

# **Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente**

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación del 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud  
**MAESTRÍA EN DESARROLLO HUMANO**



## **TÍTULO DEL TRABAJO.**

**Cambios en sus patrones de vida cotidiana en el  
hombre a consecuencia del divorcio.**

---

Trabajo recepcional que para obtener el grado de  
Maestro en Desarrollo Humano

Presenta: **SIMÓN ZARUR VERGARA**

Tutor **LUIS FELIPE GÓMEZ LÓPEZ**  
Tlaquepaque, Jalisco. 7 de noviembre de 2018.

# Contenido

<b>TÍTULO DEL TRABAJO.</b> .....	1
Introducción .....	5
1. El problema: Cambios en sus patrones de vida cotidiana en el hombre a consecuencia del divorcio.....	8
1.1 Breve estado del conocimiento sobre el divorcio en México y algunas de sus consecuencias. ....	8
1.2 Efectos al momento del divorcio.....	13
1.3 Los efectos del divorcio en la vida de cinco hombres que han pasado por este proceso ....	14
1.4 La Hipótesis de acción .....	20
Justificación. La intervención para el desarrollo humano.....	21
2. Fundamentación teórica para el acompañamiento a un grupo de hombre con la experiencia del divorcio.....	23
2.1 Concepto del desarrollo humano.....	24
2.2 Origen de la práctica del desarrollo humano en México .....	25
2.3 Concepto del yo.....	26
2.4 La tendencia actualizante.....	26
2.5 Relación de ayuda a través del enfoque centrado en la persona .....	27
2.6 Grupos de encuentro .....	30
2.7 El facilitador en el grupo .....	30
2.8 El proceso en el grupo.....	31
2.9 La masculinidad.....	33
3. El Método .....	34
3.1 Problematización.....	35
3.2 Elaboración del estado del conocimiento.....	38
3.3 Elaboración del marco teórico .....	39
3.4 Desarrollo de la intervención .....	39
3.5 Análisis de los resultados .....	39
4. Plan de intervención .....	41

4.1 Propósito General .....	41
4.2 Propósitos específicos .....	41
Información sobre la intervención .....	42
4.3 Cronograma.....	43
4.4 Desarrollo .....	43
4.5 Consideraciones éticas .....	47
5. Resultados de la intervención .....	48
5.1 Condiciones para el funcionamiento del grupo de encuentro .....	48
Establecimiento del propósito .....	48
Establecimiento de reglas .....	49
Generar confianza en el grupo.....	49
Conocer al participante .....	51
5.2 Desarrollo del grupo de encuentro .....	51
¿Que trajo a los participantes al grupo? .....	51
Cambios en los patrones de vida cotidiana.....	53
Sufrimiento emocional.....	56
Habilidades que mostró el facilitador en la relación de ayuda.....	58
Escucha empática.....	58
Clarificación .....	61
Respuesta-Reflejo .....	61
Confrontación.....	63
Auto descubrimiento.....	63
Valoración de la intervención .....	65
Valoración de la intervención por parte del facilitador .....	69
5.3 Conclusiones.....	69
Referencias Bibliográficas .....	73
Anexo1. ....	76
Anexo 2.....	77
Anexo 3.....	79

Anexo 4.....	81
Anexo 5.....	82
Anexo 6.....	83

## Introducción

De acuerdo con la división de estadística de las Naciones Unidas (ONU) la duración del matrimonio varía en los distintos países. Consultando el Ranking de los países con la tasa de divorcio más alta de todo el mundo, en 2009, se puede observar que el país con mayor número de casos registrados es Bélgica, con una tasa de divorcio de un 70%, seguido de la República Checa, Hungría, Portugal y España con tasas superiores al 60%, así como Estados Unidos con una tasa del 51%. Al otro extremo, esta Chile como el país con menos tasa de divorcios del planeta 2%, seguido de Vietnam 4% y Guatemala con un 5% (ONU, 2009).

A pesar de que la tasa de divorcio en México es menor en relación con los países recién mencionamos, desde la segunda mitad del siglo XX, el divorcio se presenta con mayor frecuencia en las familias mexicanas. Al preguntarnos ¿Cuánto dura el compromiso del matrimonio en las parejas mexicanas? se puede afirmar que, para un gran número de ellas, cada vez dura menos tiempo. Las estadísticas señalan que en México la disolución del matrimonio va en aumento. Al revisar los registros del Instituto Nacional de Estadística y Geografía en el año de 1971 hubo 3.2 divorcios por cada 100 matrimonios contraídos; sin embargo, la frecuencia se incrementa con velocidad alcanzando en 2015 el número de 22.5 divorcios por cada 100 matrimonios (INEGI, 2016).

Trejos (1990) define el divorcio como la disolución en vida de los cónyuges de un matrimonio válidamente contraído. ¿Qué sucede en la vida de los conyugues durante y después de haber concluido con el vínculo matrimonial? De acuerdo con Solsano (2010), las personas que experimentan un divorcio viven cambios que tienen consecuencias en diferentes ámbitos de su vida como el económico, el de la salud y el del bienestar general. Otros estudios muestran que cambios como la separación de la custodia de los hijos, cubrir el costo de vivir en un nuevo hogar o dejar de convivir en pareja con amistades que anteriormente se frecuentaba, incrementan el nivel de estrés y disminuyen la calidad de vida de la persona que lo experimentan (Amato, 2012). En México, las mujeres suelen buscar apoyo emocional que les permitan afrontar estos cambios, a su vez el hombre generalmente afronta el divorcio y sus efectos sin ningún tipo de ayuda.

Las personas en su mayoría se casan esperando ser felices; sin embargo, la disolución del matrimonio causa dolor. Adaptarse a los nuevos cambios que genera una separación de pareja, en ocasiones puede durar años, existiendo la posibilidad de no superarlos; sin embargo, ciertas condiciones como mantener un ingreso económico satisfactorio, tener una nueva pareja, así como el apoyo y orientación emocional profesional permiten al

hombre encontrar maneras de afrontar adversidades y entender el divorcio de una forma diferente, lo que le ayuda a superar las dificultades causadas por el divorcio (Amato, 2012).

Por ello el presente trabajo se realizó con la intención de facilitar, en un grupo de hombres que están viviendo la experiencia de divorcio, un estado de consciencia reflexiva que permita afrontar de mejor manera los cambios que implica una separación. La intervención consistió en el diseño de un grupo de encuentro desde la perspectiva del desarrollo humano en que los participantes pudieron compartir su experiencia en un clima de aceptación y respeto. El proceso fue documentado y analizado mediante técnicas de investigación cualitativa.

El trabajo se conforma de cinco capítulos. El primer capítulo presenta información de antecedentes del divorcio y matrimonio en México, así como datos estadísticos de lo que sucede sobre estos dos temas en el mundo. Presenta un breve estado del conocimiento sobre el divorcio en México y algunas de sus consecuencias. Muestra fragmentos de entrevistas a 5 hombres divorciados que son evidencia de la existencia del problema. Por último, presenta la hipótesis de acción como la justificación que expresa la importancia de actuar en el problema como la alternativa de hacerlo a través del desarrollo humano.

En el segundo capítulo se desarrolla la fundamentación teórica del porque la psicología humanista a través del enfoque centrado en la persona puede ayudar a las personas a afrontar de mejor manera los cambios causados por el divorcio. Se describe el origen de la práctica del desarrollo humano en México, así como el concepto de tendencia actualizante.

El tercer capítulo muestra el método, presenta información del origen de la investigación – acción, así como el proceso utilizado en la problematización. Presenta de forma detallada el plan de intervención llevado a cabo a través de la formación de un grupo de encuentro formado por hombres con experiencia de separación o divorcio, dirigido por un facilitador utilizando la teoría Rogers (1961) del enfoque centrado en la persona.

El cuarto capítulo muestra cómo fue diseñado y estructurado el plan de intervención, así como sus objetivos y sus consideraciones éticas.

El quinto capítulo muestra el resultado de la intervención, cómo se reunió al grupo, cuáles fueron las razones de las personas por participar en el grupo, cómo se generó la confianza en el mismo, así como el desarrollo de este en las cinco sesiones realizadas. Este capítulo presenta también las habilidades que mostro el facilitador en la relación de ayuda como son: Escucha empática, clarificación, respuesta-reflejo, confrontación y

autodescubrimiento; la valoración de la intervención por parte de los participantes, así como por parte del facilitador.

Por último, es importante señalar que, como estudiante de la maestría de desarrollo humano, el autor pudo conjugar su implicación personal y su trabajo de intervención llevado a cabo a través del grupo de encuentro, donde puso en práctica lo aprendido en sus estudios como facilitador del desarrollo humano durante las sesiones del grupo, a estos hombres que están viviendo una separación o divorcio.

## 1. El problema: Cambios en sus patrones de vida cotidiana en el hombre a consecuencia del divorcio

Se puede considerar que el cambio es parte de la vida de todo ser humano. En ocasiones es la persona quien provoca el cambio, un ejemplo puede ser cuando una persona decide estudiar una carrera universitaria, esta decisión provocará cambios en su vida, por ejemplo, deberá cumplir un horario universitario, deberá acreditar las materias del programa de estudios y deberá dedicar tiempo para su aprendizaje. Al terminar su carrera universitaria seguramente se presentarán oportunidades de trabajo que implicarán nuevos cambios para su vida; otro ejemplo que provoca cambios en la vida de las personas puede ser cuando una pareja decide casarse, esta decisión provocará cambios en la vida de estas dos personas; tendrán un nuevo estado civil, probablemente un nuevo domicilio y un hogar que compartir. En fin, estas decisiones pueden hacer que la vida sea más plena y provocan generalmente cambios positivos en la vida.

En ocasiones los cambios vienen de golpe, no se planean o inclusive no se desean, pero se presentan y hacen que la persona los enfrente. Una enfermedad, la muerte de un ser querido o un divorcio son ejemplos de eventos que suceden y se acompañan de cambios que tienen efectos adversos en la vida de quien lo vive.

Este trabajo de intervención se enfoca a lo que sucede en la vida del hombre al momento de experimentar un divorcio. Pretende ser un acercamiento sobre cómo el hombre está enfrentando los cambios que suceden en su vida a consecuencia del divorcio.

El primer paso que dirige el rumbo del trabajo es definir el problema con que se desea trabajar, hacer un diagnóstico y comprobar que es posible llevarlo cabo, que es pertinente y algo importante, que resulta significativo para el actor involucrado.

### 1.1 Breve estado del conocimiento sobre el divorcio en México y algunas de sus consecuencias.

Se investigó qué se ha escrito y publicado sobre el tema de los cambios de vida cotidiana en el hombre a consecuencia del divorcio con el fin de entender la problemática actual, de enriquecer el conocimiento sobre este y construir conocimiento con este nuevo acercamiento al tema. Se encontraron investigaciones relacionadas al divorcio y de algunas



de sus consecuencias, investigaciones pertinentes al tema, aunque no específicamente de los cambios en los patrones de vida cotidiana.

Al construir el estado del conocimiento en el presente trabajo, se logró obtener información relevante de diferentes autores sobre el tema de los cambios en la vida de las personas a consecuencia del divorcio, así como temas relacionados a este. Se amplió la visión del autor al tema investigado, así como la posibilidad de aportar una nueva visión sobre el tema investigado.

Revisando diversas publicaciones relacionadas con el divorcio, se muestra en primer lugar las relacionadas al origen del divorcio en México. García (2015), señala el crecimiento en número de divorcios que hubo en la Ciudad de México, durante 200 años se registraron poco menos de 600 divorcios, sin embargo, al llegar al año 1900 al 1920 hubo 1,422 demandas de divorcio registradas. Este importante crecimiento es causado según García (2015) por tres causas principales. La primera causa es la llegada de extranjeros a nuestro país y la influencia en su forma de entender el divorcio transmitida en la sociedad mexicana de la época. La segunda causa son las reformas a la ley sobre relaciones familiares de 1917, que amplían la posibilidad de lograr el término de la relación matrimonial por conducto del divorcio. La tercera causa es la participación de la mujer en el área laboral y su búsqueda de independencia económica motivó también al crecimiento del divorcio en la Ciudad de México (García, 2015).

Otra investigación realizada en la ciudad de Monterrey revela que, de acuerdo con su estudio, es principalmente la mujer quien solicita el divorcio, seguida del hombre quien lo hace en un 18%. Esta misma investigación compara datos a nivel nacional de INEGI (2010) donde se indica que en su mayoría la decisión del divorcio se toma en mutuo consentimiento, seguido por la mujer quien toma la decisión del divorcio en un 20% y el hombre en un 14%. Esta misma investigación concluye que afrontar un divorcio tiene consecuencias negativas en la vida de las personas que lo experimentan, se presenta en los diferentes niveles sociales y económicos teniendo una tendencia creciente en México (Tamez-Valdez y Ribeiro-Ferreira, 2016).

Una investigación realizada en la ciudad de Hermosillo muestra en sus resultados la transformación que han tenido en el aspecto económico los roles femenino y masculino en el ámbito de la pareja. Esta transformación causa conflictos de poder en la relación de pareja afectando el matrimonio y motivando el divorcio (Nuñez y Zaueta, 2013).

En otra investigación, donde las personas invitadas a participar fueron adultos divorciados y personas que se encontraran en alguna fase del proceso legal del divorcio, conformando una muestra de 178 personas, da resultados donde el bienestar en la vida después del divorcio se nutre de diferentes factores en los hombres y en las mujeres. Para los participantes varones, las variables que producen efectos positivos en el bienestar fueron el tener una pareja sentimental, produciendo una disminución en los niveles de malestar. En tanto, las mujeres fueron favorecidas por el hecho de tener un empleo, el cual predijo un aumento de la satisfacción con la vida. (Rodríguez y Ribeiro, 2012).

El término de una relación de matrimonio puede ser para algunas personas una pérdida que implica un proceso de duelo. Estos autores (2010) hablan sobre el duelo en el proceso de divorcio. En su estudio definen el duelo como “el conjunto de sentimientos, pensamientos, estados de ánimo, comportamientos y reacciones fisiológicas que experimentamos cuando perdemos algo importante para nosotros, es el camino que se tiene que recorrer si se quiere recuperar la estabilidad bio-psico-social y espiritual” (Jimenez, Huidobro y Martínez, 2010, pp. 32). Como menciona el estudio, no todo está perdido, al contrario, si la persona logra ver los aspectos positivos que dejó la relación pasada y aprende de la experiencia sufrida, ayudara a prepararse para una nueva relación sentimental (Jimenez, Huidobro y Martínez, 2010).

Como contexto general se revisó la historia sobre el matrimonio y la ruptura de las uniones conyugales en México y en otras partes del mundo. La evolución del divorcio durante los últimos 30 años del siglo pasado pone de manifiesto el incremento que ha experimentado este fenómeno, en mayor medida en los países europeos (Quilodrán, 2011).

Un buen ejemplo de este crecimiento sucedió en países como Noruega, Francia y Alemania, donde en 1970 de cada 7 matrimonios uno terminaba en divorcio, con el paso del tiempo la frecuencia fue incrementándose y en 20 años se transformó a 2.5 divorcios por cada 7 matrimonios. Este fenómeno genera cambios que repercuten en la vida de los hombres y mujeres involucrados. ¿qué sucedió en México? Al momento de la separación entre la iglesia y el estado a mediados del siglo XIX motivada por el interés del estado de disminuir el poder de la iglesia en esa época, y tomar los beneficios económicos y políticos que anteriormente tenía la iglesia, se establece el matrimonio civil como la única manera legal de contraer matrimonio. Posteriormente, con la ley Sobre el Matrimonio dentro de la reforma de 1859, el matrimonio toma carácter legal y se convierte en un contrato que solo

a través del estado se puede celebrar y se establecen las bases legales del divorcio (Quilodrán, 2011).

En América Latina la iglesia católica estableció el principio de la indisolubilidad del matrimonio y lo mantuvo durante muchos años, aunado a que el divorcio solo se aceptaba conforme al derecho canónico de acuerdo con la legislación española. Esto imposibilitaba en gran medida la posibilidad de concluir la relación matrimonial a través del divorcio. A principios del siglo XX en México lograr un divorcio a través de la iglesia era difícil; sin embargo, era el único conducto legal para lograrlo ya que el recurso de la anulación era difícilmente posible. En esta misma época, los países en América Latina a través de decretos y leyes o por medio del código civil fueron estableciendo los parámetros del divorcio adoptando en su mayoría el modelo del código civil francés. En 1914 a través de un decreto emitido en el estado de Veracruz se acepta el divorcio para concluir el matrimonio. Posteriormente en 1917 se elabora y se publica la Ley sobre Relaciones Familiares que establece las bases para el divorcio (Quilodrán, 2011).

En México como en países de América Latina, factores como la pérdida de poder de la iglesia católica, los cambios en las leyes y códigos civiles, la llegada de extranjeros y la incorporación de la mujer en el campo laboral han influido en el crecimiento del término de las relaciones matrimoniales a través del divorcio. El aumento del índice de divorcios en otras sociedades es un tema que menciona la mayoría de los investigadores sociales y un factor que modifica la forma de vida de las familias que conforman estas sociedades (Quilodrán 2011).

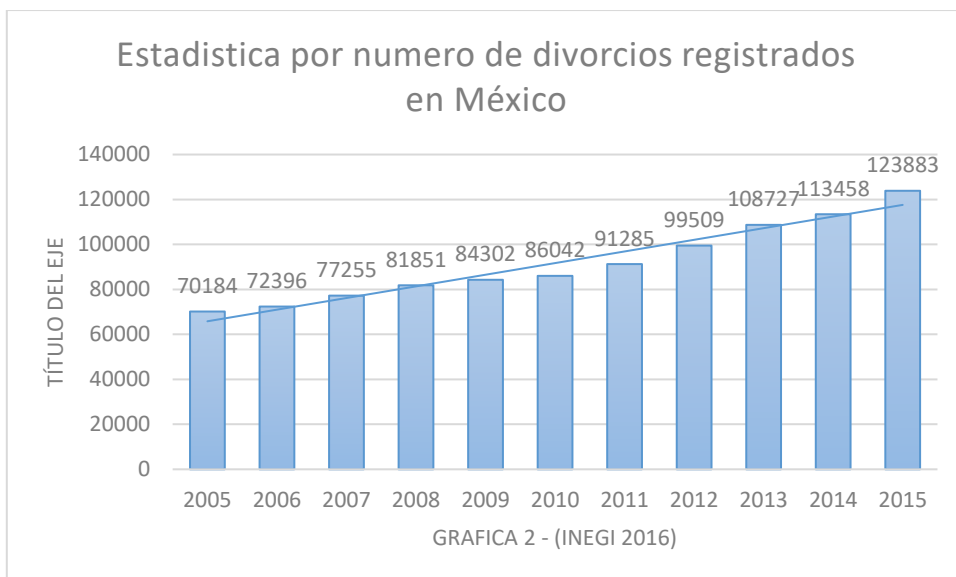
Haciendo un análisis estadístico sobre el divorcio en México, de acuerdo con datos reportados de INEGI (2016), se observa que el fenómeno del divorcio es creciente y más si lo comparamos con el matrimonio. En 1995 se registraron en la república mexicana un número de 658,114 matrimonios, manteniendo una trayectoria creciente los siguientes años siendo en 1999 el año que más matrimonios se registraron con 743,856.



El comportamiento en número de divorcios registrados en México es diferente en comparación a la elección de contraer matrimonio. En 1995 se registraron 37,455 divorcios, teniendo una trayectoria ascendente conforme los años pasan, llegando a un incremento en 20 años del 330% con 123,883 divorcios registrados en el año del 2015. Analizando el comportamiento de divorcios según la duración legal del matrimonio vemos que en 1995 las parejas con menos de 1 año de relación registraron la cifra de 214 casos a diferencia de las parejas con 10 y más años de matrimonio con 15,654 divorcios. Comparando estos mismos periodos, para el año 2015 las parejas con menos de 1 año de casados el número de divorcios disminuyó a 153 casos en cambio las parejas con 10 años y más el número se incrementó a 74,857 casos (INEGI, 2016).

Según INEGI (2016) en el año 2015 las causas principales que motivan al divorcio en orden ascendente son: Mutuo consentimiento, separación conyugal, Amenazas- injurias y/o violencia intrafamiliar y adulterio y/o infidelidad sexual.

Las entidades federativas con mayor número de divorcios registrados son en primer lugar, el Estado de México registrando 19,994 casos seguido de la ciudad de México con 12,214 y Chihuahua con 7,076 casos. Jalisco registró 4,222 casos siendo el octavo estado con mayor número de divorcios (INEGI, 2016).



Para ampliar el contexto de lo descrito sobre la situación en México se incluyen unas graficas que muestran actualmente la tendencia tanto del matrimonio como del divorcio (anexo 1.)

Es necesario mencionar que el divorcio en una pareja no afecta solo a la mujer y al hombre que la conforman. Considerando la información presentada por INEGI (2016) donde el divorcio se presenta con mayor posibilidad después de los 10 años de relación, los efectos adversos del divorcio afectan a todos los miembros que conforman la familia. El divorcio en el caso de una familia con hijos no concluye con la relación familiar, solo la modifica a través de cambios en la dinámica familiar que en su mayoría vulneran la vida de los integrantes de la familia (Solsano, 2009).

Es importante aclarar que el alcance del presente trabajo se enfocará únicamente a trabajar sobre los efectos negativos que afectan al bienestar del hombre en lo general.

## 1.2 Efectos al momento del divorcio

En esta sección se muestran los cambios que enfrenta un hombre al momento del divorcio. El cambio de domicilio, el proceso legal, la desintegración familiar como los demás efectos mostrados en el árbol de problemas (anexo 2) son cambios que tendrán consecuencias en la vida del hombre. En cada caso, dependiendo de condiciones y circunstancias diferentes, como la manera en que cada hombre percibe su experiencia, los cambios podrán

presentarse con dificultad o podrán superarse sin tanta adversidad, pero en la mayoría de los casos dejarán una huella en la vida del hombre que le toca vivirlo.

Los patrones de vida cotidiana para el presente trabajo se refieren a esas actividades que hace el hombre en su vida común. En las actividades que realizan los hombres todos los días y que juntas construyen gran parte de la vida. Costumbres o actividades como el hogar en el que vivimos, llevar a los niños al colegio, comer en compañía de la familia, frecuentar en pareja a los amigos en común, desempeñar la actividad laboral, así como actividades que hacen interactuar con la sociedad en que se vive.

### 1.3 Los efectos del divorcio en la vida de cinco hombres que han pasado por este proceso

Después de utilizar la herramienta del árbol de problemas para definir la problemática denominada cambios en sus patrones de vida cotidiana a consecuencia del divorcio, el siguiente paso es confirmar a través de la entrevista que estos cambios suceden en otros casos de divorcio y dar cuenta que afectan a la vida del hombre que los experimenta.

Los fragmentos de entrevistas que a continuación se presentan muestran experiencias vividas posterior a un divorcio. Hablan de cambios en la vida cotidiana de 5 hombres divorciados que de acuerdo con sus circunstancias enfrentan los cambios a su manera. Para mostrar estos fragmentos fue necesario transcribir cada entrevista, posteriormente se buscó similitudes entre las diferentes entrevistas para finalmente codificarlas en 5 temas o categorías principales: Patrones rotos, nuevas actividades, redes de apoyo, emociones causadas por los cambios y fracturas del grupo social, son experiencias de las que hablan los entrevistados.

Dentro del tema patrones rotos, se muestran fragmentos de los entrevistados del momento que se rompe la relación y se inicia la separación, así lo exponen:

Tomo la decisión de salirme un miércoles 12 de febrero y ofrezco salirme ese viernes 14 de febrero 2 días después. Obvio sin tiempo para planear muchas cosas. Acudo a un conocido, que tenía un hotel de poca monta para que con un esquema de tarifa preferencial me permita llegar ahí a quedarme. Todavía por el trabajo no tuve ni miércoles ni jueves oportunidad de hacer mi maleta. El viernes sabía que no iban a estar ni mi mujer ni mis hijas en casa entonces llego a medio día, hago mi maleta en 25 minutos y me regreso a trabajar el viernes por la tarde [...] se me olvido hasta el

cepillo de diente [...] la estancia no fue tan corta, ahí me quede 6 meses (Entrevista HL).

Este es la experiencia de AS sobre el momento que decide separarse

En ese momento yo agarro la maleta... el primer día fue irme a casa de un amigo, le marqué y le dije... me acaba de pasar esto me dice vente para acá. Tres días no, la verdad es que dicen que la muerte y el arrimado a los tres días apesta y la verdad es que yo a los tres días dije tengo que buscar un lugar donde vivir [...] mi disyuntiva fue decir: me regreso ya a vivir en México porque esto ya valió o me quedo en Guadalajara en la ciudad donde yo elegí estar y no porque no estoy con ella, no estaré en Guadalajara, no. Dije va... y busqué yo una recamara de esas como casa de asistencia por el parque metropolitano... un cuartito con una cocinita un refrigerador en nombre sea de dios y mis dos maletas que traje por todos lados, complicado al principio muy triste (Entrevista AS).

En el caso de DR la experiencia cambia en el sentido que es el quien decide y propone la separación:

Me fui a Chapala, yo tengo una casa en Chapala, ella me pregunto, ¿Cuándo te vas a ir? Le dije, me voy el sábado era miércoles, te voy a pedir un favor dime a qué hora porque no quiero estar aquí, así que el sábado, agarre toda mi ropa, todo lo que pude llevarme, lo que necesitaría y fueron 35 días que estuve fuera de la casa, sin ningún contacto con ella (Entrevista DR).

Se Puede afirmar que en los divorcios por lo menos uno de los cónyuges está obligado a cambiar de domicilio. Este cambio de patrón de vida cotidiana genera vulnerabilidad en la pareja que lo vive (como en los hijos cuando existen). En 4 casos mencionados de los entrevistados, es el hombre que lo experimenta.

Los cambios van sucediendo uno tras otro, dentro de estos cambios están las redes de apoyo. En ocasiones la persona que está viviendo el proceso de divorcio tiene que salir a buscarlas, cómo menciona HL:

Esto del divorcio o la separación no es un golpe en la vida, no es un madrazo, esto es un putazo y, hay que dimensionarlo así, o sea es un fuerte golpe, si uno trata de minimizar el tamaño del guamazo [...] no estamos empezando bien... tienes que hacer un plan de cómo vas a salir adelante, si necesitas ayuda, si necesitas terapia pues búscala, y maestros, y amigos y padres y... no sé, pero con ganas y con huevos

no, no sales. Sales con una estrategia y llorando y terapia y expresando y pues bueno yo sigo hasta la fecha repitiendo mucho esto (Entrevista HL).

En otras ocasiones las redes de apoyo llegan a la persona, así lo expresa FB

Unas semanas después de que yo salgo de casa, empiezo a salir con una niña, te puedo decir que yo utilice a esa bendita persona que le estoy agradecido el resto de mi vida, la utilice como esa tabla en el mar que me salvo la vida. Si no a lo mejor hubiera caído en una depresión (Entrevista FB).

FB da otro ejemplo de las redes de apoyo:

En todo este proceso he recibido muestras de verdadero cariño, un apoyo incondicional de mi familia, mis socios me han apoyado en todo. Tengo buenos amigos que me han acompañado en este muy difícil camino del divorcio. Estuve en Terapia con una señora maravillosa, con ella pude expresar lo que con otras personas en un principio no podía, me ayudo a entender lo que estaba viviendo y a prever escenarios como la forma en cómo comunicárselo a mis hijos que era algo que le tenía pavor (Entrevista FB).

DR recibe apoyo de su hermana previo a la decisión de separarse, así lo expresa en la entrevista:

Yo creo que a lo primero que me tuve que enfrentar fue a decir la verdad, esa fue la primera cosa, armarme de valor, que la persona que me ayudó mucho a armarme de valor fue mi hermana, y ella me aventó a la alberca, me dio fuerzas, y lo hice, y le pego muy fuerte porque lloro y lloró y lloró y lloró enfrente de mí, entonces ese fue el primer enfrentamiento a un rompimiento (Entrevista DR).

En el caso del autor es la maestría que utilizo en principio sin darse cuenta como una red de apoyo, a través del grupo de conocimiento personal tuvo el foro para expresar lo que vivió en esos momentos, lo escucharon, aceptaron y acompañaron, sin esta ayuda la experiencia hubiese sido diferente.

Un cambio que vulnera a la persona en proceso de divorcio es la fractura del grupo social. Dejar de pertenecer a un grupo, recibir rechazo social por el estigma de ser divorciado, la afectación en la relación con la familia política a causa de la separación con la pareja son ejemplos de fracturas del grupo social. De acuerdo con lo que expresan los entrevistados,



la fractura del grupo social es un cambio difícil de enfrentar en la vida de la persona. A continuación, se muestran fragmentos como ejemplo de esta dificultad:

Lo más difícil para mí fue lo social, donde hay eventos, una comida de trabajo que te invitan con esposa, y que había asistido varias veces y ya la conocían y ya incluso amigas las esposas, y llegar a esa comida tu solo, y te preguntan, ¿Oye y que paso?, porque creo que en términos de relaciones más íntimas, o sea con la familia, hermanos, se me hacía más fácil decir, ya nos separamos, nos vamos a divorciar, pero en temas más sociales, que no tenían tanto que ver con la familia, y que yo no quería tanto abrir mi intimidad, era muy complicado estar respondiendo, a esos señalamientos, ese fue un tema también complejo, cuando nos separamos (Entrevista DS).

DR expresa lo siguiente sobre sobre la fractura social *“La parte social es muy gacha y si te enganchas te jodes más, si te enganchas es horroroso, yo creo que no me enganche el haberme ido a Chapala fue sepárame un poco de la sociedad”* (Entrevista DR). Como también tuvo efectos como éste *“Dejé de ir, si dejé de ir a las reuniones de mis cuates con sus mujeres, pero seguí viendo a mis amigos, o sea cuando había reuniones de parejas, no iba, así de entrada no iba”* (Entrevista DR).

DS comenta otro ejemplo de la fractura del grupo social:

Pero lo más complejo fue enfrentarme a ese estigma social donde parece qué cómo eres hombre te divorcias porque le pusiste el cuerno a tu mujer o porque algo hiciste mal, en ese momento es si una mujer se divorcia es la victima si un hombre se divorcia es el malo, socialmente hablando, ese tipo de no sé cómo llamarlo de no apoyo sino lo contrario es algo que enfrentaba todos los días, incluso de mi mamá, todo mundo muy sutil, de pronto las preguntas eran muy invasivas de ¿Qué paso? ¿Le pusiste el cuerno? ¿Por qué tronaron? (Entrevista DS).

Los cambios a las rutinas de la vida diaria suceden en diferentes ámbitos y en diferentes dimensiones. Otro ejemplo dentro de la categoría de patrones rotos está en el cambio en la alimentación, sobre este tema hablan los entrevistados:

Fue uno de los cambios digamos físicos que más recuerdo sintió mi cuerpo porque estaba acostumbrado a la comida casera de sopa y carne... cosas sanas por llamarlas de alguna manera, en la cena algo ligero como quesadilla, sándwich cosas de esas... eh, pero no la comida empezó a ser siempre en restaurante y las cenas como te digo

eran con esas tres opciones Oxxo, Seven o Farmacias Guadalajara... que era un jugo comprado, un sándwich de paquete, la fruta mala (Entrevista HL).

A continuación, otro entrevistado expresa también el cambio en su dieta que inclusive sigue experimentando

Siempre he sido cuidadoso en mi alimentación... al principio y hasta la fecha me cuesta trabajo. Me gustaba llegar a casa y comer con mi familia, comer comida casera ensalada, sopa de pasta, pollo y hasta algo de postre. Ahora combino unos días compro comida en un Deli que está cerca de mi casa y como en el depa otros días como en restaurante. Puedo comer solo en un restaurante y ya no me da pena, ya se me hace normal... Para el desayuno y la cena no tengo problema, como ligero el tema es el tiempo que necesitas para tener en casa lo que te gusta comer... si tuviera más tiempo sería más sencillo (Entrevista FB).

Los cambios en la alimentación es un tema que se expresa como un cambio en un patrón cotidiano principalmente para las personas que estaban acostumbrados a comer la mayoría de los días en casa. Dos de los entrevistados son empleados y sus hábitos alimenticios sufrieron menos cambios, sin embargo, los tres entrevistados que usualmente comían en casa afrontan este cambio con mayor dificultad teniendo consecuencias en su salud deteriorando la calidad de su alimentación, necesitando tiempo para la compra y preparación de los alimentos y afectando su economía al incrementarse el gasto por el consumo de alimentos en restaurantes.

El divorcio es una experiencia que afecta la vida cotidiana de las personas que lo experimentan, causando una serie de cambios que pueden desequilibrar a la persona. Estos cambios se dan en diferentes áreas afectando el aspecto emocional de las personas que lo viven, no es una experiencia cualquiera, no es algo pasajero. Es una experiencia donde el desarrollo humano tiene un campo de acción fértil. A continuación, se muestran expresiones de los entrevistados que hablan de los cambios que vivieron y como estos afectaron sus emociones, por ejemplo, la emoción que más experimentaron los entrevistados es la tristeza:

Yo tengo un antecedente previo de depresión, me daba pánico volver a caer en depresión, justo cuando nos separamos empecé una maestría en Finanzas, iba de lunes a jueves, trabajaba más, me saturé de actividades, el chiste era tener ocupada la agenda, evitaba llegar temprano a la casa, me salía a las 5:00 de la mañana para

hacer ejercicio y regresaba a las 11:00 de la noche después de la maestría, y el fin de semana me iba con amigos, empleaba el tiempo para hacer tareas, todo lo que pudiera hacer. Ya con el tiempo me di cuenta de que lo que hacía era evitar estar en la casa solo (Entrevista DS).

AS comenta como la tristeza se hizo presente:

No fijate que, digo si, si lo superé yo te puedo decir que los seis primeros meses fue muy muy complicado, o sea la verdad es algo que no me creía... al principio es negación, negación, negación todo el día, de hecho, me invitaban. Yo estuve ese tiempo en México y tengo varios primos me decían vamos a una fiesta y a media fiesta yo decía no me siento bien... no quiero estar aquí, quiero llegar a dormir a la casa, quiero estar tristeando o sea no quería acordarme de nada y mi refugio el fin de semana era dormir, los primeros tres meses fue lo más crítico donde baje de peso, no tenía hambre, empecé a fumar muchísimo, ya no era que me vieras triste, empecé a aceptar, la parte de aceptación empezó a ser más fuerte, me ayudó mucho mi familia, tuve un muy buen apoyo de parte de mi familia (Entrevista AS).

Dentro de la experiencia de divorcio hay momentos más difíciles que otros, HL expone uno de estos casos:

Entonces yo vine posponiendo esa... esa charla con las niñas sentía miedo, sabía que iba a ser una experiencia triste para mis hijas. Finalmente, cuando lo hago, que íbamos a platicar los 2 me acuerdo muy bien... ella no platica nada, ella no dice nada o sea ella convoca a la junta, pero al final no les dice nada [...] Si, en casa ahí en la sala de la casa... el único que habla soy yo, las 3 chaparritas lloran, creo que no sabían ni de que se estaba bien tratando una tenía 5 años, otra 10 y otra 12 (Entrevista HL).

Sobre las emociones FB comparte lo siguiente:

Hay emociones que te acompañan todo el tiempo... podía estar solo, en el súper, o en mi trabajo y empezar a llorar sin que aparentemente tuviera razón alguna de llorar... me lastima haber generado dolor a mis hijos por esta situación simplemente el platicarlo hace que mi garganta en este momento se cierre... creo que esto vivirá conmigo para siempre. Estoy bien, sin embargo, ese sentimiento de tristeza no deja de estar ahí (Entrevista FB).

En el caso de HL el miedo que sentía de quedarse solo fue una emoción presente en su experiencia de divorcio y así lo expresa *“Yo convoqué a mis amigos más cercanos unos días*

*antes de salirme para decirles que tenía yo estos problemas y les pedí, recuerdo en una cena encarecidamente que no me dejaran solo que no me aislaran que si yo no hablaba me buscaran, pero les pedí el favor que no me dejaran solo” (Entrevista HL).*

Las cinco entrevistas realizadas demuestran que el divorcio genera cambios en la vida de las personas, es evidente que estos cambios generan efectos adversos en el estado emocional del hombre que los experimenta. Junto con la información presentada en el estado del conocimiento podemos afirmar que el divorcio es un problema actual que afecta a las sociedades de los países donde se presenta, afecta a las familias que conforman estas sociedades y afecta de manera directa a las personas que conforman la familia.

A través de la entrevista damos cuenta que los cambios generados por el divorcio son adversos para la persona que los vive; en la mayoría de los casos trabajar en el campo del desarrollo humano con hombres que estén viviendo un divorcio a través de un acompañamiento profesional puede ayudar al hombre afrontar los cambios de una mejor manera, a encontrar un camino para buscar soluciones.

Lo que produce el cambio efectivo de la personalidad no es lo que se dice o se pinta; sino más bien el proceso vital experiencial que lleva a alguien hablar o pintar de ese modo. Cuando un individuo expresa con precisión por primera vez como se encuentra, justamente entonces y precisamente al hacerlo ya no se siente de ese modo [...] Este preciso sentimiento es el sentimiento de cambio, de resolución de experimentar el avance, el subir un nuevo escalón (Gendlin en Barceló, 2003).

#### 1.4 La Hipótesis de acción

Haber realizado un análisis inicial sobre los cambios que surgen a consecuencia del divorcio, para comenzar el plan de acción, se plantea la pregunta: ¿Qué deseo hacer? con relación a la acción que se pretende realizar, teniendo en cuenta las posibilidades y conocimientos que ofrece la maestría en desarrollo humano, se plantea la siguiente hipótesis de acción:

Generar conocimiento reflexivo en hombres divorciados, a partir de su participación en un grupo de encuentro, les permitirá afrontar de una mejor manera los cambios drásticos que están viviendo.

Propósitos específicos

- a) Favorecer un espacio psicológicamente seguro a través de la práctica de las actitudes del enfoque centrado en la persona para una relación facilitadora en el que los participantes, al percibirlo, puedan narrar su vivencia dentro del grupo, y a través de esta participación puedan activar su tendencia actualizante.
- b) Facilitar el proceso reflexivo de los participantes sobre su experiencia del divorcio con la finalidad de que logren afrontar de mejor manera los cambios provocados el divorcio.
- c) Poner en práctica las habilidades del facilitador para establecer una relación de ayuda que fomente el desarrollo humano del participante.

#### Justificación. La intervención para el desarrollo humano

Es evidente que el divorcio es un fenómeno actual que modifica la estructura familiar de la sociedad mexicana como de otras sociedades en el mundo. Este trabajo muestra censos estadísticos que indican claramente esta problemática como también se escuchan las voces de los entrevistados que dan muestra que el divorcio es una experiencia difícil de afrontar. Pero ¿cuáles son los efectos en las personas que son parte de estas estadísticas? Este trabajo pretende abordar precisamente a las personas que forman parte de estas estadísticas, en específico a los hombres. ¿Porque a los hombres? Los efectos emocionales negativos y las adversidades que trae consigo el divorcio afectan sin duda tanto al hombre como a la mujer, sin embargo, el trabajo se enfocará en el hombre.

El hombre generalmente es quien se retira del hogar, llega a un nuevo domicilio sin la compañía (en caso de haber hijos) de las personas con quien vivía, socialmente puede haber ideas de culpa, tiende a ser menos expresivo que la mujer y tiende a afrontar esta problemática en soledad en una sociedad que lo señala. A través de la guía del desarrollo humano, en compañía de un grupo de encuentro con personas con experiencias similares, puede ayudar a estos hombres a vivir de una mejor manera esta difícil etapa de su vida. El grupo de encuentro puede generar una actitud de apertura, un foro para expresar lo que no se atreven a expresar, un foro para ser escuchados y acompañados.

La actitud de estar abiertos a la experiencia implica necesariamente, otorgar a la experiencia un significado, es decir, llevar la experiencia a la conciencia, mantener activado el proceso de darse cuenta, de estar atento o alerta, como de estar despierto [...] Cuando uno de verdad se pone en contacto con su propia vivencia,

descubre que el cambio se produce por sí solo, sin esfuerzo ni planificación (Barceló, 2003).

El hombre en la sociedad mexicana, de acuerdo con la cultura, tiende a reprimir la expresión de sus sentimientos, es hermético, no expresa sus emociones y con mayor razón si se trata de la vivencia de su divorcio (Montesinos 2002). Salirse de su hogar para irse a vivir a otro sitio, participar en asuntos sociales sin la compañía de su pareja, afrontar un proceso legal, nuevos gastos en su economía, ser divorciado, son cambios que deben asimilarse para poder afrontarlos. La expresión de lo que siente el hombre al vivir estos cambios, a través de un grupo de encuentro puede ayudar a comprender su experiencia para atender de mejor manera sus propios conflictos.

## 2. Fundamentación teórica para el acompañamiento a un grupo de hombre con la experiencia del divorcio.

Cada ser humano percibe la realidad de una forma única, diferente a como la percibe cualquier otro ser humano. Esto significa que su percepción de la realidad es subjetiva, es parcial, por lo que su realidad no es absoluta. Percibe la realidad a través de los datos sensoriales integrados en su campo perceptual, el cual es distinto a campo perceptual de las otras personas. Cada ser humano tiene una dotación genética irreplicable que se complementa por las circunstancias y experiencias que desde pequeño va teniendo en su vida, las cuales en su conjunto determinan la forma y estilo de percibir (Lafarga, 2013).

Al percibir la realidad de forma subjetiva, la persona obtiene para su conocimiento una realidad incompleta. Si comparamos esa realidad con la realidad percibida por otra persona, estas serán diferentes. Ambas realidades son válidas, pero ninguna reflejara la realidad completa.

Ahora bien, considerando esta premisa de la psicología humanista existencial sobre la percepción subjetiva de cada persona, la experiencia del divorcio y la forma de cómo lo percibe cada persona será única y diferente a las demás. Para el campo del desarrollo humano la percepción de la realidad de la persona es válida, aunque no necesariamente verdaderas (Lafarga, 2013). Si esto lo llevamos a un grupo de encuentro formado por hombres con la experiencia del divorcio, lo que hace o lleva a cabo el facilitador, con las diferentes percepciones sobre la experiencia de cada participante, es validar, a través de habilidades como la empatía, la congruencia y la actitud positiva incondicional, los sentimientos y las percepciones genuinas que las personas tienen de su propia experiencia de divorcio. Con escucha, respeto y reconocimiento de los sentimientos y percepciones del otro, el facilitador acompaña y valida la experiencia del participante.

Trabajar con los fundamentos del enfoque centrado en la persona a través de un grupo de encuentro formado por hombres que viven o experimentaron el divorcio es una manera de promover el desarrollo humano en las personas.

La importancia de la psicología humanista junto con el desarrollo humano estriba en favorecer e impulsar la salud mental y emocional, una forma de hacerlo, es ofrecer grupos, talleres y otras experiencias de aprendizaje con la finalidad de elevar la autoestima, el autoconocimiento, la comunicación interpersonal entre otras dimensiones relevantes del crecimiento personal.

Formar un grupo de encuentro integrado por hombres que viven o tuvieron la experiencia de un divorcio, acompañados por un facilitador que promueva la integración del grupo a través de actitudes como la empatía, la congruencia y la aceptación positiva incondicional del enfoque centrado en la persona, validando la experiencia de cada uno de los participantes podrá ayudar a enfrentar de mejor manera los cambios que trae consigo la experiencia del divorcio.

Dado que esta capacidad de la persona de resolver sus conflictos no es automática, el facilitador a través de la formación del grupo de encuentro pretende crear las condiciones adecuadas donde los participantes encuentren dentro del grupo un ambiente adecuado para la expresión de su experiencia, se perciban escuchados, sin amenazas o críticas a la concepción que la persona hace de su experiencia con el fin de generar en el participante el conocimiento reflexivo que le ayude a resolver sus conflictos contactándolo con su tendencia actualizante.

## 2.1 Concepto del desarrollo humano

Una perspectiva de ver el desarrollo humano en una persona, parte desde su concepción, a partir de ese momento existe un proceso evolutivo de un cambio continuo que se desarrolla cada día de la vida de la persona.

Una célula única se convierte en una persona que se convierte en un individuo singular, los cambios por los que pasamos los seres humanos durante la vida se relacionan y tienen aspectos en común. El desarrollo humano es el estudio científico del cambio y estabilidad durante el ciclo de vida humano (Papalia, Wendkos, Duskin, 1984, p. 4).

El concepto del desarrollo humano se refiere al crecimiento de la persona. Desde una perspectiva antropológica, se entiende como una filosofía del hombre, de la sociedad y de las relaciones interpersonales, que se enfocan en la autodeterminación. Se dirige también a una práctica profesional orientada a la facilitación e impulso del crecimiento humano, considerando a la persona en todas sus dimensiones. En el campo de la psicología se entiende por desarrollo humano el proceso evolutivo del hombre en sus distintas etapas, niñez, adolescencia, edad adulta y senectud (Lafarga, 2013).



La hipótesis central de la teoría del desarrollo humano dice que *“cuando la tendencia actualizante puede ejercerse en condiciones favorables [...] el individuo se desarrollara en el sentido de la madurez.”* (Rogers y Kinget, 1962, p. 82)

De acuerdo con el desarrollo humano, la tendencia al crecimiento se da como proceso natural en todos los individuos sin limitantes psicológicas graves, como en los grupos de personas y la sociedad. (Lafarga, 2013).

*“El desarrollo humano es un concepto amplio que abarca todas las teorías y todos los sistemas prácticos de promover el crecimiento personal a nivel de los individuos, de las parejas, las familias, los grupos y la sociedad”* (Lafarga, 2013, pp. 111) desde cualquier corriente o perspectiva ideológica que aporte al conocimiento del desarrollo de la persona.

## 2.2 Origen de la práctica del desarrollo humano en México

En México en los años 60s la práctica profesional de la psicología vivía momentos de crecimiento y gozaba de buena aceptación. A través del estudio académico a nivel universitario y a la investigación, evolucionaba como una ciencia enfocada al aspecto curativo en los problemas de la salud del ser humano. Sin embargo, surge a través del desarrollo humano una nueva corriente motivando el enfoque de la práctica profesional en el campo de la promoción de la salud a través del trabajo en prevención de la enfermedad (Lafarga, 2013). Igualmente se consideraba de menor importancia el estudio de los mecanismos de adaptación y superación, así como el énfasis de la psicología humanista sobre la promoción de la salud. Se descalificaba el esfuerzo emprendido en facilitar e impulsar el desarrollo de las personas, comparado la práctica del psicoanálisis como la única práctica psicoterapéutica a la que verdaderamente se atribuía seriedad y profundidad. En el ámbito social se separaba del desarrollo colectivo y el crecimiento individual. Se descalificaba el modelo psicoterapéutico socio cultural humanista de Erich Fromm, lo consideraban frágil y sin fundamentos sólidos (Lafarga, 2013).

La práctica del desarrollo humano en México junto con propuestas humanistas tuvo que lidiar con el rechazo de los profesionales de otras corrientes psicológicas, por ser una corriente diferente enfocada principalmente al auto crecimiento del ser humano. Su difusión a través de las universidades e instituciones académicas le permite llegar a todo México. Tuvo la aceptación de académicos, estudiantes y profesionales quienes han llevado

al desarrollo humano a través de su práctica a todo tipo de grupos, empresas e instituciones en todo el país.

*“En México, el enfoque centrado en la persona ha sido una especie de columna vertebral del desarrollo humano. Este promueve el aprovechamiento de los recursos y del potencial humano desde todas las posiciones ideológicas, teóricas y prácticas”* (Lafarga, 2013).

### 2.3 Concepto del yo

Es importante revisar el significado del *self* desarrollado por Rogers (1959) como concepto base de la teoría del enfoque centrado en la persona. La definición del *self* *“es aquello que está disponible en la conciencia de la persona”* (Mearns y Thorne, 2000, pp. 278). Es una percepción que tiene la persona de sí misma, sobre *“características, atributos, cualidades y defectos, capacidades y límites, valores y relaciones que el sujeto reconoce como descriptivos de sí mismo como datos de su identidad”* (Rogers y Kinget, 1962, pp. 71). Atributos que seguramente el participante expresara en el dialogo al exponer su experiencia al grupo. Es en este campo de lo consciente donde la teoría del enfoque centrado en la persona trabaja. La experiencia del divorcio no es igual en cada caso, y en parte, es de acuerdo con cómo lo percibe la persona. *“Se podrá decir que la persona percibe al mundo a través del prisma del yo”* (Rogers y Kinget, 1962, pp. 71). Para el facilitador, tener claro este concepto le ayuda a comprender el mundo del otro.

### 2.4 La tendencia actualizante

La relación de ayuda basada en la propuesta del enfoque centrado en la persona (Rogers, 1967) pretende facilitar el crecimiento, como el mejor funcionamiento de la otra persona creando condiciones favorables para que el otro encuentre camino en la solución de sus problemas.

El concepto de tendencia actualizante se puede definir como la tendencia a la actualización del organismo en todas sus funciones tanto físicas como a las que se refieren a la experiencia. Sin embargo, para efectos del grupo de sensibilización que se formó y para el enfoque centrado en la persona, el concepto tendencia actualizante se refiere al desarrollo de la personalidad, no así al desarrollo físico. En su expresión más simple se refiere a la capacidad del individuo, que se explica de esta forma: *“El ser humano tiene la capacidad, latente o manifiesta, de comprenderse a sí mismo y de resolver sus problemas de modo*

*suficiente para lograr la satisfacción y la eficacia necesarias a un funcionamiento adecuado”* (Rogers y Kignet, 1962, pp. 65).

De acuerdo con la teoría de Rogers (1964), esta capacidad y esta tendencia la tiene todo ser humano de no ser que tenga lesiones o conflictos estructurales que no le permitan llevar una vida normal. Sin embargo, para facilitar esta capacidad del hombre se requiere de ciertas condiciones que favorecen esta potencialidad, como son las relaciones humanas positivas que favorecen la conservación y la valoración del Yo (Rogers y Kignet, 1962, pp. 68).

Desde el enfoque del desarrollo humano la tendencia actualizante es *“este proceso de construir el ser personal en uno mismo, una tarea que dura toda la vida”* sólo puede iniciar en la propia persona. Esta tarea está fundamentada en la tendencia natural al crecimiento que en el ser humano es automática y es la base de la evolución personal. *“Esta visión del hombre que ofrece el desarrollo humano está fundamentada en la premisa del amor del hombre a la vida”* (Lafarga, 2013, pp. 136).

El trabajo de un facilitador que utiliza los fundamentos y herramientas de la teoría del enfoque centrado en la persona a través de un grupo de encuentro integrado por hombres que estén pasando o hayan pasado dificultades por haber experimentado un divorcio, puede ayudar a superar consecuencias que limiten su desarrollo personal causadas por el divorcio.

Formar parte de un grupo de personas con una experiencia similar, compartir su propia experiencia con la compañía del grupo, ser escuchados, escuchar y acompañar las experiencias de los otros, son formas que promueven el potencial de la persona para resolver sus propios conflictos.

## 2.5 Relación de ayuda a través del enfoque centrado en la persona

Una relación de ayuda, de acuerdo con la definición de Rogers (1964), consiste en la interacción de dos personas, en donde al menos una de ellas hace lo posible por promover en la otra persona, la maduración y la capacidad de funcionar mejor para vivir la vida de una mejor manera.

De acuerdo con Rogers (1964), la relación de ayuda consiste en facilitar el desarrollo del otro y solo puede ser promovida por un individuo psicológicamente maduro.

Existen condiciones necesarias para que la relación de ayuda se lleve a cabo, estas son las siguientes condiciones:

- a) La interacción o contacto de por lo menos dos personas
- b) Que una de ellas, este en un estado de vulnerabilidad o angustia
- c) Que la otra persona, llamada facilitador este en un estado psicológicamente maduro, sea congruente con su papel en la relación con el otro.
- d) Que el facilitador experimente sentimientos de consideración positiva incondicional respecto al otro.
- e) Que el facilitador promueva la empatía en el marco de referencia interno del otro.
- f) Que la persona en vulnerabilidad perciba estas características mencionadas: congruencia, consideración positiva incondicional y empatía por parte del facilitador (Rogers, 1964).

Se mencionaron en las condiciones para la relación de ayuda, las actitudes básicas que el facilitador debe desarrollar. Empatía, congruencia y aceptación positiva incondicional.

Por el término de empatía, se entiende la capacidad del facilitador para sumergirse en el mundo subjetivo de la persona en estado de vulnerabilidad para participar en su experiencia en la medida que la experiencia lo permita. En otros términos, es la capacidad de ponerse en el lugar del otro, de ver el mundo como lo ve el otro. Consiste en captar y reflejar la significación personal de las palabras del otro, mucho más que empeñarse en responder a lo que el facilitador piense (Rogers y Kinget, 1962, pp. 145).

En la práctica facilitadora, la capacidad empática puede describirse como la capacidad de comprender a fondo la experiencia del cliente y de la misma manera poder transmitirle verbalmente esta comprensión (Lafarga, 2013, pp. 142). El efecto que causa esta comunicación hace que el cliente logre ampliar su conciencia hacia la solución de sus problemas (Corey, 1981).

Pasando a la actitud denominada congruencia, ésta se refiere *“al estado que existe entre la experiencia y su representación en la conciencia del facilitador”* (Rogers y Kinget, 1962, pp. 148). En un principio Rogers utilizaba el término sinceridad (genuineness). Posteriormente se dio cuenta que la sinceridad consiste en hablar o actuar de acuerdo con la experiencia tal como se refleja en la conciencia, por lo que decide cambiar el concepto a congruencia.

Lo que trata la congruencia es encaminada a una representación auténtica (Rogers y Kinget, 1962).

En la relación de ayuda, la congruencia significa que el facilitador es lo que es, durante la relación con la persona. No hay una fachada, está abierto a los sentimientos y actitudes que en el momento están presentes en él mismo, se da cuenta que los sentimientos que está experimentando están disponibles para su conciencia y también que él es capaz de vivir estos sentimientos, de estar con ellos en la relación y puede comunicarlos sí percibe que es apropiado. Significa que él facilitador llega a un encuentro directo personal con su cliente, encontrándole sobre las bases de persona-a-persona. Significa que él está siendo él mismo, no negándose a sí mismo (Rogers, 1962 en Egan, 1975).

La tercera actitud del facilitador es la actitud positiva incondicional que para Standal (1954) es una clase de respeto en la relación de ayuda. Para Rogers (1967), significa que el facilitador comunica al otro un positivo y genuino cariño por esta persona con habilidades y características propias, un cuidado no influenciado por los juicios de sus pensamientos o sentimientos.

Es importante mencionar el papel del facilitador hacia la no dirección, entendiéndose como no ausencia de actividad, sino la ausencia de actividad intervencionista. El facilitador centrado en la persona inactivo *“esta intensamente comprometido en el proceso de la cura, pero se guarda cuidadosamente de perturbar el desarrollo inherente, al mismo tiempo que se esfuerza en facilitararlo”* (Kinget, 1962, pp. 58).

De acuerdo con una premisa, Rogers (1987 citado en Barceló, 2003) en su teoría del enfoque centrado en la persona, reconoce la capacidad latente del ser humano de comprenderse a sí mismo y autodirigir su conducta en busca de resolver sus propios conflictos. Esta tendencia propia del ser humano puede facilitarse si se crean condiciones como un ambiente libre de prejuicios sumado por una escucha empática, que son formas de favorecer el impulso de lo que se llama tendencia al crecimiento.

## 2.6 Grupos de encuentro

A juicio de Rogers (1970) la intervención social más importante del siglo es la que se realiza a través de grupos de encuentro o grupos de sensibilización. El movimiento ha crecido hasta el punto de penetrar en varias partes del mundo y en casi todos los tipos de organización moderna como son industrias, universidades, organismos eclesiásticos, empresariales, gubernamentales, penitenciarias llegando así a todo tipo de personas.

El movimiento inicia antes de 1947, el psicólogo Kurt Lewin trabajando con un equipo de estudiantes y profesionales promovió la importancia de la formación en las relaciones humanas identificando un descuido de estas en la sociedad moderna. Posterior a la muerte de Lewin, las personas que habían trabajado con él continuaron creando estos grupos de capacitación en otras universidades en Estados Unidos. Ya con éxito en resultados, fundaron la organización National Training Laboratories en la ciudad de Washington. En un principio, eran grupos de capacitación en habilidades vinculadas a las relaciones humanas buscando que los participantes comprendieran cómo funcionaban dentro de un grupo, adquiriendo así competencias para sus relaciones grupales (Rogers, 1970).

En esos tiempos, se desarrollaba en la universidad de Chicago otra fase del movimiento hacia la experiencia grupal intensiva después de la segunda guerra mundial. Para esto se desarrollaron habilidades en licenciados universitarios para convertirlos en eficaces consejeros psicológicos, que supieran atender los problemas de los soldados que regresaban de la guerra. Las bases conceptuales de todo este movimiento fueron, en un inicio, la psicología de la Gestalt y la terapia centrada en la persona (Rogers, 1970).

## 2.7 El facilitador en el grupo

El rol del facilitador es acompañar a los participantes en su camino rumbo al autodescubrimiento. En su práctica, el facilitador de un grupo de encuentro conduce a los participantes a un proceso de auto exploración y auto realización haciendo la labor de un guía, sin manipular, confiando en el participante sin necesidad de una intervención directiva de su parte. El rol del facilitador es crear un clima de confianza dentro del grupo para motivar la expresión de los participantes sobre lo que en otro entorno no se atreven a expresar (Corey, 1995).

Para lograr esto, el facilitador puede apoyarse en diferentes destrezas, que utilizará según su criterio y preferencia. Algunas de las destrezas que presenta Corey (1995) son la escucha

activa, la cual involucra una total atención del facilitador hacia el participante en lo verbal y no verbal; el parafraseo, que implica que el facilitador retransmita con sus palabras lo que el participante le comunicó para que el otro perciba su comprensión; la clarificación, cuando el mensaje del participante es difuso el facilitador responde resaltándolo con el fin de que los sentimientos de éste se concentren en la experiencia del momento y pueda llegar a la autoexploración.

Otro de los autores que abordan las destrezas de un facilitador es Egan (1981), él presenta un modelo de ayuda compuesto por tres etapas progresivas en las que el facilitador dispone de herramientas para desempeñar su labor de forma efectiva. La etapa I corresponde al primer contacto con el individuo, es cuando el facilitador emplea la empatía precisa, que alude a mostrar que lo que se ha escuchado es comprendido; el respeto, es decir, expresar la disposición de estar para el otro; y ser concreto, definiendo lo que se presenta de forma ambigua (Egan, 1981). La etapa II se caracteriza por la integración de la información proporcionada por el cliente en un panorama más amplio; el facilitador utiliza, entre otras además de las ya mencionadas, el autodescubrimiento, cuando éste expone su propia experiencia al grupo; la confrontación, que afronta las incongruencias del cliente (Egan, 1981). La etapa III involucra un programa de acción, por lo que Egan (1981) advierte que no todos los facilitadores alcanzan esta etapa, fundamentando que es responsabilidad de éste.

## 2.8 El proceso en el grupo

No se intenta una descripción clara de lo que sucede en un grupo de encuentro dado que lo que sucede dentro de un grupo puede ser variado si se compara con otro, sin embargo, existe un proceso que, de acuerdo con la experiencia de Rogers (1970), los grupos tienden a seguir.

Al inicio cuando el facilitador aclara al grupo que este tendrá un grado desacostumbrado de libertad, y no de una dirección por parte del facilitador, puede generar un periodo de confusión inicial mostrando en ocasiones un silencio embarazoso acompañado de una interacción superficial. Es normal que el grupo presente un grado de resistencia a la expresión o exploración personal. Cada miembro del grupo tiende a mostrar el yo público (Rogers, 1970).

Al paso de las sesiones, surge la descripción de sentimientos del pasado. Existe ambivalencia en el grupo, sin embargo, la expresión de sentimientos es cada vez mayor en

las sesiones del grupo. En su mayoría, la primera expresión de un sentimiento genuinamente significativo, que surge en el aquí y ahora, tiende a manifestarse con actitud negativa hacia otros miembros del grupo, incluyendo al facilitador. Esto genera un clima de confianza al ver que las expresiones negativas son aceptadas en el grupo (Rogers, 1970).

Llega al proceso la expresión clara de los sentimientos que un miembro experimenta hacia otro, ya sean positivos o negativos. Se puede observar como algunos miembros del grupo muestran una aptitud natural y espontánea para afrontar en forma útil y terapéutica el sufrimiento y dolor de otros. Los miembros del grupo tratan de crear una relación asistencial. En ocasiones la persona piensa que la aceptación de sí mismo constituye un obstáculo para el cambio, en realidad representa el comienzo del cambio (Rogers, 1970).

Conforme avanzan las sesiones, el grupo no acepta que un integrante este detrás de una apariencia o máscara. Cuando un integrante expresa su sí mismo, prueba con claridad que es posible un encuentro más profundo. El participante recibe por parte sus compañeros información sobre la forma en que se muestra ante los demás. Esto puede ser perturbador pero constructivo (Rogers, 1970).

Los integrantes del grupo ayudan al compañero que lucha con un problema personal. Esto ocurre también en contactos que se establecen fuera del grupo. La experiencia del grupo va más allá de la propia sesión grupal. Es cuando los individuos establecen entre sí un contacto más íntimo y directo. Es uno de los aspectos más centrales, intensos y generadores de cambio de la experiencia grupal (Rogers, 1970).

Conforme pasan las sesiones y el grupo avanza, toma forma una creciente sensación de confianza, de espíritu de grupo y de una autenticidad que incluye sentimientos positivos y negativos. Los gestos se modifican, los individuos manifiestan una gran capacidad para brindarse mutua asistencia (Rogers, 1970).

Este proceso se comparará en el grupo de encuentro que se forme al realizar el trabajo de intervención. Se buscará que el grupo se integre, que las sesiones sean un medio para que los participantes encuentren un foro abierto a la expresión, que la resistencia natural a la exploración personal se diluya para que el participante se conecte a su tendencia actualizante.



## 2.9 La masculinidad

Definir el concepto de masculinidad es relevante para el presente trabajo, pues trata sobre las consecuencias del divorcio en el hombre surgidas por cambios que se presentan en esta difícil etapa de su vida. La definición de masculinidad no es universal, surge de un rasgo social que es diferente en cada cultura y en cada etapa de la historia, los rasgos que definen la masculinidad en México pueden ser diferentes a los que la definen en otro país. De acuerdo con Montesinos (2002) en las diferentes sociedades el hombre generalmente tiene superioridad ante la mujer por diferentes factores como es su fuerza física, por ser proveedor, por ser autoridad en el seno familiar, como autoridad y poder en el ámbito social, económico y político; Esta supremacía mencionada es una construcción cultural por lo que el concepto de masculinidad es diferente en cada cultura.

En nuestro país, esto era una realidad, sin embargo, con el desarrollo y participación de la mujer en el campo laboral, económico, político y social el hombre ha venido cediendo esa supremacía que lo caracterizaba y que le permitía tener un rol de autoridad y poder en nuestra sociedad (Montesinos, 2002). Socialmente el hombre se ha visto limitado en la posibilidad de realizar roles que son asignados a la mujer, por el contrario, la mujer no encuentra esa adversidad, siendo ahora común ver a la mujer realizar roles que eran asignados al hombre; Esta nueva identidad de género que juega tanto la mujer como el hombre hacen que la interacción entre ambos se modifique, en México, esta nueva forma de interacción afecta al estereotipo que forma parte de la identidad del hombre donde es condicionado por la sociedad para mostrarse como la misma sociedad define a la personalidad masculina (Montesinos, 2002).

La generalidad de las definiciones de masculinidad parte de la cultura, para Connell (1995) el concepto de masculinidad existe gracias a que está en oposición a la feminidad, en consecuencia, definir la masculinidad es definir al género masculino, y así lo define "*Lo que los hombres son en realidad [...] el patrón de las vidas de los hombres en una cultura dada*" (Connell, 2002, pp. 105).

Los roles de la mujer como del hombre en nuestra sociedad mexicana se han modificado con el paso del tiempo, esto ha influido en la relación que tienen dentro del matrimonio, afectando así la duración de las relaciones de pareja. Como se menciona, el hombre ha perdido parte de ese papel de supremacía que lo caracterizaba y que le permitía tener un rol de autoridad y poder tanto en nuestra sociedad como en la relación con la mujer dentro

del matrimonio (Montesinos, 2002). Estas modificaciones en los roles influyen en la relación de pareja y muy probablemente influyen la problemática del divorcio.

### 3. El Método

El presente trabajo pretende resolver un problema a través de la metodología de investigación acción. Por esta razón se considera importante revisar los orígenes de la investigación – acción. Consultando la historia, se identifica una primera generación inspirada en J. Dewey, *“donde sus esfuerzos estaban encaminados a convertir el pensamiento científico en un hábito tanto para educadores como alumnos”* (Goyette y Lessard-Hebert, 1988, p.17). Sin embargo, la mayoría de los autores de la época (Susman y Evered, 1978, Barbier, 1977, Hess, 1981, citado en Goyette y Lessard-Hebert, 1988, p.17) conceden a Kurt Lewin la paternidad de este método de investigación.

Robert Frank (1981, pp. 160-161, citado en Goyette y Lessard-Hebert, 1988, p.17) resume así los orígenes de la investigación – acción: El concepto investigación – acción se utilizó hace aproximadamente cuarenta años, para nombrar el trabajo efectuado por Kurt Lewin (1946) durante la guerra de 1940-45, a solicitud del poder público americano era necesario cambiar las costumbres alimenticias de la población para paliar la penuria de ciertos artículos, lo que llamó la atención es que se pide a investigadores, no para realizar su trabajo tradicional como encuestas o análisis para la toma de decisiones, si no para que los investigadores mismos se convirtieran en actores del cambio.

El objetivo de este tipo de investigación es transformar las costumbres, las actitudes y los comportamientos de los individuos o de las poblaciones, mejorar las reglas institucionales de una organización para asegurar una mejor adaptación o integración de los individuos a su entorno y una mayor cohesión, eficacia o lucidez a las instituciones en la percepción de sus objetivos (Goyette y Lessard, 1988).

Para reforzar el concepto se revisó a otros autores que definen a la investigación – acción como *“un estudio de una situación social con el fin de mejorar la calidad de la acción dentro de la misma”* (Elliot, 1993, en La torre 2003, pp. 1). Tiene como objetivo ampliar la comprensión (diagnóstico) [...] Las acciones van encaminadas a modificar la situación una vez que se logre una comprensión más profunda de los problemas (La Torre, 2003). La investigación – acción fue descrita por el psicólogo social Lewin (1946) *“como una espiral de pasos: planificación, implementación y evaluación”* (La torre, 2003, pp. 5). De acuerdo

con los pasos mencionados por Lewin (1946), la primera fase del presente trabajo fue la planificación, en la cual se elaboró la problematización, el estado del conocimiento, el marco teórico y por último el diseño de la intervención. En la segunda etapa se realizó la implementación a través de realizar el plan de intervención. En la tercera etapa, se analizaron los resultados de lo que sucedió en el trabajo de intervención.

### 3.1 Problematización

Los problemas o temas de investigación deben surgir de una necesidad sentida, de una situación concreta, como es el caso del sufrimiento por el cambio en los patrones de vida a causa del divorcio que afecta la vida de las personas que lo experimentan; que sea susceptible de mejorar, en este caso, mediante la reflexión en un grupo de encuentro se pueden encontrar mejores alternativas para hacer frente a esta situación difícil. El divorcio es un problema que está presente en el mundo, que afecta a las sociedades, que afecta a la familia, afecta a los hijos, a la mujer y al hombre.

Al revisar el contexto general sobre lo que está sucediendo con el fenómeno del divorcio y el impacto que este tiene sobre las personas que lo experimentan, se detecta una necesidad de ver más de cerca que está sucediendo en la vida del hombre que vive un divorcio. *“Problematizar es un proceso, es un ir y venir para comprender el fenómeno de interés”* (García-Córdoba; García-Córdoba, 2005, pp. 39). Este trabajo pretende ser una aproximación de esta realidad del hombre, es una perspectiva más sobre cómo están viviendo los hombres los cambios generados en sus vidas a consecuencia del divorcio. Para lograr este acercamiento se requiere llevar un proceso con las siguientes etapas: la exploración, la concreción, el planteamiento y la delimitación.

De acuerdo con García y García (2005) refiere a la exploración como la búsqueda de interés por parte del investigador. Busca definir el objeto de estudio e intervención. Con este fundamento, la etapa de exploración en el presente trabajo se realizó al reunir la información sobre el divorcio como contexto general, conociendo lo que está sucediendo con este fenómeno en el mundo y en México, así como los cambios que provoca el divorcio en los patrones del hombre en particular y constatando el problema con personas que los están viviendo.

Dentro de la etapa de exploración se realizaron cinco entrevistas a hombres cuyas vivencias dan cuenta de la existencia del problema. Los diferentes cambios que expresan tienen consecuencias en la vida de quienes las experimentan.

El objetivo de la entrevista se basó en lo que menciona (Woods, 1989), captar lo que se encuentra en el interior del entrevistado, sin la coloración ni la distorsión que el entrevistador pueda imprimirle. El entrevistador se interesó en generar confianza para lograr que el entrevistado se expresará de forma natural.

Los principales atributos personales que requiere el entrevistador son los mismos que se requieren en otros aspectos de la investigación; y giran siempre en torno a la confianza, la curiosidad y la naturalidad (Woods, 1989). El entrevistador debe ser consciente, estar bien informado, ser honrado ante el cliente y que no caiga fácilmente en ninguna de las distorsiones de la verdad que el pudiera interpretar. Partir de la entrevista etnográfica, significa partir desde la realidad del entrevistado y no de la experiencia del entrevistador.

En este trabajo, las entrevistas fueron realizadas a través de una conversación abierta, enfocada a que el entrevistado exprese específicamente los cambios experimentados en su vida cotidiana a raíz de su divorcio buscando evidencias de la problemática planteada. La conversación fue grabada con la autorización del entrevistado. Los datos transcritos, de todas las entrevistas se codificaron para encontrar las experiencias similares. De acuerdo con la entrevista etnográfica se parte describiendo el significado de las entrevistas desde la experiencia del entrevistado.

Las entrevistas fueron realizadas en diferentes escenarios, los lugares fueron un Lobby de hotel, la oficina del entrevistado, la casa del entrevistado, en un café y en una sala de juntas. Los entrevistados son hombres de diferentes edades: DS 38, AS 40, HL 51, FB 46, DR 52. DS, AS no tuvieron hijos durante su matrimonio, en cambio FB tuvo 2 hijos hombre y mujer, HL 3 hijas mujeres y DR 2 hijos varones. La escolaridad de los entrevistados es licenciatura y en el caso de DS y FB posgrado.

Se transcribieron las 5 entrevistas realizadas. De acuerdo con las evidencias, el autor estableció cinco categorías principales: 1) patrones rotos, 2) redes de apoyo, 3) nuevas actividades, 4) emociones causadas por los cambios, 5) fracturas del grupo social. Se reunieron las experiencias de los cinco entrevistados, se agruparon de acuerdo con la similitud en los cinco rubros mencionados y se comparó con el árbol de problemas previamente realizado.

La información fue clasificada en las categorías lo que permitió identificar los cambios más comunes que suceden al divorciarse; identificar los cambios más difíciles según lo que expresan las personas que lo viven. Este ejercicio de codificación de la información fue útil para diseñar un plan de intervención adecuado para que las personas que participen encuentren un camino que les ayude a resolver sus propios problemas generados por los cambios que trae la experiencia del divorcio.

Continuando con la problematización se trabajó la etapa de la concreción, esta se realizó al identificar el problema al cual se enfoca este trabajo (García y García, 2005). El Enfoque es sobre los cambios que experimenta el hombre en sus patrones de vida cotidiana a consecuencia del divorcio y cómo estos cambios afectan la vida del hombre. Para poder identificar el problema con el que se quiso trabajar, se elaboró un árbol de problemas sobre los cambios que surgen a consecuencia del divorcio. A través de esta herramienta se identificaron las causas y efectos que el divorcio tiene específicamente en el hombre.

Ya identificado el problema que se deseó atender se pasó a la etapa de planteamiento. En esta etapa, el autor expresó con claridad el tema a investigar (García y García, 2005). Para lograr un planteamiento del problema claro, el autor utilizó la información recabada en las entrevistas etnográficas realizadas en la etapa de exploración. Información que le ayudo a definir con claridad su hipótesis de acción.

Se continuó a la etapa de delimitación, la cual se define como *“aquella en la que se determinan las teorías y autores que serán tomados en cuenta para el desarrollo del trabajo, definiendo también las circunstancias y los recursos”* (García y García, 2005, pp. 53). La delimitación del problema exigió al autor el diseño de una intervención viable y alcanzable en el tiempo con el que se contaba y con los conocimientos y habilidades que este tiene para atender el problema.

Durante los estudios de maestría el autor adquirió diferentes conocimientos y habilidades sobre el desarrollo humano como es la teoría del enfoque centrado en la persona de Carl Rogers, conocimientos sobre el manejo de las emociones, habilidades de comunicación para la facilitación de grupos, entre otros conocimientos, que servirán de base para llevar a cabo el proyecto de intervención junto con la comprensión del significado de la investigación acción.

A través de la metodología se cumple la meta de articular el trabajo, partiendo de una metodología con enfoque cualitativo. En el proyecto se presenta el problema de los cambios

drásticos de los patrones de la vida cotidiana sustentado en cinco entrevistas con hombres divorciados. Se busca reunir experiencias que sirvan como evidencias del problema.

### 3.2 Elaboración del estado del conocimiento

Para fundamentar este trabajo el primer paso fue reunir información para elaborar el estado del conocimiento. Se consultaron investigaciones relacionadas al tema del divorcio, así como al tema sobre los cambios en sus patrones de vida cotidiana que experimenta el hombre a consecuencia del divorcio. La fuente principal de búsqueda fue a través de plataformas de internet como Scielo y Redalyc.

Las investigaciones encontradas relacionadas con el tema se registraron y ordenaron en una matriz de búsqueda, la cual sirvió posteriormente para consultar nuevamente los artículos y/o documentos de investigación desarrollando el estado del conocimiento sobre el tema.

*“El término estado del arte o estado del conocimiento tiene su origen en Estados Unidos a finales del siglo XIX, cuando se empleó con la condición actual o el nivel alcanzado por un arte específico”* (Valdés, Fernández y Da Silva, 2005, citado por S. Jimenez, 2009, citado por R. Guevara, 2016, p. 167). En el campo de la educación para niveles de maestría y doctorado, el desarrollo del estado del arte *“apoya la concreción de los objetos de estudio, la organización de estrategias puntuales para hacer una sistematización que da rumbo en medio de la desbordada cantidad de información que provee la literatura en cada tema”* (Guevara, 2016, pp. 166). Como resultado de este ejercicio, la información obtenida en la construcción del estado del conocimiento sobre el tema de los cambios a consecuencia del divorcio en el hombre se presentó en el capítulo 1.

Cuando se trabaja en un tema o problema y se construye el estado del conocimiento consultamos artículos de investigación elaborados por otras personas con perspectivas propias del tema que muestran cada una de las investigaciones consultadas diferentes formas de abordar el problema. Este trabajo de construcción ofrece alimentarse de diferentes perspectivas que incrementan el conocimiento del tema investigado (Jimenez, 2006).

El desarrollo del estado del conocimiento es importante en la formación del presente trabajo, debido a que es una forma de generar conocimiento. *“Un estudio previo y sistemático de las investigaciones precedentes para elaborar estados del arte, contribuye a mejorar la teoría y la práctica de un tópico determinado, además de plantear conclusiones*

*y respuestas nuevas que se proyecten a futuro”* (Jimenez, 2006, p. 8, citado en Lodoño, Maldonado y Calderón, 2014).

### 3.3 Elaboración del marco teórico

Al terminar de construir el estado del conocimiento, el siguiente paso fue desarrollar el marco teórico que define la teoría que justifica el trabajo de intervención (Vargas y Calvo, 1987); se aclaran los conceptos del desarrollo humano, la tendencia actualizante y la práctica de grupos de encuentro donde se abordan las explicaciones que justifican la presente investigación (Uribe, 2002).

Para empezar y dar orden al trabajo, se desarrolló una tabla de contenido. La cual se utilizó como guía al investigar en la biblioteca de ITESO los libros de autores reconocidos en la teoría sobre la psicología humanista, sobre el origen del desarrollo humano, así como la propuesta del enfoque centrado en la persona. De esta recopilación, se construyó la fundamentación teórica basada en el desarrollo humano, se explican los conceptos del enfoque centrado en la persona, la tendencia actualizante y el uso de grupos de encuentro, información utilizada para desarrollar la fundamentación.

El desarrollo del marco teórico se formó principalmente de citas directas y parafraseo de ideas de los autores seleccionados relacionándolos al tema de los cambios que experimenta el hombre en su vida a consecuencia del divorcio, como al trabajo de intervención que se realizó.

### 3.4 Desarrollo de la intervención

Para llevar a cabo la intervención, el primer paso fue diseñar un plan que contemplo la formación de un grupo de encuentro formado por hombres con experiencia de divorcio. El plan se estructuró con cinco sesiones abiertas a las necesidades del grupo, con duración de dos horas cada sesión, con un total de 10 horas de intervención en grupo. Las sesiones se realizaron en las instalaciones de ITESO en la sala Gesell del edificio M. El grupo lo conformaron cuatro hombres con experiencia de divorcio: Carlos de 43 años, con tres hijos; Samuel de 41 años, con una hija; Raúl de 40 años, sin hijos y Matías, el más joven del grupo con 28 años sin hijos.

### 3.5 Análisis de los resultados

Cada sesión se grabó en audio y video para posteriormente hacer una transcripción de cada una de las sesiones. Como resultado de la transcripción, se obtuvo una cantidad importante

de información, para apoyar el análisis de esta el facilitador definió 12 indicadores para lograr una adecuada codificación. Con esta información se elaboró en el programa Atlas ti una segmentación de lo que ocurrió en cada sesión del grupo de encuentro separada en dos grandes grupos de códigos: El primero con códigos sobre la participación de los integrantes del grupo y el segundo con códigos sobre la labor del facilitador; esta codificación se trasladó a un archivo en Word que se utilizó para elaborar interpretaciones, hallazgos y resultados del trabajo de intervención. Por último, los resultados obtenidos se contrastaron con los objetivos de la intervención para elaborar las conclusiones de la intervención.



## 4. Plan de intervención

El plan de intervención consiste en formar un grupo de encuentro integrado por hombres con experiencia de divorcio, acompañados por un facilitador. Las sesiones de grupo serán abiertas a la expresión de las experiencias de los participantes, habrá una mínima dirección por parte del facilitador.

### 4.1 Propósito General

El facilitador a través de la formación del grupo de encuentro pretende crear las condiciones para que los participantes encuentren en el grupo un ambiente adecuado para la expresión de su experiencia, con el fin de que, al saberse escuchados y sentirse acompañados, generen conocimiento reflexivo que los lleve a afrontar la realidad desde otra perspectiva, a partir de su tendencia actualizante.

El facilitador utilizará la teoría Rogeriana del enfoque centrado en la persona y pondrá en práctica las actitudes de empatía, congruencia y aceptación positiva incondicional para desempeñar su labor dentro del grupo.

### 4.2 Propósitos específicos

- a) Favorecer un espacio psicológicamente seguro a través de la práctica de las actitudes del enfoque centrado en la persona para una relación facilitadora en el que los participantes, al percibirlo, puedan narrar su vivencia dentro del grupo, y a través de esta participación puedan activar su tendencia actualizante.
- b) Facilitar el proceso reflexivo de los participantes sobre su experiencia del divorcio con la finalidad de que logren afrontar de mejor manera los cambios provocados el divorcio.
- c) Poner en práctica las habilidades del facilitador para establecer una relación de ayuda que fomente el desarrollo humano del participante.

### Participantes

Para la formación del grupo de encuentro se elaboró una convocatoria que se publicó a través área de comunicación de ITESO. La convocatoria se subió a la agenda de eventos de la universidad, así como a la página de Facebook de alumnos y de egresados de la universidad. Fue dirigida a hombres con edades entre 25 y 55 años que tuvieran experiencia en divorcio o separación. Se inscribieron 4 hombres que cumplen con estas características. Para cuidar la confidencialidad de los participantes, sus nombres no se mencionan en este trabajo, en vez del nombre se utilizan letras para identificarlos.

### Lista de participantes

1. El Participante N°1, se denomina Samuel, tiene 41 años, es padre de una hija, es empleado.
2. El participante N°2, se denomina Raúl, tiene 40 años, no tiene hijos, es empleado.
3. El participante N°3, se denomina Carlos, tiene 43 años, tiene 3 hijos, es agente de seguros.
4. El participante N°4, se denomina Matías, tiene 28 años, no tiene hijos, es empresario.

### Desarrollo de la intervención

Esta propuesta del grupo de encuentro busca ofrecer al participante una experiencia similar a la que vivió el facilitador durante la primera etapa de la maestría de desarrollo humano con su grupo de conocimiento personal. Se propone un grupo de encuentro sin una estructura predeterminada, en un foro abierto para que el participante exprese su experiencia de separación o divorcio y se acompañe en este camino de personas que viven una experiencia similar, por lo que busca seguir los intereses del grupo.

Información sobre la intervención	
Número de participantes	4 + Facilitador
Número de sesiones	5
Horario de la sesión	7:00 pm a 9:00 pm
Días de la sesión	Jueves
Lugar	ITESO, edificio M en 1er piso, sala 222.

### 4.3 Cronograma

Numero de sesión	Fecha y hora de la sesión	Objetivo de la sesión
1	15 de febrero 19:00 a 21:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Presentación breve del facilitador sobre su experiencia vivida en la maestría de Desarrollo Humano.</li> <li>b) Que los participantes tengan la oportunidad de presentarse y conocer a sus compañeros del grupo.</li> <li>c) Dar inicio a las sesiones de grupo</li> </ul>
2	22 de febrero 19:00 a 21:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Establecer entre los participantes las reglas de convivencia dentro del grupo.</li> <li>b) Sesión de grupo de encuentro.</li> <li>c) Promover bajo las actitudes del ECP la participación de los integrantes del grupal.</li> </ul>
3	01 de marzo 19:00 a 21:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Sesión de grupo de encuentro.</li> <li>b) Promover bajo las actitudes del ECP la participación de los integrantes del grupal.</li> </ul>
4	08 de marzo 19:00 a 21:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Sesión de grupo de encuentro.</li> <li>b) Promover bajo las actitudes del ECP la participación de los integrantes del grupal.</li> </ul>
5	22 de marzo 19:00 a 21:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Sesión de grupo de encuentro</li> <li>b) Promover bajo las actitudes del ECP la participación de los integrantes del grupal.</li> <li>c) Cierre del grupo de encuentro</li> </ul>

### 4.4 Desarrollo

#### Número de sesión 1

Propósito de la sesión: Presentación del facilitador, presentación de los participantes. Dar inicio al grupo de encuentro.

## Contenidos

<b>Momento</b>	<b>Actividades</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Presentación del facilitador.</li> <li>b) Presentación sobre la experiencia vivida en la maestría</li> <li>c) Firma de consentimiento informado de ITESO</li> </ul>	30 min.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Grabadora de video y audio.</li> <li>b) Hojas de consentimiento.</li> </ul>
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> <li>d) Presentación de cada uno de los participantes.</li> </ul>	1:20 hr	
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> <li>e) El facilitador hace el cierre de la sesión abriendo la pregunta ¿Cómo se quedan?</li> </ul>	10 min.	

## Número de sesión 2

Propósito de la sesión: Favorecer un espacio psicológicamente seguro a través de las actitudes del enfoque centrado en la persona para una relación facilitadora en el que los participantes, al percibirlos, puedan narrar su vivencia dentro del grupo conectándose con su tendencia actualizante.

## Contenidos

<b>Momento</b>	<b>Actividades</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) El facilitador hace una síntesis de la sesión anterior.</li> <li>b) Se establecieron entre los participantes las reglas de convivencia dentro del grupo.</li> </ul>	30 min.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Grabadora de video y audio.</li> </ul>
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> <li>c) Apertura del diálogo bajo las actitudes del E.C.P. con la pregunta: ¿Qué es lo que los trajo aquí?</li> </ul>	1:25 hr.	

Cierre	d) El facilitador hace el cierre de la sesión abriendo la pregunta ¿Cómo se quedan?	15 min.	
--------	---	---------	--

### Número de sesión 3

Propósito de la sesión: Continuar Favoreciendo un espacio psicológicamente seguro a través de las actitudes del enfoque centrado en la persona para una relación facilitadora en el que los participantes, al percibirlos, puedan narrar su vivencia dentro del grupo conectándose con su tendencia actualizante.

### Contenidos

Momento	Actividades	Tiempo	Materiales
Introducción	a) El facilitador hace una síntesis de la sesión anterior.	10 min.	a) Grabadora de video y audio.
Desarrollo	b) Continuación del diálogo bajo las actitudes del enfoque d	1:30 hr.	
Cierre	c) El facilitador hace el cierre de la sesión abriendo la pregunta ¿Cómo se quedan?	20 min.	

### Número de sesión 4

Propósito de la sesión: Facilitar a través de las actitudes del enfoque centrado en la persona al participante un estado de consciencia reflexiva que le permita afrontar los cambios causados por el divorcio desde una perspectiva favorable.

### Contenidos

Momento	Actividades	Tiempo	Materiales
Introducción	a) El facilitador hace una síntesis de la sesión anterior.	20 min.	a) Grabadora de video y audio.

Desarrollo	a) Apertura del diálogo bajo las actitudes del enfoque centrado en la persona	1:20 hr.	
Cierre	a) Cierre de sesión.	20 min.	

#### Número de sesión 5

Propósito de la sesión: Facilitar a través de las actitudes del enfoque centrado en la persona al participante un estado de consciencia reflexiva que le permita afrontar los cambios causados por el divorcio desde otra perspectiva.

Realizar el cierre del grupo.

#### Contenidos

Momento	Actividades	Tiempo	Materiales
Introducción	a) El facilitador hace una síntesis de la sesión anterior.	10 min.	
Desarrollo	b) Apertura del diálogo bajo las actitudes del enfoque centrado en la persona	1:00 hr.	a) Grabadora de video y audio.
Cierre	c) Cierre de grupo de encuentro	40 min.	

#### Logro de los objetivos

Las cinco sesiones fueron grabadas en audio y video que utilizó el facilitador para elaborar las bitácoras de cada sesión. En las bitácoras no solo se registró las expresiones de los participantes, también se registraron los descubrimientos que fue observando el facilitador sobre el proceso del grupo.

El facilitador después de cada sesión elaboró a través de la observación descriptiva un documento llamado diario de campo, en el cual registro cada expresión del participante,

registró cada una de sus intervenciones, así como de lo sucedido en las 5 sesiones. En el próximo capítulo se hace un análisis de lo ocurrido en el grupo, mostrando los resultados y las interpretaciones sobre lo que se logró y no se logró en el grupo de encuentro.

#### 4.5 Consideraciones éticas

Los factores éticos que se tomaron en cuenta en este proyecto de investigación son la presentación de la información básica del grupo y la obtención del consentimiento informado (ver anexo 5), que contiene los aspectos que los participantes merecen conocer antes de formar el grupo, así como sus derechos durante el transcurso de la intervención (Corey, 1995). La información obtenida será utilizada únicamente con fines de supervisión de la facilitación, así como para el propósito de este trabajo. Por confidencialidad de los participantes, en el presente trabajo no se mencionan los nombres verdaderos, se utilizan otros nombres para identificar a cada participante.

## 5. Resultados de la intervención

La información que se presenta en este capítulo está separada por segmentos. El primer segmento describe cuáles son las condiciones que requirió el facilitador para el buen funcionamiento del grupo, dentro de este mismo segmento se muestra cómo se comunicó el propósito del grupo de encuentro a los integrantes, cómo fue que se establecieron las reglas de convivencia en el grupo, qué hizo el facilitador para generar confianza en el grupo y cómo el facilitador fue conociendo a los participantes. En el segundo segmento se describe cómo se desarrolló el grupo de encuentro, qué trajo a las personas a integrarse al grupo, qué cambios expresaron haber vivido los participantes en su vida cotidiana, así como los relatos relacionados al sufrimiento emocional expresado por los participantes a consecuencia de su separación o divorcio. El tercer segmento muestra las habilidades que utilizó el facilitador en la relación de ayuda, como fueron: Escucha empática, clarificación, respuesta – reflejo, confrontación y auto descubrimiento. Por último, en el cuarto segmento se muestran relatos de los participantes sobre cómo valoran la intervención y la expresión por parte del facilitador del valor que tiene para el haber llevado a cabo el grupo de encuentro.

### 5.1 Condiciones para el funcionamiento del grupo de encuentro

Para que un grupo de encuentro funcione, es necesario se presenten las condiciones adecuadas, entre ellas que exista un propósito claro, crear junto con el grupo reglas de convivencia claras, disposición de los integrantes en participar dentro del grupo y como menciona Rogers (1973), actitud del facilitador para desarrollar confianza en el grupo que dé seguridad psicológica al participante.

#### Establecimiento del propósito

El día de la primera sesión, los cuatro integrantes del grupo llegaron puntualmente, sin saber en forma clara como seria la dinámica de un grupo de encuentro. Al comienzo de la sesión, el facilitador tuvo presente la importancia de comunicar a los participantes el propósito del grupo con el objetivo de que todos lo comprendieran, así es como lo registró en su bitácora:

[...] que el propósito del grupo de encuentro que estábamos por comenzar es generar conocimiento reflexivo a través de la expresión, escucha y acompañamiento de los



participantes dentro del grupo, así como la práctica y desarrollo del autor como facilitador (S, sesión 1).

### Establecimiento de reglas

Un aspecto que facilita la comunicación en el grupo es establecer reglas de convivencia (Singer, 2014). Al inicio de la segunda sesión el facilitador invitó al grupo a establecer reglas, las cuales fueron elaboradas entre todos los integrantes, incluyendo el facilitador. El grupo estableció dos reglas, estas fueron las siguientes: *“la primera fue que todo lo que se hable dentro del grupo, se queda en el grupo; La segunda fue que, durante las sesiones de grupo, evitaremos, mientras sea posible, el uso del celular”* (G, sesión 2). Estas reglas fueron respetadas durante las 5 sesiones.

### Generar confianza en el grupo

Una de las condiciones necesarias para que se facilite el desarrollo humano en un grupo es la confianza (Lietaer citado en Brazier, 1997). Algunas de las acciones del facilitador para lograr la confianza del grupo fueron: Ser sincero, genuino, y saber escuchar (Rogers citado en Brazier, 1997).

La primera acción que realizó el facilitador para generar la confianza fue mostrarse de manera genuina. La genuinidad en un grupo de facilitación significa que el facilitador es él mismo en el momento del encuentro con el participante, abiertamente con sus sentimientos y actitudes (Brazier, 1997). Así lo registra el facilitador en su bitácora:

Inicié dándoles las gracias a los participantes por su puntualidad y asistencia. Inmediatamente después me presente formalmente como estudiante de la maestría de ITESO, les platique que el grupo de encuentro forma parte de mis estudios de maestría explicándoles lo que he vivido en la maestría desde el grupo de conocimiento personal y como se desarrollaba, comenté que estaba en la etapa del trabajo de intervención para poder titularme (sesión 1).

Al mostrarse tal como es, el facilitador motiva la generación de confianza en las personas que lo escuchan (Lietaer, citado en Brazier, 1997). En este caso, el facilitador compartió a los participantes su camino como estudiante de la maestría en desarrollo humano, su experiencia de divorcio y cómo la experiencia en la maestría lo ayudo a afrontar mejor su divorcio. Explica que es precisamente esta experiencia lo que lo motivo a formar el grupo.

Al terminar su exposición el facilitador invito a los participantes a presentarse. Todos lo hicieron. Pero no solo se presentaron, Raúl aprovecho el foro para compartir con sus compañeros parte de su experiencia: *“quiero ver si les puedo compartir más a fondo mi historia. (Los compañeros mueven su cabeza aceptando la propuesta de Raúl) Yo le llevo 11 años a mi esposa, éramos vecinos [...]”* (R, Sesión 1). Otro factor que ayudo a generar confianza fue que había algo en común dentro del grupo: todos compartían la experiencia de haber vivido una separación o divorcio. Esto dio una identidad propia al grupo de encuentro. Desde la primera sesión, al escuchar como un compañero les comunica parte de su experiencia, cada uno los integrantes fueron compartiendo su propia experiencia. Así lo hizo Carlos, mostrando que no tiene experiencia en compartir su situación:

Tengo mes y medio que me salí de mi casa, estamos en un proceso de separación después de 17 años de casados. Tengo 20 años de conocerla, tengo 3 hijos [...] me siento muy verde en esta situación, pero me pasaron la convocatoria y pienso que de algo me va a servir (C, sesión 1).

Al terminar Carlos de presentarse, Matías tomó la palabra, es el más joven del grupo con 28 años. Se presenta, dice su nombre y sin comentar ningún otro dato personal empieza a compartir su experiencia de terminación de noviazgo estando ya comprometido y a poco tiempo de casarse: *“Al principio todo fue bueno, pensé haber conocido a la mujer de mi vida, estaba sorprendido de cómo todos nuestros proyectos coincidían y empecé a hacer planes para casarnos este mismo año”* (M, sesión 1). Al relatar al grupo el rompimiento de su relación, expresa cómo esto afecta otras áreas de su vida: *“En nuestra cultura tendemos a ser señalados. Esto ha provocado en mí una gran inseguridad [...] me afecto con mi familia, y con más gente”* (M, sesión 1). Al mostrar vulnerabilidad ante el rompimiento de una relación y al compartir esa vulnerabilidad, los participantes se fueron identificando y la confianza entre el grupo fue creciendo. Sin dejar espacio al silencio, Samuel, al ver que sus compañeros se habían presentado, aprovecho la oportunidad y al presentarse, también compartió parte de su experiencia, lo hizo con estas palabras:

Conocí a mi exesposa hace 6 años, tengo una niña de 2 años y medio. El proceso ha sido muy complicado [...] en paralelo con el inicio de mi matrimonio tomo mi nuevo puesto como director comercial de oficinas foráneas y esto implica un desarrollo importante en mi vida laboral acompañado de viajar todas las semanas [...]; sin embargo, lo tomamos en canales diferentes, para mí como una gran oportunidad y para ella como una amenaza a nuestra vida en pareja” (SV, sesión 1).

El facilitador llevó al grupo sin una directividad determinada, tomando como aliado la confianza, sabiendo que tenía el propósito principal de facilitar el proceso reflexivo de los participantes sobre su experiencia de separación o divorcio con la finalidad de que el participante acepte la realidad y desde ahí, logre afrontar de mejor manera los cambios provocados por su separación. Esto permitió que el grupo tuviera libertad de tomar su camino. El facilitador se dedicó a promover en cada participante su propio proceso reflexivo.

### Conocer al participante

Durante la primera sesión, la participación del facilitador fue principalmente de escucha, con el propósito de ir conociendo a los participantes. El facilitador estaba consciente que, para lograr su objetivo, el primer paso era lograr un clima de confianza, por lo que tuvo el cuidado de escuchar el mensaje de la persona, sin preocuparse si es relevante o superficial. El participante merece que lo escuchen y comprendan, que dé al individuo seguridad psicológica (Rogers, 1973). El facilitador escuchó atentamente a las personas del grupo con el firme propósito de conocerlos, de saber más sobre las personas que conformaban el grupo, de conocer la situación que traían al grupo los participantes, empezó a acompañar el proceso del grupo a través de escucharlos y conocer su experiencia. En esta primera sesión, la intervención del facilitador fue escuchar, su intervención fue mínima evitando interrumpir los relatos de los participantes. Mas adelante, en otro apartado, se mostrará al lector la práctica por parte del facilitador de la escucha empática.

## 5.2 Desarrollo del grupo de encuentro

### ¿Que trajo a los participantes al grupo?

De acuerdo con Rogers (1973), dentro del grupo de encuentro los participantes son una fuerza positiva y creadora, modificada y moldeada por sus experiencias. A través del grupo de encuentro, se busca ayudar al participante a eliminar barreras que lo limitan, a que el participante acepte la situación que vive tal cual es y se reconozca como es y no como lo que socialmente sería deseable ser. En este caso, el primer paso lo dio el participante tomando la iniciativa de acudir al grupo de encuentro después de ver la convocatoria publicada en las redes sociales de ITESO, sabiendo que lo que se proponía estaba relacionado con lo que él buscaba.

Para abrir la segunda sesión, el facilitador hizo al grupo las siguientes preguntas “¿Que los trajo aquí? ¿Por qué están aquí?” (F, sesión 2).

Carlos tomo la palabra y compartió que días de haberse separado, hace un mes y medio un amigo psicólogo le compartió la convocatoria que vio en redes sociales de ITESO, así lo expresó al grupo:

[...]compartir tu experiencia con otra persona que vivió algo similar, te hace ver que no estás solo, que no eres el único que lo está viviendo [...] me entero de la convocatoria, y me llamó la atención. Creo que compartir con alguien mi experiencia me ayuda (C, sesión 2).

Después de Carlos, fue Raúl quien contestó la pregunta. Menciona que al ver la convocatoria le llamo la atención por lo que estaba viviendo, así lo compartió al grupo:

Este tipo de trabajo, en este tipo de temas, por lo menos en Guadalajara no hay. Lo vemos en alcohólicos anónimos que van y hablan de sus problemas juntos, pero algo así como esto no lo hay, se me hace una gran propuesta, ojalá existan más núcleos de este tipo y eso me llamo la atención. Siempre hay algo que puedes aprender (R, sesión 2).

El siguiente en responder la pregunta del facilitador fue Matías, cuestionándose inclusive porque llegó a vivir esta experiencia:

Vi en mi grupo de psicología de ITESO que publicaron la invitación y dije, ¡Ah, mira! Esta interesante porque estoy pasando por un proceso se puede decir duro, me desbalanceo fuerte. Viví lo que viví el año pasado y me llevo a un nivel que yo nunca llegue pensar estar, situaciones que pienso tienen un por qué. Como psicólogo me pregunto ¿Por qué paso todo esto? lo he analizado muchas veces pensando ¿porque caí en esto?, ¿Por qué provoqué esto?, ¿Porque paso esto? Se que llegue aquí, por una respuesta (M, sesión 2).

El último en responder fue Samuel, quien expresó la intención de liberarse del coraje hacia su expareja, lo hizo de esta forma:

Yo les comparto porqué decidí venir, pero esta racha se convierte en una racha que no sabes ni cuando empezó ni cuando termina. Le das vueltas, vueltas y vueltas a lo mismo y buscas explicaciones en muchos temas, pero sobre todo debo de quitarme

ese coraje con lo que sucede con mi hija, tengo que quitarme ese coraje y pensar que la persona que fue tu pareja le vaya bien y así le ira bien a mi hija (SV, sesión 2).

Los participantes llegaron al grupo de encuentro con la experiencia de haber vivido una separación o divorcio, y cada uno de ellos con una expectativa personal. El facilitador, de acuerdo con Rogers (1967) recibió al grupo buscando que el participante encuentre, por el mismo, un mejor camino para enfrentar el duelo de su separación o divorcio.

### Cambios en los patrones de vida cotidiana

Las sesiones avanzaron y la interacción entre los participantes también. Dentro de los relatos, los participantes expresan como la vida cotidiana cambia a consecuencia del divorcio. Viven cambios como salirse de casa, dejar de asistir a reuniones en una comunidad cristiana, hacer frente a nuevos gastos, separarse físicamente de los hijos, atender aspectos legales con abogados, dificultades en el trabajo y adversidad en el ámbito social. Todos ellos son cambios que vulneran la vida de los participantes. A continuación, se muestran las expresiones sobre cambios que vivieron o están viviendo cada uno de los integrantes del grupo.

Matías pertenece a una comunidad cristiana donde asistía regularmente con su pareja, sin embargo, a raíz del rompimiento de su relación su interacción con la comunidad cambia, así lo relata: *“Vivir cambios tan rápido en una comunidad cristiana cercana es realmente difícil tanto que tuve que dejar de acudir a las actividades de la iglesia”* (M, sesión 1). Otro aspecto donde Matías reconoce cambios es el laboral, en donde le causó un desequilibrio en su vida: *“Mi separación afecto mi negocio, perdí trabajo, me desconcentré y sentí que perdí el equilibrio”*. Continuando con su relato expone cambios en su ámbito social: *“En nuestra cultura tendemos a ser señalados, esto ha provocado en mí una gran inseguridad”* (M, sesión 1). Su rompimiento también tiene efectos en su familia, así lo expone: *“me afectó con mi familia, y con más gente”* Estos cambios siguen resonando en su vida cotidiana, sin embargo, expresa la intención de superarlos: *“Fue un desbalance en todas las áreas de mi vida y ahora tengo que recuperarme, veo que tengo que ponerme al día por mí. Ya toqué fondo hace tiempo, pero ahora ya ubicarme, trabajar y dejar fluir”* (M Sesión 2).

La experiencia de Carlos es distinta, lleva 17 años de casado, pero tiene mes y medio que se separó. En su relato menciona cómo ha tenido que adaptarse a los cambios provocados por la separación. Así lo compartió al grupo: *“Si, extraño comodidades, mi espacio, mi cama,*

*mucho su presencia porque compartíamos mucho tiempo, nos acompañábamos mucho en todo, extraño a mis hijos” (C, sesión 2, T1:15:30).*

La situación económica de Carlos no le permite, por el momento, rentar una casa o departamento donde vivir. Una amiga de la infancia le presto un cuarto, sin embargo, es diferente a lo que tenía antes. Dice: *“estoy aplastado en un cuarto que no es mi cuarto, de la mitad para allá es mi habitación, de la mitad para acá es mi oficina, nada más llego doy un paso y ya cambié de cuarto y de oficina” (C, sesión 3, T23:53).* Carlos también comparte cambios en su salud, por ejemplo, la dificultad para dormir, así lo expresa:

Los primeros días me venía la mente automáticamente imágenes, empezaba con el corazón con un stress muy fuerte, el estómago como que le pones un ácido, como que te quema el estómago y lo que hagas no se te quita, te late el corazón bien fuerte, dolor de cabeza, y por más que te distraigas, rezar o tratar de pensar en otra cosa, no se te olvida y lo no puedes controlar (C, sesión 2).

Salirse de su casa le trajo otros cambios que en su momento dejo de valorarlos, sin embargo, expresa que los añora:

Ahora les puedo decir que valoro hasta las cosas más pequeñas, y se lo decía hace rato, la sazón de su comida, la ropa limpia [...] cuando ahora careces de tantas cosas es bien difícil, muy difícil, una situación muy difícil (C, sesión 2, 1:14:18).

Su rutina en el trabajo se ve afectada, ya que al salirse de su casa tuvo que montar la oficina en el cuarto que renta, aunque menciona que la parte emocional es lo que más le afecta en el trabajo: *“deje de trabajar mes y medio, y para un agente de seguros, no comes, eres un vendedor, si no vendes no comes, no tenía ni cabeza para pensar en nada” (C, sesión 2, 1:32:41).*

Para Raúl es diferente, su matrimonio duro dos años y no tuvieron hijos. Sin duda se vivió vulnerable por los cambios que tuvo en el momento de su separación, pero poco a poco lo ha venido superando. En su caso, su pareja fue quien decidió salirse de la casa. Así lo comparte: *“me dice sabes que, me voy de la casa, no estoy segura de que quiera esto y necesito, necesito... yo considero que estoy mal y tengo que ir con un psicólogo eso me dijo” (R, sesión 2).* Al igual que sus compañeros, su separación causo que su desempeño en su trabajo disminuyera, algo que menciona haberlo superado, así lo comenta *“en el trabajo me desempeñaba muy mal, afortunadamente en mi trabajo me apoyan y fueron conscientes*

*de mi situación*". Raul empezó a realizar actividades que no hacía durante su matrimonio y tomo la iniciativa de hacer actividades que lo ayudaran, así lo compartió al grupo:

Es tomar nuevamente la responsabilidad de ti mismo, por ejemplo, aunque yo ayudaba a las tareas domésticas, no tenía la costumbre de cocinar y de repente lo tengo que hacer. El renacer, es como y ahora que voy a hacer, en que voy a utilizar mi tiempo. Antes todo mi tiempo lo compartía con ella y ahora no tenía con quien compartirlo. Empecé a llenarme de actividades, de actividades que me gustan como andar en bicicleta, ir al gimnasio, tomé clases de salsa, en fin, salía temprano de mi casa y llegaba hasta en la noche y durante mucho tiempo no pude dormir (R, sesión 4 T13:20).

En el caso de Samuel, también tuvo cambios en su vida a consecuencia de su divorcio, sin embargo, expresa que el cambio que más trabajo le ha costado es no solo tener que separarse de su hija, sino tener el tiempo limitado para verla, así lo dice:

Ahora puedo ver a mi hija de una forma limitada, la veo solo los martes por la tarde y dos fines de semana al mes, paso por ella los sábados y domingos a las 9:00 am y la regreso con su mama a las 8:00 pm. Ahora mi hija tiene 2 años y medio, afortunadamente cuando tenga tres años se podrá quedar a dormir conmigo (SV, sesión 2).

De acuerdo con los relatos que se dieron en el grupo, se puede ver que la separación o el divorcio con la pareja trae cambios en la vida cotidiana de las personas que lo viven. Como menciona Johnson (1998), cuanto más importante es lo que tiene una persona, cuanto más deseará conservarlo. En el caso de una separación, ciertos cambios son forzosos y cuesta trabajo desprenderse de lo que tiene la persona, por ejemplo, el cambio de domicilio que tuvo que hacer Carlos al salirse de su casa, o a Manuel que dejó de asistir a actividades de su comunidad cristiana para evitar tener contacto con su expareja. Sin embargo, al comprender lo que está sucediendo y aceptarlo, ayuda a la persona a adaptarse mejor a los cambios (Johnson, 1998). El facilitador en el grupo de encuentro, pretender generar al participante pensamiento reflexivo, para que este afronte de una mejor manera estas nuevas situaciones.

## Sufrimiento emocional

En el segmento ¿Qué los trajo al grupo de encuentro?, se mostraron las razones que motivaron a las personas a unirse al grupo de encuentro. Razones como compartir y escuchar la experiencia de separación con otros, aprender de las experiencias del grupo, atender el duelo que están viviendo y quitarse el coraje que siente hacia la expareja: sin embargo, conforme fueron desarrollándose las sesiones, los integrantes compartieron haber vivido o estar viviendo situaciones adversas emocionalmente, como la decepción de no haber podido conservar su matrimonio, haberse sentido destruido, sentir miedo para emprender una nueva relación, coraje, culpa, soledad son situaciones, sentimientos y emociones que están en sus relatos. En las diferentes sesiones los participantes expresaron haber experimentado en algún momento sufrimiento emocional. Como menciona Payne (2000) los participantes vienen con relatos porque quieren construir un nuevo relato. A continuación, se muestran los relatos relacionados al sufrimiento emocional expresado por los participantes en las sesiones de grupo.

El primer impacto emocional que refiere Raúl es la decepción de no haber podido conservar su matrimonio, es decir, se rompió su expectativa de continuidad conyugal. En palabras del participante: *“Lo que más me duele son todas las expectativas que se vienen abajo con la separación, tener una vida con la mujer con la que te casaste, tener hijos y de un de repente se te cae todo eso y duele”* (R, sesión 1). Raúl comparte al grupo lo que sintió el día que su esposa decidió irse de la casa: *“El día que se fue dije, cómo es posible que se allá ido después de haber luchado y dado todo, me dio una depresión y baja autoestima muy dura, me sentía muy mal, sentí que no iba ser capaz de hacer mi vida”* (R, sesión 4, T31:30). Según Neimeyer, Keese y Fortner (1997) citado en Botella y Herrero (2001), en el duelo, los sentimientos tienen sus funciones y deben ser entendidos como señales de nuestros esfuerzos por atribuir significado. En este sentido, Raúl no encontraba consuelo ni significado a su tristeza.

Para Matías, el rompimiento de su relación afectó áreas importantes de su vida, como la familia, el trabajo, y su aspecto social que hicieron que se sintiera destruido, con estas palabras lo expresa: *“Me ha costado mucho mi separación, estuve destruido, me afectó en mi negocio, me coartó mis proyectos, y todavía es más difícil ya que somos cristianos y vamos a la misma iglesia. Esto fue más allá, hubo problemas entre familias a raíz de nuestra separación”* (M, sesión 1). Matías no se imaginó verse en una situación como la que vivió el terminar su relación, estaba ilusionado en casarse con su novia, así lo comparte al grupo: *“Me llevo a una situación de crisis personal fuerte por mi ideología, forma de pensar,*



*proyección de vida, por mi visión de vida, porque en ella vi los principios que yo tengo y luego fue incongruente, y dije ¿qué paso?” (M, sesión 2, 10:55).*

Samuel comparte con Matías lo difícil que fue aceptar que su proyecto de vida con su esposa se termina, y cómo esto le causa miedo de poder empezar una nueva relación: *“Me casé con ella con la ilusión de formar una familia, de tener 3 o 4 hijos y ahora siento que me coartó esa posibilidad y me encuentro con miedo de iniciar otra relación” (SV, sesión).*

Otra situación que afecta a Samuel es el aspecto legal de su divorcio, este fue frustrante, llegando a afectar la relación del padre con su hija:

Entramos a un pleito legal desgastante con mentiras hacia mi persona de que soy agresivo, que insulto a su familia, que no cubro los gastos de familia y lo más frustrante es que de los 2 meses a los 9 meses sin poder ver a mi hija (SV, sesión 1).

Samuel reconoce que guarda coraje a su exesposa por lo que ha vivido durante su divorcio y como éste afecta la relación con su hija. A pesar de ello, reconoce la intención de quitarse ese coraje que siente por ella. así lo compartió al grupo: *“pero sobre todo debo de quitarme ese coraje con lo que sucede con mi hija, tengo que quitarme ese coraje y pensar que la persona que fue tu pareja le vaya bien y así le ira bien a mi hija” (SV, sesión 2, 23:00).*

Carlos en su relato que compartió al grupo, también expreso haber experimentado sufrimiento emocional. Compartió con dolor al grupo una de las razones de su separación:

A pesar de todo lo que ha pasado, tronó mi situación en diciembre porque me encontré los mensajes de un amigo, y es muy difícil (se le empieza a quebrar la voz, empieza a llorar) cuando tu cometes tantas infidelidades y te das cuenta de que te la están volteando, es bien difícil, es bien difícil (C, sesión 2).

A pesar de reconocer la culpa y la responsabilidad que tuvo en su separación el sentimiento de soledad se hace presente:

Ya no sé qué me duele más, (risa nerviosa) ¿si la soledad emocional que tenía? o ¿La soledad física? Mas el dolor de mi separación, pero me doy cuenta de que mi infidelidad era eso, era buscar quien me hiciera sentir amado, quien me hiciera sentir importante, cuando realmente el problema soy yo (C, sesión 2, T58:36).

Estos relatos reflejan como el divorcio vulnera la vida de los participantes causando sufrimiento emocional. Al compartir estas experiencias, los integrantes del grupo

interactúan entre ellos, dan su opinión, hacen preguntas, expresan apoyo y en ocasiones, esta interacción motiva el pensamiento reflexivo del participante.

### Habilidades que mostró el facilitador en la relación de ayuda

Durante las cinco sesiones el facilitador fue escuchando con atención la experiencia de cada participante. Hizo más de 160 intervenciones entre comentarios, preguntas, afirmaciones y relatos de su de su vida personal. Puso en práctica la escucha empática y habilidades como clarificación, la respuesta-reflejo, confrontación y el auto descubrimiento por parte del facilitador. Estas fueron el motor para promover la participación abierta de los integrantes del grupo.

### Escucha empática

Para este segmento, se considera importante describir la empatía como actitud por parte del facilitador. De acuerdo con Brazier (1997), la empatía es una forma de centrarse en el participante, de conocerlo utilizando la referencia personal del facilitador (recuerdos, experiencias del facilitador) que se ajusten con lo que está percibiendo del participante. Es esa búsqueda por parte del facilitador de conocer el mundo interior del participante. En los relatos que a continuación se muestran, se ve la labor del facilitador en la práctica de la escucha empática.

Como ya se expuso en los relatos los participantes llegaron al grupo con una situación en común, haber vivido una separación o un divorcio. Cada uno de ellos se enteró del grupo a través de una convocatoria que dejaba en claro que se formaría un grupo de hombres con experiencia de separación o divorcio.

Desde la primera sesión, las personas del grupo mostraron interés por compartir su experiencia y el facilitador, sabiendo lo importante que es, puso atención a escuchar los relatos de los participantes. En la segunda sesión, Carlos comparte al grupo momentos difíciles de su separación, es el primer participante que va más allá abriéndose ante sus compañeros. Al observar esto, el facilitador expresa: *“te escucho, precisamente con un acuerdo que menciona el escritor, es el valor de la palabra, ahorita te abres, aceptas cosas y no lo escondes, dices las cosas como las ves y como las estás sintiendo”* (S, sesión 2 T1:20:05).

De acuerdo con Barceló (2012), uno de los aspectos importantes por parte del facilitador para el desarrollo humano del participante es tener una actitud de comprensión profunda hacia éste, escucharlo cuidadosamente y manifestarle lo que comprende de su relato. Durante la segunda sesión del grupo de encuentro, Carlos continúa compartiendo su experiencia al grupo, mostrando dolor a través de sus lágrimas. Al final el facilitador vuelve a reflejarle las siguientes palabras, que lo escucha y lo entiende: *“Que duro Carlos, la experiencia que nos compartes es muy dura, yo al escucharte pienso en mis dos hijos, que fue el trago más amargo que pasé en la separación, créeme que entiendo tu dolor”* (hubo un silencio) (S, sesión 2, T1:04:33). Brazier (1997), menciona que el facilitador comunica aceptación y cercanía hacia el participante a través de la escucha empática. En el transcurso de la sesión 4, el facilitador escucha atentamente el relato de Raúl, en momentos parece un participante más, relacionando el relato de Raúl con lo que él vivió, sin embargo, es consciente de su papel de facilitador y le refleja lo siguiente:

Raúl, permíteme expresarles que entiendo muy bien lo de compartir, me identifico, porque en mis últimos años de matrimonio, lo que más me causaba dolor era precisamente el no poder compartir muchas cosas con mi esposa, valoro como tú, poder compartir (S, sesión 4, T1:36:36).

El facilitador manifiesta su comprensión de la experiencia del participante, incluida la parte emocional. Otra intervención realizada a través de la escucha empática es cuando el facilitador le dice con palabras de emoción:

Me gusta Raúl. Me gusta esa parte de revisar por un lado tu parte emocional, y por el otro lado tu parte racional. Más en esta parte de las relaciones humanas, probablemente en tu trabajo camines o corras con tu lado racional, pero en la vida de pareja hay que caminar una racional y otro emocional (S, sesión 4, T1:29:43).

De acuerdo con Egan (1981), el facilitador debe responder al participante de una forma que muestre que ha escuchado y que comprende cómo se siente el participante. En la escucha empática no es suficiente comprender, se debe de comunicar a la persona esa comprensión.

En la segunda sesión, Carlos comparte al grupo cómo fue que se separó de su esposa. Acepta sus errores, expresa arrepentimiento por haberse equivocado siendo infiel con su esposa. Al compartirlo, en varias ocasiones sus ojos se llenaron de lágrimas, su voz quebrada, sus manos en la cara dejaron ver al grupo el dolor que sentía al compartirlo. Al final del relato, el facilitador le refleja parafraseando sus palabras lo que escuchó de él: *“te*

*escucho decir la quiero, que la amas, te escucho decir cómo te das cuenta de tus errores y que tienen algunas consecuencias, te escucho decir que has aprendido mucho, que valoras cosas que muy probablemente no las percibías” (F, sesión 2, 1:13:30).*

El facilitador le pregunta a Carlos: *“¿Cómo te sientes en este momento?”* Carlos responde: *“Como desahogado, como con mucha paz y mucha tranquilidad, así es como me siento, me siento en confianza, así es como me siento” (C, sesión 2, 1:33:49).*

El grupo continua sus sesiones y la interacción en el grupo empieza a ser en diferentes vías, no necesariamente del participante al facilitador y viceversa, sino también entre los compañeros del grupo. Esto hace aún más rica la experiencia, saberse escuchados y escuchar la experiencia del otro puede ayudar a fomentar la reflexión personal de cada uno como a sentir la compañía del otro. Sobre la interacción grupal, Raúl expresa lo siguiente: *“Escucho a los demás y te sirve saber que a varios les pasa algo como a mí. Pero también siento que es como una forma de ayudarse mutuamente” (R, sesión 2, 00:06:37).* Sobre la interacción entre el grupo y escuchar a los demás, el facilitador le refleja a Carlos lo siguiente: *“Entiendo con lo que me dices que al expresarte o al escuchar a los demás puede o ser bueno para ti.”* Carlos responde cómo escuchar a los demás lo hace reflexionar:

Sí, mucho, lo ha sido. Incluso la sesión pasada me fui con un sentimiento como de coraje o de frustración por recordar o por hacerme reflexionar en mi situación, pero me fui satisfecho por lo que escuche de ustedes y capte ciertos puntos que me hicieron pensar en que estoy bien o mal, y analizar mi relación, y analizarme a mí [...] (C, sesión 2).

En la sesión 4, Raúl aprovecha el foro para seguir compartiendo con el grupo más de su experiencia. Se abre ante el grupo y expresa en que considera que falló, cómo descuidó la parte emocional de su relación. El facilitador al ver esa aceptación, le expresa que lo está escuchando y le resalta el trabajo que está haciendo. Así es como se lo expresa: *“Te escucho claro en tu mente, estructurado, cómo eres consciente que cubriste la parte de proveedor, estás consciente de que te faltó esa parte emocional [...] y ahora, estás consciente en que parte fallaste” (F, Sesión 4, T35:00).* De acuerdo con Barceló (2012) cuando una persona se percibe escuchada, comprende con mayor precisión sus experiencias.

A continuación, se muestran algunas destrezas que utilizó el facilitador durante la facilitación en el grupo de encuentro.

## Clarificación

El facilitador utiliza la clarificación para explicar el mensaje previo del participante y para confirmar la exactitud de su percepción del mensaje (Cormier, 1994). En esta ocasión el facilitador toma lo expresado por otro compañero de grupo para convertirlo en un comentario positivo a otro de los compañeros, como puede verse en el siguiente texto:

Raúl: Cuando tú decides, cuando tú conscientemente ves a esa persona con sus defectos y decides estar ahí. Es la definición del amor maduro.

Facilitador: ¿Entonces, entiendo que el amor es una decisión?

Raúl: Si, yo estoy tratando de amarla de esa forma. Porque la veo con sus defectos y aun así trato de aceptarla, y estoy trabajando para que mi cerebro cambie, y se fije no en su trasero pero que se fije en sus caderas, en sus piernas que son perfectas, en su piel, me entiendes (S, R, sesión 4, T1:21:50).

En la clarificación, el propósito del facilitador es aclarar el mensaje del participante. En la misma sesión, el facilitador al escuchar algo que le parece importante responde a Raúl tomando parte de sus palabras: *“es como volver a nacer”* con el propósito, de que Raúl explique más ampliamente su idea, así fue la interacción:

Raúl: [...] Cuando decidí separarme de mi esposa como a los dos o tres meses sin buscarlo, sentí que el mundo se me derrumbaba [...] Era mi universo, me fui para abajo, no sabía que iba a hacer al día siguiente, cuando me separe era como volver a nacer. Empezar a hacer todo por mi cuenta (R, sesión 4, 12:03).

Facilitador: Quiero rescatar algo, mencionas que es como volver a nacer, y ¿cómo es volver a nacer para ti? (S, sesión 4, T13:13).

Raúl: (Breve silencio) Es tomar nuevamente la responsabilidad de ti mismo, por ejemplo, aunque yo ayudaba a las tareas domésticas, no tenía la costumbre de cocinar y de repente lo tengo que hacer, el renacer es como ¿y ahora que voy a hacer?, ¿en qué voy a utilizar mi tiempo?, antes todo mi tiempo lo compartía con ella, y ahora no tenía con quien compartirlo (R, sesión 4, 14:00).

## Respuesta-Reflejo

Tomar el mensaje del participante y regresárselo con sus palabras, es una herramienta útil en la facilitación, para hacerle ver al participante que lo escuchas, que comprendes lo que

dice. De acuerdo con Kinget (2013), la respuesta-reflejo consiste en acentuar la comunicación manifiesta por el participante, y hacerle entender de forma clara que percibimos su mensaje. En la sesión cuatro, Raul relata cómo el físico de las mujeres le llama la atención, e intenta comparar esa atracción por lo físico de la mujer con lo que representa actualmente su novia para él. Al escuchar el relato, el facilitador centra la atención en un aspecto de la comunicación de Raúl, con la intención de que Raúl se dé cuenta, así sucedió esta interacción:

Facilitador: Ella representa cosas interiores, que importante Raúl que estás haciendo un esfuerzo para ver cosas que no sean emocionales, que no sean impulsos.

Raúl: El problema es que toda mi vida ha sido racional.

Facilitador: Eres racional, eres ingeniero, hablábamos al principio de esta sesión del problema que tuviste en tu matrimonio, que fuiste muy racional, que descuidaste la parte sentimental (S, sesión 4, T1:15:00).

La interacción entre Raúl y el facilitador continuó. Raúl le expresa al facilitador qué sintió cuando se separa de su esposa, el facilitador utiliza el reflejo para ayudar a Raúl a expresar lo que sentía en ese momento, así fue la el dialogo entre ellos:

Raúl: Me sentía fatal, desecho, fuera de lugar, desequilibrado.

Facilitador: en tu cuerpo.

Raúl: Vacío.

Facilitador: Ese vacío ¿dolía en algún lugar?

Raúl: si, dolía en el pecho, en el corazón, aquí, duele gacho (se toca el pecho señalándonos donde le duele), una presión.

Carlos: El estómago arde.

Facilitador: Y ese ser destruido, ese vacío que te dolía en el pecho, si fuera un sentimiento ¿Cómo lo llamarías?

Raúl: (Piensa en silencio) Tristeza (F y R, sesión 4, 1:18:41).

De acuerdo con Cormier (1994), uno de los propósitos del reflejo, es ayudar al participante a expresar sus sentimientos. En el fragmento anterior se muestra cómo el facilitador ayuda a Raúl a poner nombre a un sentimiento.

## Confrontación

Otra habilidad que utilizó el facilitador para su intervención fue la confrontación. Durante una de las sesiones, uno de los participantes menciona que quiere seguir con su esposa, sin embargo, durante su relato habla de una relación con otra persona, en ese momento el facilitador interactúa con el participante y lo confronta:

*“Mencionaste que quieres estar con tu esposa, y mencionas ahora esta relación con otra persona... ¿hacia dónde lo quieres conducir?”* Como menciona Egan (1981). El facilitador puede desafiar las discrepancias del participante, con el fin de desarrollar conocimiento reflexivo que lleve al participante a tener mayor claridad de lo que está en su conciencia. Otro momento en que el facilitador utilizó la confrontación, fue cuando el mismo participante relata de forma difusa querer recuperar la relación con su esposa:

Facilitador: Te veo entre una cosa y otra. Hablas de claridad, pero no te noto tan claro.

Carlos: Si es verdad, me siento confundido, porque si estamos, nos vemos nos demostramos lo que sentimos, pero aun así no está definida nuestra relación, porque a lo mejor yo quiero cambiar cosas y no me queda claro que ella las quiera cambiar.

El facilitador responde a través de la herramienta de la confrontación, para describir una discrepancia en el relato del participante.

*“Es la respuesta verbal mediante la cual el terapeuta describe las posibles discrepancias, conflictos y mensajes mixtos de los sentimientos, pensamientos o acciones del cliente”* (Cormier & Cormier, 1994, p. 173).

## Auto descubrimiento

El facilitador sabe que no hay diferencia entre los participantes y él. Todos en cierta forma están pasando por la experiencia del divorcio, unos más recientes, otros menos, sin embargo, la diferencia del facilitador ante el grupo es la experiencia de haber vivido un grupo de encuentro y querer compartir esta valiosa experiencia con los demás. Estar presente como facilitador en un grupo de crecimiento es mostrarse auténticamente, no como el conocedor del grupo que viene a enseñar, si no como lo que es, una persona que acompaña al grupo en su proceso de crecimiento (Barceló, 2003).

La implicación en el divorcio es el motor que llevo al facilitador a su trabajo de intervención. En diferentes sesiones de grupo. El facilitador compartió parte de su experiencia a los integrantes del grupo, sabiendo que el compartirlo podía ayudar a entender mejor las situaciones particulares de un participante. El auto descubrimiento, como escribe Egan (1981), puede ser utilizado por parte del facilitador, cuando éste sabe que compartir su experiencia con el grupo puede ayudar a los participantes a entenderse mejor.

Durante la sesión 1, Samuel comparte cómo fue rechazado por la mujer con la que salía al enterarse que tenía una hija: *“Hace poco Salí con una chava soltera, y cuando se enteró que tenía una hija, me dijo que no quería salir con alguien que ya tenía una hija”* (SV, sesión 1). El facilitador aprovecha una oportunidad en la siguiente sesión, y le comparte a Samuel que su experiencia lo ayuda a aceptar a las personas de una forma distinta. Así lo dice: *“Quiero rescatar algo de Samuel [...]; Antes hubiera pensado no salir con una mujer con un hijo y ahora en lo absoluto es para mí una limitante, lo entiendo muy distinto, entiendo las cosas a raíz de mí experiencia muy diferente”* (F, sesión 2, T35:12). En la sesión 3, al escuchar el relato profundo de Carlos, el facilitador de forma espontánea revela parte de su experiencia:

Te menciono que una de las partes más difíciles en mi experiencia, y por eso me conecte tanto a tu sentimiento cuando lo expresabas, fue mis hijos, era lo que me mantenía a mí en la liga, el momento que yo le tenía mucho miedo era hablar con ellos (S, sesión 3).

En otra ocasión, el grupo le pregunta al facilitador sobre el tiempo que pasa con sus hijos, el facilitador aprovecha la pregunta para expresarles algo de su experiencia *“[...] en este caso son las vacaciones y estoy en una interacción más cercana y es muy agradable, pero me cuesta mucho trabajo el domingo, el momento en que les dices preparen sus cosas, vas y los dejas”* (S, Sesión 5, T41:30).

En la sesión cuatro Raúl trabajo junto con el facilitador, en su interacción Raúl le hace la siguiente pregunta: *“¿Has encontrado a otra mujer que te llene tanto como lo hizo tu exesposa?”* (R, sesión 4, T4:00) En ese momento el facilitador decide responder la pregunta compartiendo su experiencia:

Considero desde mi experiencia que no puedo comparar en este momento lo que fue María y lo que es hoy la relación con mi novia, por ahora te puedo decir que me ha motivado mucho la relación que tengo con Liliana ha sido una experiencia



gratificante y me ha ayudado en superar mi etapa de duelo. Llego sin esperarlo... (F, sesión 4, T6:00).

Después de que el facilitador le auto reveló a Raúl este pensamiento, Raúl empezó a profundizar sobre el tema *“sabes, yo también cuando decidí separarme de mi esposa como a los dos o tres meses sin buscarlo, sentí que el mundo se me derrumbaba, pensé que ya no iba a conocer a nadie ya tengo 40 años”* (R, sesión 4, 00:12:03).

La resonancia de escuchar a los compañeros dentro del grupo de encuentro se muestra claramente en una expresión de Samuel, así lo expresa:

Insisto que la dinámica ha sido muy buena, te felicito y yo algo que cuando estas en un ambiente de confianza, insisto, como lo platicábamos que esperábamos o cómo visualizábamos esto, que esta confianza, este mismo escuchar te dará muchas respuestas (SV, sesión 5, T30:37).

Como menciona Barceló (2011), el sistema de facilitación de Rogers se basa en la disposición, por parte del facilitador, de actitudes relacionales. Una de ellas es la escucha y la empatía. Estas citas mostradas en este capítulo del proceso de facilitación del grupo son ejemplos de la disposición que tuvo el facilitador en practicar la escucha empática con cada persona del grupo, con el propósito de generar confianza en el grupo para motivar el desarrollo personal de los participantes.

### Valoración de la intervención

Durante las diferentes sesiones los participantes compartieron su experiencia con el resto del grupo, interactuaron con sus compañeros, interactuaron con el facilitador, escucharon opiniones de sus compañeros sobre su relato e intercambiaron ideas y experiencias. En estos diálogos los participantes expresaron haber valorado el ejercicio del grupo de encuentro. A continuación, se muestran relatos sobre como valoraron el ejercicio de la intervención:

Al inicio de la segunda sesión, el facilitador responde a un participante: *“Carlos, comprender cosas diferentes ¿A qué te refieres con comprender?”* (F, sesión 2, T4:00). Al dar su respuesta, Carlos expone que compartir su experiencia con los demás lo puede hacer pensar diferente, ver soluciones que él solo no puede ver. Así lo expresa:

Lo que pasa es que uno tiene muy marcada su mentalidad o su forma de ser, y de repente cuando vez las cosas desde afuera, la vez muy diferente. Uno está en el sentimiento, la emoción o acalorado en los hechos, y alguien que lo ve desde afuera lo ve con un enfoque diferente, más frío o claro. En ocasiones, uno tiene la puerta enfrente y ni si quiera lo puedes ver, esa persona externa te puede hacer pensar diferente, eso sentí que podía encontrar aquí (C, sesión 2, 7:30).

Al escuchar la respuesta de Carlos, el facilitador busca reafirmar que lo que escucha de Carlos es lo que Carlos quiere expresar. De acuerdo con Kinget (2013), no basta con que el facilitador comprenda al participante, éste debe conseguir que el participante sienta claramente que su mensaje fue comprendido. A continuación, se muestra la interacción:

Facilitador: Entiendo con lo que me dices que al expresarte o al escuchar a los demás puede ser bueno para ti (F, sesión 2).

Carlos: Si, mucho, lo ha sido. Incluso la sesión pasada me fui con un sentimiento como de coraje o de frustración por recordar o por hacerme reflexionar en mi situación, pero me fui satisfecho por lo que escuché de ustedes y capté ciertos puntos que me hicieron pensar en qué estoy bien o mal, y analizar mi relación y analizarme a mí. Eso me dio la sesión pasada. Pero (se ríe), me da miedo un poco a abrirme (se ríe) (C, sesión 2, T9:00).

En la respuesta de Carlos, se muestra que lo vivido en la sesión anterior lo motivo a reflexionar y analizar su propia situación, valorando el ejercicio de la intervención.

En la misma sesión, el facilitador interactúa con Raúl. Éste comenta que le sirve escuchar a los demás, y considera que su experiencia puede ser útil para sus compañeros, así lo expresó *“Escucho a los demás, y te sirve saber que a varios les pasa algo como a mí. Pero también siento que es como una forma de ayudarse mutuamente”* (R, sesión 2). Continúa compartiendo cómo en el momento de su separación, no tuvo un grupo como el que ahora tiene para compartir su experiencia *“[...] yo, cuando estuve más desestabilizado emocionalmente no había con quien recurrir [...] de un de repente te vez solo en esta situación y crees que eres el único”* (R, sesión 2). El relato de Raúl recién mostrado muestra la falta que le hizo un espacio como el grupo de encuentro en el momento de su separación, sin embargo, aún valora lo importante que es en este momento el grupo, poder compartir su experiencia, sentirse acompañado por el grupo, escuchar las experiencias de sus compañeros y en cierta forma, aprender de todos.

Al final de su comentario compara en cierta forma el ejercicio de alcoholicos anónimos con el ejercicio que está viviendo en el grupo de encuentro, expresando que valora el ejercicio, así lo dice:

Lo vemos en alcoholicos anónimos que van y hablan de sus problemas juntos, pero algo así, como esto, no lo hay. Se me hace una gran propuesta, ojalá existan más núcleos de este tipo, y eso me llamo la atención. Siempre hay algo que puedes aprender (R, Sesión 2; T7:00).

En la quinta sesión, Samuel reflexiona y comparte a sus compañeros cómo el grupo le ha ayudado a aceptar su experiencia, a reconocer en qué parte el falló, así se expresa:

Pero reflexiono y creo que la verdad de las cosas es que estas pláticas han sido de mucha ayuda, he estado tranquilo. Complementando un poco lo que dice Manuel, creo que he detectado temas en los que debo enfocarme, como que visualizo ya una forma más clara de cómo es un noviazgo, un matrimonio, de cómo las cosas no van funcionando y porque no van a funcionar, y no es porque estés mal uno o este mal tu pareja, no está en darle la culpabilidad a un tercero, está en decir en esta parte fallé, esta parte falló, estaba fuera de control (SV, sesión 5, T21:36).

Samuel continúa compartiendo de una forma positiva cómo ve las cosas y de lo que le está brindando el grupo:

[...] tienes una hija chiquita vas a convivir con ella más, tienes una estabilidad en tu trabajo, valóralo. Hay mucho por hacer, creo que se han acomodado las cosas. [...] Creo que se han ido acomodando las cosas, pareciera que es muy pesado, pero te descontaminas de lo que tienes cercano, de lo que te hace ruido.

Al final de su comentario al igual que dos de sus compañeros, expresa, que le ayuda entender que este duelo que vive por su divorcio, también lo viven otras personas. Con estas palabras lo compartió: *"[...] y yo creo lo que ayudó mucho de este grupo, es que entiendes que esto no nada más tú lo vives, y te das cuenta de que la gente también lo vive y lo vive igual"* (S, sesión 5, 21:36). En los relatos de Samuel recién mostrados, refleja cómo el ejercicio del grupo de encuentro le brinda diferentes situaciones que valora, como son: Sentirse acompañado en su duelo, lograr un avance en aceptar su situación de divorcio, valorar lo que tiene, tener un mejor panorama de su situación actual.

En la quinta sesión, Samuel comparte al grupo lo que le sucedió en un viaje de trabajo unos días antes. Compara lo que está viviendo en el grupo y lo que sucedió en su reunión de trabajo con sus jefes:

[...] curiosamente pasó en uno de los temas que estuve en México, nos decían los directivos, es que a veces cuando escuchas a la gente hablar vas encontrando las respuestas a lo que buscas sin que tu preguntes, creo que tal vez esta dinámica es lo que nos está dando (todos asienten). En la medida que tú empiezas a platicar, escuchar, como que tú mismo encuentras las respuestas que estás buscando y que esperabas que alguien te las diera, y nadie te las va a dar y, en algún momento vas a voltear para atrás (S, sesión 5, 24:02).

Lo que expreso Samuel, es en parte, uno de los objetivos que el facilitador buscó con el grupo de encuentro *“facilitar el proceso reflexivo de los participantes sobre su experiencia del divorcio, con la finalidad de que logren afrontar de mejor manera los cambios provocados el divorcio”* Samuel, en el relato anterior, lo expresó con otras palabras, al comparar su reunión de trabajo con el grupo de encuentro.

Matías, con su relato compartió su gusto por estar en el grupo, expresó que necesitó de carácter y valor para abrirse ante el grupo, y compartirles su experiencia, eso le ayudó a darse cuenta de lo que hizo en su relación, estas son sus palabras:

Muchas cosas diferentes de vida que conllevan a la parte del duelo del hombre y que es algo que si duele, no nada más es la mujer, es el ser humano al fin de cuentas, hombres y mujeres a fin de cuentas, y que padre que se hizo esto, ojalá se siga repitiendo, para ayudar a más gente, porque hay que tener carácter y valor para estar aquí, para poderte abrirte, darte cuenta de lo que tú hiciste, con tu cincuenta por ciento para evitar, para aprender a crecer, sino imagínate que (M, Sesión 5, T35:58).

Sentirse acompañado, sentirse en confianza, abrirse a compartir su experiencia de separación, aceptar su divorcio, sentirse tranquilo y en paz, aceptar su culpa, la reflexión personal, escuchar la experiencia de su compañero, son situaciones que el participante expresa haber encontrado en el grupo.

### Valoración de la intervención por parte del facilitador

Al final, la experiencia del facilitador de haber vivido un divorcio le permitió comprender de mejor manera lo que expresaban los participantes en el grupo, logró, como menciona Brazier (1997), retomar sus recuerdos, sus sentimientos, sus emociones, acudir a su propia experiencia, con el objetivo de comprender mejor lo que percibía del relato del participante, buscando facilitar el desarrollo personal del participante. No fue una tarea sencilla, en su labor, el facilitador se enfrentó al temor de no lograr generar un espacio de facilitación valioso para el participante, tuvo dudas de su capacidad para motivar el pensamiento reflexivo del participante, fue su primera experiencia como único facilitador, y en ocasiones dudaba si sus intervenciones estaban siendo las adecuadas, sin embargo, conforme fueron pasando las sesiones su temor disminuyó, se sintió cómodo en su papel de facilitador y dejó de concentrarse en él. Comprendió que lo más valioso que podía ofrecer al grupo fue poder centrarse verdaderamente en la experiencia de cada participante. Es precisamente en esa labor que volvió a enfrentarse a las dificultades de poner en un lugar adecuado sus experiencias, creencias, valores, pensamientos para centrarse en la experiencia expresada del propio participante para poder así articular el significado del relato del participante, procesarlo, entenderlo y transmitirle este entendimiento.

### 5.3 Conclusiones

El autor de este trabajo decidió formar un grupo de encuentro que atendiera la problemática que vive el hombre ante los cambios drásticos causados por su separación o divorcio. Decidió llevar a cabo este ejercicio con propósitos definidos cómo: favorecer un espacio psicológicamente seguro a través de la práctica de las actitudes del enfoque centrado en la persona; facilitar en el participante un estado de consciencia reflexiva que le permita afrontar de mejor manera los cambios causados por el divorcio; acompañar la experiencia de los participantes dentro del grupo, así como poner en práctica las habilidades como facilitador en una relación de ayuda.

Una característica que identifica la intervención fue que el facilitador se propuso lograr estos objetivos en un grupo sin una programación determinada, sin directividad planeada, siguiendo lo que fuera emergiendo en el mismo. Permitiendo que los intereses del grupo tomen su propio curso.

Para llevar a cabo su labor, el autor echó mano de los recursos que le proporcionó la maestría en desarrollo humano durante su proceso formativo, entre ellos, elementos teóricos obtenidos a través de lectura, reflexión y discusión, así como otros de tipo práctico obtenidos a través de la participación en grupos de encuentro.

Los elementos teóricos fueron, en primer lugar, el conocimiento de las actitudes básicas en la relación de ayuda: empatía, consideración positiva incondicional y congruencia. Una de las finalidades de haber formado el grupo de encuentro fue poner en práctica estas actitudes generando un espacio para ofrecer al participante la posibilidad de resignificación de su experiencia que lo motive a un cambio constructivo.

El segundo elemento teórico fue haber adquirido el conocimiento sobre diferentes habilidades o destrezas que requiere el facilitador en su labor para una relación de ayuda. Como menciona Egan (1981), las habilidades o destrezas para el facilitador son indispensables en su labor de la relación de ayuda.

Los elementos prácticos principales que aportó la maestría al estudiante en su intervención fueron: la materia de conocimiento personal experimentada durante cuatro semestres a través de su grupo de crecimiento, los ejercicios intensivos que vivió el estudiante durante el curso de su maestría, el ejercicio de facilitación que experimento en la materia de habilidades para la comunicación grupal y la implicación personal del estudiante en el tema del divorcio. Estos elementos motivaron al estudiante a formar el grupo de crecimiento para llevar a cabo su intervención.

En opinión del autor, los elementos mencionados son enriquecedores para la persona que desea formarse como conductor del desarrollo humano; por lo mismo, piensa necesario que la maestría brinde al estudiante la posibilidad de experimentar un mayor número de ejercicios prácticos reforzando así el plan de estudios.

Las cinco sesiones que tuvo el grupo sirvieron para generar pensamiento reflexivo en el participante. Las evidencias de reflexiones realizadas por los integrantes del grupo se ven plasmadas en sus relatos, sin embargo, un mayor número de sesiones habría brindado una experiencia aún más valiosa tanto para el participante como para el facilitador. Para el integrante del grupo, la oportunidad de tener más sesiones habría generado un pensamiento reflexivo más profundo. Para el facilitador, un mayor número de sesiones habría dado más oportunidad de poner práctica las actitudes para la relación de ayuda.

El cumplimiento de los objetivos se analizó en dos sentidos. El primero hacia el participante, a través de las grabaciones de audio y video de cada sesión, donde se extraen los relatos mostrados por ellos mismos. En estos relatos, se muestran diferentes formas de valorar el ejercicio del grupo de encuentro como fueron: escuchar y darse cuenta que los compañeros durante su divorcio o separación atraviesan por situaciones similares, esto hace que el integrante se sienta acompañado; atreverse a compartir su experiencia con la tranquilidad de no ser juzgado; sentirse identificado y aceptado en el grupo; saber que la experiencia de uno es útil a su compañero y aceptar los cambios que están viviendo son algunas de las razones que expresaron los participantes de haber valorado la intervención.

Cabe señalar que la falta de otra fuente adicional de información fue una falla por parte del facilitador. Fuentes de información como son cuestionarios, resultado de ejercicios, o evaluaciones pudieron ayudar al facilitador a hacer un análisis más preciso del cumplimiento de los objetivos.

El autor reconoce, que tiene oportunidad de desarrollar mejor las actitudes para la relación de ayuda y su forma de comunicarlas; de mejorar sus habilidades de intervención como es el manejo de sus respuestas de escucha y de contar con una corta experiencia en el manejo de grupos, sin embargo, el ejercicio de intervención fue positivo en su formación como facilitador, hizo que llevará a la práctica gran parte de los conocimientos que adquirió durante la maestría.

Durante la intervención, el facilitador enfrentó diferentes adversidades como el temor de no lograr generar un espacio de facilitación valioso para el participante; tuvo dudas de su capacidad para motivar el pensamiento reflexivo de la persona; fue su primera experiencia como único conductor de un grupo de encuentro, y en ocasiones dudaba si sus intervenciones estaban siendo las adecuadas, sin embargo, conforme fueron pasando las sesiones su temor disminuyó, la supervisión a su trabajo le ayudó a sentirse cómodo en el manejo del grupo y dejó de concentrarse en él. Comprendió que lo más valioso que podía ofrecer al grupo fue poder centrarse verdaderamente en la experiencia de cada integrante.

Para el autor, la maestría ha sido la introducción al tema del desarrollo humano. Lo motivó a hacer una introspección en su persona y trabajar en su propio crecimiento personal, cómo a ampliar sus conocimientos personales. Le ha permitido formarse como conductor del desarrollo humano e iniciar su experiencia como facilitador. Para continuar esta tarea debe seguir practicando y participando en ejercicios como el de su intervención, ejerciendo su labor como facilitador en grupos de crecimiento, pero este no es el único camino. El autor

tiene la oportunidad de promover el desarrollo humano en su grupo natural de trabajo; con sus socios comerciales; con sus clientes; en las relaciones personales que tiene día con día; en la relación con su familia; en la relación con sus hijos y en su propia persona. El desarrollo humano le permite promover pequeños cambios en su entorno que den la posibilidad de una vida más plena a las personas que lo rodean y a él mismo.

El autor desea seguir en contacto con la institución que lo formó, en este caso ITESO, y desea que la institución continúe ofreciéndole caminos para su formación continua como facilitador, así como en su desarrollo profesional.

Por último, en opinión del autor, la intervención muestra la necesidad que tiene el hombre de contar con un espacio para expresarse y ser escuchado; muestra en relato de los participantes el valor que promueve el desarrollo humano a través del ejercicio del grupo de crecimiento en acompañar al hombre en la difícil tarea de afrontar una separación o un divorcio.



## Referencias Bibliográficas

- Amato, P. (2012). *The consequences of divorce for adults and children: An update*. Pennsylvania State University, University Park, PA, USA.
- Barceló, B. (2003) *La persona en crecimiento. Crecer en grupo. Una aproximación desde el enfoque centrado en la persona*. Editorial Desclée de Brouwer, España.
- Botella, L. Herrero, O. (2001). *La pérdida y el duelo desde una visión constructivista narrativa*. FPCEE Blanquerna, Universitat Ramon Llull.
- Casillas, E. (2005). *La implicación del docente en la formación de psicoterapeutas. Un estudio de caso*. (Tesis de doctorado) Universidad Santander. Guadalajara, Jalisco México.
- Connell, R. (1995). *Masculinidades*. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Corey, G. (1981) *Teoría y práctica de la terapia grupal*. Editorial Desclée de Brouwer, SA. Bilbao.
- Egan, G. (1981). *El orientador experto. Un modelo para la ayuda sistemática y la relación interpersonal*. Grupo Editorial Iberoamérica. México.
- García, A. (2015) *El divorcio en el Distrito Federal en los albores del siglo XX. La rebelión de los hombres*. Facultad de humanidades. Universidad autónoma del Estado de México, México.
- García, F. García, L. (2005). *La problematización*. Instituto Superior de Ciencias de la Educación del Estado de México. México.
- Goyette, G, Lessard-Herbert, M. (1988). *La investigación acción. funciones, fundamentos e instrumentos*. Barcelona, España. Laertes.
- Guevara, R. (2016). *El estado del arte en la investigación: ¿análisis de los conocimientos acumulados o indagación por nuevos sentidos?* Artículo. Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Hetherington E, M. (2005). *En lo bueno y en lo malo: La experiencia del divorcio. Como influye realmente la separación en la vida de padres e hijos*. España. Paidós.
- Jiménez, I. Huidobro, E. (2010) *Duelo en proceso del divorcio*. Asociación Mexicana de Tanatología.

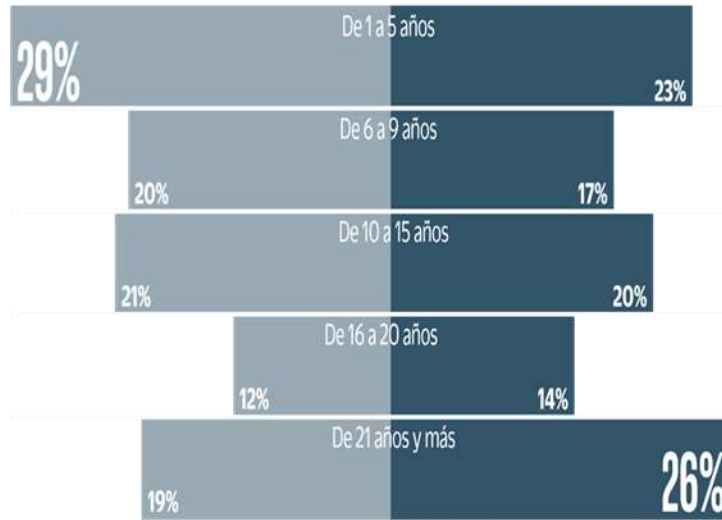
- Lafarga, J. (2013) Desarrollo Humano, el crecimiento personal. Editorial Trillas, México.
- Lodoño, O. Maldonado, L. Calderón, L. (2014). Guía para construir estados del arte. International Corporation of networks of knowledge.
- Montesinos, R. (2002). *Las rutas de la masculinidad*. Ensayos sobre el cambio cultural y el mundo moderno. Gedisa editorial. España.
- Montserrat, S. (2010). *El divorcio como nudo biográfico*. Una revisión de la literatura reciente desde la perspectiva de la vulnerabilidad postdivorcio. Universitat Autònoma de Barcelona, España. Departament de Geografia. Centre d'Estudis Demogràfics.
- Nuñez, E. Zazueta, E. *Las concepciones de género de los varones jóvenes adultos que han vivido en pareja heterosexual su relación con el divorcio*. Hermosillo, México.
- Papalia, D. Wendkos, S. Duskin, R. (1984). Desarrollo Humano. Undécima edición. Mc.Grawhill.
- Quilodrán, J. (2011). *Parejas conyugales en transformación*. México D.F., México. El colegio de México, Centro de estudios demográficos, urbanos y ambientales.
- Rodríguez, R. y Ribeiro, M. (2012) Predictores del ajuste psicosocial en divorciados, un análisis de género. Monterrey, México.
- Rogers, C. (1985). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Rogers, C. (1961) *El proceso de convertirse en persona*. Espasa libros, España.
- Rogers, C. Kinget, M (1967) *Terapia y práctica de la terapia no directiva*. Alfaguara, España
- Rogers, C. (1970) *Grupos de encuentro*. Amorrortu, Argentina.
- Rogers, C. (1987) *El camino del ser*. Editorial Kairos, España.
- Sampieri, R, Collado, C, Lucio, M. (2010). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill s/a. (Enero de 2005). *Aciprensa*. Obtenido de [www.aciprensa.com/noticias/onu-reconoce-alarmante-incremento-de-anticoncepcion-y-divorcios-en-todo-el-mundo](http://www.aciprensa.com/noticias/onu-reconoce-alarmante-incremento-de-anticoncepcion-y-divorcios-en-todo-el-mundo).
- Solsano, M. (2010). *El divorcio como nudo biográfico*. Una revisión de la literatura reciente desde la perspectiva de la vulnerabilidad postdivorcio. Universitat Autònoma de Barcelona, España. Departament de Geografia. Centre d'Estudis Demogràfics.

- Tamez, B. y Ribeiro, M. (2016) *El divorcio, indicador de transformación social y familiar con impacto entre los sexos*. Universidad autónoma de Nuevo León, México.
- Tello, N. (2004). *La separación*. Buenos Aires, Argentina. Longseller.
- Woods, P. (1998). *Investigar el arte de la enseñanza: el uso de la etnografía en la educación*. Barcelona, España. Paidós.
- Woods, P. (1989). *La escuela por dentro: la etnografía en la investigación educativa*. España: Paidós.
- S/a. (2016). *Estadísticas de nupcialidad*. Recuperado de <https://www.inegi.org.mx/estadisticas/bancodedatos/consultainteractiva/estadisticasdenupcialidad/divorcios>.

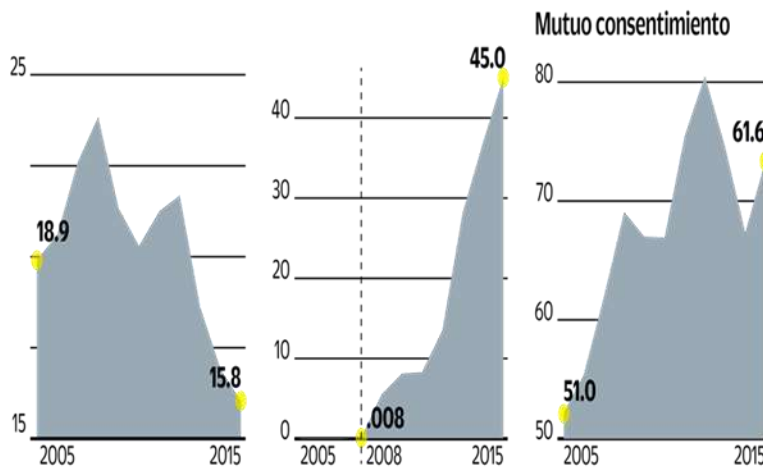
Anexo1.

# Divorcios en México

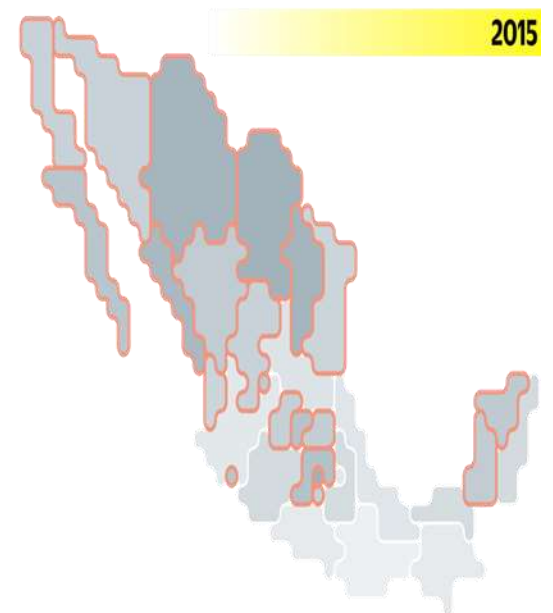
Separaciones de acuerdo con el tiempo que la pareja tenía de casada  
(Porcentaje del total)



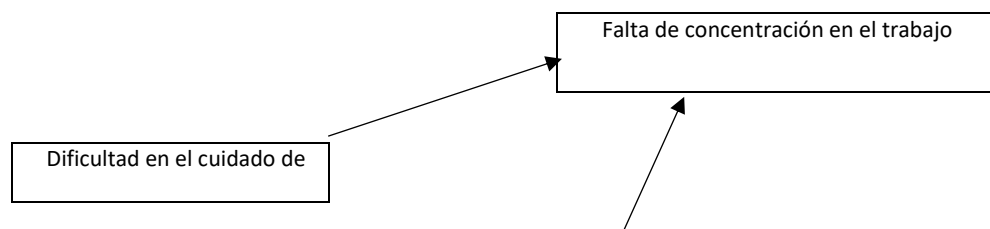
NOTA: No se registraron separaciones antes del año de matrimonio, y el porcentaje restante corresponde a temporalidad no identificada

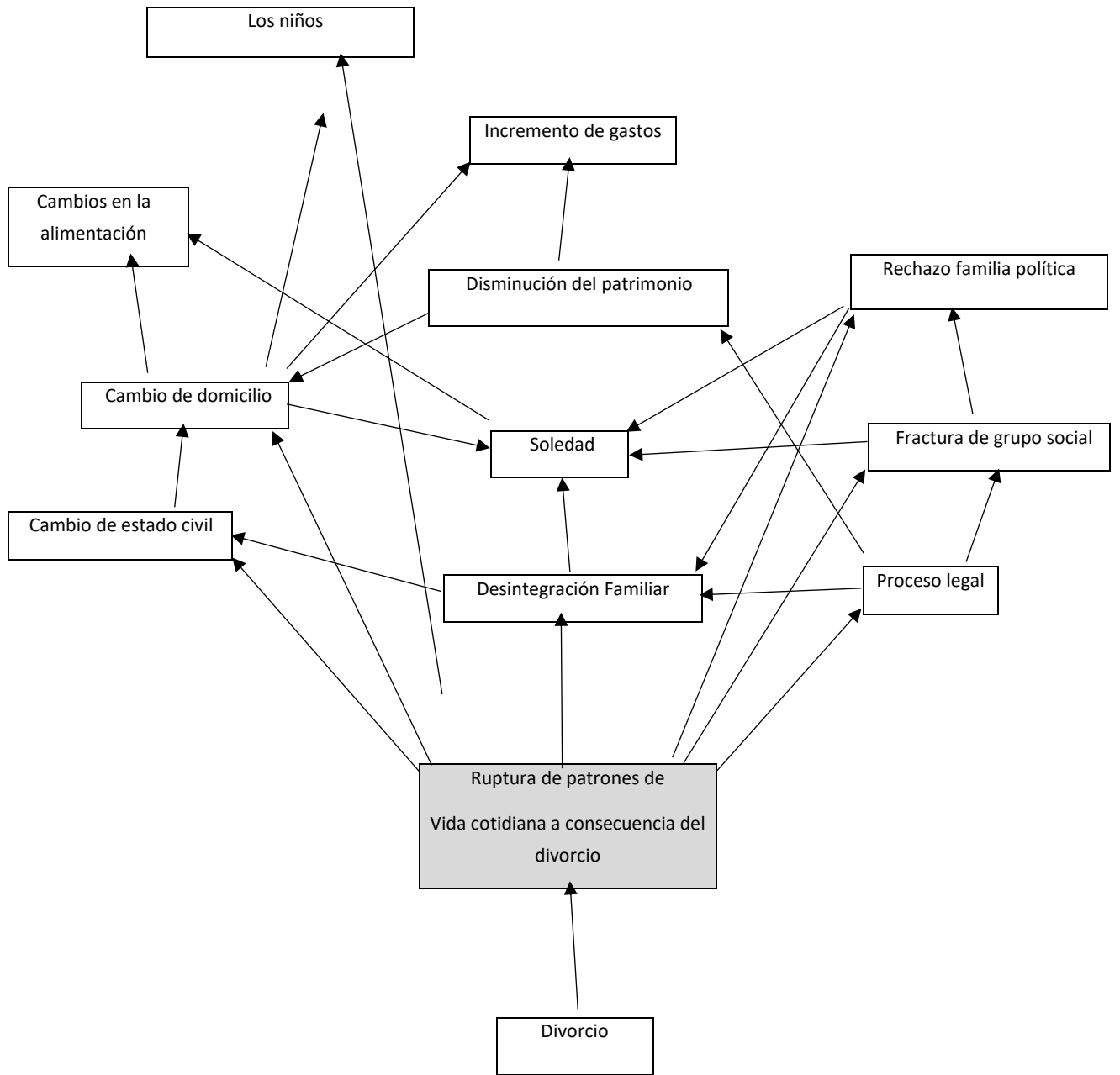


## Divorcios por cada 100 matrimonios



### Anexo 2.





Anexo 3

**Diario de campo del facilitador**

Fecha de sesión:

N° de sesión:

Nombre del facilitador:

Lugar:

Duración de la sesión:

¿Qué acciones de la facilitación grupal quedan evidenciadas con el presente pasaje, desde el ECP?

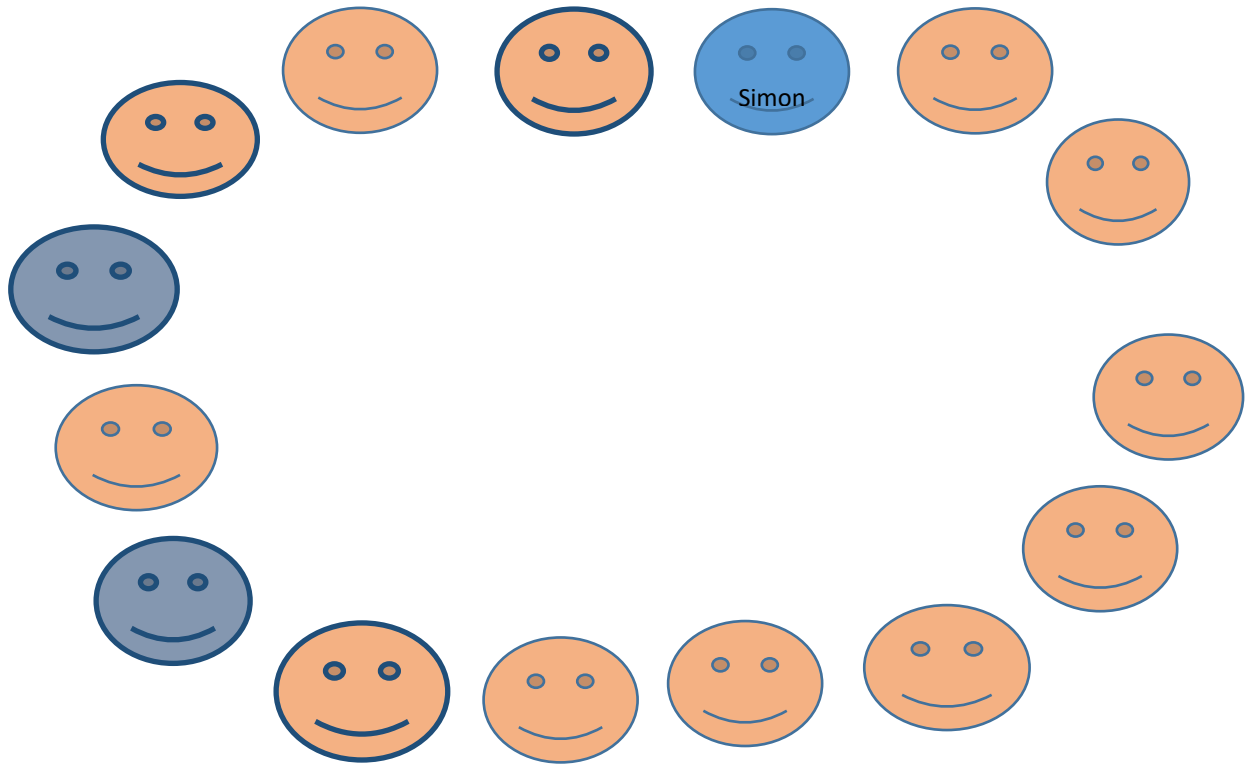
Describe las habilidades que mostraste en el proceso de facilitación:

Describe las áreas de oportunidad para desarrollar habilidades de facilitación:

¿Cuál es el sentir del facilitador?

¿Qué cambios se observan en las personas y en el proceso del grupo?

Posición del grupo:





## Anexo 4

### Bitácora de sesión Grupal

Nombre del facilitador:

N° de sesión

Fecha de la sesión:

Duración:

a) Datos generales:

b) Lugar de la entrevista y condiciones del lugar:

c) Narración de la entrevista:

d) Versión de sentido (Moreira, 2001, pp. 315-316):

e) Registro de la entrevista

Tiempo	Registro textual	Lenguaje no verbal e inferencias Azul: Lenguaje no verbal Rojo: Inferencias	Descripción de la intervención realizada por el facilitador Explicación teórica

e) Reflexión sobre la sesión:

¿Qué habilidades y actitudes se me facilitan y/u obstaculizan?

¿Cómo describo la relación que está teniendo lugar entre los participantes que acompaño y yo?

¿Qué cambios descubro en los participantes?

¿Qué reporta la persona con relación a la sesión?

## Anexo 5

### Taller de desarrollo humano.

El divorcio en mi vida.

**Facilitador:** Simón Zarur Vergara.

**Actividad:** Sesiones de intervención.

**Profesor encargado:** Marta Leticia Carretero Jimenez.

Al aceptar mi participación en la actividad referida he sido informado de lo siguiente:

1. Que mi participación es totalmente voluntaria y que podré retirarme de la actividad en el momento que yo lo desee sin consecuencia alguna.
2. Que toda la información que proporcione será tratada con confidencialidad académica.
3. Que la entrevista en la que participe será video o audio-grabada con fines académicos, de supervisión e investigación por parte de los profesores del DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y SALUD.
4. Que las sesiones de supervisión serán conducidas por el maestro responsable del grupo.
5. Que será una sesión de duración máxima 2 hora y media,
6. Que en caso de requerir o solicitar una atención posterior será canalizado por el profesor encargada a un servicio adecuado a mis necesidades.
7. Que en caso de tener alguna duda sobre esta actividad podré comunicarme con la profesora de la materia. Dirección electrónica: [marle@iteso.mx](mailto:marle@iteso.mx);

---

Nombre completo y firma

---

Lugar y fecha

Anexo 6



CONVOCATORI  
A - SZ - 2018.pdf