

LA RUPTURA MATRIMONIAL, UN PROCESO DE DUELO

Faviola Arriagada

Escuela de Enfermería de la Universidad de Concepción, Chile

Paula Ruiz

Nelson Zicavo

Escuela de Psicología de la Universidad del Bío Bío, Chile

Resumen

Esta investigación está centrada en las vivencias de personas que han experimentado la separación o desvinculación tras el matrimonio, y que han vivenciado la pérdida del otro como un proceso de duelo. Se trabajó desde el enfoque cualitativo de corte fenomenológico pues el objetivo era conocer las vivencias de cada persona a partir del relato de vida, por lo que contempló entrevistas en profundidad a cuatro personas casadas, separadas o en proceso de separación. Los datos fueron analizados a partir de categorías *a priori* e incorporando categorías emergentes que surgieron en el proceso investigativo, considerándolas también parte relevante, ya que dan cuenta de vivencias que no fueron previstas inicialmente.

Encontramos que las vivencias de ruptura son inherentes a la experiencia individual de cada sujeto, y tras la búsqueda de hitos específicos, tales como las etapas del duelo; es posible darse cuenta que efectivamente, se transita por algunas de ellas y son posibles de identificar claramente. Sin embargo, no se pueden ver como un suceso temporal escalonado, es decir, el duelo en si es una realidad que puede vivenciar un sujeto, no obstante los matices de esta vivencia no tienen una secuencia lógica temporal, así como tampoco son experimentadas en su totalidad por las personas, quienes pueden atravesar por una u otra etapa con mayor o menor intensidad, o simplemente no vivirla.

Palabras claves: vivencias, ruptura matrimonial, duelo.

Abstract

This research focuses on the experiences of people who have experienced separation or detachment after marriage, and who have experienced the loss of the other as a grieving process. It is a phenomenological qualitative approach because the objective was to know the experiences of each person's life story, so it conducted in-depth interviews of four married, separated or in the process of separation persons. Data was analyzed from categories that were selected beforehand and emerging categories were incorporated in the research process, they were also considered relevant parts, as they are experiences that were not initially foreseen.

We found that the experiences of rupture are inherent to the individual experience of each subject, and after seeking specific milestones, such as the stages of grief; you may realize that they indeed go through some of the grief stages and it is possible to clearly identify them. However, they cannot be seen as secuencial time event, ie. mourning itself is a reality that can be experienced by a subject, nevertheless the distinctions of this experiences do not have a temporal or logical sequence, nor are experienced by everyone going through one stage or another with more or less intensity, or might simply not live it.

Keywords: experiences, marital breakdown, mourning.

Introducción

Habitualmente el duelo es asociado a la muerte y suele ser acompañado por síntomas depresivos vivenciados con dolor (Gómez, 2007). Sin embargo el término duelo, puede aplicarse también a procesos psicológicos y psicosociales de gran impacto y angustia frente a todo tipo de pérdida, tales como; la pérdida de un ser querido, la pérdida del año escolar, abandonos, cambios de domicilios, divorcios, separaciones, confirmaciones o diagnósticos de enfermedades agresivas, invalidez, problemas económicos, etc. Bajo esta concepción, consideraremos la ruptura matrimonial una pérdida, que involucra un proceso de duelo para la persona, y que influye en los esfuerzos adaptativos de esta.

El duelo no resulta ser un trastorno mental no obstante en el DSM IV no se diagnosticaba trastorno depresivo mayor si existían síntomas depresivos que duraran menos de dos meses tras una pérdida significativa. En el DSM V se quitó esta exclusión por duelo con el fin de comprender que el duelo puede durar varios meses, incluso hasta 1 o 2 años. Actualmente se reconoce que el duelo es un grave estresor psicosocial precipitante (como posibilidad) de un episodio depresivo mayor en personas vulnerables (Gómez, 2007). Esto pudiera incrementar el riesgo de sufrimiento, sentimientos de inutilidad, ideación suicida, y disfuncionalidad laboral e interpersonal. Sin embargo el duelo suele ser una respuesta saludable a la dolorosa cotidianidad en la que el mundo de la persona se ve alterado y su realidad ha cambiado significativamente en una dirección no deseada. Asimilar dicha pérdida y adaptarse a los cambios que desencadena, es un desafío importante para todas las personas que transitan este camino de ruptura y vivencia de fracaso.

Desde esta perspectiva comprendemos la ruptura matrimonial como una crisis para la familia como sistema y para cada uno de sus integrantes,¹ quienes vivencian de manera distinta el dolor de tal pérdida (Weinstein, 2006). El duelo por la desvinculación se vivencia de manera subjetiva y la separación amorosa puede llegar a implicar la muerte de la relación simbolizando comparativamente la muerte de alguien cercano y significativo. Esto trae consigo un periodo de duelo, que puede elaborarse o no, pero que resulta importante revisar y reflexionar acerca de cómo las personas afrontan el dolor de la pérdida de la relación matrimonial con el otro. Quienes han visto fracturados sus lazos matrimoniales, pierden no solo la presencia relacional de la pareja, sino también sueños en conjunto e individuales, proyectos, ambiciones, etc. Este estudio intenta develar cómo se supera el dolor o sobrevive ante la pérdida de la relación matrimonial.

Antecedentes

Tanto la ruptura matrimonial como el duelo que sobreviene, son procesos que llevan a una crisis personal para los individuos, involucrando aspectos psicológicos y psicosociales (Weinstein, 2006). Al revisar las estadísticas del registro civil es posible comprobar que en Chile cada año aumentan paulatinamente los divorcios y separaciones de parejas (de 47,222 en el 2011 a 48,278 en el 2015), trayendo consigo durante el proceso de ruptura, una etapa dolorosa y conflictiva entendida como duelo por ruptura matrimonial. En Chile la configuración del sistema familiar ha experimentado cambios a través del tiempo, variando los vínculos que definen las relaciones familiares. Asimismo, se pueden apreciar cambios en el estado civil de la población en las últimas décadas, en un estudio realizado por la Dirección Nacional del Trabajo basado en los Censos de 1982,1992 y 2002 se pueden observar las siguientes tendencias:

Población de 15 años y más, según sexo y estado civil. Censos 1982, 1992, 2002

		Población de 15 años y más	Soltero(a)	Casado(a)	Conviviente	Viudo(a)	Separado(a) o Anulado(a)
1982	Ambos sexos	100.0	37.7	50.7	3.4	5.5	2.7
	Hombres	100.0	40.2	52.3	3.3	2.4	1.8
	Mujeres	100.0	35.3	49.2	3.5	8.4	3.6
1992	Ambos sexos	100.0	33.5	51.8	5.7	5.2	3.8
	Hombres	100.0	36.2	53.3	5.5	2.2	2.8
	Mujeres	100.0	31.1	50.4	5.8	8.1	4.6
2002	Ambos sexos	100.0	34.6	46.2	8.9	5.2	5.2
	Hombres	100.0	37.1	47.5	9.0	2.2	4.2
	Mujeres	100.0	32.2	44.8	8.8	8.1	6.1

(En porcentajes) ² Fuente: INE, Instituto Nacional de Estadísticas. Censos 1982, 1992, 2002

De la información expresada en la tabla es posible observar que la proporción de personas de ambos sexos que se declararon casadas, ha disminuido de un 50,7 % en 1982 a un 46,2% en el 2002. Por el contrario, la proporción de personas de ambos sexos que se declaran conviviendo con una pareja, aumenta progresivamente entre los años 1982 y 2002, desde un 3,4 % el año 1982 a un 5,7% el año 1992 hasta un 8,9 el año 2002.

De acuerdo a lo anterior, podemos observar que cambian los vínculos que establecen las parejas al momento de vivir juntos y formar una nueva familia, más que la cantidad de personas que viven en pareja. De ese modo el número de personas que se declara viviendo en pareja no varía significativamente, pero si se puede observar una tendencia a la disminución del matrimonio y a privilegiar la *convivencia*. A su vez, el porcentaje de personas separadas o anuladas se ha duplicado (y más) en el período referido.

Matrimonio, ruptura matrimonial y duelo

El matrimonio según Véliz (2004), es una institución social que crea un vínculo legal de proyecciones sociales, es una institución que ha vivido múltiples procesos de cambios sociales y que no surge con la existencia misma del ser humano, sino como una forma de organización social. En Chile actualmente, el código civil en su artículo 102, define el matrimonio como un “contrato solemne por el cual el hombre y la mujer se unen actual e indisolublemente y por toda la vida, con el fin de vivir juntos, de procrear y de auxiliarse mutuamente”. No obstante recientemente se han establecido –con estatus jurídico legal– las uniones consensuales de parejas (homo o heterosexuales) lo que ha ampliado el marco normativo y generado mayor diversidad y reconocimiento a los diversos tipos de familia en el país.

Elsner, Montero, Reyes & Zegers (2000) plantean que la decisión de casarse para las personas implica un gran paso en su vida y está marcado universalmente en todas las culturas como un acto ceremonial de gran importancia tanto para la pareja como para la familia de esta. Tales actos rituales, son la expresión de una nueva vida que se inicia, marcando los límites en el desarrollo vital, indicando

una dirección que otorga estabilidad y ayuda a asumir este nuevo estado en la vida de la persona. La ceremonia del matrimonio sella el compromiso en la pareja y ayuda al establecimiento de una nueva forma de relación entre los cónyuges con sus familias de origen. La ceremonia modifica la relación que tenían ambas personas antes del matrimonio (Elsner, Montero, Reyes & Zegers, 2000).

Los seres humanos como personas sexuadas, tienen una intimidad propia de cada uno y con el matrimonio dicha intimidad debiera transformarse en compartida. El logro de esta intimidad adquiere importancia al considerar que el matrimonio es la entrega entre las personas que deciden unirse y a la vez es el fundamento del bien común de la pareja. Lo intrínseco de ser pareja, es el desarrollo de la intimidad. Siendo un proceso que toma una modalidad distinta cuando dos personas inician su convivencia (Elsner, Montero, Reyes & Zegers, 2000).

El paso de la etapa del compromiso a la de convivencia, conduce a que la pareja pueda mostrarse más abiertamente en la intimidad relacional, pudiendo expresar sus miedos, temores, debilidades, ansiedades y alegrías, consiguiendo ver al otro en sus aspectos positivos y negativos, desarrollando tolerancia a la frustración y dejando atrás la idealización y la exigencia de que el otro llene las propias expectativas. El matrimonio, significa dejar un hogar para formar otro, siendo el comienzo de una nueva vida, se deja atrás aquello que tuvo que ver con la infancia y la familia de origen. Por lo que la libertad emocional se va logrando de a poco, con el tiempo, ya que la pareja va pasando paulatinamente a ocupar un lugar predominante en la vida de los individuos unidos, tras la jerarquización de los afectos. Esta etapa no está ajena a conflictos personales y cada miembro de la pareja deberá superar en pro de la relación matrimonial.

Las formas legales que permiten suspender la cohabitación de los cónyuges en Chile son el divorcio, la nulidad, y la separación de hecho (sin sentencia legal). Las causas de la separación son multivariadas, dependiendo esto de cada pareja e individuo. Del mismo modo, variadas son las formas en que se llega a tomar una decisión de esta índole y el modo en que se concreta. No obstante casi siempre la separación es vivida como una especie de duelo que es necesario atravesar y, de un modo u otro, superar. Esto requiere esfuerzos y adaptaciones que no siempre resultan fáciles de poner en práctica (Goldberg, 2004).

La separación de pareja consiste en la disolución de la díada, lo cual generalmente es un proceso prolongado y difícil desde todo punto de vista. Proceso que es vivenciado no solo desde la visión de pareja sino también desde la individualidad, ya que esta pérdida no ocurre únicamente en la relación matrimonial, sino también afecta a la familia, amigos y al círculo social en general.

Larraburu (2010) indica que a lo largo del proceso de superación de la ruptura, es frecuente que las personas caigan en conductas autodestructivas como reacción a la pérdida amorosa. Estas conductas pueden presentarse simultáneamente o sucesivamente durante las diversas etapas del duelo. Así también Goldberg (2004), menciona que toda separación deja un sabor amargo, aun cuando uno ya tenga en claro que no quiere seguir viviendo con el otro. Lo cierto es que, con frecuencia, la experiencia del término de la vida en común es sentida como un fracaso personal.

Según Sarquis (p. 122, 1995), “la mayor parte de los que se separan, viven un verdadero proceso de duelo”. Este proceso es vivenciado como sufrimiento, y no depende de la felicidad o infelicidad que se haya dado con anterioridad, sino de la pérdida de las expectativas y proyectos; es decir de aquello que pudo haber sido y no fue. La separación implica una pérdida inevitable que todos los miembros

del sistema familiar deben enfrentar, un período de crisis que requiere cambios y adaptación para todos. En tanto para Fonnegra (2001), el duelo es un proceso de ajuste emocional después de una pérdida, durante el cual diversas emociones luchan entre sí. El proceso de duelo incluye diversas etapas que pueden explicarse separadamente, pero que no se presentan siempre de un modo ordenado. Indica que estas etapas, pueden ocultarse y mezclarse entre sí, sin embargo hay que tener en cuenta que para completar el proceso de curación hay que experimentarlas todas. Puede haber días fluctuantes, mejores o peores, y a veces, sentir nuevamente emociones ya superadas. Además indica que algunas emociones prevalecen sobre otras: por ejemplo, sentir rabia durante demasiado tiempo puede indicar una resistencia a experimentar la tristeza y a la inversa, estar estancado en la tristeza y la depresión puede indicar el no haber podido reconocer y superar la rabia.

Es esa misma dirección Vargas (2003), plantea que todas las personas que sufren pérdidas afectivas atraviesan un proceso de duelo y es inevitable sentir tristeza ante semejante acontecimiento. En el duelo la pérdida es real ya que desaparece un objeto del mundo externo y se sabe cuál es, lo cual conlleva a una menor productividad y el mundo ha quedado para sí, vacío y/o pobre emocionalmente. El duelo es una reacción ante la muerte/pérdida de un ser querido, a menudo está acompañada de cambios en el ritmo del sueño y pérdida del apetito junto al desánimo generalizado. No obstante el estado de ánimo depresivo es considerado una reacción normal dada por el impacto de la pérdida en sí misma, es una etapa por la que hay que atravesar muy a pesar de los deseos personales con el fin de sanarse y avanzar a la siguiente.

Por su parte Zicavo (2006), explica que la ruptura matrimonial, implica un proceso largo y complejo, al que a menudo los miembros de la pareja no conceden la debida atención, ya que no existiría una preparación adecuada para evitar el daño mutuo y al mismo tiempo expone que se pueden reconocer dos períodos distintos en el proceso de divorcio; el de preparación y el de evolución, que abarcan lo que sucede con la pareja antes y después de la ruptura respectivamente. En el período de preparación, explica, que a pesar de ser un proceso impredecible existen ciertos predictores, como la edad de la pareja, los ingresos económicos, el nivel de educación, etc. Menciona además que la preparación para el divorcio puede estar determinada en lo socio-cultural desde las primeras edades, donde se aprende lo que es una pareja y cómo se ha de vivir con ella.

Weinstein (2006), por su parte, reconoce que el hecho de separarse resulta traumático, muy duro, pero que cuando la relación de pareja resulta insoportable, no hay porque no separarse, ya que existen relaciones que resultan muy dañinas y desgastantes tanto para la pareja como para la familia. La autora indica que “las separaciones se parecen a esas tormentas en el mar donde una ola gigante se lleva todo lo que encuentra a su paso y nada queda puesto en su lugar” (Weinstein, 2006, p.145).

Para Rojas (2008) el duelo es la respuesta psicológica que se manifiesta en el individuo tras la pérdida de un ser querido, respuesta que es normal y subjetiva a la experiencia de cada persona y que depende de las estructuras mentales y emocionales de quien la vivencia; por lo que sentir dolor frente a la pérdida es inherente a los seres humanos, pero sin embargo los sistemas de creencias de quien lo sufre, modifican su expresión y desarrollo, determinando su complejidad o manejo para cada realidad particular.

Gómez (2007), por su parte define el duelo, como un fenómeno y mecanismo natural que nos permite encausar el sufrimiento y la aflicción que sentimos tras la pérdida de seres queridos, y agrega que

todas las pérdidas, incluyendo las materiales implicarían cierto proceso de duelo. “El duelo es por tanto un fenómeno natural e incluso necesario para que las personas nos adaptemos a la pérdida que hemos sufrido” (Gómez, 2007, p.9).

Toda pérdida involucra un proceso de duelo (Gómez, 2007), y por tanto de readaptación a una nueva realidad y es precisamente en la ruptura matrimonial, donde encontramos que la readaptación posee matices en torno a la nueva vivencia que experimentan los cónyuges, ya que se atribuye relevancia a este proceso por su significancia en la vida de las personas. En consecuencia resulta necesario que se comprendan las etapas (impacto, negación, pena y depresión, culpa, rabia, resignación y por último reconstrucción) por las que pasa una pareja a nivel individual (Larraburu, 2010), y cómo cada una de las personas investigadas han experimentado vivencias distintas y particulares (Murcia & Jaramillo, 2001).

Estudiar las vivencias de las personas, reviste relevancia ya que enriquecerán tanto a quien ha vivido experiencias similares como a quien no ha experimentado tal suceso, dotando de aprendizaje, reflexión y empatía a los otros respecto al tema.

Objetivos

Objetivos general

Conocer las vivencias del proceso de duelo en ex-cónyuges, tras la ruptura matrimonial.

Objetivos específicos

Conocer las vivencias del proceso de ruptura matrimonial en ex-cónyuges, que hayan o que estén pasando por el duelo.

Identificar las etapas de duelo en ex-cónyuges, tras la experiencia de la ruptura matrimonial.

Metodología

Se trabajó bajo la metodología cualitativa ya que esta responde coherentemente a la temática tratada, orientándose a la comprensión de un fenómeno social y subjetivo, más allá de la obtención o corroboración de datos cuantitativos. Se considera que para indagar las vivencias del duelo en ruptura matrimonial, es esencial comprender la realidad desde la perspectiva de los protagonistas, de la misma manera, Ruiz (2007) expone que la información se interpreta de acuerdo al contexto concreto en el que esta se recoge y analiza; reconociendo cada vivencia como una realidad única.

El paradigma cualitativo, según Strauss & Corbin (2002), surge desde la necesidad de salir al terreno a observar la realidad misma, desarrollar una disciplina para la acción social, tomar a las personas como actores activos en situaciones sociales, entre otros antecedentes que la iniciaron.

Por otra parte, Ruiz (1996), menciona que la metodología cualitativa presenta focos de estudios únicos, ideográficos y centrados en lo humano, dando importancia a la interioridad, a la subjetividad y sentimientos de los sujetos de estudio. Además, busca interpretar, comprender, observar y/o describir los fenómenos en estudio.

Desde la epistemología, el enfoque utilizado es la fenomenología, pues está demostrando interés en la vivencia personal, entregándole significados únicos y subjetivos a cada experiencia. Rodríguez, Gil, & García (2002), mencionan que la investigación fenomenológica es la descripción de los significados

vivididos, existenciales. La fenomenología procura explicar los significados en los que estamos inmersos en nuestra vida cotidiana, y no precisamente las relaciones estadísticas a partir de una serie de variables, el predominio de tales o cuales opiniones sociales, o la frecuencia de algunos comportamientos. Por lo tanto la investigación fenomenológica, frente a otras corrientes de investigación cualitativas, pone énfasis sobre lo individual y sobre la experiencia subjetiva.

De manera similar Murcia & Jaramillo (2001) señalan la posibilidad de comprender el desarrollo esencial de los procesos y fenómenos de la realidad a partir del reconocimiento de las acciones y experiencias de los sujetos, ya que sería preciso comprender todas las circunstancias a la vez; todo tiene un sentido, del mismo modo se asume dicha visión fenomenológica del duelo en la ruptura matrimonial, como fenómeno global y a su vez, visto desde las diferentes experiencias de los protagonistas.

En definitiva, la fenomenología busca conocer los significados que los individuos dan a su experiencia, lo importante es aprender el proceso de interpretación por el que la gente define su mundo y actúa en consecuencia (Rodríguez, Gil & García 2002).

Respecto a la población, se utilizó una selección teórica (Ruiz, 2007), en la que se consideró trabajar con cuatro personas (tres mujeres y un hombre entre 34 y 42 años de edad), realizando el interés en la profundidad del relato por sobre la extensión o generalización a la población. También una selección empírica (Ruiz, 2007), donde se consideró que las personas fueran casadas o estuvieran en esa situación, pero teniendo en cuenta que hayan vivido o se encontraran experimentado el duelo que involucra la ruptura matrimonial ya sea por separación, divorcio o nulidad; lo importante fue estudiar a la pareja en el proceso de ruptura matrimonial y duelo, en la pérdida afectiva del otro.

La forma de acceder al conocimiento de cada experiencia, fue a través de entrevistas en profundidad a cada sujeto considerando dicho instrumento el más coherente para llevar a cabo el estudio. Como menciona Chicharro (2003), la entrevista en profundidad es una forma poco estructurada a través de la que podemos recopilar amplia información y registrar variables no esperadas. Desde la interacción que proporciona la entrevista se pueden obtener gran cantidad de datos sobre aquellas materias que los entrevistados poseen conocimiento directo. Las entrevistas en profundidad se dirigen fundamentalmente al aprendizaje sobre acontecimientos, que no se pueden observar directamente (Taylor & Bogdan, 1987).

De acuerdo con esto, hubo un tópico principal en cada entrevista, donde estuvo presente la indagación en los conceptos claves, las preguntas fueron abiertas y los temas se dieron de acuerdo a cada vivencia. Obviamente el tema central estuvo enfocado en las vivencias de la ruptura matrimonial y el duelo que se da en ese proceso, siendo importante cada experiencia y cada relato que entregó la persona. Conforme con lo anterior los tópicos abordados fueron la ruptura matrimonial, en consecuencia se estudiaron los siguientes subconceptos: matrimonio, pre-ruptura y ruptura; por último se abordó el duelo y los subconceptos pérdida y etapas del duelo.

La técnica utilizada para conocer las vivencias, fue el relato de vida, puesto que proporcionó antecedentes consistentes respecto a las vivencias frente a la ruptura matrimonial y el duelo, otorgando claridad y carácter a los objetivos y tema de investigación. Acorde a esto, Cornejo, Mendoza & Rojas (2008), mencionan que para trabajar con relatos de vida, se debe tener clara la idea que dichos relatos no son ni la vida misma de la persona, ni su historia, sino más bien una

reconstrucción realizada en el momento preciso de la narración y en la relación específica con quien escucha la narración. “Los relatos de vida serán entonces siempre construcciones, versiones de la historia que un narrador relata a un narratario particular, en un momento particular de su vida. En este sentido, la narración que un sujeto haga estará irremediablemente afectada por influencias contextuales actuales, tanto de la vida del narrador como la del narratario, y por influencias relativas al particular encuentro entre ese narrador y ese narratario para contar esa historia” (Cornejo, Mendoza & Rojas, 2008, p.35). A su vez para garantizar la calidad y validez del estudio y hacerlo comprensible a otros investigadores, se llevó a cabo una investigación clara en su producción, para esto se consideró trabajar bajo ciertos criterios éticos y de calidad, tales como, auditabilidad (confirmabilidad), validez ecológica y coherencia interna.

Análisis de los resultados

Para el análisis de la información recogida en el contenido de los relatos expuestos por los sujetos de estudio, se consideraron deductivamente, como categorías generales de análisis, las referidas a los conceptos claves de la investigación y que corresponden a las categorías *a priori*; a saber: la ruptura matrimonial y el duelo, los sub-conceptos que permiten el análisis específico de la investigación, estuvieron orientados en torno a las vivencias subjetivas de cada sujeto de estudio, y respectivamente estudiadas de acuerdo a la temporalidad de los hechos y de los objetivos específicos de la investigación, en conclusión, se consideró para el estudio de la ruptura matrimonial; el matrimonio, la fase de la pre ruptura matrimonial y la fase de la ruptura en sí analizadas como un proceso dentro del relato de vida de los sujetos de estudio. Por su parte para el proceso de duelo, se consideró en su análisis, los sub-conceptos, de pérdida y las etapas del duelo. La operacionalización de los sub-conceptos, se presentan a continuación y corresponden a las temáticas abordadas en la entrevista en profundidad realizadas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONCEPTOS CLAVES (categorías <i>a priori</i>)	SUB-CONCEPTOS	OPERACIONALIZACIÓN
I. Conocer las vivencias del proceso de ruptura matrimonial en ex-cónyuges, que hayan o que estén pasando por el duelo.	I. 1 Ruptura matrimonial	I.1.1 Matrimonio	I.1.1.1 Legal I.1.1.2 Afectivo
		I.1.2 Pre-ruptura	I.1.2.1 Conflictos I.1.2.2 Causas
		I.1.3 Ruptura	I.1.3.1 Obstáculos I.1.3.2 Frustración
II. Identificar las etapas de duelo en ex-cónyuges, tras la experiencia de la ruptura matrimonial.	II. 1 Duelo	II.1.1 Pérdida	II.1.1.1 Desvinculación II.1.1.2 Soledad
		II.1.2 Etapas del duelo	II.1.2.1 Impacto II.1.2.2 Negación II.1.2.3 Pena/depresión II.1.2.4 Culpa II.1.2.5 Rabia II.1.2.6 Resignación II.1.2.7 Reconstrucción

Respecto del Objetivo específico 1, *conocer las vivencias del proceso de ruptura matrimonial en ex-cónyuges, que hayan o que estén pasando por el duelo*; el concepto clave 1 fue la ruptura matrimonial. Las personas relatan que la formalización del vínculo legal con sus respectivas parejas marca un hito importante de la relación. Este hecho valida la unión conyugal y es reconocido como un rito o ceremonia que marcó un cambio trascendental en sus vidas, cambio con proyecciones sociales y personales. En todas las personas estuvo presente un sentimiento original que unió a la pareja y le dio continuidad, a su vez identificaron un papel preponderante en la intimidad y la sexualidad como una de las motivaciones adicionales para contraer matrimonio. Para los entrevistados el matrimonio ha sido un hecho de importancia en sus vidas y declaran haberlo iniciado con el rito inicial de la unión legal, nutrido en sus comienzos por un fuerte sentimiento de amor. Además la intimidad fue parte esencial de la relación, vivida plenamente, libre de posibles culpabilidades por la que podría haber pasado la relación pre-matrimonial.

La fase previa a la ruptura ha sido operacionalizada a través de lo que ha caracterizado la disolución matrimonial, es decir los conflictos y las causas que llevaron a las personas a la decisión del distanciamiento. Los sujetos testimonian que habrían tenido que enfrentar conflictos de origen diverso, reconociéndolos como un cúmulo de experiencias negativas que poco a poco fueron disolviendo la relación, los problemas fueron progresando de menos a más. Dentro de las causas identificadas, coinciden en destacar el proceso de deterioro progresivo de la relación, conducente a factores desencadenantes diversos, sobre todo de infidelidad.

Respecto del subconcepto ruptura, este ha sido operacionalizado a través de las implicaciones que conlleva la disolución del vínculo; comprendido como los *obstáculos y frustraciones* que han tenido que sortear desde que tomaron la decisión de disolver el matrimonio. Uno de los obstáculos más recurrentes fue la dependencia, constituyéndose en una dificultad significativa para poder dejar atrás el proceso de ruptura. La persona dependiente no desea terminar la pareja. Su reacción afectiva suele ser lenta y se aferra a la idea de que aún queda algo vivo en la relación que aún se puede rescatar. Al negarse el fin de la relación, no puede pasar a otra etapa, la recuperación. En consecuencia a menudo se puede observar en los casos de dependencia afectiva, cierta asociación a la obcecación, el empecinamiento por retener lo que antes se tuvo aunque aquello no fuera bien evaluado, esto pudo afectar otros aspectos de su vida.

No obstante para todas las personas del estudio el momento de la separación fue experimentado con sensaciones de vacío, de muerte, de pérdida irreparable para la cual no se estaba preparado y que de alguna manera podía servir para identificar el fracaso personal o cierta incapacidad para el éxito familiar, la incapacidad de ser feliz.

Por su parte la *frustración* es identificada como la pérdida de expectativas y/o proyectos que habían sido originados en la relación matrimonial, se aprecia que las pérdidas intangibles se traducen en frustraciones de sueños, anhelos, deseos y expectativas malogradas, que traen consigo una carga afectiva asociada a la antigua relación matrimonial.

Una vez que tiene lugar la desvinculación matrimonial es posible identificar diversas dificultades con las que se enfrentaron los sujetos de estudio, sin lugar a dudas la ruptura matrimonial acarrea una serie de obstáculos, sueños interrumpidos y expectativas rotas, que implican para la persona

sensaciones de profundo malestar y a la vez se ven sometidos a un proceso de readaptación no deseado.

Por otra parte en relación al segundo objetivo específico Identificar las etapas de duelo en ex-cónyuges, tras la experiencia de la ruptura matrimonial, el concepto clave duelo, a pesar de ser considerado –desde la ciencia psicológica– como un fenómeno natural frente a todo tipo de pérdidas, no es percibido de la misma manera por las personas estudiadas, ya que ellas lo vivencian como una fase de profundo dolor y malestar que desean evitar y les causa enojo, rabia y a la vez gran pena. La pérdida, como emoción primaria del duelo, se ha operacionalizado a través de la desvinculación y posteriormente a los sentimientos de soledad asociados a esta desvinculación por la pérdida del otro.

Los sujetos del estudio han referido, que una de las primeras consecuencias de la ruptura matrimonial fue la desvinculación con su ex-cónyuge y la relataron como una de las secuelas posteriores, a las que les fue difícil acostumbrarse y que marcó de hecho el fin de la relación, que cada uno vivenció en forma de cierto desamparo. Esto trajo consigo la percepción de soledad, como sensación relacionada a la desvinculación. La mayoría de las personas refirió haberse sentido solas, confundidas y con tiempos de abrumador aislamiento y encierro

La operacionalización de las etapas del duelo, a menudo no son vivenciadas como una secuencia ordenada, sin embargo fue posible reconocer su presencia en los procesos de desvinculación emocional de las parejas. Fue posible observar la etapa de Impacto en aquellas personas que refieren su primera reacción frente al quiebre conyugal con sensación de inmovilidad, perturbación y/o incredulidad. Le sobreviene la pena, una sensación de desamparo percibida como confusión depresiva a menudo seguida por la negación de estar situado en medio de un caos que no puede ser verdad. Se negaba lo que no se comprendía o fue difícil de aceptar.

En consecuencia la culpa al igual que la negación, fue sentida por todos los sujetos de estudio, estando presente tanto en quienes decidieron terminar la relación como en su pareja que no fue sujeto activo en tal determinación. Por su parte la rabia durante el proceso de duelo, se hizo presente en tres de los sujetos, quienes refirieron vivenciarla, en distintos momentos posterior a la ruptura matrimonial. La rabia se presenta inmediatamente producido el quiebre definitivo de la relación, asociada a la fase de impacto.

En tanto la resignación es posible de identificar en dos de los sujetos quienes tras el proceso de ruptura y la posterior fase de pérdida, reconocen que la relación ha llegado a su fin y que han sido capaces de librarse de ella por completo. Finalmente la última etapa del duelo, la reconstrucción, indica que la persona ha superado la pérdida y vuelve a ser “dueña” de una emocionalidad positiva, presente en todos los sujetos de estudio reconociéndose más alegres con posibilidades ciertas de recomenzar a creer en sí mismos.

Categorías emergentes

Dentro del proceso investigativo fueron apareciendo algunos elementos no identificados previamente y que resulta importante evidenciar. Estos elementos o categorías emergentes, fueron recurrentes en el relato de los sujetos, lo que indica su importancia y pertinencia en el proceso de categorización. Estos conceptos fueron infidelidad y familia.

Infidelidad: en los sujetos de estudio no existe consenso de cuándo y cómo comenzaron a vivir la infidelidad (con el pensamiento o con la acción), sin embargo en todos los relatos estuvo presente y lo describen como deslealtad, ruptura de la confianza, de promesas, sintiéndolo una traición a la relación. La infidelidad fue un elemento, una acción importante, que arrojó señales de alarma y evidenció problemas significativos en la pareja, realidad desestabilizadora y que a menudo fue en desmedro de uno de los integrantes de la pareja. En esta realidad no habría víctimas ni culpables, en tanto su desarrollo dependió más de la naturaleza de los problemas pre-existentes, especialmente de la calidad del vínculo y las razones por las cuales las personas se constituyeron en pareja.

Familia: fue considerada por los sujetos de estudio un elemento central en sus vidas y a la vez es un ideal a alcanzar, mostraron planificación y movilización para poder conseguir esa meta. Ha sido una forma permanente de poder dar plenitud y realización a su vida. La familia se plantea como un sueño o un ideal que habría que alcanzar, o bien en otros casos como una realidad a la que hay que adaptarse en virtud de las circunstancias. La identificaron como el área más importante de la vida de la personas, superando otras dimensiones como el trabajo o el estudio, la vida religiosa, las amistades, el deporte o las actividades de acción social.

En consecuencia ambas categorías, infidelidad y familia, son percibidas como contradictorias y parte de un todo continuo, son trascendentes en el proceso de vida afectiva de las personas. Son entendidas como parte del proceso de vinculación en el cual las personas se mueven y logran trascender o son antesala de la ruptura matrimonial, de la vivencia de fracaso y duelo.

Conclusiones

El estudio de la relación matrimonial en proceso de quiebre, abre muchas interrogantes respecto a la afectividad, compromiso y permanencia de las parejas. La presencia del vínculo matrimonial en sí mismo no impide el conflicto y mucho menos la experiencia de pérdida, la que a menudo es vivenciada con fuertes carencias emocionales o como duelo por la pérdida de su cónyuge. La separación es en sí misma un duelo y requiere de un proceso que debe atravesarse necesariamente, superando las ausencias, reclamando esfuerzos y adaptaciones, que no siempre son posibles de poner en práctica.

Para las parejas estudiadas, el matrimonio fue un hecho significativo en sus vidas, marcado por un fuerte sentimiento de amor asociado a la intimidad de la relación; Elsner, Montero, Reyes y Zegers (2000) indican que el inicio de la intimidad es parte esencial de la afectividad en el matrimonio. No obstante y parte inherente a la diada dicotómica son los sentimientos y emociones de desamor, desvinculación, soledad, que ocurren tras la pérdida del contacto emocional y físico del otro. Realidad que ocurre cuando estas personas comenzaron a des-idealizar el matrimonio y el desencuentro resultó ser la realidad cotidiana. El desencuentro pareciera darse, entre las fases que hemos denominado pre-ruptura (caracterizada por conflictos y causas desencadenantes de la ruptura), y la ruptura matrimonial ya concretada, en la que las personas se enfrentan a obstáculos para poder superarla y la frustración de sueños y expectativas que habían nacido en la primera fase del matrimonio.

En este sentido, es posible identificar en la fase previa a la ruptura matrimonial, la presencia de desencadenantes específicos –y a la vez diverso para cada caso– que originaron la ruptura. La fase previa aparece relacionada a la decisión final de la ruptura, que tras la concreción da paso a la fase

consumada de la desvinculación, es decir a la vivencia de la ruptura matrimonial, donde son reconocibles diversas dificultades por las que pasaron los sujetos, asociadas estrechamente a las etapas del duelo. Se aprecia entonces, que dicha fase trae consigo una serie de cambios que cada persona vive de manera personal e involucra obstáculos y frustraciones, ruptura de sueños y expectativas. A la vez implica para la persona, un proceso de readaptación asociado a nuevas vivencias luego de la pérdida. Goldberg (2004), al respecto menciona que la separación conlleva una sensación de frustración, aun cuando se tenga claro que no se quiere seguir viviendo con el otro. Lo cierto es que, con frecuencia, la experiencia del término de la vida compartida se siente como un fracaso personal.

Además del estudio de los componentes derivados de la ruptura matrimonial, se encontraron conceptos emergentes que fueron abordados. Uno de ellos fue el tema familia, asumido como el contexto donde ocurre la ruptura, y por otro la infidelidad, como una de las principales causas de la ruptura matrimonial de los sujetos de estudio. Los imaginarios y construcciones del concepto familia, no son solo aspiraciones, sino una realidad personal que dibujó expectativas malogradas pero que siguieron presentes en estos sujetos. Por su parte el tema de la infidelidad fue recurrente en las causales de la ruptura matrimonial, siendo motivo y consecuencia de problemas conyugales. La infidelidad fue vía de escape a los problemas matrimoniales y a la vez causa de la separación.

Resultó comprobable el proceso de duelo ante la pérdida de la pareja, es claro. Estas personas vivieron un verdadero proceso de duelo vivenciado con sufrimiento, confusión, aislamiento y sensación de desamparo por la pérdida de expectativas y proyectos; por la imposibilidad de concretar lo que pudo haber sido y se ha perdido irremediablemente.

Las vivencias de la ruptura son inherentes a la experiencia individual y precisamente por esto las etapas del duelo –si bien están presentes y son posibles de identificar– no se pueden ver como sucesos concatenados ascendentes. No poseen lógica temporal que permita el paso secuencial de una tras otra así como tampoco son experimentadas en su totalidad por los ex-cónyuges, quienes pueden pasar por una u otra con mayor o menor intensidad, o simplemente no vivir una etapa concreta y saltarse a otro escalón de tal desarrollo. No necesariamente una persona vivenciará en orden ni en su totalidad dichas etapas. No obstante observamos que resulta importante que la persona que ha sufrido una pérdida afectiva significativa, logre atravesar y superar el duelo, ya que solo superando esta fase puede enfrentarse de mejor modo a una nueva relación, o una nueva vida. Tal como expone Fonnegra (2001), hay que tener en cuenta que para completar el proceso de curación hay que experimentar las etapas del duelo y superarlo. Un duelo se ha completado cuando las personas son capaces de recordar y hablar sobre lo perdido sintiendo poco o ausencia de dolor.

Resulta evidente entonces que los sentimientos y emociones que acarrear las rupturas, al igual que las circunstancias que las rodean, resultan semejantes a las que se experimentan con la pérdida de un ser querido. Tal como ocurre con las etapas del duelo, tanto en pérdida por la muerte como en la pérdida de la ruptura matrimonial, tiene lugar un impactante duelo el cual constituye un proceso normal siempre y cuando sea acotado en el tiempo y de paso a elaboraciones más o menos creativas y adecuadas a la situación de vida de quien lo padezca. En ese período la persona tiene que adaptarse a vivir e intentar ser feliz de nuevo sin el ex-cónyuge y suele concluir con la reconstrucción, adaptándose a la vida sin su anterior pareja y pudiendo incorporar aprendizajes de tales experiencias, en ocasiones dando lugar y espacio a una nueva relación futura.

Ante la pérdida las personas sienten que su vida se ha transformado de manera inquietante, experimentando cambios que las marcan en diversos sentidos, tanto para quien abandona como para quien es abandonado. Uno y otro experimentan intensas emociones y sentimientos asociados a la pérdida y equivalentes al duelo: ansiedad, confusión, desamparo, inseguridad, soledad, frustración, rabia, culpa, intranquilidad, inquietud pero también pueden dar paso al alivio y la reconstrucción.

El duelo por ruptura matrimonial es un proceso ineludible que va elaborándose poco a poco y no resulta una vivencia sencilla ni inmediata, no es idéntico para todas las personas. Es un proceso que se debe asimilar, comprender y aprender a superar. Se puede demorar en superar el duelo o bien resolverse rápidamente, esto depende de la capacidad y umbral de asimilación de cada persona. De todas maneras, el final de una relación puede ser un nuevo comienzo y significar crecimiento, ya que la persona puede concentrarse en sí misma y dedicar energías en pro de su desarrollo personal y social. El proceso de duelo puede convertirse en aprendizaje vital, pues la experiencia dolorosa implica un nuevo conocimiento de sí mismo, dejando enseñanzas útiles para el desarrollo de la vida. Las personas, utilizan diversos mecanismos para afrontar el dolor tras la pérdida, ellos permiten recomponer la vida hacia etapas de mayor satisfacción y espacios más edificantes en el proceso de vida. Nada se acaba cuando una relación termina, volver a amar, en definitiva volver a vivir, es posible.

Bibliografía

- AA.VV. (2002). DSM-IV-TR: manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Barcelona: Elsevier Masson.
- Chicharro, M. (2003). La perspectiva cualitativa en la investigación social: la entrevista en profundidad. Obtenido el día 9 de marzo del año 2015 desde <http://www.cesfelipsegundo.com/revista/Articulos2003/Articulo7.pdf>.
- Cornejo, M., Mendoza, F. & Rojas, R. (2008). La Investigación con relatos de vida: pistas y opciones del diseño metodológico. *PSYKHE*, vol.17, no. 1, 29-39. Obtenido el día 14 de marzo del año 2015 desde <http://www.scielo.cl/pdf/psykhe/v17n1/art04.pdf>.
- Elsner, P., Montero, M., Reyes, C. & Zegers, B. (2000). *La familia: una aventura*. Santiago de Chile: Universidad Católica de Chile.
- Fonnegra, I. (2001). *De cara a la muerte*. Santiago de Chile: Andrés Bello.
- Goldberg, B. (2004). *Tuyos, míos, nuestros: cómo rearmar y disfrutar de la familia después del divorcio*. Buenos aires: Lumen.
- Gómez, M. (2007). *La pérdida de un ser querido: el duelo y el luto*. Madrid: Arán.
- INE, Instituto Nacional de Estadísticas. Censos 1982, 1992, 2002.
- Larraburu, I. (2009). *Atención plena*. Madrid: Planeta.
- Murcia, N. & Jaramillo, L. (2001). La complementariedad como posibilidad en la estructuración de diseños de investigación cualitativa. *Cinta de Moebio*. 12: 31-43. Obtenido el día 10 de marzo del año 2015 desde <http://rehue.csociales.uchile.cl/publicaciones/moebio/12/frames03.htm>
- Rodríguez, G., Gil, J. & García, E. (2002). *Metodología de la investigación cualitativa*. Santiago de Cuba: Prograf.

- Rojas, S. (2008). *El manejo del duelo: una propuesta para un nuevo comienzo*. Bogotá: Norma.
- Ruiz, J. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*, Bilbao: Universidad de Deusto.
- _____. (2007). *Metodología de la investigación cualitativa*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Sarquis, C. (1995). *Introducción al estudio de la pareja humana*. Santiago de Chile: Universidad Católica de Chile.
- Strauss, A. & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín: Universidad de Antioquia.
- Taylor, S. & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación: la búsqueda de significados*. Barcelona: Paidós.
- Vargas, R. (2003). Duelo y pérdida. *Med. leg.* vol.20, no.2. p. 47-52. Obtenido el día 11 de marzo del año 2015 desde http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152003000200005&lng=es&nrm=iso.
- Véliz, P. (2004). *Divorcio, nulidad y separación: los caminos frente a la ruptura*. Santiago de Chile: Cerro Manquehue.
- Weinstein, E. (2006). *Parejas (im)perfectas*. Santiago de Chile: El Mercurio/Aguilar.
- Zicavo, N. (2006). *¿Para que sirve ser padre? un libro sobre el divorcio y la padrectomía*. Concepción: Universidad del Bío-Bío.

NOTAS

1. Alertamos al lector que en toda la extensión del presente artículo y solo a fin de facilitar la lectura decidimos hablar sin perspectiva de género, hablando de los integrantes de la pareja de manera indistinta, en el entendido de que esto no significará discriminación, ni pose filosófica estereotipada alguna.
2. Nota: Para efectos de comparación con las cifras del censo de 1982, en el presente cuadro, las cifras de las categorías "separado" y "anulado" de los Censos de 1992 y 2002 fueron fusionadas.