



- ◆ Trabajo realizado por la Biblioteca Digital de la Universidad CEU-San Pablo
- ◆ Me comprometo a utilizar esta copia privada sin finalidad lucrativa, para fines de investigación y docencia, de acuerdo con el art. 37 de la M.T.R.L.P.I. (Modificación del Texto Refundido de la Ley de Propiedad Intelectual del 7 julio del 2006)

## DIFERENCIAS SEXUALES EN EL AJUSTE AL DIVORCIO: ¿SUFREN MAS LOS HOMBRES QUE LAS MUJERES?

A. POLAINO-LORENTE

*Universidad Complutense de Madrid*

Y

P. MARTÍNEZ-CANO\*

*Universidad de Navarra*

A review is presented of the consequences of divorce in men and women. Among the effects of divorce it has been found depression, health problems that require hospitalization, financial difficulties for the woman (usually), adjustment difficulties, feelings of status loss, and others. The most relevant factors for the adjustment to divorce are: The financial situation of the divorced father or mother, employment after divorce, sexual attitudes, children custody, social and family support, personality traits, etc. It has been found that men and women with androgynous characteristics adapt better to divorce. In general, men adapt better than women. As a conclusion, people with masculine psychological characteristics adapt better to divorce than people with feminine psychological characteristics.

*Key words:* Divorce, sex roles, gender, adjustment, androgeny, sex differences.

### REPLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA LLAMADO DIVORCIO

En 1988 la sociedad se escandalizó por las cifras sobre el divorcio y la tendencia de este fenómeno, pues ello significaba que la familia

---

\* Dirección: P. Martínez- Cano, División de Psicología y Psiquiatría, Instituto de Ciencias para la Familia, Universidad de Navarra, Edificio Los Nogales, 31080-Pamplona, España.

está desapareciendo, al menos tal y como la concebimos en la actualidad. No estamos interesados en la descripción de los efectos traumáticos del divorcio en términos de aumento de psicopatología, enfermedad, abuso de alcohol, accidentes y homicidios (Bloom, Asher y White, 1978) o en la búsqueda de los factores que llevan a un matrimonio a divorciarse. Hoy el interés de los investigadores y de los clínicos se centra en los factores que predicen y promueven una rápida y sana recuperación tras el divorcio.

Este cambio del interés científico en lo que se refiere al campo del divorcio es lógico y explicable debido a la gran cantidad de matrimonios que se rompen cada día y, desde el punto de vista de la rehabilitación y ayuda psicológica, debido a la necesidad apremiante de disminuir rápidamente los efectos y las consecuencias que el divorcio tiene sobre los propios cónyuges.

### ALGUNOS RESULTADOS PREVIOS

Inmersos en esta tarea, los investigadores han descubierto que los efectos del divorcio y los procesos de ajuste al divorcio son diferentes para los hombres y para las mujeres: aunque los hombres son más propensos que las mujeres a sufrir problemas psicopatológicos, depresión y enfermedades que requieran hospitalización (Bloom y cols., 1978; Gobe, 1972; Riessman y Gerstel, 1985), las mujeres son más propensas a sufrir problemas de salud física y mental menos graves pero durante mucho más tiempo, tales como depresión ligera y ansiedad por vivir sola (Kelly, 1982; Riessman y Gerstel, 1985), sentimientos de incompetencia y culpabilidad (Bloom, Hodges y Caldwell, 1983) y sentimientos de pérdida de estatus, aislamiento, poca atracción y falta de ayuda (Hetherington, Cox y Cox, 1982).

Las diferencias en la incidencia de estas consecuencias también es desigual: mientras que son pocos los hombres que experimentan los graves problemas a los que se ha hecho referencia, los problemas de ajuste a pequeñas preocupaciones de las mujeres son vividos por la *mayoría* de las mujeres divorciadas, derivando una situación global de las mujeres como grupo mucho peor que la de los hombres tras la separación o el divorcio.

Según un estudio realizado por Clarke-Stewart y Bailey (1989) con 45 padres divorciados —hace menos de tres años—, con hijos en edad escolar, y cuya custodia es única o conjunta con su otro padre —no es una variable importante en este estudio—, se reveló que los hombres están mejor ajustados que las mujeres durante los tres años siguientes al divorcio. Ellos también tenían mejor situación económica, trabajos más estables y satisfactorios y habían experimentado menos estrés psicológico, junto con más satisfacciones en los meses previos al estudio.

Estos factores (trabajo estable, situación económica desahogada, etc.) están relacionados con el mejor ajuste al divorcio, sea en hombres o en mujeres. Los hombres que están mejor ajustados pasan más horas trabajando y sus niños experimentan niveles de estrés más bajos. Las mujeres mejor adaptadas construyeron su propio hogar, ya sea comprado o alquilado, y se mudaron de casa tras la separación o el divorcio; además sienten que recibieron más apoyo social de sus amigos y familia tras el divorcio.

Por otro lado Chiriboga, Roberts y Stein (1978) hipotetizaron que los hombres son menos felices que las mujeres y las diferencias que encontraron en sus investigaciones fueron muy significativas.

Sin embargo Mika y Bloom (1980) y Zeis, Zeis y Johnson (1980) encuentran que los hombres se ajustan más pobremente a la situación postdivorcio que las mujeres, conclusión contradictoria a las anteriormente mencionadas. En este sentido, Gobe (1972) afirma que los hombres muestran tasas más altas de desorden mental que las mujeres. Bloom y Cadwell (1981) y Chiriboga y Cutler (1977) afirman que mientras las mujeres sufren más la situación de tensión antes de pelearse y antes de la separación, en el periodo temprano tras el divorcio los hombres son los que más sufren. Para Gove (1972) las mujeres sufren más porque sienten insatisfacción durante el matrimonio, especialmente en el último periodo antes de la separación; Bloom y Cadwell (1981) por su parte llegan a la conclusión de que las mujeres sienten liberación tras el divorcio mientras los hombres deben empezar a luchar con el hecho de la separación con el coste personal que ello supone.

Otros investigadores han encontrado resultados completamente distintos, pues las investigaciones les indican que las mujeres sufren más estrés subjetivo, se adaptan peor a la situación postdivorcio y viven en general un trauma mayor que el del hombre. (Albretch, 1980; Decker y Langelier, 1978; Thomas, 1982; Brown y Fox, 1979).

Muchas veces los cónyuges siguen teniendo un sentimiento de unión con aquella persona de quien se han separado: los hombres suelen vivir esta unión con más fuerza que las mujeres (Kitson, 1982; Brown, Felton, Whiteman y Manela, 1980). Kitson y Raschke (1981), en una revisión de todos los trabajos, concluyen que la información es contradictoria.

En definitiva, podemos resumir diciendo que las investigaciones han encontrado resultados distintos y muchas veces contradictorios.

Polaino-Lorente (1991) concluye que las consecuencias del divorcio en las mujeres son de mayor intensidad a corto plazo; en el hombre, en cambio, la intensidad crece a largo plazo y tal vez por una vía indirecta.

Todo esto apunta a que podría haber diferencias sexuales respecto de la situación postdivorcio y el bienestar psicológico.

Lo que aquí pretendemos tratar es la razón que provoca estas diferencias. ¿Por qué las mujeres tienen más problemas de ajuste dia-

riamente que los hombres? ¿Por qué los hombres sufren enfermedades graves y las mujeres no? ¿Por qué hay más mujeres que sufren pequeños trastornos que hombres con grandes trastornos?

#### INFLUENCIA DE LA SITUACION ECONOMICA

Una de las causas a las que siempre se hace referencia es la situación financiera de cada cónyuge tras la separación. Según Weitzman (1985) la situación económica de las mujeres cae en un 73% de los casos, mientras que para el 42% de los hombres el divorcio significa aumentar el poder económico. Otros estudios confirman lo mismo (Arendell, 1986; Day y Bahr, 1986; Gerstel, Riessman y Rosenfield, 1985; Johnson y Waldman, 1983; Spanier y Casto, 1979).

Por tanto se puede decir que una razón para el peor ajuste de las mujeres al divorcio es que muchas de ellas tienen problemas de pobreza, bajos ingresos, falta de seguridad económica; caída de los recursos disponibles, etc. y todo ello se relaciona con el estrés y la depresión en las mujeres (Arendell, 1986; Belle, 1982; Braver, González, Sandler y Wolchik, 1983; Coletta, 1983; Pett, 1982; Spanier y Thompson, 1984) y ello más que en los hombres (Gerstel, Riessman, y Rosenfield, 1985).

#### OCUPACION POST-DIVORCIO

Otra posible causa de los mayores problemas de las mujeres puede referirse a su situación laboral y profesional. Muchas mujeres divorciadas se ven obligadas a entrar en el mercado de trabajo sin tener experiencia, ni estudios, con aprendizajes muy limitados y poco tiempo para mejorar. Por ello muchas mujeres no encuentran trabajo, o deben tomar un trabajo de bajo nivel y por tanto baja remuneración (Arendell, 1986; Weitzman, 1985).

Estudios diferentes han mostrado que personas con empleo fijo y remuneración suficiente, ya sean hombres o mujeres, divorciados o no, muestran mejor salud mental y física y son más felices y más satisfechas que las personas que no tienen trabajo (Baruch, Biener y Barnett, 1987; Belle, 1982; Hetherington, Cox y Cox, 1982; Radloff, 1975; Kazak y Linney, 1983; Malley y Barenbaum, 1984; Spanier y Thompson, 1984).

El empleo, por tanto, es otro posible factor que contribuye en los problemas de ajuste de las mujeres al divorcio. Ello llevó a algunos investigadores a pensar que lo que importaba no era el género o sexo en cuanto tal sino las actitudes sexuales frente al divorcio.

#### IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES SEXUALES

Se han investigado los sujetos con características psicológicas propias de la androginia (personas cuyo puntaje de características

psicológicas está por encima de la media de los hombres y por encima de la media de las mujeres).

Unos investigadores dicen que el género (sexo) no es importante en el ajuste, como Berman y Turk (1981), mientras otros dicen que es importante (Thomas, 1982). Por su parte Pett (1982) no encontró diferencias en el ajuste social. La controversia se situaría en este sentido no en si se es hombre o mujer, sino en el rol sexual al que una persona está "adscrita", aunque naturalmente la correlación sexo femenino y características psicológicas femeninas es muy alto.

No obstante, en la moderna sociedad actual en la que los papeles están cambiando no podemos decir que los roles estén sexuados, y mucho menos las características psicológicas y personales, sino que existen características que tradicionalmente han sido propias de los hombres, por lo que las llamamos masculinas y, características psicológicas que tradicionalmente han sido propias de la mujeres, por lo que las llamamos femeninas. Si embargo hoy, una persona puede obtener puntuaciones más altas que la media de su población tanto en lo que se refiere a características masculinas como las femeninas.

Muchos aspectos de la masculinidad y de la feminidad han sido ya estudiados. Por ejemplo, las personas con características andróginas tienen más altos niveles de autoestima (Bem, 1977; O'Connor, Mann y Bardwick, 1978; Spence, Helmreich y Stapp, 1975). Suelen obtener también más altos valores de logro que sus compañeros del otro sexo (Spence y Helmreich, 1978). Además los sujetos andróginos suelen mostrar más flexibilidad ante las diversas situaciones que viven (Bem, 1975; 1984; Bem y Lenney, 1976; Bem, Martyna y Watson, 1976).

En general, los conceptos de masculinidad, feminidad y androginia han sido utilizados como valores explicatorios de características de género simples.

Toda esta información puede ser importante para la investigación en el campo de la separación y el divorcio. Este evento vital, el divorcio, es una transición muy importante en la vida de un sujeto que puede tener consecuencias sociales y psicológicas muy importantes, afectando muy de lleno la redefinición de roles sociales y el ajuste personal.

Para las mujeres tradicionales, el divorcio y la situación postdivorcio suponían un estrés muy grande, pero si la muestra escogida no pertenecía a la población de mujeres tradicionales, entonces éstas relataban menos estrés, mejor ajuste y mejor autoestima. (Mika y Bloom, 1980; Brown y Manela, 1978; Brown, Perry y Harburg, 1977; Granvolt, Pedler y Schellie, 1979).

Todos estos estudios nos hacen pensar que la variable que diferencia a los sujetos ajustados de los no ajustados es la androginia, aunque algunos estudios muestran que los sujetos masculinos se adaptan mejor a la situación postdivorcio que los andróginos (Adams y Sherer, 1985; Antill y Cunningham, 1979; Kelly y Worrell, 1977).

El proceso de divorcio muchas veces requiere que los individuos tomen el papel masculino, autonómico e independiente (Maxwell y Andress, 1982), rasgos que poseen las personas con características andróginas y masculinas, Berman y Turk (1981) y Thomas (1982) encontraron que actitudes que favorecen las actividades sociales, el desenvolvimiento autónomo, la asertividad, el liberalismo, y la independencia son características relatadas por aquellas personas mejor ajustadas a la situación postdivorcio.

### EL PROBLEMA DE LA CUSTODIA

Una tercera posibilidad es que las mujeres se ajustan de forma más pobre y más lenta al divorcio debido a la custodia de los niños que el juez les suele encomendar.

El divorcio incide en la vida de la mujer como un factor precipitante que genera de inmediato, tres consecuencias importantes: la soledad, las dificultades económicas y el hecho de convertirse en el "único padre" de sus hijos.

Algunos estudios muestran que entre las mujeres casadas, su estrés está provocado por el rol de madre más que por el trabajo que han de realizar (Barnett y Baruch, 1985; Baruch, Biener y Barnett, 1987), y entre las madres divorciadas, sufren más estrés las que tienen niños en edad preescolar que las que tienen niños en edades mayores (Arendell, 1986; Propst, Pardington, Ostrom y Watkins, 1986).

Otros estudios indican que el ajuste de los padres al divorcio depende del ajuste de sus niños a esa misma situación (Copeland, Eisenstein y Reiner, 1984; Fulton, 1979; Kurdek y Berg, 1983; Malley y Barembaum, 1984; Spanier y Casto, 1979).

Por tanto parece que tener la responsabilidad de los niños también puede provocar un peor ajuste de las madres al divorcio o a la separación.

### SITUACION SOCIAL RESULTANTE

Otro factor o causa de las diferencias puede venir de las diferentes situaciones sociales en las que queda cada uno de los excónyuges. Los hombres probablemente participen frenéticamente en muchas actividades sociales después de su divorcio (Raschke, 1977), mientras que las mujeres no. Esto podría estar relacionado con los diferentes niveles de ajuste.

El hecho de tener soporte social, participar en clubes, iglesias, amigos, etc., está relacionado positivamente con el ajuste postdivorcio en los hombres y en las mujeres (Gerstel, Riessman, y Rosenfield, 1985; Pett, 1982; Raschke, 1977; Richardson, 1981; Spanier y Hanson, 1982; White y Bloom 1981; Woody, Calley, Schlegelmich y Maginn, 1984).

El ajuste de la mujer también está relacionado con las relaciones que sigue teniendo con su exmarido o con cualquier tipo de soporte social (Nelson, 1981).

### RASGOS DE PERSONALIDAD PECULIARES

Por último, quizá la diferencia en el ajuste al divorcio entre el hombre y la mujer sea el resultado de las diferencias de carácter general que existe entre ellos a nivel de salud mental o en general en los niveles de expresividad emocional.

Hay evidencia de que la mujer tiende a describir cosas en términos más emotivos, particularmente lo negativo (Newcomb, 1984; Spanier y Thompson, 1984) y que utilizan el lenguaje emocional más intensamente que los hombres (Greenwald, 1987). Las mujeres casadas o divorciadas tienden a mostrarse más deprimidas que los hombres de la misma edad, mismo nivel educativo y estatus de trabajo similar (Radloff, 1975). Inclusive con variables secundarias iguales, las diferencias relativas se mantienen (Riessman y Gerstel, 1985).

Esto sugiere que la diferencia es algo más que expresión emocional o salud mental normal. Otros factores psicológicos pueden estar relacionados, como por ejemplo el sentimiento de control de la vida de uno mismo. Parece que las mujeres sienten menos control sobre su vida y ello puede influir en las diferencias que nos interesan. O, sin pretensión de buscar más posibles factores o causas de estas diferencias, ellas pueden derivar de una mayor susceptibilidad por parte de las mujeres al estrés y a la presión social, hechos ante los cuales los hombres suelen ser más fuertes.

### CONCLUSION

Clarke-Stewart y Bailey (1989) llegan a la conclusión de que inclusive teniendo las mismas obligaciones en cuestión de custodia de niños, responsabilidades y compromisos de custodia, existen unas diferencias consistentes y significativas en el ajuste psicológico al divorcio siempre a favor de los hombres.

Las mujeres divorciadas están peor respecto al estrés psicológico sufrido: se sienten aprisionadas, atrapadas, bloqueadas y ahorcadas, sofocadas, aburridas, incapaces de conseguir sus metas, estresadas por la paternidad y por no tener bastante tiempo para estar solas. Y esto parece derivar del hecho de que las mujeres están más afectadas emocionalmente por los eventos vividos que los hombres. Reaccionan peor emocionalmente a la vivencia del divorcio.

Pero quizá la diferencia observada respecto al estrés psicológico refleje el hecho de que las metas de las mujeres están siendo frustradas



por el divorcio de una forma mayor que las de los hombres. Estos muestran puntuaciones mejores respecto a temas como dinero, carrera profesional, niños, amistades, matrimonio, etc., que la mujeres. Las puntuaciones se nivelan cuando la mujer es parte de una pareja (Josselson, 1987). Por tanto las metas de los hombres y su identidad no estarían impedidos por el divorcio mientras que sí lo estarían para la mujer.

La muestra utilizada por estos autores estuvo compuesta por hombres con una particularidad que es la siguiente: algunos de ellos tienen la custodia de sus hijos. Este hecho no suele ser muy usual en los casos de divorcio. Por ello, puede ser que las diferencias encontradas deriven de un mejor ajuste a la vida y a este caso de los hombres utilizados en la muestra, puesto que algunos pidieron y lucharon para conseguir la custodia de sus hijos hasta lograrla. Y esto se podría haber acentuado por el estatus que la sociedad contemporánea otorga al hecho de ser el padre único de familia. Este hecho también podría ayudar a explicar la diferencia observada en el estrés psicológico.

Lo que se dice en el párrafo anterior es que la sociedad podría premiar o apoyar más al padre divorciado que tiene a su cargo hijos, que a la madre divorciada que tiene a su cargo hijos, y esto podría influir en la diferencia de estrés soportado por cada uno de ellos. Y esta diferencia deriva claramente del trabajo de cada uno de ellos. Los hombres tienen mejor trabajo, de más alto nivel, trabajan más horas y están mejor pagados. Están más felices y más satisfechos con todo el mundo relativo a su trabajo. Tienen una situación estable en su trabajo, factor que predice un buen ajuste psicológico tanto en el hombre como en la mujer, según estudios realizados por Malley y Barenbaum (1984) y por Spanier y Thompson (1984). Pero esto no se ha confirmado en los estudios de Clarke-Stewart y Bailey (1989): la explicación dada es que a pesar de tener el mismo nivel de educación y ocupación no han estado trabajando durante su matrimonio o la muestra utilizada tenía un sesgo en ese sentido.

Las diferencias en los ingresos de cada uno de los cónyuges está también relacionada con las diferencias en el nivel de estrés y con el nivel de ajuste. Es una cuestión muy relacionada con el trabajo, pues a mejor trabajo mayores ingresos, y a mayor estatus educativo mejor trabajo realizado. Por tanto es difícil separar la influencia del trabajo de la influencia del dinero.

Las condiciones sociales parece que afectan más a las mujeres que a los hombres. Las mujeres, comparando unas con otras, están mejor ajustadas al divorcio si recibieron más apoyo social de los amigos, la familia y los compañeros de trabajo, si tuvieron pocos problemas con su exmarido y si cambiaron de domicilio tras el divorcio, si no se agobiaron por tener la custodia de niños en edad preescolar, si sentían haber tenido influencia en las decisiones tomadas y si estaban satisfechas con los compromisos de custodia.

La literatura científica está de acuerdo respecto a la siguiente idea: las mujeres están más afectadas por factores como el soporte social y el conflicto emocional que los hombres.

Lo que parece sorprendente es que el ajuste de la mujer es mayor cuanto más distancia hay entre su nuevo domicilio y el domicilio anterior, aunque no podemos decir si están bien ajustadas por el desplazamiento o si por estar bien ajustadas han podido desplazarse.

La mujer está mejor ajustada si es capaz de emplear su independencia de su exmarido. Esta independencia podría estar basada en la fuerza psicológica individual de las mujeres, sus recursos económicos, o el soporte que le da su exmarido.

Esta conclusión está bastante relacionada con la conclusión a la que llegan otros autores, respecto al otro enfoque tratado en este artículo, es decir no importa el sexo de las personas, sino el rol sexual adoptado tras el divorcio.

Los resultados de su experimento apoyan la tesis del modelo andrógino, respecto del ajuste postdivorcio. Los hombres y las mujeres *andróginos* obtuvieron resultados mayores en tres índices de ajuste frente a los otros grupos (masculino, femenino e indiferente).

El divorcio es un evento que requiere flexibilidad y adaptación: el experimento demuestra que los sujetos andróginos tienen estas características (Beaucom y Danker- Brown, 1979; Chevron, Quinlan y Blatt, 1978).

El modelo masculino (solamente superioridad respecto de la media en las puntuaciones referidas a características masculinas) también es apoyado por sus resultados, aunque parcialmente. Se obtuvieron resultados más altos en el índice de adaptación social y psicológica. Parece que un porcentaje alto de características masculinas proporcionan salud psicológica y social frente al divorcio.

Whitley (1984) no encontró respaldo en sus investigaciones para demostrar el modelo congruente según el cual, habría diferencias sexuales ante la separación y el divorcio de los sujetos. Taylor y Hall (1982) tampoco encontraron soporte en sus investigaciones, y el presente estudio llega a las mismas conclusiones.

Whitley (1984) encontró fuerte soporte para el modelo masculino para explicar el ajuste general y, también, bastante soporte para apoyar el modelo andrógino. Taylor y Hall (1982) encontraron más apoyo para el modelo masculino que para el andrógino. La investigación encuentra apoyo para ambos modelos, el masculino y el andrógino, respecto al ajuste postdivorcio.

Por tanto, más que decir que los que mejor se adaptan al divorcio son los hombres, habría que decir que *las personas con características psicológicas masculinas* se adaptarán mejor al divorcio que las personas con características psicológicas femeninas.

Este modelo reciente e innovador resulta muy interesante de cara a la prevención de las consecuencias del divorcio puesto que, independientemente de que un matrimonio se vaya a divorciar o no, podemos realizar un estudio de las características psicológicas de cada cónyuge y aconsejarles cuales serán las consecuencias si llegan a divorciarse, y con ello poder trabajar frente a esas consecuencias antes de producirse.

De todos modos la profundización en esta tarea requiere más estudio e investigación.

### RESUMEN

El divorcio se ha convertido en una característica fundamental de nuestra sociedad "postmoderna". Toda la población de cultura occidental se encuentra gravemente amenazada por este fenómeno social. La predicción científica respecto del divorcio apuntaba que el 40% de los matrimonios celebrados a partir de 1976 en los E.E.U.U. acabarían divorciándose (Cox y Cox, 1976).

Se ha realizado mucha investigación sobre las consecuencias que el divorcio tiene sobre los hijos, para los que es, en cualquier caso, nefasto. Sin embargo existe más discusión entre los investigadores en cuanto a las consecuencias que el divorcio tiene en los padres. Hay que añadir que la tendencia en este aspecto es, no ya buscar y descubrir cuales son tales consecuencias, sino buscar los factores que predicen una rápida y perfecta recuperación y adaptación tras el divorcio (Clarke-Stewart y Bailey, 1989).

De lo que no cabe ninguna duda es que tanto padres divorciados como los hijos tenidos mientras el matrimonio estaba "sano" — por decirlo de alguna manera—, sufren y padecen el divorcio de manera muy grave.

Para intentar solucionar los problemas que se plantean con el divorcio, la primera tarea a realizar es examinar el fenómeno, determinar cuáles son las variables que lo agravan y dónde hay que incidir para que las consecuencias no sean todo lo negativas que son.

Puesto que ya hay personas divorciadas y cada día aumenta su número, en este trabajo pretendemos revisar el conocimiento científico que existe sobre las consecuencias del divorcio, tomando este conocimiento como punto de partida de la prevención del mismo. También se propone un modelo de clasificación de las personas divorciadas según el cual se puede predecir si el sufrimiento será mayor o menor en caso de divorcio.

### REFERENCIAS

- Adams, C. H. y Sherer, M. (1985). Sex-role orientation and psychological adjustment: Implications for the masculinity model. *Sex-Roles*, 12, 1211-1217.