicológico, ayudando a los individuos a gestionar el duelo que implica la ruptura, como la tristeza, la ira o la frustración, y proporcionan herramientas para adaptarse a una nueva realidad. Además, la intervención busca facilitar la resolución de conflictos entre los padres, especialmente cuando hay desacuerdos sobre temas como la custodia o la educación de los hijos, fomentando una comunicación efectiva y respetuosa para proteger el bienestar de los niños.

Una parte clave de la intervención es la reestructuración de la dinámica familiar, ya que después de una separación es necesario ajustar roles y responsabilidades. Esto implica ayudar a cada miembro a adaptarse a su nuevo lugar en la familia, además de fortalecer los recursos internos disponibles, como el apoyo social o las redes comunitarias.

El trabajo social también apoya a los padres en la toma de decisiones legales y económicas, colaborando con otros profesionales para garantizar que se aborden adecuadamente aspectos como la custodia, las pensiones alimenticias o los cambios en la situación económica de la familia.

En el contexto de los niños, los trabajadores sociales tienen un enfoque específico en prevenir el impacto negativo que una separación puede tener en su desarrollo emocional y social.

Se busca que los padres gestionen sus emociones y las de sus hijos de manera que se minimicen los efectos de la ruptura, promoviendo la estabilidad en el hogar. El trabajo social

también proporciona un acompañamiento emocional continuo, ayudando a cada miembro de la familia a procesar su dolor y adaptarse a los cambios.

## **6.6. Marco legal y jurídico del país**

En Nicaragua se cuenta con el Plan Nacional de Lucha Contra la Pobreza (2021) desde donde se encaminan diversas políticas sociales, como garantizar la prevención y atención en la familia, consolidar la seguridad social para el bienestar de todas las familias trabajadoras

Según Zavala y Rivera (2023), Desde 2007, el Gobierno ha impulsado un sólido Modelo de Equidad y Complementariedad de género, a través de acciones nacionales que contribuyen al buen vivir de las de las familias nicaragüenses, con justicia social y respeto a los derechos humanos

La separación de parejas es un proceso que implica grandes desafíos emocionales, sociales y económicos. En este sentido, es fundamental fomentar el empoderamiento y autonomía de las personas involucradas, promoviendo su capacidad para enfrentar esta etapa con resiliencia y dignidad. Es importante brindar una atención integral y articulada desde las diferentes instituciones del Estado, con el objetivo de garantizar su bienestar y estabilidad.

El país cuenta con un marco jurídico y normativo que protege los derechos humanos de las personas en situaciones de separación. Además, se desarrollan de manera permanente planes, programas y proyectos que buscan fortalecer la capacidad de las personas para superar las consecuencias de la ruptura, proporcionando herramientas que favorezcan su empoderamiento personal y su reintegración a una vida plena e independiente.

Asimismo, el Gobierno reconoce el impacto estratégico que tiene el apoyo integral durante la separación de parejas para el desarrollo humano y social. Por ello, fomenta programas que ofrecen orientación psicológica, apoyo legal y acceso a recursos económicos, con el fin de

facilitar la transición hacia una nueva etapa de vida. Esto incluye la promoción de políticas públicas que aseguren la igualdad de condiciones para ambas partes, especialmente en áreas sensibles como la custodia de hijos, vivienda, trabajo y seguridad económica.

En este marco, se implementan estrategias que buscan construir una sociedad más justa y equitativa, invirtiendo en la creación de espacios de apoyo emocional y orientación legal, así como en el fortalecimiento de redes de apoyo comunitario.

De esta manera, el Gobierno reafirma su compromiso de garantizar una atención integral que permita a las personas superar la separación de pareja con dignidad y oportunidades para reconstruir su vida.

### **Plan Nacional De Lucha Contra La Pobreza Y Para El Desarrollo Humano 2022-2026**

Dentro del plan nacional se contempla a la familia como un pilar importante de la sociedad, pero cuando hay una ruptura o separación parte de las políticas sociales priorizan la protección y seguridad de los menores, sin dejar de un lado los derechos humanos de las madres y padres involucrados en esta situación.

Por lo cual se amplía la gatuño institucional, para seguir restituyendo los derechos de los más vulnerables; sobre la base de a coordinación y alianzas institucionales que permitan dar una atención integral.

Específicamente, profundizaremos en lo siguiente

- a) Promover en las familias y en los CDI, desde el enfoque de responsabilidad compartida.
- b) Formación en valores con Padres, Madres y/o Tutores.
- c) Promoción de la participación de Mujeres y Hombres en las Consejerías Familiares.

## **LEY No. 870 CÓDIGO DE FAMILIA**

A continuación, se detallan los siguientes artículos que abordan la temática estudiada:

**Art 1.** El presente Código de Familia, establece el régimen jurídico de la familia y sus integrantes. Comprende las relaciones jurídicas intrafamiliares, las de ésta con terceros y las entidades del sector público y privado vinculadas a ella. Las instituciones que regula son las derivadas de las relaciones familiares y los efectos jurídicos que de ellas surjan. El presente Código de Familia, se aplicará en todas las demandas que en materia de familia estén contenidas en el mismo.

### **Art. 2 Principios rectores**

- a) La protección, desarrollo y fortalecimiento de la familia es obligación del Estado, la sociedad y los miembros que la integran a través de los vínculos de amor, solidaridad, ayuda y respeto mutuo que debe existir entre sus integrantes para lograr una mejor calidad de vida;
- b) La protección integral de la familia y todos sus miembros en base al interés superior de los mismos;
- c) Promover y proteger la paternidad y maternidad responsable.

**Art. 32** Los Gabinetes de la Familia, la Comunidad y la Vida, se organizan con personas, mujeres, hombres, jóvenes, adultas mayores que viven en una comunidad para reflexionar y trabajar juntas. Promoviendo los valores y unidad familiar, auto estima y estima, responsabilidad, derechos y deberes, comunicación, convivencia, entendimiento y espíritu de comunidad a fin de lograr coherencia entre lo que se es, lo que se piensa y lo que se hace.

**Art. 37** Concepto e integración de la familia. La familia es el núcleo fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de ésta y del Estado. Está integrada por un grupo de personas naturales con capacidades, habilidades y destrezas diferentes, unidas por el matrimonio o unión de hecho estable entre un hombre y una mujer y vínculos de parentesco. De igual forma, las familias encabezadas por madres solteras, padres solteros, viudas, viudos, divorciados, divorciadas, abuelos, abuelas, así como por otros miembros de la familia, que ejerzan la

autoridad parental, gozarán de la misma protección y tendrán los mismos deberes y derechos de solidaridad, respeto, tolerancia y buen trato establecidos en este Código.

**Art. 38** Las personas que integran la familia, tienen la obligación de velar por la protección y conservación de ésta y promover el respeto e igualdad de derechos y oportunidades entre todas y todos sus miembros; además, han de contribuir a:

Fortalecer el matrimonio y la unión de hecho estable legalmente formalizado o reconocida, con fundamento en la absoluta igualdad de derechos del hombre y la mujer.

**Art. 53** Definición del matrimonio. El matrimonio es la unión voluntaria entre un hombre y una mujer constituida por el libre y mutuo consentimiento de los contrayentes con aptitud legal para ello, a fin de hacer y compartir una vida en común y constituir una familia basada en la solidaridad y el respeto mutuo. El matrimonio surtirá todos los efectos jurídicos desde su celebración y debe ser inscrito en el Registro del Estado Civil de las Personas, de acuerdo con lo establecido en este Código.

**Art. 83** La unión de hecho estable descansa en el acuerdo voluntario entre un hombre y una mujer que, sin impedimento legal para contraer matrimonio, libremente hacen vida en común de manera estable, notoria y singular mantenida al menos por dos años consecutivamente. Para todos los efectos los integrantes de esta unión serán denominados convivientes.

**Art. 90** Las disposiciones de este Código relativas a los deberes y derechos que nacen del matrimonio, al régimen económico matrimonial; así como lo relacionado a la filiación y al derecho de alimentos, son aplicables para la unión de hecho estable.

**Art. 159** Los cónyuges pueden disolver el vínculo matrimonial por mutuo consentimiento. Para ello presentarán por escrito personalmente o a través de apoderado especialísimo la correspondiente solicitud ante la autoridad judicial competente, acompañando la documentación que compruebe su estado de casados, certificados de nacimiento de los hijos e hijas si los hubiere, vivienda familiar, régimen patrimonial adoptado, inventario de los bienes

muebles e inmuebles en común, el acuerdo mutuo de distribución de bienes matrimoniales, el acuerdo sobre el cuidado y crianza de los hijos e hijas, el acuerdo del derecho de uso y habitación del bien inmueble a favor de los hijos e hijas que sean niños, niñas, adolescentes y personas con discapacidad y las respectivas pensiones alimenticias o la correspondiente pensión compensatoria.

Asimismo, podrán acudir ante notaria o notario público con al menos diez años de haberse incorporado a la profesión del notariado, cuando no tengan en común, hijos o hijas que sean niños, niñas, adolescentes y personas con discapacidad, ni haber bienes en común.

**Art. 163** Cuando el divorcio por mutuo consentimiento se inste ante la autoridad judicial, la solicitud deberá expresar, además de los requisitos generales para toda demanda, el acuerdo al que hubieren llegado los cónyuges respecto a:

El cuidado y crianza de los hijos e hijas que sean niños, niñas y adolescentes; de las personas declaradas judicialmente incapaces y de las personas con discapacidad que no puedan valerse por sí mismas.

**Art. 164** Negativa de acuerdo en el divorcio por mutuo consentimiento, Si los cónyuges no hubieren llegado a acuerdo sobre alguno de los puntos señalados en el artículo anterior, la autoridad judicial resolverá conforme corresponda.

Se fijará pensión compensatoria para él o la cónyuge que esté imposibilitado para trabajar por motivos de enfermedad o cualquier causa similar, a juicio de la autoridad judicial. Esta obligación no se otorgará o cesará cuando el cónyuge favorecido haya contraído nuevo matrimonio o establezca una unión de hecho estable, trabaje o llegare a tener solvencia económica.

**Art. 167** De oficio o a petición de la Procuraduría nacional de la familia, Ministerio de la Familia, Adolescencia y Niñez, de las partes o de los niños, niñas y adolescentes, se oirá a éstos en la audiencia, si tuvieran suficientes elementos de juicio, teniéndose debidamente en cuenta

sus opiniones en función de su edad y madurez, todo previo dictamen de especialista, que declare la no objeción a la intervención del niño, niña o adolescente, obedeciendo al interés superior del niño, niña y adolescentes.

**Art. 186** El Estado protege la paternidad y maternidad responsable, las que promoverá a través de sus distintos Poderes e Instituciones, Consejos de las Regiones Autónomas de la Costa Caribe y Gobiernos Regionales, Territoriales, Comunales y Municipales.

## VII. Matriz de categoría y subcategoría

<b>Objetivo</b>		<b>Valorar las implicaciones psicosociales de la ruptura de pareja en el ámbito familiar y su impacto en el bienestar de adolescentes, considerando las diferencias de género y las experiencias específicas de hombres y mujeres.</b>				
<b>Preguntas de investigación</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Categoría</b>	<b>Definición de la categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Técnica de recolección de información</b>	<b>informantes</b>
<b>¿Cuáles son las vivencias de hombres y mujeres después de una ruptura?</b>	Caracterizar las vivencias de hombres y mujeres después de una ruptura.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vivencias de mujeres y hombres en una ruptura</li> <li>Cambios sociales y emocionales</li> </ul>	Son experiencias emocionales psicológicas y sociales que cada persona enfrenta al final de la relación. Estas vivencias pueden ser influenciadas por factores culturales y expectativas sociales y diferencias individuales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cambios sociales y emocionales</li> <li>Patrones comunes y diferencias de hombres y mujeres post ruptura</li> <li>marco legal</li> </ul>	Entrevista instrumento: cuestionario	Estudiantes de la universidad CUR Estelí.
<b>¿Qué aspectos psicosociales se dan durante la separación en el núcleo familiar?</b>	Identificar aspectos psicosociales de la separación en el núcleo familiar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Factores psicosociales.</li> <li>ruptura en el núcleo familiar.</li> </ul>	<p>Son elementos del entorno social psicológico que influyen en el comportamiento de las emociones y el bienestar de las personas</p> <p>Ocurre debido a diversas causas como el divorcio la separación conflictos graves o la dinámico de relaciones insatisfactorias</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Núcleo familiar.</li> <li>Dinámicas familiares</li> <li>Restablecer los roles familiares</li> </ul>		Estudiantes de la universidad CUR Estelí.
<b>¿Cómo podemos enfrentar las separaciones y rupturas de manera sana en el núcleo familiar?</b>	Elaborar una propuesta psicosocial para enfrentar las separaciones y rupturas en el núcleo familiar	<ul style="list-style-type: none"> <li>propuesta psicosocial integral</li> <li>afrentar las separaciones y rupturas en el núcleo familiar.</li> <li>Conducta social</li> </ul> Modificación de aspectos nocivos	<p>Esta se centra en la prevención de problemas sociales y fortalecimiento de las relaciones interpersonales</p> <p>Procesos de manejar y adaptarse a los cambios emocionales y estructurales que surgen tras la desilusión familiar.</p> <p>Es influenciada por factores culturales, normativas, contextuales esto abarca desde la cooperación hasta la agresión y conflicto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Responsabilidad social</li> <li>Terapia y consejería</li> <li>Intervenciones psicológicas y educativas</li> </ul> Resolución de conflictos	Instrumento Historias extrañas /grupo focal digital.	Estudiantes de la universidad CUR Estelí.

## **VIII. Diseño Metodológico**

La presente investigación se desarrolla y se centra en conocer los efectos psicosociales de la separación de hombres y mujeres en el contexto del núcleo familiar, CUR-ESTELÍ, en el segundo semestre del año 2024.

De acuerdo con la naturaleza del estudio y el nivel de conocimiento que se desea alcanzar, este estudio es de carácter cualitativo, ya que tiene como objeto proporcionar una metodología de investigación que permita conocer los efectos de la separación.

Es por ello, que Álvarez *et al.* (2019) plantean que la investigación cualitativa es el procedimiento metodológico que utiliza palabras, textos, discursos, dibujos, gráficos e imágenes para construir un conocimiento de la realidad social, en un proceso de conquista-construcción-comprobación teórica desde una perspectiva holística, pues se trata de comprender el conjunto de cualidades interrelacionadas que caracterizan a un determinado fenómeno.

El enfoque cualitativo, por lo común, se utiliza primero para descubrir y refinar preguntas de investigación. A veces, pero no necesariamente, se prueban hipótesis. Con frecuencia se basa en métodos de recolección de datos sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones.

### **8.1. Tipo de investigación**

#### **Investigación descriptiva**

En las investigaciones de tipo descriptiva, llamadas también investigaciones diagnósticas, buena parte de lo que se escribe y estudia sobre lo social no va mucho más allá de este nivel. Consiste, fundamentalmente, en caracterizar un fenómeno o situación concreta indicando sus rasgos más peculiares o diferenciadores. El objetivo de la investigación descriptiva consiste en

llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas (Zúniga & Meléndez, 2019).

Este estudio es de corte transversal, porque fue realizado en un determinado periodo de tiempo, específicamente durante el segundo semestre académico del año 2024.

## **8.2. Área de estudio**

### **8.2.1. Área de conocimiento**

El estudio se enmarca en el área de conocimiento de Ciencias Sociales y Humanísticas. Forma parte de la línea de investigación CSH2: Estado, Sociedad y Justicia, de la UNAN-Managua, específicamente en la sub-línea CSH-2.2: Equidad social, población y género; a continuación, se detallan:

**Línea de investigación: CSH2.Estado, Sociedad y Justicia;** considera aspectos relacionados con las políticas de desarrollo y la gestión pública, analizando cómo se implementan en el marco de las acciones del Estado y su interacción con las poblaciones. También incluye el estudio de la equidad social, las dinámicas de género y población como componentes clave de la estructura social. Además, aborda procesos fundamentales como la negociación, la concertación, la convivencia y la construcción de paz, entendidos como pilares esenciales para el bienestar colectivo y la construcción de una sociedad justa e inclusiva.

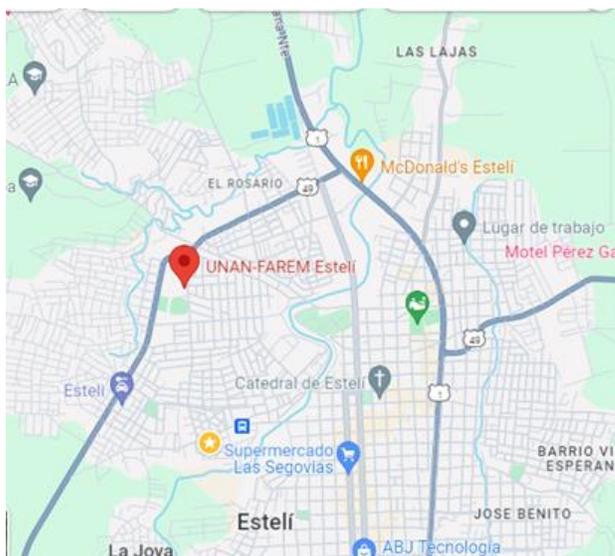
**SUB-LÍNEA CSH-2.2: Equidad social, población y género;** contempla el análisis de la equidad social, población y género en relación con políticas y decisiones que afectan derechos, exclusión, discriminación e inequidad. También visibiliza el papel de las familias en temas de género, desarrollo y cultura, y explora procesos de socialización, resistencias y cambios, con énfasis en la segregación interseccional y las dinámicas público-privadas.

Con relación a la Clasificación Internacional Normalizada de la Educación (CINE-13), el estudio se encuentra dentro de la clasificatoria de los Campos de educación y capacitación CINE: Campo amplio 03: Ciencias sociales, periodismo e información, asimismo en el Campo específico 031: Ciencias sociales y del comportamiento y en el campo detallado 0314 Sociología y estudios culturales. Bajo los criterios y clasificación la investigación está enfocada en la formación e investigación social (Instituto de Estadística de la UNESCO, 2014).

### 8.2.2. Área geográfica

El estudio se realizó en el Recinto Universitario Regional CUR-Estelí, ubicado en el barrio 14 de abril, distrito III del municipio de Estelí (contiguo a la subestación de ENATREL) departamento Estelí-Nicaragua.

**Figura 6** Ubicación de la universidad CUR-ESTELÍ.



Fuente: Google mapa

En 1981 pasa a ser una extensión de la UNAN-Managua, como parte de la Escuela de Ciencias de la Educación, formando Licenciados en Ciencias de la Educación con mención en Matemáticas, Biología, español y Ciencias Sociales.

Figura 7. UNIVERSIDAD UNAN-MANAGUA, CUR-ESTELÍ



Fuente: pág., oficial CUR-ESTELI

### 8.3. Población y muestra

Cuando se habla de población de estudio, el término no se refiere exclusivamente a seres humanos, sino que también puede corresponder a muestras biológicas, expedientes, hospitales, objetos, familias, organizaciones, entre otros; para estos últimos, podría ser más adecuado utilizar un término análogo, como universo de estudio. En general, para cualquier estudio de investigación se incluyen muestras o subgrupos de poblaciones y, en pocas ocasiones, la población total o universo.

La población de estudio de esta investigación son miembros de la comunidad universitaria y egresados del Centro Regional Universitario, CUR-Estelí/UNAN-Managua, del municipio de Estelí, atendiendo a 3,972 estudiantes activos en el segundo semestre del 2024 (2,504 mujeres y 1,468 hombres) de la región norte. A continuación, en la Tabla 1 se detalla la población universitaria en este II semestre 2024.

**Tabla 3.** *Comunidad Universitaria CUR- ESTELÍ*

<b>Estudiantes</b>	<b>CUR -ESTELI</b>	<b>Personal docente</b>	<b>Total</b>
<b>Mujeres</b>	2,504	100	2,604
<b>Hombres</b>	1, 468	60	1,528
<b>Comunidad universitaria totales</b>	3,972	160	4,132

Por lo tanto, la muestra definida en este estudio estuvo conformada por 55 participantes miembros de la comunidad universitaria egresados del CUR, en la siguiente tabla se detallan los criterios definidos para garantizar la voluntariedad.

**Tabla 4.** *Muestra definida para este estudio.*

<b>Muestra</b>		<b>Criterios</b>
<b>Estudiantes</b>	42	Estudiantes mujeres y hombres activos en el II semestre académico 2024  Que estudien en el recinto CUR-ESTELÍ  Disposición de contestar y participar del Grupo focal digital  Que hayan pasado por un proceso de separación o ruptura para participar en la entrevista.
<b>Docentes</b>	5	Docentes activos de la Universidad  Disposición para contestar y participar del Grupo focal digital  Que hayan pasado por un proceso de separación o ruptura para participar en la entrevista.
<b>Estudiantes egresados</b>	8	Estudiantes egresados de CUR-ESTELÍ  Disposición para contestar y participar del Grupo focal digital  Que hayan pasado por un proceso de separación o ruptura para participar en la entrevista.

#### 8.4. Métodos y técnicas para la recolección y el análisis de datos

En esta investigación trabajamos con dos técnicas que favorecieron el acercamiento a los sujetos de estudio y a la recolección de datos tales como; Entrevista semiestructurada, y las historias extrañas.

**1). Entrevista semiestructurada:** Una entrevista semiestructurada es una definición hecha por el investigador Bernard (1988), que prepara previamente una serie de temas y preguntas orientadoras para hacerle al entrevistado. A diferencia de la estructurada, que respeta una a una las preguntas estipuladas, en este caso el temario solo es orientativo.

Esta técnica de este estudio se aplicó a 27 participantes de la comunidad universitaria y egresados del CUR-ESTELÍ mujeres 20 y hombres 7. Posteriormente, se detallan en la Tabla 1 la organización de este instrumento según su aplicación.

*Tabla 5. Descripción del cuestionario dirigido a la comunidad universitaria.*

<b>Técnica</b>	<b>Instrumento</b>	<b>Contenidos</b>	<b>Número de ítems</b>
<b>Entrevista</b>	Cuestionario semiestructurado	Vivencias y Experiencias	8

Figura 8. Imagen del cuestionario en línea Google Formulario.



**"Efectos psicosociales de la separación de hombres y mujeres en el núcleo familiar".**

A continuación, les presentamos el cuestionario que contiene una serie de preguntas personales relacionadas con nuestro tema de tesis **"Efectos psicosociales de la separación de hombres y mujeres en el núcleo familiar"**.

Su colaboración es fundamental para el progreso de nuestra investigación, ya que nos permitirá comprender mejor las experiencias y vivencias relacionadas con el proceso de separación y adaptación, así como la nueva dinámica familiar y social. Le garantizamos que sus respuestas serán confidenciales y se utilizarán exclusivamente con fines académicos.

Agradecemos de antemano su tiempo y honestidad al responder.

## 2). Las Historias Extrañas de Happé

Las historias extrañas de Happé se crearon inicialmente para evaluar la habilidad de los niños autistas a la hora de atribuir intenciones a los demás. Un ejemplo de estas historias son las de ironía, mentira y mentira piadosa. En cada una de las historias el personaje decía algo que no debía entenderse en sentido literal y se solicita al sujeto una explicación de por qué el personaje afirma eso roz (Tirapu-Ustárrroz, 2007).

El mismo autor expresa que Happé plantea que este tipo de historias nos sitúa en un tercer nivel de complejidad en la TOM (Teoría de la Mente) ya que éstas se centran en la capacidad para extraer un significado en función de un contexto social particular, lo que conllevaría la necesidad de una 'coherencia central o global' que debe superar la literalidad para generar un significado determinado en un contexto concreto.

Para poder profundizar en la temática se construyeron 2 historias con esta metodología y se aplicaron a 12 participantes de la comunidad universitaria de manera presencial y a 16 a través de una plataforma digital llamada Padlet de los cuales 18 eran estudiantes y 4 personal docentes y egresados 7. A continuación, se detallan en la Tabla la estructura de estas.

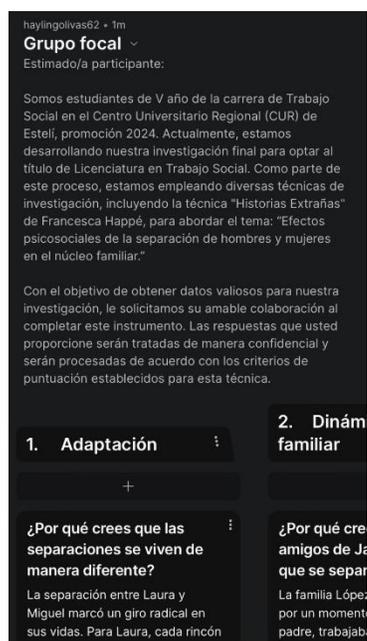
**Tabla 6** Descripción de las historias aplicadas a la comunidad universitaria

Técnica	Instrumento	Contenido	Número de ítems
<b>Historias Extrañas de Happé</b>	Historias	Cambio en las dinámicas familiares	2
		Diferencias en el proceso de adaptación.	2

**Figura 9.** Imagen de la plataforma digital para Historias extrañas.



**Figura 10.** Grupo virtual de historias extrañas.



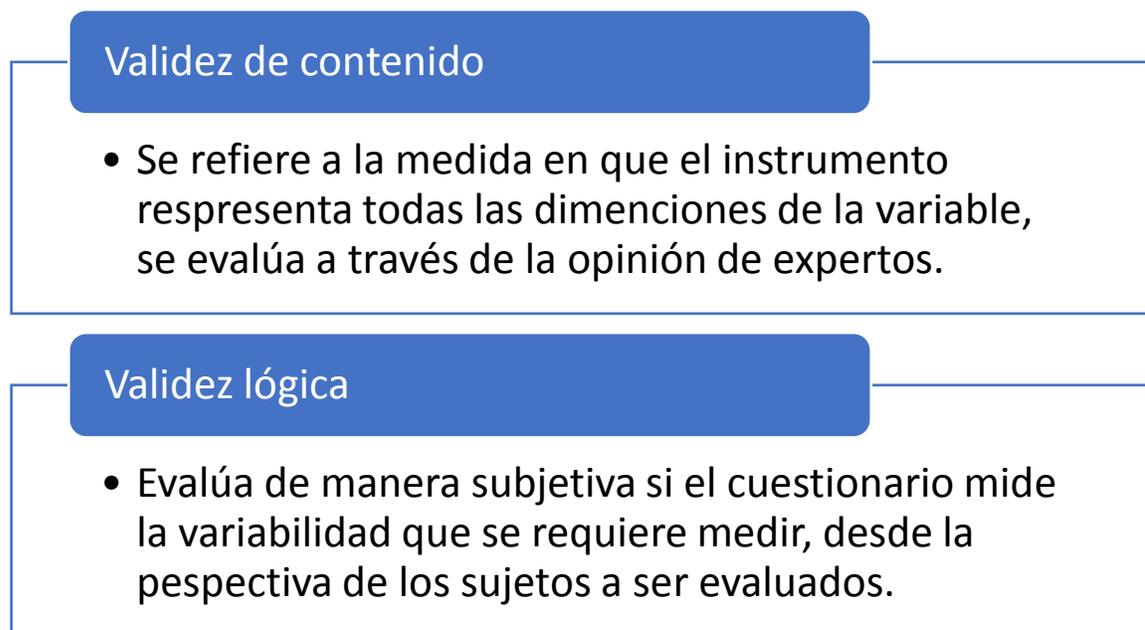
### 8.4.1. Validación de instrumentos

La evaluación mediante el juicio de expertos consiste en solicitar a una serie de especialistas profesionales o “expertos” conocedores del tema para la revisión del contenido de los instrumentos definidos en una investigación.

La validación del instrumento no es un proceso acabado sino constante y de grado, es decir que no se puede afirmar de manera concluyente que es una prueba es válida, sino que se puede afirmar de la prueba presenta ciertos grados de validez para ciertos usos concretos y determinadas poblaciones (Tirapu-Ustárrroz, 2007).

En este contexto la investigación es cualitativa y se puede distinguir validez lógica y de contenido; en la siguiente figura se podrá observar estas dos dimensiones.

**Figura 11.** Dimensiones de validez.



Se trabajó con un dossier de validación el que contenía los siguientes acápites: carta dirigida a expertos, objetivos de la investigación, matriz de categorización, instrumentos y rúbrica para la validación por instrumento. Se contó con la validación de 3 expertos con experiencia en la temática de estudio; todos docentes del CUR- ESTELÍ. A continuación, en la siguiente Tabla se detallan.

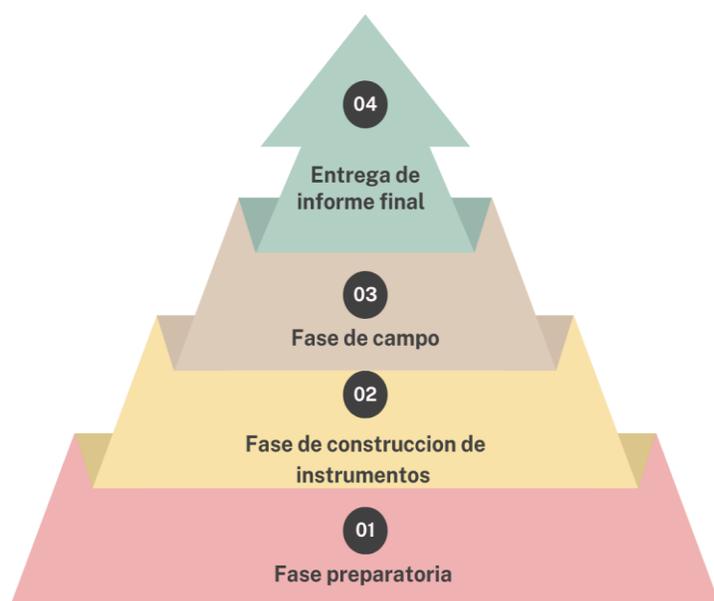
**Tabla 7.** *Expertos que validaron*

	<b>Expertos</b>	<b>Especialidad</b>
<b>1.</b>	Lic. Karen Villareyna	Psicóloga
<b>2.</b>	Lic. Indira Patricia Cruz Blandón	Trabajo Social
<b>3.</b>	MSc. Elder Moreno	Abogado

### 8.5. Etapas de investigación

A continuación, se detalla las frases de planificación, las cuales son fundamentales para determinar la metodología de ejecución del estudio de esta investigación.

**Figura 12.** *Etapas de la investigación.*



### **Fase de planificación o preparatoria**

Se enfocó en definir y organizar los aspectos fundamentales de la investigación. Primero, elegimos el tema el cual es de relevancia para nosotros y el cual será de gran ayuda tanto a universitarios, maestros y sociedad en general.

Luego, realizamos una revisión exhaustiva de artículos que se relacionaron con el tema, para así mismo poder comprender el contexto y los estudios previos relacionados. A partir de ahí, formulamos preguntas de investigación las cuales guiaron todo el trabajo. También se establecieron objetivos generales y específicos que se alcanzaron, y se planificó la metodología que se utilizó para llevar a cabo la investigación.

### **Fase de construcción de instrumentos**

Se decidió llevar a cabo una serie de instrumentos que permitieron obtener datos precisos y relevantes para la investigación. Se comenzó por diseñar entrevistas y la creación de las historias que serían parte de la técnica historias extrañas que se adaptarían a los objetivos, asegurándose que los ítems fueran claros y directos.

Finalmente, se diseñó un procedimiento para la recolección de datos que cumplieran con las consideraciones éticas, asegurando que los resultados fueran válidos y útiles para la investigación.

### **Fase de ejecución o trabajo de campo**

Para dar inicio al trabajo de campo el equipo de investigación se dirigió al recinto universitario y se dio a la tarea de aplicar la técnica “las historias extrañas de Happé” a los docentes y estudiantes de diferentes disciplinas.

En la segunda intervención de trabajo de campo se dio apertura a realizar entrevistas semiestructuradas de forma digital dirigidas a estudiantes, docentes y egresados de CUR-ESTELÍ. Así mismo de manera simultánea se abrió el espacio para continuar con la técnica de las historias extrañas de manera digital retomando como medio la aplicación patled.

En continuidad se utilizó la metodología de la investigación cualitativa que capturaría las percepciones, enfoques y experiencias de los participantes y posteriormente el análisis de los resultados, ya para finalizar la realización de conclusiones y recomendaciones.

### **Fase de elaboración de informe final o fase informativa**

Se elabora un documento final donde se muestra información obtenida por medio de las técnicas de recolección de datos, organizada de una manera ordenada, acertada y precisa en relación con los aspectos que fueron objeto a investigación.

Después de analizar los resultados de la investigación, se organizó el documento final de la investigación el que responde a la estructura definida para este proceso. A como se muestra en la siguiente tabla:

**Tabla 8.** *Descripción de la codificación de los participantes*

<b>Codificación</b>	<b>Significado</b>
<b>EN1/1008H</b>	Estudiante número 1– último dígito de cedula de identidad
<b>EN2/ 1006R</b>	Estudiante número 2– último dígito de cedula de identidad
<b>EN3/ 1001L</b>	Estudiante número 3– último dígito de cedula de identidad
<b>EN4/ 1002k</b>	Estudiante número 4– último dígito de cedula de identidad
<b>EN5/ 0003f</b>	Estudiante número 5– último dígito de cedula de identidad
<b>EN6/ 1010w</b>	Estudiante número 6– último dígito de cedula de identidad
<b>EN7/ 0005R</b>	Estudiante número 7– último dígito de cedula de identidad
<b>EN8/ 0005R</b>	Estudiante número 8– último dígito de cedula de identidad
<b>EN9/ 1001m</b>	Estudiante número 9– último dígito de cedula de identidad
<b>ES10/ 0001C</b>	Estudiante número 10– último dígito de cedula de identidad

## 8.6. Consideraciones éticas

Las consideraciones éticas para la investigación son fundamentales para garantizar la integridad, el respeto y la responsabilidad en el proceso.

1. Confidencialidad y anonimato: al ser una investigación que toca fibras sensibles se creyó prudente proteger la información y la identidad de los participantes para esto se creó una codificación tomando los últimos dígitos de la cedula del participante en la entrevista y el año de nacimiento en la aplicación de historias extrañas.
2. Respeto por la autonomía y criterio personal de los participantes respetando su punto de vista y sin cambiar los resultados en la investigación.
3. Mantener la sensibilidad cultural y contextual respetar sus valores
4. Transparencia e integridad ser honesto con los objetivos de la investigación y evitar cualquier manipulación de la información recolectada.
5. Cumplir con los criterios de participación; ser estudiantes activos del centro universitario, docente o egresado, tener de 18 años a más.

## **IX. Análisis y discusión de resultados**

El análisis de resultado se realizó posteriormente a la información recopilada mediante los instrumentos: la entrevista e historias extrañas de Happe, efectuando la transcripción de la información para realizar el análisis cualitativo por orden de objetivos y categorías.

Así mismo, los instrumentos estaban dirigidos a estudiantes, docentes y egresados de UNAN- Managua, CUR-Estelí, entre las edades de 18 a 50 años.

El análisis de los resultados se enfoca en dar salida a cada uno de los objetivos del estudio y sus categorías.

### **9.1. Vivencias y experiencias de mujeres y hombres post ruptura**

Las vivencias de hombres y mujeres en el contexto de la separación reflejan una amplia gama de emociones relacionadas con los cambios y lo significativo que llegan hacer las personas en nuestras vidas, los sentimientos de tristeza, melancolía, inseguridad y frustración son las emociones que aparecen recurrentemente. Así lo comentaron los entrevistados:

*"Fue triste ya que cuando estas al lado de una persona no quieres separarte, a veces pensamos que va a durar toda la vida sin embargo por el bienestar emocional de uno hay que aceptar la realidad" (EN,0003F).*

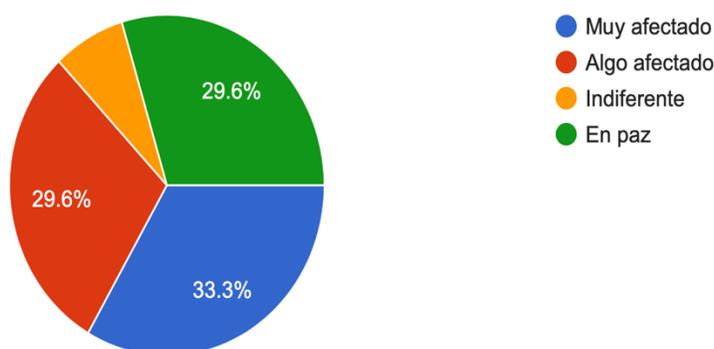
Las vivencias y experiencias tras una separación pueden describirse a través de diversas investigaciones y análisis que reflejan patrones comunes en hombres y mujeres. Según, Betancourt (2010) las mujeres tienden a buscar mayor apoyo emocional en su red social tras una ruptura, lo que les permite procesar más rápido las emociones asociadas al duelo. Por otro lado, los hombres tienden a sentir el impacto emocional de la ruptura más tarde, cuando las distracciones iniciales ya no son efectivas.

Ambos géneros pueden experimentar una amplia gama de emociones como tristeza, culpa, alivio o incluso enojo, dependiendo de las circunstancias de la ruptura.

***“Muy doloroso, lleno de sentimientos encontrados, tristeza” (EN,1004J).***

En el siguiente gráfico se puede observar el grado de afectación de los entrevistados luego de la ruptura.

**Gráfico 1.** Estado emocional tras la separación.



Se puede agregar que el 33.3% de los entrevistados muestran un nivel alto de afectación seguido por el 29.6% que se muestran algo afectados, otro porcentaje importante es la opción de “*en paz*” esta también tiene un porcentaje de 29.6% lo cual nos hace referencia que la separación trae consigo muchas emociones y sensaciones tanto positivas como negativas.

Esto coincide con la teoría del Apego de John Bowlby (1980), es fundamental para entender las vivencias emocionales que enfrentan hombres y mujeres tras una separación. Bowlby sostiene que el apego es un sistema innato que se activa en situaciones de pérdida o amenaza, buscando restablecer la proximidad emocional o física con una figura significativa. La separación de una pareja puede ser interpretada como una ruptura de ese vínculo de apego, lo que desencadena respuestas emocionales similares al duelo.

## Cambios sociales y económicos

El proceso de aprendizaje y transformación tras una ruptura. Resalta la importancia del amor propio, la autonomía emocional, económica y la aceptación de que todo es cambiante. Se valora la cautela al construir nuevas relaciones, la necesidad de conocer mejor a las personas y establecer límites para proteger la paz mental.

*“Madurez e inteligencia para visualizar y reconocer el amor así mismo y tener claro que debemos amarnos a nosotros y nuestros hijos” (EN,1001m).*

También se observa una mayor conciencia sobre los valores y la importancia de elegir sabiamente a las personas con quienes se comparten vínculos. La adaptación a cambios económicos y emocionales se convierte en un desafío que impulsa el crecimiento personal. Finalmente, se entiende la separación como una oportunidad para sanar, madurar y mejorar como individuo.

A continuación, se presenta una nube de palabras sobre los cambios experimentados post separación, resaltando las más utilizadas por los entrevistados.

Figura 13 Nube de palabras



Según, Walsh (2007); el proceso de aprendizaje y transformación tras una ruptura puede ser analizado desde la Teoría de la Resiliencia de que subraya la capacidad de las personas y las familias para adaptarse y fortalecerse ante las adversidades. los desafíos emocionales y económicos que acompañan una separación pueden convertirse en catalizadores de crecimiento personal, desarrollo de habilidades y construcción de nuevas perspectivas de vida

Dentro de las palabras más mencionadas de las participantes relacionadas a los aprendizajes luego de la separación son: amor propio, sanar, emocional, madurar y respeto esto nos lleva comprobar lo que se mencionaba anteriormente las crisis pueden convertirse en oportunidades de transformación cuando las personas logran integrar la experiencia vivida, aprender de ella y proyectarse hacia el futuro con nuevas herramientas emocionales.

En este sentido, la separación no solo es vista como una pérdida, sino como un proceso de reconstrucción personal, que permite sanar, madurar y mejorar como individuo.

### **Percepciones sociales**

Las percepciones sociales reflejan la idea de cómo los hombres y mujeres manejan la ruptura de maneras diferentes anteriormente se mencionaba que las tienden a ser más abiertas emocionalmente, compartiendo sus sentimientos con amigos cercanos y llorando como parte de su proceso de duelo.

Esto está alineado con normas sociales que validan la expresión de vulnerabilidad femenina. Por otro lado, los hombres suelen ser percibidos como más reservados, aislándose o buscando distracciones como los vicios o nuevas relaciones. Estas actitudes responden a estereotipos de masculinidad que limitan la expresión emocional y promueven la autosuficiencia aparente.

*“Los hombres somos más reservados en todo y del otro extremo cuenta todo y vuelven a los días o meses” (EN, 01D).*

También se señala que las mujeres parecen adaptarse mejor a la situación, aunque experimentan un duelo más prolongado, mientras que los hombres pueden tardar más en asimilar la pérdida.

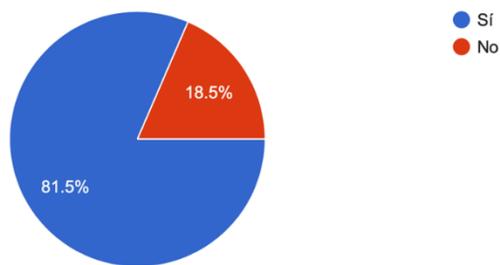
Esto puede deberse a que las mujeres, según las percepciones culturales, están más acostumbradas a buscar apoyo emocional, mientras que los hombres, por presión social, suelen confiar más en sus amigos para ciertos aspectos, pero sin profundizar en temas emocionales.

El uso de vicios como el alcohol aparece repetidamente como una forma común de enfrentar el dolor, tanto en hombres como en mujeres, aunque se observa con mayor frecuencia en los hombres como una vía de escape. Además, se menciona que algunas personas buscan llenar el vacío con nuevas relaciones, lo que puede ser un intento de evitar confrontar sus emociones o lidiar con el duelo.

*“Los hombres buscan refugiarse en los vicios y otros intentan llenar el vacío buscando otras personas” (EN, 00k).*

A continuación, se muestra un gráfico relacionado con las percepciones sociales y la consideración de los entrevistados sobre la diferencia del manejo de hombres y mujeres post separación.

**Gráfico 2** Reacciones por género a las rupturas



Teniendo esta información en cuenta podemos observar que el 81.5% considera que hay una diferencia en como hombres y mujeres reaccionan ante la separación y el 18.5% refiere que no hay diferencia alguna.

En este contexto las percepciones aquí reflejan cómo las normas culturales influyen en los comportamientos tras una ruptura, subrayando diferencias en actitudes y formas de procesar el dolor, estas están profundamente marcadas por estereotipos de género y expectativas sociales.

Por tanto, Eagly (2016) en su teoría de roles de género, proporciona un marco para entender cómo las normas culturales y los estereotipos de género influyen en las diferencias percibidas en la forma en que hombres y mujeres enfrentan las rupturas. Según esta teoría, los roles de género son construcciones sociales que dictan las expectativas y comportamientos que se consideran apropiados para hombres y mujeres. Estas expectativas impactan directamente cómo ambos géneros procesan y expresan sus emociones tras una separación.

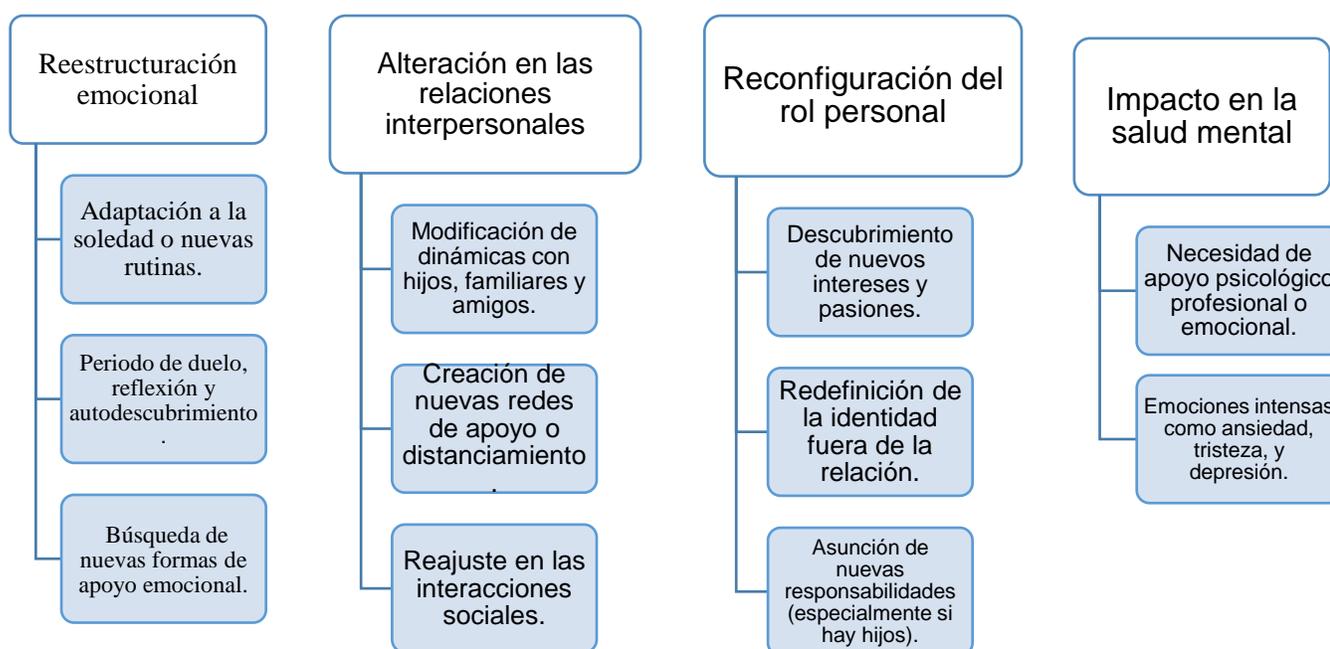
Estas diferencias no solo reflejan los roles asignados por el género, sino que también perpetúan patrones de afrontamiento que, en muchos casos, limitan el bienestar emocional de ambos géneros.

## 9.2. Aspectos psicosociales de la separación en el núcleo familiar

La separación en el núcleo familiar es un proceso complejo que afecta a todos sus integrantes de maneras distintas, según factores individuales, emocionales y psicosociales. Cada persona reacciona de acuerdo con su contexto personal, su nivel de madurez emocional y las circunstancias que rodearon la ruptura. Algunas personas optan por la soledad como un mecanismo para reflexionar y sanar. Estas diferencias reflejan las distintas estrategias de afrontamiento que se adoptan para lidiar con la pérdida y el cambio.

Teniendo esto en cuenta los cambios psicosociales más evidenciados por los participantes de la técnica de Historias extrañas son:

Figura 14. Cambios experimentados post ruptura



Desde un enfoque psicosocial, la ruptura no solo afecta a las dos personas involucradas, sino que impacta en todo el sistema familiar. Los hijos, si los hay, pueden experimentar sentimientos de confusión, pérdida de estabilidad o tristeza, mientras que otros miembros de la familia pueden adaptarse de formas distintas según su percepción de la situación. Las perspectivas culturales y las expectativas sociales también influyen en cómo se procesa una separación, pues muchas veces se enfrentan estigmas o juicios que pueden complicar aún más el proceso emocional.

*“...me decían no vas a poder sin él, tienes una hija piensa en eso y pues si me hubiera dejado influenciar por la sociedad no estuviera donde estoy ahora”*  
(PHE/0512).

Según, Kübler (1969) en la teoría del duelo no solo es experimentado de manera individual por cada miembro de la familia, sino que también genera un efecto en las interacciones y los roles dentro del núcleo. Los adultos, al atravesar las etapas de negación, ira, depresión y aceptación, pueden influir en el bienestar de los hijos y en la estabilidad general del hogar.

La ruptura no solo marca un final, sino también el inicio de un proceso de reorganización familiar que, aunque desafiante, puede llevar al fortalecimiento de las relaciones y a la consolidación de una familia funcional, aunque sea en una nueva forma.

### **Ruptura en el núcleo familiar**

La información obtenida a través de historias extrañas aborda varios aspectos fundamentales en la ruptura dentro del núcleo familiar, destacando cómo las dinámicas personales, familiares y sociales influyen en el proceso de separación y su impacto en los miembros de la familia, especialmente en los hijos.

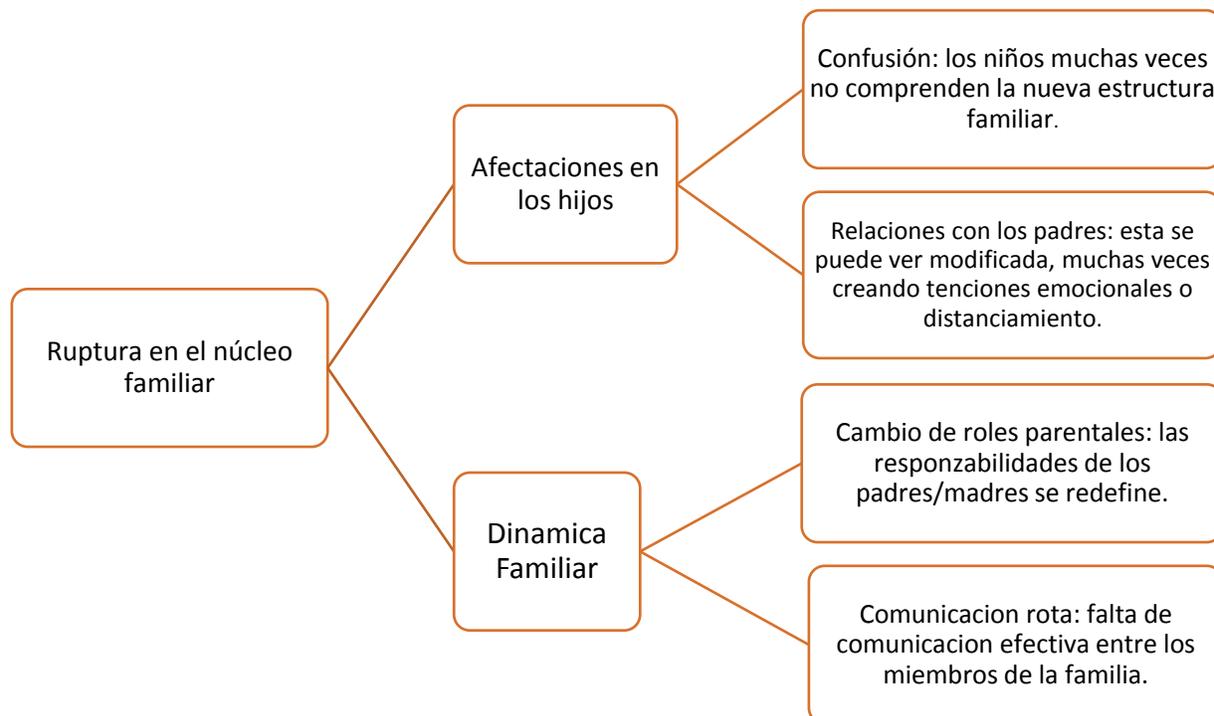
Uno de los puntos clave es la percepción de los amigos, aunque bien intencionados, no siempre son los más capacitados para dar consejos sobre relaciones de pareja, ya que sus recomendaciones pueden basarse en experiencias personales limitadas y no en un enfoque profesional o especializado.

La dinámica familiar se ve alterada, ya que los niños pierden la estabilidad de una estructura familiar unificada y deben adaptarse a una nueva realidad, que a menudo incluye cambios en la residencia, las rutinas diarias y la relación con ambos padres. Es fundamental que los padres, incluso durante la separación, trabajen juntos para garantizar que los hijos sigan sintiendo el apoyo y amor necesarios para su desarrollo emocional y psicológico.

En relación con los hijos, las rupturas familiares tienen un impacto profundo en su bienestar emocional y psicológico. Cuando los padres atraviesan un proceso de separación, los hijos pueden experimentar sentimientos de inseguridad, ansiedad y confusión, especialmente si no se manejan bien las emociones y la comunicación en la familia.

*“Las separaciones son procesos dolorosos independientemente los años que se tengan en una relación, estos procesos se viven de acuerdo con el grado de adultez, unos se refugian en la soledad, otros en buscar nuevas compañías cualquier que sea el caso siempre hay espacios donde los recuerdos y vivencias aparecen. Es importante en estas situaciones buscar ayuda de profesionales que ayuden a procesar la pérdida” (PHE/1511).*

Figura 15. Consecuencias de la ruptura en el núcleo familiar



La **Teoría de la Resiliencia**, desarrollada por Walsh (2007); proporciona un análisis de cómo las familias pueden adaptarse y fortalecerse ante una ruptura en el núcleo familiar. Esta teoría habla que, aunque las separaciones generan desafíos emocionales, sociales y económicos, también ofrecen la oportunidad de desarrollar mecanismos de afrontamiento que permitan superar la adversidad y fomentar el crecimiento personal y familiar.

La ruptura altera la estabilidad y las rutinas del núcleo familiar, lo que representa una amenaza para la cohesión y el bienestar emocional de todos sus miembros, especialmente los hijos. Según Walsh, la resiliencia familiar se construye cuando los padres logran trabajar juntos, incluso tras la separación, para proporcionar un entorno emocionalmente seguro y afectivo para los hijos.

### 9.3. Propuesta psicosocial para enfrentar las separaciones y rupturas en el núcleo familiar

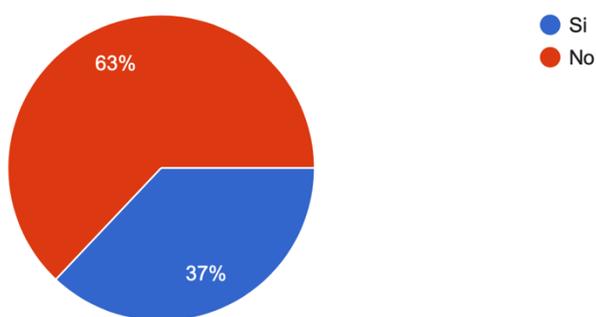
#### Estrategias de afrontamiento.

Las personas que enfrentan una ruptura familiar recurren a diferentes formas de apoyo, principalmente familiar y social, aunque la comprensión de la situación emocional puede ser limitada. Algunos buscan ayuda profesional, como psicólogos o consejeros, pero la mayoría intentan sobrellevar la situación por sí mismos, buscando actividades nuevas y evadiendo la situación.

*“No recibí ayuda de nadie, yo puedo solo” (1002U).*

La información muestra que las reacciones ante la ruptura varían considerablemente, y la mayoría de las personas no buscaron ayuda de manera activa. A continuación, se presenta un gráfico sobre apoyo emocional luego de la separación en las personas entrevistadas:

Gráfico 3. Solicitaron apoyo a otras personas por la separación-ruptura



En el gráfico se puede observar una diferencia muy grande entre las personas que buscaron apoyo y las que no, el 63% refiere que no busco o no necesito apoyo, y el 37% si recibió apoyo de diferentes personas o profesionales.

Una propuesta psicosocial eficaz para afrontar la ruptura es incluir o fomentar la búsqueda activa de apoyo profesional, fortalecer las redes de apoyo emocional, promover el autocuidado y la auto aceptación, y crear espacios de expresión emocional. Ya que es preocupante el porcentaje de personas que decidieron no buscar ayuda profesional o social.

Considerando las alternativas de afrontamiento que estas personas decidieron realizar para sobre llevar la situación o poder continuar con su vida omitiendo sus sentimientos y los cambios a los que se estaban enfrentando, nos comentaban de realizaron.

- *“El trabajo diario” (EN, 1001c)*
- *“La universidad y entrar a mis prácticas entre esas actividades que me consumían tiempo no pensaba en cómo me sentía” (EN, 10U)*
- *“Distancia” (000D).*

**La Teoría del Afrontamiento de Lazarus y Folkman** (2008); explica cómo las personas enfrentan situaciones de estrés, como las separaciones familiares, mediante estrategias centradas en el problema y en la emoción.

En este contexto, muchas personas recurren a actividades prácticas, como el trabajo o los estudios, para distraerse y mantener estabilidad, pero a menudo evitan confrontar directamente sus emociones. Esto se evidencia en el dato de que el 63% de los entrevistados no buscó apoyo emocional ni profesional, reflejando una tendencia hacia la evasión emocional como mecanismo de afrontamiento.

## X. Conclusiones

La separación es un proceso complejo que afecta profundamente el bienestar psicosocial de los estudiantes universitarios, particularmente en términos de su estabilidad emocional y su capacidad para enfrentar las exigencias académicas y sociales. Los efectos emocionales más comunes incluyen sentimientos de tristeza, ansiedad, frustración y, en algunos casos, síntomas depresivos que pueden manifestarse de manera prolongada. Estos estados emocionales no solo impactan el rendimiento académico, sino también la interacción social y las relaciones interpersonales dentro del entorno universitario.

El debilitamiento de las redes de apoyos, tanto familiares como sociales, es uno de los efectos más notables. Los estudiantes que atraviesan una separación tienden a experimentar aislamiento y dificultades para buscar ayuda, lo que agrava su estado emocional. Además, las diferencias de afrontamiento entre hombres y mujeres son evidentes, influenciadas por factores socioculturales que condicionan la expresión emocional y la forma de enfrentar la crisis. Mientras que algunos recurren al aislamiento o la negación, otros buscan apoyo activo, lo que genera un abanico diverso de necesidades.

En este contexto, la universidad se presenta como un espacio fundamental para ofrecer apoyo y acompañamiento. Sin embargo, los mecanismos actuales, aunque útiles, requieren fortalecerse para atender de manera integral las necesidades de los estudiantes en crisis. Esto incluye la implementación de programas preventivos y de intervención oportuna que contemplen tanto el bienestar emocional como la integración social de los estudiantes.

Asimismo, es crucial destacar que el fenómeno de la separación no solo afecta a quienes lo experimentan directamente, sino que también puede influir en las dinámicas grupales y comunitarias dentro de la universidad. La falta de estrategias para abordar este tipo de situaciones puede generar ambientes menos inclusivos y afectivos, impactando la cohesión general del entorno académico.

En definitiva, comprender y atender los efectos psicosociales de la separación desde un enfoque integral no solo mejora la calidad de vida de los estudiantes afectados, sino que también fortalece el rol de la universidad como una institución comprometida con el desarrollo humano y el bienestar de su comunidad.

## **XI. Recomendaciones**

### **A las autoridades educativas y clínica psicosocial y comunitaria**

#### **Desarrollar talleres y capacitaciones:**

- Organizar talleres sobre manejo de emociones, resiliencia y habilidades de afrontamiento dirigidos a estudiantes.
- Capacitar a los docentes para identificar señales de alerta emocional en los estudiantes y canalizarlos a los servicios adecuados.

Promover espacios seguros de diálogo:

- Crear grupos de apoyo dentro del campus donde los estudiantes puedan compartir sus experiencias y recibir orientación.
- Facilitar actividades extracurriculares enfocadas en la integración social y emocional de los estudiantes.

### **Para los estudiantes**

#### **Construir redes de apoyo**

- Buscar apoyo en amigos, compañeros y grupos sociales dentro de la universidad para evitar el aislamiento.
- Acudir a servicios de consejería o apoyo psicológico ante cualquier indicio de dificultad emocional.

#### **Fortalecer la comunicación**

- Mejorar la comunicación con familiares y personas cercanas para reducir conflictos y generar un entorno de apoyo mutuo.

**Aprovechar los recursos universitarios**

- Asistir a las actividades extracurriculares y recursos ofrecidos por la universidad para fomentar una mejor adaptación social y emocional.

## XII. Referencias bibliográficas

- Almeida-Guzmán, S., & Barroso-González, M. (2020). Equidad de género en docentes líderes de la Universidad Central del Ecuador, en el contexto del Objetivo de Desarrollo Sostenible 5. *Revista Internacional De Administración*(8), 98-126. doi: <https://doi.org/10.32719/25506641.2020.8.4>
- Araneda-Guirriman, C., & Sepúlveda-Páez, G. (2021). Reflexiones sobre los desafíos que enfrentan las académicas en el contexto del capitalismo académico. *Formacion Universitaria*, 14(5). doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062021000500075>
- MARTINEZ, S. (05 de febrero de 2024). UNIVERSIDAD JUÁREZ AUTÓNOMA DE TABASCO. Obtenido de Intervención familiar en fase de duelo complicado por ruptura de pareja : <https://ri.ujat.mx/jspui/bitstream/200.500.12107/4826/1/Sara%20Minerva%20Medina%20Mart%C3%ADnez.pdf>
- Ander-Egg, E. (2017). *abacoenred.com*. Obtenido de <https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2017/05/Diccionario-de-trabajo-social-Ander-Egg-Ezequiel.pdf>
- Arboleda, P. (17 de 12 de 2020). *Civilizar Ciencias Sociales y Humanas* . Obtenido de revistas usergioarboleda.: <http://dx.doi.org/10.22518/16578953.900>
- Arévalo, A. (2020). *Transversalización de género y su relación de la desigualdad de género en la univerisdad de Guayaquil*. UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL, Guayaquil. Obtenido de <https://repositorio.ug.edu.ec/server/api/core/bitstreams/ef4c6fb1-5f1c-4843-b7b3-d67012dad2f7/content>
- Asún, S., Rapùn, M., & Romero, M. (2019). Percepciones de Estudiantes Universitarios sobre una Evaluación Formativa en el Trabajo en Equipo. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*, 12(1), 175-192. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6908769>
- Baute, M., Pérez, V., & Luque, M. (2017). ESTRATEGIA DE EQUIDAD DE GÉNERO EN EL ENTORNO UNIVERSITARIO. *Revista Científica de la Universidad de Cienfuegos*, 9(4), 8. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202017000400007&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202017000400007&script=sci_arttext&tlng=pt)
- Benhumea, B. (2022). Mujer con enfoque proactivo. *DH MAGAZINE*(9). Obtenido de <https://www.codhem.org.mx/wp-content/uploads/2022/12/DH-INT-DIGITAL.pdf>
- Bernard. (1988). *tecnicasdeinvestigacion*. Obtenido de <https://tecnicasdeinvestigacion.com/entrevista-semiestructurada/#:~:text=La%20entrevista%%20,%20seg%C3%BAAn%20Bernard>
- Betancourt, K. (06 de diciembre de 2010). *psicologia en linea*. Obtenido de comunicacion asertiva: <https://ayuda-psicologica-en-linea.com/autoayuda/comunicacion-asertiva/>
- Bezanilla, J., & Miranda, M. (2023). La familia como grupo social: una re-conceptualización. *Alternativas en Psicología*, 17(23). Obtenido de [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=s1405-339x2013000200005&script=sci\\_arttext](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=s1405-339x2013000200005&script=sci_arttext)

- Bonetto, V., & Calderón, L. (2014). La importancia de atender a la Motivación en el aula. *PsicoPediaHoy*. Obtenido de <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/33856>
- Bowlby, J. (1980). *teoría del apego*. Obtenido de teoriaonline: <https://teoriaonline.com/john-bowlby-teoria-del-apego/>
- Bria, P., Gómez, T., Etchezahar, E., & Ungaretti, J. (2020). La caballerosidad como mediador entre el autoritarismo y los roles de género. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 10(3). doi:<https://doi.org/10.26864/pcs.v10.n3.3>
- Caceres , M., Raso, F., & Rodriguez , A. (2017). <https://www.educaweb.com>. Obtenido de <https://www.educaweb.com/noticia/2017/11/29/eleccion-carrera-enfoque-genero-factores-clave-implicaciones-socioeducativas-16203/>
- Campos, C., & Saldaña, L. (2018). Relaciones de género y arreglos en parejas de profesionales: ejecución v/s responsabilización. *ARTIGOS*, 26(2). doi:<https://doi.org/10.1590/1806-9584-2018v26n242931>
- Carrasco, M. (2019). *La perspectiva de género y su necesaria transversalización en el currículo*. Universidad Autónoma de Tlaxcala, Tlaxcala. Obtenido de <https://centrodeinvestigacioneducativauatx.org/publicacion/pdf2019/B025.pdf>
- Carrillo, P. N. (05 de 09 de 2024). *top doctor*. Obtenido de rupturas amorosas : <https://www.topdoctors.com.co/diccionario-medico/ruptura-amorosa/#:~:text=Una%20Ruptura%20Amorosa%20es%20el,las%20emociones%20y%20v%C3%ADnculos%20involucrados.>
- Castañeda, I., & Díaz, Z. (2021). Desigualdad social y género. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46(4). Obtenido de <https://www.scielosp.org/article/rcsp/2020.v46n4/e1991/>
- Castañeda, M. (2021 ). *Equidad de Género en las Instituciones de Educación Superior en Colombia. Una revisión*. Obtenido de <https://repositorio.ucp.edu.co/bitstream/10785/8285/1/DDMPSI378.pdf>
- Castillo Quintero, H. P., Henríquez Coronel, M. A., & Zembrano Tubay, F. (2020). *Validación de un Instrumento para evaluar Actitudes hacia la Igualdad de Género en Estudiantes Universitarios*. Universidad Técnica de Manabí Ecuador. Obtenido de [http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2528-79072020000100100](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2528-79072020000100100)
- Cerezo, J. (2020). *Un estudio exploratorio sobre el ODS Nº 5. Igualdad*. UNIVERSITAT JAUME I, España. Obtenido de [https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/191029/TFM\\_2020\\_CerezoMarti%cc%81nez\\_JoseMiguel.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/191029/TFM_2020_CerezoMarti%cc%81nez_JoseMiguel.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Choque, I., & Gutiérrez, A. (2021). BARRERAS PARA SALIR DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN RELACIONES DE PAREJA: PERCEPCIÓN DESDE LAS DEFENSORÍAS DE LAS MUJERES. *Revista Ciencia, Tecnología e Innovación*, 19(24), 71-86. Obtenido de <https://revistas.usfx.bo/index.php/rcti/article/view/473/407>

- Colther , C. M., Rojas , J., & Wong, S. (2022). La participación de la mujer en la universidad y su impacto en. *Formación universitaria*, 3(15). Obtenido de <https://www.scielo.cl/pdf/formuniv/v15n3/0718-5006-formuniv-15-03-23.pdf>
- Coreas, M., Muñoz, B., & Ruiz, I. (2010). *Estudio de la Posición y Condición del Desarrollo Profesional de Mujeres y Hombres que laboran en la Alcaldía del Municipio de San Vicente, año 2010: Una Propuesta de Intervención*. Universidad de El Salvador, El Salvador. Obtenido de <https://ri.ues.edu.sv/id/eprint/928/1/70102895.pdf>
- Costa, S., & Merino, Z. (2018). La desintegración familiar: Impacto en el desarrollo emocional de los niños. *REVISTA CIENCIA E INVESTIGACIÓN*, VOL. 2(2), 11.
- Domiguez, M. (Diciembre de 2004). Equidad de género y diversidad. *Revista Electrónica de Educación y psicología*. Obtenido de [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/44594314/5205-3097-1-PB-libre.pdf?1460301127=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DRevista\\_Electronica\\_de\\_Educacion\\_y\\_psico.pdf&Expires=1702150787&Signature=gX8pHroPdfZ7x7PU6ZxUP-IR1q-sjK7Pawh32cUld6P6yYk](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/44594314/5205-3097-1-PB-libre.pdf?1460301127=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DRevista_Electronica_de_Educacion_y_psico.pdf&Expires=1702150787&Signature=gX8pHroPdfZ7x7PU6ZxUP-IR1q-sjK7Pawh32cUld6P6yYk)
- Donoso-Vázquez, T., & Velasco-Martínez, A. (Enero-Abril de 2013). ¿POR QUÉ UNA PROPUESTA DE FORMACIÓN EN PERSPECTIVA DE GÉNERO EN EL ÁMBITO UNIVERSITARIO? *Revista de curriculum y formacion de profesorado*, 17(1). Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/567/56726350006.pdf>
- Eagly, A., & Wood, W. (2016). Teoría del rol social de las diferencias y similitudes sexuales: implicaciones para las preferencias de pareja de mujeres y hombres. En D. Buss. Obtenido de [https://www.academia.edu/114812416/Teor%C3%ADa\\_del\\_Rol\\_Social\\_Diferencias\\_y semejanzas\\_de\\_acuerdo\\_alsexo\\_Eagly\\_Wood\\_and\\_Johannesen\\_Schmidt](https://www.academia.edu/114812416/Teor%C3%ADa_del_Rol_Social_Diferencias_y semejanzas_de_acuerdo_alsexo_Eagly_Wood_and_Johannesen_Schmidt)
- Education, U.-I. y. (Marzo de 2022). *iesalc.unesco.org*. Obtenido de <https://www.iesalc.unesco.org/2022/03/08/las-universidades-de-todo-el-mundo-abordan-la-igualdad-de-genero-pero-aun-quedan-brechas-por-cerrar/>
- España, B. N. (octubre de 2023). <https://datos.bne.es>. Obtenido de <https://datos.bne.es/persona/XX1161594.html>
- Espinoza, V. y. (16 de septiembre de 2018). *Problemas conductuales en niños entre 5 a 11 años, hijos de padres divorciados*. Obtenido de Repositorio Institucional Universidad de Cuenca, 1-37.: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/30354>
- Fajardo, I. (27 de octubre de 2019). *Didáxis Teórica de la Comunicación Asertiva* . Obtenido de portal.amelica: <https://portal.amelica.org/ameli/journal/480/4802170015/html/>
- Freud, S. (1913). *Totem y Tabú*. Amorrortu.
- Fundacion Carolina . (2021). La dimensión inclusiva de la Universidad como condición para una universalidad real. Obtenido de <https://www.fundacioncarolina.es/la-dimension-inclusiva-de-la-universidad-como-condicion-para-una-universalidad->



- Instituto de Estadística de la UNESCO. (2014). *Clasificación internacional normalizada de la educación: campos de educación y capacitación 2013 de la CINE (ISCED-F 2013)*. UNESCO-UIS. doi:<https://doi.org/10.15220/978-92-9189-157-3-sp>
- Juez , L. (2021). *Hijos del divorcio conflictivo*. UNIVERSIDAD DE VALLADOLID. Obtenido de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/49389/TFG-G5108.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Kübler, E. (1969). *La muerte y los moribundos* . Macmillan Publishing.
- León, A. D. (Diciembre de 2017). Feminización de la matrícula universitaria y el mercado laboral en Panamá. *REVISTA SEMESTRAL ACCIÓN Y REFLEXIÓN EDUCATIVA*, . doi:[https://uptv.up.ac.pa/index.php/accion\\_reflexion\\_educativa/article/view/85/1398](https://uptv.up.ac.pa/index.php/accion_reflexion_educativa/article/view/85/1398)
- Lizett, R., & Rivera, I. (18 de diciembre de 2013). *PROYECTO DEL NUEVO CÓDIGO DE FAMILIA*. Obtenido de repositorio unan: <https://repositorio.unan.edu.ni/id/eprint/505/1/11425.pdf>
- López, A. (agosto de 2024). *dialnet*. Obtenido de El suicidio relacionado con problemas de pareja: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i4.13127](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.13127)
- Martínez , J., & Camacho, C. (2017). *ESTEREOTIPO, PREJUICIO Y DISCRIMINACIÓN HACIA LAS MUJERES EN EL CONTEXTO LABORAL LATINOAMERICANO*. Universidad del Rosario, Colombia. Obtenido de <https://repository.urosario.edu.co/server/api/core/bitstreams/1b76b0d2-982f-42a2-a404-7569b3266852/content>
- Medina, M., & Rodríguez, r. (02 de septiembre de 2024). *Horiz. sanitario*. Obtenido de scielo: <https://doi.org/10.19136/hs.a23n1.5715>
- Mendoza, D., & Galarraga, A. (24 de Marzo de 2024). *Ruptura de pareja y estrategias de afrontamiento psicológico en adultos jóvenes*. Obtenido de dspace.unach: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/13246/1/Gaibor%20Mendoza%2c%20V.%20-%20Galarraga%20Merino%2c%20Y.%20%282024%29%20Ruptura%20de%20pareja%20y%20estrategias%20de%20afrontamiento%20psicológico%20en%20adultos%20jóvenes..pdf>
- Merma-Molina, G., Gavilán-Martín, D., Molina, D., & Urrea-Solano, M. (2021). EL IMPACTO DE LOS ROLES DE GÉNERO EN LAS ACTITUDES SEXISTAS DEL COLECTIVO ADOLESCENTE EN EL ÁMBITO ESCOLAR. *Bordon Revista de Pedagogía*, 72(2). doi:DOI: 10.13042/Bordon.2021.81390
- México, Universidad Intercontinental. (01 de enero de 2014). *Educación, Revista Intercontinental de Psicología*. Obtenido de redalyc: <https://www.redalyc.org/pdf/802/80230114003.pdf>
- Miralles-Cardona, C., Cardona Moltó, M. C., & Chiner, E. (2020). *La perspectiva de género en la formación inicial docente: estudio descriptivo de las percepciones del alumnado [Tesis]*. Universidad de Alicante. Obtenido de <https://rua.ua.es/dspace/handle/10045/107138>
- Miranda, K., & Hodgson, E. (01 de Julio de 2020). *Masculinidad y paternidad en hombres*. Obtenido de Ciencia y interculturalidad : <https://doi.org/10.5377/rci.v16i1.2355>

- Montagud , N. (03 de agosto de 2021). *psicologiayment*. Obtenido de psicologiayment: <https://psicologiaymente.com/clinica/importancia-familia-salud-mental>
- Montenegro, C., flores , H., & Caicedo, F. (10 de octubre de 2022). *Trastornos afectivos a causa de un divorcio unilateral, un estudio en la provincia de Tungurahua, Ecuador. Universidad Y Sociedad*. Obtenido de UNIVERSIDAD Y SOCIEDAD: <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/3295>
- Montoya Medina, A. M. (2021). *FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADE*. Obtenido de repositorio.ucv.: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91332/Montoya\\_MAM-SD.pdf?sequence=1](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91332/Montoya_MAM-SD.pdf?sequence=1)
- Morales, S. (2015). La familia y su evolución. *Perfiles de las Ciencias Sociales*, 3(5). Obtenido de <https://ri.ujat.mx/handle/20.500.12107/2557>
- Moreno, A., Borge, N., & Lòpez, L. (2020). *Igualdad de género*. UNAN-MANAGUA, Managua, Nicaragua. Obtenido de <https://repositorio.unan.edu.ni/15766/1/15766.pdf>
- Moreno, M., Bonz , J., Vargas, A., & Zúniga, F. (17 de octubre de 2019). *Revista Científica Estelí*. Obtenido de Influencia de las carencias afectivas en las relaciones de pareja en mujeres universitarias: <https://doi.org/10.5377/farem.v0i32.9232>
- Moscoso, J. (10 de septiembre de 2023). *CUENCA*. Obtenido de CAUSAS DEL DIVORCIO Y EFECTOS EN NIÑOS DE LATINOAMERICA: <https://dspace.ucacue.edu.ec/server/api/core/bitstreams/40ee2950-45c2-4cf9-b6f1-e562edb84779/content>
- Noguer-Juncà, E., & Crespi-Vallbona, M. (2021). Perspectiva de Género en la Educación Universitaria: El Caso de los Grados en Turismo en Cataluña. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 10(2). doi:<https://doi.org/10.17583/rimcis.8156>
- Objetivos de Desarrollo Sostenible. (2023). *ODS obeitivo 5: igualdad entre los generos y empoderamieto a todas las mujeres y las niñas*. Obtenido de <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/gender-equality/>
- Oliva, A. (2004). *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño*. Obtenido de Estado actual de la teoria del apego: [https://conductitlan.org.mx/10\\_psicologiainfantil/SINDROMES/Apego.pdf](https://conductitlan.org.mx/10_psicologiainfantil/SINDROMES/Apego.pdf)
- ONU MUJERES. (2015). La igualdad de géneros. Obtenido de <https://colectivajusticiamujer.org/wp-content/uploads/2021/01/foll-igualdadg-8pp-web-ok2.pdf>
- Palermo, A. (1998). LA PARTICIPACIÓN DE LAS MUJERES. *La Aljaba, segunda época*. Obtenido de [https://repo.unlpam.edu.ar/bitstream/handle/unlpam/5201/v03a06palermo\\_c.pdf?sequence=1](https://repo.unlpam.edu.ar/bitstream/handle/unlpam/5201/v03a06palermo_c.pdf?sequence=1)
- Panaia, M. (2014). LA INCLUSIÓN DE LA MUJER EN LA PROFESION DE INGENIERIA. *Virajes*, 16(1), 19-43. Obtenido de [https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/36333/CONICET\\_Digital\\_Nro.7117c2e9-39e2-4a02-8166-04bb8f35eed6\\_B.pdf?sequence=5](https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/36333/CONICET_Digital_Nro.7117c2e9-39e2-4a02-8166-04bb8f35eed6_B.pdf?sequence=5)

- Peña, R., & Colarte, R. (2019). MARY WOLLSTONECRAFT Y LA VINDICACIÓN DE LOS DERECHOS FEMENINOS. Obtenido de file:///C:/Users/HP/Downloads/fil2019.18.1.35\_43.pdf
- Pérez, M., Pomares, M., & Sánchez, S. (2017). LA MUJER EN EL ÁMBITO UNIVERSITARIO. *Revista Castellano-Manchega de Ciencias Sociales*(23). Obtenido de [www.redalyc.org/journal/3221/322153763015/html/](http://www.redalyc.org/journal/3221/322153763015/html/)
- Plan Internacional. (2017). *Política igualdad de género e inclusión* . Obtenido de [https://www.plan.org.co/wp-content/uploads/2018/09/politica\\_de\\_genero\\_2017.pdf](https://www.plan.org.co/wp-content/uploads/2018/09/politica_de_genero_2017.pdf)
- PNDH. (19 de Julio de 2021). *Plan nacional de lucha contra la pobreza y para el desarrollo humano*. Obtenido de GOBIERNO DE RECONCILIACIÓN Y UNIDAD NACIONAL: [https://www.pndh.gob.ni/documentos/pnlc-dh/PNCL-DH\\_2022-2026\(19Jul21\).pdf](https://www.pndh.gob.ni/documentos/pnlc-dh/PNCL-DH_2022-2026(19Jul21).pdf)
- Puerta. (enero de 2023). *La resiliencia* . Obtenido de psicoguias: <https://psicoguias.com/resiliencia/>
- Ramos, D. (2020). Contribución de la educación superior a los Objetivos de Desarrollo Sostenible desde la docencia. *Revista Española de Educación Comparada*(37), 89-110. doi:10.5944/reec.37.2021.27763
- resiliencia, C. a. (19 de marzo de 2011). *American Psychological Association* . Obtenido de apa.org: <https://www.apa.org/topics/resilience/camino>
- Rodriguez, G. (2019). “Conchita” Palacios, la primera doctora centroamericana. <https://revistapetra.com>. Obtenido de <https://revistapetra.com/conchita-palacios-la-primer-doctora-centroamericana/>
- Rodríguez, K., Cardoza, N., & Molina, S. (2023). DESARROLLO SOSTENIBLE, REDUCCIÓN DE DESIGUALDADES Y EDUCACIÓN DESDE UN ENFOQUE DE GÉNERO. *Apuntes de Economía y Sociedad*(4), 34-47. Obtenido de file:///C:/Users/HP/Downloads/Art%C3%ADculo-3-4-2%20(1).pdf
- Romano, Y., Velazquez, S., & Bianchi, M. (2018). *La mujer en la historia de la universidad , retos, compromisos y logros* (Vol. 1ra edición). Ediciones Universidad de Salamanca. Obtenido de <https://eusal.es/index.php/eusal/catalog/download/978-84-9012-978-4/5446/6125-1?inline=1>
- Salas, V. (2022). Las brechas de género siguen presentes en las carreras universitarias de Chile. *Aequalis*. Obtenido de [https://aequalis.cl/articulos/las-brechas-de-genero-siguen-presentes-en-las-carreras-universitarias-de-chile/#:~:text=Respecto%20de%20las%20carreras%2C%20los,Medicina%20Veterinaria%2C%20\(74%25\)](https://aequalis.cl/articulos/las-brechas-de-genero-siguen-presentes-en-las-carreras-universitarias-de-chile/#:~:text=Respecto%20de%20las%20carreras%2C%20los,Medicina%20Veterinaria%2C%20(74%25))
- Saldaña, P. (24 de abril de 2024). *dspace*. Obtenido de <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/29035/4/UPS-CT011782.pdf>
- Salmeron, J. (02 de 04 de 2018). *Pension de alimentos* . Obtenido de abogados online.

- Stange, I., Ortega, A., Moreno, M., & Gamboa, C. (2017). Aproximación al concepto de pareja. *Psicología para América Latina*, 29. Obtenido de [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-350X2017000300002](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2017000300002)
- Susana, G. (2008). Feminismo: historia y corrientes. *Mujeres en red , periodico feminista*. Obtenido de <https://www.mujeresenred.net/spip.php?article1397#:~:text=La%20lucha%20de%20la%20mujer,partir%20de%20la%20Revoluci%20n%20Industrial>
- Tirapu-Ustárriz. (Diciembre de 2007). Obtenido de riuma: [https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/12939/TFG\\_López\\_Torreblanca\\_Carlos.pdf?sequence=1#:~:text=1.,personaje%20dice%20lo%20que%20dice](https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/12939/TFG_López_Torreblanca_Carlos.pdf?sequence=1#:~:text=1.,personaje%20dice%20lo%20que%20dice).
- Verdugo, C. S. (2022). *La brecha de género en los estudios universitarios del sector STEM en el espacio español de educación*. Universidad de Salamanca ( España). Obtenido de <http://hdl.handle.net/10366/150723>
- Vernà, J., Rodríguez, M., & Macià, F. (2014). Portal de Recursos Docentes con Perspectiva de Género. *Actas de las XX JENUI*, 177-184. Obtenido de [https://upcommons.upc.edu/bitstream/handle/2099/15442/D177be\\_port.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://upcommons.upc.edu/bitstream/handle/2099/15442/D177be_port.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Viera, D., Mutize , T., & Roser , J. (2021). *¿la ventaja femenina ha puesto fin?* UNESCO IESALC. Obtenido de <https://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2021/03/Informe-Mujeres-ES-080321.pdf>
- Vila, B. (2023). *Biblioteca vila-seca.cat*. Obtenido de <https://bibliotecavila-seca.cat/web/historia-local/maria-elena-maseras-i-ribera>
- Zavala , L., & Rivera, K. (2023). *relaciones sosioeducativas de mujeres universitarias* . repositorio unan CUR- Esteli.
- Zúniga, M., & Meléndez, K. (2019). *Percepción y manifestación sobre equidad de género, en estudiantes de la carrera de Psicología de I a V año, de la UNAN-León*,. Universidad Autónoma de Nicaragua - Leon. Universidad Autónoma de Nicaragua - Leon.

### XIII. Anexos

Figura 16. Foto de trabajo de campo





UNIVERSIDAD AUTONOMA DE NICARAGUA, MANAGUA

Centro Universitario Regional, CUR -Estelí

### Técnica: Historias Extrañas<sup>1</sup> (Análisis e Interpretación)

**Instrumento dirigido a miembros de la comunidad universitaria (docentes, estudiantes y personal administrativo)**

Estimado/a participante:

Somos estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social en el Centro Universitario Regional (CUR) de Estelí, promoción 2024. Actualmente, estamos desarrollando nuestra investigación final para optar al título de Licenciatura en Trabajo Social. Como parte de este proceso, estamos empleando diversas técnicas de investigación, incluyendo la técnica "Historias Extrañas" de Francesca Happé, para abordar el tema: **“Efectos psicosociales de la separación de hombres y mujeres en el núcleo familiar.”**

Con el objetivo de obtener datos valiosos para nuestra investigación, le solicitamos su amable colaboración al completar este instrumento. Las respuestas que usted proporcione serán tratadas de manera confidencial y serán procesadas de acuerdo con los criterios de puntuación establecidos para esta técnica. La evaluación de sus respuestas se realizará utilizando el siguiente esquema de puntuación:

- **Puntuación 0:** Respuesta que no muestra comprensión de los pensamientos o intenciones implícitas de los personajes en la historia.
- **Puntuación 1:** Respuesta que muestra una comprensión parcial o literal de la situación, pero sin captar completamente los aspectos emocionales o mentales de los personajes.
- **Puntuación 2:** Respuesta que demuestra una comprensión completa de los pensamientos, emociones y motivaciones implícitas de los personajes.

Agradecemos profundamente su apoyo, ya que sus respuestas serán fundamentales para analizar los efectos psicosociales de las separaciones en el núcleo familiar. Con su contribución, podremos llevar a cabo una investigación rigurosa y aportar conocimientos valiosos al campo del Trabajo Social.

<b>0</b>	<b>Respuesta incorrecta</b>
<b>1</b>	<b>Respuesta correcta parcialmente o expresada de forma implícita</b>
<b>2</b>	<b>Respuesta correcta o expresadas de forma explícita</b>

La Información recaudada será tratada de manera confidencial. Se les agradece de antemano su honestidad y cooperación.



## Hoja de trabajo: Historias extrañas

### 1- Datos generales:

Género		Edad	En la universidad		Años de trabajar en la institución	
Hombre			Docente			
			Administrativo			
Mujer			Estudiante		Año académico	

### 2- Lea y analiza las siguientes historias y resuelva las preguntas

#### A. Adaptación

¿Por qué crees que las separaciones se viven de manera diferente?

La separación entre Laura y Miguel marcó un giro radical en sus vidas. Para Laura, cada rincón del apartamento resonaba con los ecos de momentos compartidos; sus días se llenaron de melancolía mientras navegaba por la rutina diaria, tratando de sobrellevar la carga emocional con amigas y actividades nuevas. Miguel, por otro lado, se sumergió en el trabajo, buscando distracciones en proyectos que le absorbían la mente y le ofrecían un alivio temporal.

¿Por qué crees que los amigos de Javier sugieren que se separe?

#### 1. Dinámica familiar

La familia López estaba pasando por un momento tenso. Javier, el padre, trabajaba desde casa en su negocio, mientras que Laura pasaba largas horas en una empresa de tabaco, regresando solo por la noche. La falta de comunicación y la rutina agotadora estaban desgastando su relación, lo que preocupaba a sus hijos, quienes notaban la frialdad entre sus padres, los amigos de Javier le siguieron que se separe.

UNIVERSIDAD AUTONOMA DE NICARAGUA, MANAGUA

Centro Universitario Regional, CUR -Estelí

**Cuestionario (Entrevista)**

**Objetivo:** Recopilar información sobre las rupturas de pareja y las experiencias de hombres y mujeres entre los estudiantes de la Universidad UNAN Managua, CUR Estelí.

**Dirigido por:** Estudiantes de la carrera de V año de trabajo Social.

Estimados estudiantes del CUR Estelí, espero tengan una excelente semana.

A continuación, les presentamos el cuestionario que contiene una serie de preguntas personales relacionadas con nuestro tema de tesis *“Efectos psicosociales de la separación de hombres y mujeres en el núcleo familiar”*.

Su colaboración es fundamental para el progreso de nuestra investigación, ya que nos permitirá comprender mejor las experiencias y vivencias relacionadas con el proceso de separación y adaptación, así como la nueva dinámica familiar y social. Le garantizamos que sus respuestas serán confidenciales y se utilizarán exclusivamente con fines académicos.

Agradecemos de antemano su tiempo y honestidad al responder.

**Datos Generales:**

**Nombre**

**Edad:**

**Sexo:**

**Fecha:**

**Carrera:**

**Año:**

**Cedula:**

1. ¿Cómo describirías su estado emocional tras la separación?
2. ¿Puede describir más sobre cómo fue para usted este proceso emocional?
3. ¿Busco apoyo emocional luego de la separación?
4. Si respondiste "Sí", ¿de quién recibio apoyo?
5. ¿En qué aspectos consideras que cambió su visión sobre las relaciones?
6. ¿De qué manera cree que influyó la separación en su vida social?
7. ¿Podría describir alguno de estos cambios?

8. ¿cuáles actividades cree que le ayudaron a adaptarse?
9. ¿Cree que las percepciones sociales y culturales influyeron en cómo manejo la separación?
10. ¿En su experiencia, hombres y mujeres reaccionan de manera diferente a una ruptura?
11. ¿Puede mencionar alguna diferencia que hayas observado en cómo sus amigos o amigas manejan una ruptura?
12. ¿Percibes algún cambio positivo en su vida después de la separación?
13. Si respondiste "Sí", ¿cuáles son esos cambios positivos?
14. ¿Hubo algún efecto jurídico de la separación que haya impactado en su vida cotidiana?
15. ¿podría explicar cómo le ha afectado en temas como bienes, custodia o pensión?



