



**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE QUITO
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**EXPLORACIÓN DE LOS PROBLEMAS QUE
VIVEN LAS PAREJAS QUE HABITAN EN EL
SUR DE QUITO, EN LA ETAPA DEL NIDO
VACÍO DURANTE EL 2022**

Trabajo de titulación previo a la obtención del
Título de Licenciadas en Psicología

AUTORES:

MORALES PONCE ALLISON DARINKA.

PORATE MORALES MELANY GABRIELA.

TUTOR:

TORRES CORDERO CATYA XIMENA.

Quito-Ecuador

2022

CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Nosotros, Morales Ponce Allison Darinka con documento de identificación N°1750889576 y Porate Morales Melany Gabriela con documento de identificación N°1726620287; manifiesto que:

Somos los autores y responsables del presente trabajo; y, autorizo a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Quito, 08 de febrero del año 2023.

Atentamente,



Morales Ponce Allison Darinka.

1750889576.



Porate Morales Melany Gabriela.

1726620287.

CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

Nosotros: Morales Ponce Allison Darinka con documento de identificación N°1750889576 y Porate Morales Melany Gabriela con documento de identificación N°1726620287, expresamos nuestra voluntad y por medio del presente documento cedemos a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que somos autores del Trabajo de Investigación : “Exploración de los problemas que viven las parejas que habitan en el sur de Quito, en la etapa del nido vacío durante el 2022”, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciadas en Psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribimos este documento en el momento que hacemos la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 08 de febrero del año 2023.

Atentamente,



Morales Ponce Allison Darinka.

1750889576.



Porate Morales Melany Gabriela.

1726620287.

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Catya Ximena Torres Cordero con documento de identificación N° 1712628625, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: Exploración de los problemas que viven las parejas que habitan en el sur de Quito, en la etapa del nido vacío durante el 2022 realizado por Morales Ponce Allison Darinka con documento de identificación N°1750889576 y por Porate Morales Melany Gabriela con documento de identificación N°1726620287, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción sistematización de prácticas de investigación y/o intervención que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 08 de febrero del año 2023.

Atentamente,



Dra. Catya Ximena Torres Cordero.

1712628625.

DEDICATORIA

Dedicamos este trabajo principalmente a Dios que nos diste la oportunidad de vivir y de regalarnos una familia maravillosa.

Con mucho cariño principalmente a nuestros padres que nos dieron la vida y han estado con nosotras en todo momento. Gracias por todo papá y mamá por darnos una carrera para nuestro futuro y por creer en nosotras, aunque hemos pasado momentos difíciles siempre han estado apoyándonos y brindándonos todo su amor, por todo esto les agradecemos de todo corazón el que estén con nosotras nuestro lado.

Los queremos con todo el corazón y este trabajo que nos llevó dos semestres hacerlo es para ustedes.

A nuestros hermanos Lenin y Darin gracias por estar con nosotras y brindarnos de su apoyo siempre, los queremos mucho.

Allison Darinka Morales y Melany Gabriela Porate.

AGRADECIMIENTO

Queremos expresar nuestra gratitud a Dios, quien con su bendición llena siempre nuestras vidas y a toda nuestra familia por estar siempre presentes.

Nuestro profundo agradecimiento a todas las autoridades y personal que hacen la Universidad Politécnica Salesiana, por confiar en nosotros, y por cada experiencia que se vivió dentro de las aulas de la Institución y por las enseñanzas y conocimientos que atribuimos por cada Docente que impartió su materia en toda nuestra formación como Psicólogas.

A nuestra tutora Dra. Catya Ximena Torres Cordero. Sin usted y sus virtudes, su paciencia y constancia este trabajo no lo hubiésemos logrado tan fácil. Usted formó parte importante de esta historia con sus aportes profesionales que la caracterizan. Muchas gracias por sus múltiples palabras de aliento, cuando más las necesitamos; por estar allí cuando nuestras horas de trabajo se hacían confusas. Gracias por sus orientaciones.

A nuestros padres; ustedes han sido siempre nuestro motor que impulsa nuestros sueños y esperanzas, quienes estuvieron siempre junto a nosotras a lado en los días y noches más difíciles durante las horas de estudio. Siempre han sido nuestros mejores guías de vida. Y hoy cuando concluimos los estudios, les dedicamos a ustedes este logro amado padres, como una meta más conquistada. Orgullosas de haberlos elegido como nuestros padres y que estén junto a nosotras en este y todos los momentos importantes.

Gracias por ser quienes son y por creer en nosotras.

Allison Darinka Morales y Melany Gabriela Porate.

I. Resumen

La paternidad es un momento más importante de la vida para todo matrimonio y como padres el educar a sus hijos hasta que sea el momento en que los ellos sean capaces de valerse por sí mismos y buscar su independencia y estabilidad emocional. Esto se trata de la ley de vida y aunque para algunos padres puede llegar a ser un momento muy emotivo para otros no puede ser tanto ya que resulta difícil lidiar con lo mismo en ambos casos se desencadena el síndrome del nido vacío; en el presente estudio se tomó como muestra a seis parejas las cuales nos dieron la oportunidad de compartir, entender como están sobrellevando este proceso. Con previa autorización les aplicamos instrumentos en los cuales íbamos conociendo poco a poco de ellos.

Por situaciones personales tres parejas dejaron el estudio, pero con las otras tres logramos el objetivo de conocer la manera que van sobre llevando su duelo puesto que cada individuo lleva su duelo de una manera diferente, pero todos logran superarlo de una manera oportuna y sólida en el caso de las parejas entrevistadas.

Tomamos en cuenta el ciclo vital familiar mismo que caracteriza emociones que nos ayudaron a entender por qué los padres muestran un duelo cuando sus hijos salen del hogar este duelo puede presentarse de manera inmediata o en meses después todo dependerá del vínculo familiar.

Palabras claves: “Síndrome del Nido Vacío” “Relación de Pareja” “Duelo de los Padres”; “Ciclo Familiar.”

I. Abstract

Parenthood is one of the most important events in life for every married couple and as parents to raise their children until it is time for them to be able to fend for themselves and seek their independence and emotional stability. This is the law of life and although for some parents it may be a very emotional moment for others it may not be so much because it is difficult to deal with it, in both cases the empty nest syndrome is triggered; in this study we sampled six couples who gave us the opportunity to share and understand how they are coping with this process. With previous authorization we applied instruments in which we got to know them little by little.

Due to personal situations, three couples left the study, but with the other three we achieved the objective of knowing how they are coping with their grief, since each individual copes with their grief in a different way, but all of them manage to overcome it in a timely and solid manner in the case of the couples interviewed.

We took into account the family life cycle itself that characterizes emotions that helped us to understand why parents show grief when their children leave home, this grief can occur immediately or months later, depending on the family bond.

- Keywords: "Empty Nest Syndrome" "Couple Relationship" "Parental Grief"; "Family Cycle."

ÍNDICE DE CONTENIDO

Contenido

PRIMERA PARTE	2
I. Objetivos	2
Objetivo general:	2
Objetivos específicos:	2
II. Eje de Intervención.....	3
III. Objeto de la práctica de intervención.....	6
IV. Metodología	10
V. Preguntas clave.....	13
• Preguntas de inicio.	13
• Preguntas interpretativas.	13
• Preguntas de cierre.	13
VI. Organización y procesamiento de la información.....	15
Artículos Científicos	17
VII. Análisis de la información.....	20
SEGUNDA PARTE	21
VIII. Justificación.....	21
X. Interpretación	25
XI. Principales logros del aprendizaje.....	29
XII. Conclusiones y recomendaciones.....	30
XIII. Referencias bibliográficas	31
CUADRO DE CITAS DE CADA AUTOR.....	36
Cuadro de relaciones con cada instrumento aplicado	51
GENOGRAMAS DE CADA PAREJA ENTREVISTADA	55
ECOMAPA DE CADA PAREJA ENTREVISTADA.....	62
APLICACIÓN DE INSTRUMENTO.....	65

Introducción

La familia tanto interna y externa tienen o forman relaciones dentro de la misma esto es un proceso natural de evolución, misma que no es identificada en teoría como algo absoluto y homogéneo, ya que el desarrollo de vida de cada familia está imbuido de aspectos específicos de su historia, recorrido y otros factores que las hacen diferentes en sus cambios. Los nidos vacíos, entonces, incluyen las etapas del ciclo vital familiar en las que los hijos abandonan la casa y los padres están solos como cuando se dio origen a la relación. Por tales afirmaciones, fueron elegidas seis familias que se encuentran afrontando el nido vacío, tres parejas de las seis tomaron la decisión de no seguir con el estudio; pero las otras tres parejas cumplieron con la aplicación de los tres instrumentos planteados desde un inicio. Es importante aclarar que, a diferencia de lo que propone la teoría que sustenta este estudio, el trabajo de campo y su análisis sugieren que el nido vacío, momento que vive casi la totalidad de las familias con hijos, no siempre es tomado en consideración, experimentado e interpretado. A modo de momentos negativos, fundamentales de toda familia; no es una postura que se vive de la misma forma en la mayoría de las familias o entornos, esto dependerá de la esencia de cada familia, sus apreciaciones, hábitos, antecedentes colaterales, redes de soporte de manera nuclear y externa; todo lo que piensan es decidir transitar en este momento.

I. Delimitación del tema.

Título del trabajo de titulación: Trabajo de titulación de investigación bibliográfico en el área de psicología clínica.

Nombre del proyecto: Exploración de los problemas que viven las parejas que habitan en el sur de Quito, en la etapa del nido vacío durante el 2022.

Delimitación del tema: Esta investigación se llevará a cabo desde un ámbito de psicología clínica, con un enfoque sistémico por lo cual partiremos desde la teoría sistémico familiar de Ludwig Von Bertalanffy (1936).

La familia es considerada como un sistema, con identidad propia y que se encuentra en desarrollo evolutivo dinámico constante tanto a nivel interno (entre los miembros de la familia) como externo (familia y entorno), la terapia familiar en sí es más extensa que en la terapia familiar en los últimos años, no sólo en las divisiones de psicoterapia y también es uno de los modelos más populares en el campo de la asistencia y el bienestar social.

La familia está compuesta por la unión de una pareja que posteriormente tiene hijos una característica es que interactúan entre ellos constantemente, este grupo está regulado por un conjunto de reglas y deberes dinámicos existentes entre ellos y su entorno (Minuchín, Andolfi, Musitu, Rodrigo y Palacios, 2005)

Partiendo desde la sistémica, el análisis de familia no se enfoca en las características de personalidad de sus integrantes, como cualidades estables temporales y situacionales, sino, en el conocimiento de la familia, como un conjunto que cuenta con identidad propia y como un entorno que acoge una gran cantidad de relaciones.

La investigación la realizaremos desde la indagación bibliográfica por lo que se utilizará información empírica ya con esto se conocerá el ciclo vital familiar, su fase de duelo y la etapa del nido vacío la cual está afrontando la pareja.

Tenemos que considerar diferentes aspectos como son sociales, culturales, laborales y psicológicos; por medio de esta investigación bibliográfica recopilaremos datos estadísticos; usando también instrumentos como Genograma, Eco mapa, APGAR Familiar, mismas que influyen en el afrontamiento del nido vacío en la pareja. Lo realizaremos en el periodo académico 60 y 61 correspondiente a los años 2022 – 2023.

PRIMERA PARTE

I. Objetivos

A continuación, les presentamos los objetivos establecidos para guiar este estudio

Objetivo general: Indagar dentro del ciclo vital familiar, el afrontamiento del nido vacío en la pareja matrimonial y las alteraciones provocadas en la etapa del duelo.

Objetivos específicos:

- Identificar el estilo de afrontamiento de cada miembro de la pareja frente a la transición de la etapa del nido vacío.
- Reconocer los significados que le atribuye cada miembro de la pareja a la transición o duelo del nido vacío.
- Conocer el tipo de duelo el cual está viviendo la pareja en el hogar frente a la partida de uno de sus miembros.

II. Eje de Intervención

Para iniciar con un ciclo de vida familiar consta de etapas o períodos que ocurren de manera estable y predecible en una gran cantidad de familias. Podemos asumir que una misma familia desarrolla sus necesidades conforme a las etapas por las que está pasando en ese momento.

Soltería esta la encontramos en primera instancia, ya que durante esta etapa los jóvenes dan sus primeros pasos sobre la independencia y buscan vivir solos; aquí centran su atención sobre el trabajo, la diversión y la forma de producir ingresos.

Las parejas casadas sin hijos las encontramos en segundo lugar, durante esta etapa las parejas tratan de conseguir productos en su mayoría para el hogar.

Las parejas casadas con hijos este es conocido como “nido lleno” Se lo menciona en tercer lugar ya que se encuentra la etapa de la pareja casada con hijos. Al momento de tener hijos, se dice que la familia tiene el nido lleno. En esta etapa podemos encontrar tres fases:

Familias que han tenido hijos en un rango menos a seis años, hijos que sean adultos los cuales se encuentren cursando su carrera o su colegio.

El nido vacío desde la perspectiva de Minuchin describe a la familia en cuatro etapas, cada una de esta muestra cambios y transiciones entre ellas a una más compleja. Como lo destaca Minuchin (1986).

Como lo señalara Esteinou (2004), en particular, las realidades familiares se capturan bajo tres dimensiones: estructura familiar, relaciones familiares y parentesco.

La primera dimensión: Incluye grupos de personas que viven bajo el mismo techo, el número y composición de este agregado de cohabitantes y las leyes de su formación, transformación y división.

La segunda dimensión: Incluye la autoridad y el afecto en el grupo, la forma en que interactúan y se tratan entre sí, las emociones y sentimientos que experimentan entre sí.

La tercera dimensión: Tiene que ver con relaciones que existen entre los diferentes grupos de co-residentes con parentesco, la frecuencia con que se encuentran, se brindan ayuda, desarrollan y buscan estrategias en común para aumentar o por lo menos preservar sus recursos económicos, su poder y su prestigio.

La pareja casada con hijos independientes “nido vacío” en cuarto lugar, en esta fase encontramos a las parejas que tienen hijos y estos se hacen independientes y dejan la casa. (Judithy & Garcia, 2015)

Un factor adecuado para entender al nido vacío es poder tener una cercanía con los padres puedan recuperar tiempo y dedicarlo a ellos mismo, pierden el miedo a la soledad o a que sus hijos dependan de ellos.

Cabe recalcar que no ha terminado la relación entre padres e hijos, aunque las condiciones hayan cambiado, es aconsejable aceptar la nueva etapa vital y fomentar el autocuidado, cuidar la relación con los hijos, aunque la convivencia diaria haya terminado (de Dios, 2022)

Las transiciones de nido vacío se han explorado desde diferentes ángulos en un intento de comprender qué sucede en esta etapa de desarrollo y los factores asociados con los diferentes tipos de respuestas que los individuos pueden montar cuando se enfrentan a esta experiencia de cambio, el enfoque principal de este estudio fue comprender a los

nidos vacíos como parte del ciclo de vida que experimentan las personas que se casan formalmente y luego se convierten en padres (Raup Jana, Myers Jane, 1989).

Más que como una patología, un síntoma que surge como un nido vacío trasciende una reacción a la sensación de pérdida que se experimenta cuando el último hijo abandona el hogar, es un momento del ciclo de vida familiar en el que las parejas reasignan roles y abordan el hogar de manera diferente. y actividades, cambiando algunas de sus identidades, autoconcepto y en ocasiones coinciden con una pareja con la que debe entablar una nueva relación, encuentra una falta de perspectiva e información que puede ser a la vez un camino de reconciliación o un obstáculo para una mayor separación (Espinal I, Gimeno A, González F, 2008).

En la etapa del duelo que pasa la pareja puede pasar por varias etapas como es el caso de la aceptación del momento aquí se tiene que evitar comparar las acciones de los hijos con experiencias o expectativas propias que se realizaban en casa; todo padre que pasa por esta etapa puede mantener una relación cercana con sus hijos aun si viven separados de los mismos. Las visitas son un esfuerzo que se puede lograr para continuar con el contacto regular, así como, llamadas telefónicas, correos electrónicos, o videollamadas. Buscar apoyo, toda pareja que pase por esta etapa tiene que compartir sus sentimientos con otros seres queridos y amigos cuyos hijos también hayan dejado el hogar últimamente. Por último, tenemos el ser positivos tienen que empezar a considerar el tiempo y la energía extra con la que se cuenta y dedicarse al bienestar de su matrimonio o a desarrollar sus metas personales.

Para asegurar que los problemas de pareja son normales y en cierto sentido, inevitables, pero exigen lo mejor de cada uno para poder salir adelante. Los problemas de relación surgen del simple hecho de que toda pareja está formada por dos personas que, si bien

tienen algo en común, son fundamentalmente diferentes, es decir, tienen mundos (puntos de vista, enfoque, actitud, etc.) muy diferentes y únicos. Estas diferencias son parte de la riqueza de una pareja, pero también son la fuente inmediata de estas dificultades. De una forma u otra, cada pareja presenta el desafío de saber vivir con estas diferencias sin terminar menospreciando o descalificando el mundo del otro. Este desafío está contenido en lo que entendemos como “amor”. Dicho esto, amar a alguien significa poder vivir con diferencias en una relación sin imponer un punto de vista o devaluar a la pareja.

Algunos autores sostienen que el conflicto conyugal es necesario porque lo entienden como un factor de crecimiento, cuya resolución implica un trabajo encaminado a alcanzar un nuevo equilibrio más estable y superior al anterior. Incluso argumentan que la dinámica de pareja es necesaria y apropiada para los niños, quienes pueden aprender habilidades y estrategias para resolver su propio conflicto observando estrategias de manejo en desacuerdo (Grych & Cummings, 1998). El conflicto marital se puede definir como un cónyuge que utiliza métodos agresivos y aversivos contra su pareja (Jouriles, Barling y O'Leary, 1987), como el abuso físico o verbal recíproco y negatividad.

Otra forma de entender el conflicto es la incompatibilidad de fines o intereses de una pareja, manifestada como reciprocidad negativa en los intercambios afectivos.

III. Objeto de la práctica de intervención.

Para la realización de la investigación vamos a tratar sobre la Exploración de los problemas que viven las parejas que habitan en el sur de Quito, en la etapa del nido vacío durante el 2022, esta investigación se realizará en los años 2022 y 2023 en los periodos 60 y 61.

La pareja se le designa a aquella persona con la cual uno elige con la cual se dispuso a conllevar la vida, en el aspecto afectivo, es decir, la persona con la que se quiere formar una familia, es parte de un plan de familia, no solo de un plan de matrimonio, o en su defecto de juntarse sin pretender unirse formalmente en el registro civil, sino también el hecho de que esta unión pueda procrear hijos que se los puede considerar el corolario de dicha unión (Javier, 2012).

Por muy buena que sea la relación y lo unida que esté, los problemas dentro de una pareja no se pueden evitar, tarde o temprano surgirán desacuerdos. Además, es común que seamos irrazonables con nuestras parejas, y no es raro que nos dejemos llevar por nuestras emociones, lo que significa que cualquier cosa que no sería importante en otro contexto puede desencadenar una discusión genuina.

Varios estudios han demostrado que estar casado tiene importantes beneficios para la salud emocional y física de las personas. Sin embargo, esto no sucede en todos los casos, para que esto suceda, la relación debe desarrollarse de manera sana y positiva para ambos miembros de la pareja. Por el contrario, aquellos que viven en relaciones poco saludables experimentan una verdadera prueba. Para empeorar las cosas, también hacen pasar por este dolor a las personas que viven con ellos (González, 2022).

El problema, por tanto, no es la existencia del conflicto, sino cómo resolverlo. Según cómo se resuelvan estas diferencias, la relación de pareja puede fortalecerse o debilitarse. De hecho, no es descabellado decir que algunos problemas de relación pueden, en última instancia, fortalecer las relaciones; la clave aquí es saber cómo manejar adecuadamente el conflicto para que pueda canalizarse y manejarse de la mejor manera posible (González, 2022).

El amor por sí solo no soluciona un problema de pareja, no obstante, es un elemento esencial que, bien utilizado, puede ayudar a encontrar una solución. Según cómo se resuelvan estas dificultades, la relación entre marido y mujer se fortalecerá o debilitará gradualmente. Por lo tanto, las relaciones sanas y positivas no surgen fácilmente, sino que son un trabajo del día a día (González, 2022).

Los problemas de pareja vinculados en el nido vacío, atraviesan las parejas y las familias ya que son distintas fases en su vida que requieren la realización de ciertos ajustes para que haya un equilibrio familiar. Por tanto, el síndrome del nido vacío hay que considerarlo como una etapa más del ciclo vital familiar, en el que a veces pueden aparecer ciertas dificultades (González P. , 2018). El que los hijos se vayan de casa, puede suponer para algunas parejas una época de más libertad en la que pueden retomar aficiones que habían abandonado hace años o tener nuevas aspiraciones y proyectos por realizar (viajar, apuntarse a bailar, cambiar de casa, etc) (González P. , 2018).

Para otras parejas, la fase del nido vacío se puede vivir como una amenaza, especialmente si la relación de pareja no es buena, en cuyo caso suele haber preocupación por "cómo llenar" los espacios que han dejado los hijos, ya que se experimenta vacío y soledad (González P. , 2018). En esta etapa, se reevalúa la relación de pareja y pueden aparecer sentimientos de indecisión acerca de la continuidad en la relación.

Si la relación de pareja cuando estaban los hijos era de distanciamiento, con ausencia de demostraciones afectivas, falta de intimidad, comunicación de poca calidad y/o aparición de conflictos, en esta etapa principalmente y por el hecho de quedar solos, se puede planear la idea de separación o divorcio, o bien tener relaciones fuera de la pareja como "salida" a una relación insatisfactoria (González P. , 2018). Suele ser en esta etapa cuando

las parejas acuden al psicólogo o a terapia de pareja, bien por sus sentimientos de tristeza, vacío y soledad, bien porque no saben qué hacer con su relación.

Aunque el síndrome del nido vacío puede afectar tanto a hombres como a mujeres, son ellas las que con frecuencia experimentan con más intensidad esta etapa, ya que además suele coincidir con otras circunstancias como el cuidado de los padres, la menopausia y el haber asumido el rol principal de cuidado de los hijos (González P. , 2018).

Lo que plantearemos en nuestra investigación es la relación en la pareja y los problemas que surgen en esta etapa denominada nido vacío y analizar los problemas que se puedan presentar en todo este proceso que está pasando la pareja. Debemos tener en cuenta que los principios fundamentales de la teoría de sistemas, a partir de los cuales se analizan las dinámicas de las relaciones familiares, son: Plenitud, Equilibrio, Igualdad y Retroalimentación.

Consideremos que la teoría de sistemas tiene como objetivo analizar procesos de interacción con los integrantes de una familia, hay que tener en cuenta que se trata de procesos dinámicos, la familia es un sistema que va desarrollando cambios, ya que los que lo conforman tienen su propio ciclo de vida que es el nacer, crecer, reproducir, morir, pero durante el ciclo de la vida todos los miembros dejan huella y crea vínculos e interacciones con los otros, los cuales son hábitos, costumbres, reglas, vicios, y los mismos que llegan a ser heredados a sus generaciones venideras.

Para este estudio se toman concepto desde la teoría sistémica familiar, en la cual comprende a la familia como sistema nuclear. Desde esta perspectiva el funcionamiento familiar no debe llevarse de manera lineal, sino circular.

La teoría familiar de Minuchin (2004) (Técnicas de terapia familiar) plantea cuatro etapas y cada una de ellas produce cambios y transiciones de una etapa a una a otra, nueva y más compleja.

Minuchin, Montalvo, & Guernev (1967) plantean las siguientes etapas: formación de la pareja, pareja con hijos pequeños, familia con hijos de edad escolar y adolescentes y familia con hijos adultos.

La información recopilada es de gran ayuda para poder interpretar la exploración que se planteamos en nuestra investigación, y con toda la búsqueda que se ha realizado hemos podido denotar que no hay mucha investigación sobre el tema de la exploración de problemas que viven las parejas en la etapa del nido vacío, por lo cual ha sido un tema que no se ha tratado mucho en estos últimos años y no le han brindado la importancia necesaria.

IV. Metodología

En esta investigación utilizaremos un método cualitativo, lo cual nos ayudará de manera descriptiva para el desarrollo de nuestro tema ya que realizaremos una búsqueda documental de información en base de datos científicos, repositorios digitales, bibliotecas virtuales y físicas.

La indagación de información bibliográfica está basada en los papers con información en relación a nuestra investigación. Los cuales fueron recopilados de base de datos científicas en línea. Nos enfocamos en categorías propuestas que hemos presentado en nuestra investigación seleccionamos toda información centrada en el síndrome del nido vacío y todo lo global en la intervención del trabajo social.

El método cualitativo lo utilizamos para recabar información por medio de una observación que tienen los sujetos de sus comportamientos propios e innatos, dando respuestas adecuadas a su perspectiva.

Con este método se puede emplear entrevistas abiertas, y en nuestro estudio investigativo realizamos entrevistas a un grupo de 6 parejas, lo cual cada pareja nos dio apertura para recolectar información, ya que el tema a tratar fue sobre el nido vacío y también pudimos escuchar la experiencia de cada una de ellas y de qué manera vivieron y están viviendo esta etapa cada pareja.

Este método también lleva en sí a entender los entornos normales y cotidianos de los fenómenos estudiados. Además, consideran el significado que se le apropia y las evaluaciones que los individuos realizan. En otras palabras, y reformulando a Taylor y Bogdan (1984), la metodología cualitativa aborda la comprensión de lo que las personas piensan y dicen.

La metodología cualitativa recoge las conferencias completas de los individuos para hacer después un análisis interpretativo, comprendiendo las conexiones de sentido que se generan en determinadas culturas e ideologías.

La relevancia descriptiva tiene como preferencia reseñar la cualidad, caracterizando a un fenómeno o grupos de individuos. Su oficio principalmente es ahondar, detallar o moderar concepto o situación. (Fernández, 2021)

Mediante las entrevistas se alcanzó un alcance descriptivo, con las entrevistas logramos abordar el fenómeno del nido vacío, la crisis de pareja frente al nido vacío, recolectamos relatos en cuanto a saber un poco más a profundidad como fue antes y como es ahora su relación viviendo el nido vacío.

La revisión bibliográfica gravitará sobre el nido vacío, el experimentar la pérdida de un ser, ciclo familiar, los decesos, en el trabajo vamos a ocupar a parejas a las cuales se les va a aplicar instrumentos como el genograma, eco mapa y APGAR familiar en diferentes momentos, lo cual procuraremos que sean en tres momentos para que la pareja no se sienta agobiada con las preguntas que saldrán en las entrevistas. En la investigación bibliográfica que nos estamos planteando es en parejas adultos mayores los cuales nos van a ayudar a cumplir con dichos objetivos propuestos en nuestro tema investigativo.

Para realizar este trabajo de investigación vamos a realizar una indagación bibliográfica los cuales son desde los años 2012 hasta el año 2022. Entre los criterios de exclusión están: Documentos en idioma castellano, que sean estudios bibliográficos desde los años 2012, estudios en el área de psicología clínica y que sean estudios en parejas de matrimonios consolidados que haya o estén viviendo la etapa del nido vacío.

Los criterios inclusivos para nuestro análisis son datos que haya sido realizado en el área de Psicología Clínica. Para guiarnos en la búsqueda de publicaciones, se tomó en cuenta las categorías de nuestra investigación, el primer filtro que se realizó fue la una lectura detallada del abstract de los artículos que íbamos encontrando, después seleccionamos los papers para poder pasarlos a una matriz como apoyo para continuar con nuestra investigación, con lo antes mencionado se nos facilitó la realización de un análisis más profundo.

Teniendo en cuenta cada aspecto que se considera en la exclusión e inclusión, vamos a realizar de mejor manera nuestra investigación y que parámetros son necesarios ocupar.

V. Preguntas clave

- **Preguntas de inicio.**

- ✓ ¿Cómo se vivió el nido vacío en la población escogida?
- ✓ ¿Afecta el nido vacío en la relación de pareja?
- ✓ ¿Su hijo o hija ha decidido salir de casa? ¿Cómo le hace sentir eso?

- **Preguntas interpretativas.**

- ✓ ¿Cómo afecta el nido vacío en la relación de pareja?
- ✓ ¿Cómo dedicar tiempo para uno y que antes no podía hacerlo por los hijos?

- **Preguntas de cierre.**

- ✓ ¿Qué estrategias desarrolla la familia y la pareja para afrontar el nido vacío?

VI. Organización y procesamiento de la información

Artículos Científicos

ARTICULOS CIENTIFICOS

N	TÍTULO	AÑO	AUTOR	TIPO DE DOCUMENTO				TEMA		REPOSITORIO O BIBLIOTECA VIRTUAL
				TESIS	ARTICULO	LIBRO	DUELO	SATIFACCION PARENTAL	NIDO VACIO	
1	“Afrontamiento del duelo en el ámbito del nido vacío. Importancia del acompañamiento en la gestión del duelo desde la intervención del Trabajo Social (Álvarez, 2015, p. 1)”.	2015	Álvarez Calvo, Candelas		X		X			Universidad de Valladolid. (Repositorio)
2	“Relación de tipo y ciclo vital familiar con la presencia de problemas psicopatológicos en un consultorio docente de medicina familiar (Cuba, Romero, & Cuellar, 2014, p. 1)”.	2015	María Cuba Fuentes, Zoila Romero Albino, Yuri Cuellar De la Cruz		X			X		Universidad Peruana Cayetano Heredia (Repositorio)
3	“Experiencia del afrontamiento del nido vacío en madres solas en comparación a madres con pareja (Montoya, 2016, p. 1)”.	2016	Pamela Mishel Montoya Gordón	X					X	Universidad San Francisco de Quito (Repositorio)
4	“Síndrome del nido vacío: experiencias de adultos mayores del proyecto Universidad de Madurez de Amapá (Mota, Celis, Da Silva, Santos, & De Sousa, 2021, p. 1)”.	2021	Rafaela Ingrid Mota Dos Santos, Anneli Mercedes Celis De Cárdenas	X					X	Universidad de Madurez de Amapá (Repositorio)
5	“Mujeres en situación de nido vacío, nido demasiado lleno, madres con hijos menores y no madres: un estudio acerca de las teorías implícitas sobre la maternidad, el bienestar psicológico, la iniciativa de crecimiento personal y la satisfacción con la vida (Pascual, 2015, p. 1)”.	2015	Mercedes Pascual del Río	X					X	Universidad de Valencia (Repositorio)

N	TÍTULO	AÑO	AUTOR	TIPO DE DOCUMENTO				TEMA		REPOSITORIO O BIBLIOTECA VIRTUAL
				TESIS	ARTICULO	LIBRO	DUELO	SATIFACCION PARENTAL	NIDO VACIO	
6	“Satisfacción marital en parejas que atraviesan la etapa de nido vacío (estudio realizado en la Iglesia Sagrada Familia de Quetzaltenango, comprendido entre las edades de 45 a 60 años) (Enriquez, 2014, p. 1)”	2014	Lourdes Andrea Enríquez Grijalva	X				X		Universidad Rafael Landívar (Repositorio)
7	“El nido vacío: una mirada desde la trayectoria vital de las familias urbanas y rurales (Díaz, Restrepo, & Pérez, 2022, p. 1).”	2022	Julián Andrés Díaz Aguirre Katerine Restrepo Álvarez María Camila Pérez Narváez			X			X	Universidad de Antioquia (Repositorio)
8	“Estilos de Afrontamiento de Parejas Adultas del Municipio de San Gil – Santander ante el Fenómeno del Nido Vacío (Andrade & Beltrán, 2020, p. 1)”	2022	Tatiana Marisol Andrade Rincón Mabel Yulitza Beltrán García		X		X			Universidad Autónoma de Bucaramanga (Repositorio)
9	La Resignificación en el proceso de duelo del nido vacío en mujeres de 50 a 60 años (Vial, 2016, p. 1)	2016	María Clara Vial Solar	X				X		Universidad Alberto Hurtado (Repositorio)

(Morales Allison, Porate Melany, 2022)

VII. Análisis de la información.

Realizaremos un análisis de contenido con un método cualitativo, enfocándonos en el nido vacío, la crisis que pasan las parejas frente al nido vacío, problemas de pareja vinculados en el nido vacío.

El análisis de contenido que se realizó de manera más cuidadosa y asertiva posible nos permitió analizar las características y rasgos de la investigación, también fue de gran ayuda este análisis que nos permitió clasificar la información que nos fuera útil.

También utilizamos un análisis narrativo el cual nos permitió explorar los problemas que aquejan cada pareja en esta etapa del nido vacío, con ello se pudo conocer la experiencia personal de las personas que fueron entrevistadas, conocer sus cualidades, pensamientos.

La manera como también obtuvimos información sobre el tema fue guiándonos con los papers que encontrábamos y los cuales íbamos seleccionando para que guíen nuestro trabajo de investigación, con la información recopilada aplicamos los criterios de exclusión e inclusión.

SEGUNDA PARTE

VIII. Justificación

Con la indagación realizada deseamos conocer el ciclo familiar y de qué manera cada una de las parejas afronta la etapa del nido vacío, y saber si llega a influir en su salud mental, lo que nos motiva a realizar esta investigación en equipo es el conocer de qué manera afrontan esta etapa como pareja y como lo conllevan día a día.

Puede llegar a tener una concepción bastante innovadora ya que los análisis acerca de los elementos de la misma serían definitivos en el momento de crear entrevistas, las cuales permitirán la mejoría en la relación de la pareja.

En el Ecuador la tendencia de matrimonios y divorcios; en el 2020 registró una baja de 31,5 % en relación al 2019 cuando pasó de 56.865 a 38.938. De igual forma el divorcio registró una disminución de 45.7% siendo 26.815 divorcios en el 2019 a 14.568 en el 2020. Por otro lado, la tasa de matrimonio y tasa de divorcio en el año 2020 disminuye en comparación al 2019, demostrando el 32,9 a 22,4 por cada 10.000 personas. Así se demuestra que, por cada 10.000 habitantes, la valoración de divorcios pasa de 15,5 a 8,3.

En Ecuador un matrimonio promedio dura en lo que respecta al 2019, 15,1 años; mientras en el 2020 se observa una disminución y la duración fue de 15,0 años. El rango de edades en hombres corresponde al grupo entre 25 – 29 años con un porcentaje de 26,9%, y el rango de edades en el caso de mujeres corresponde a las edades de 18 – 24 años con un porcentaje de 30,2% del total de matrimonios. Y los divorcios el mayor porcentaje se encuentra entre los 35 a 39 años, con un porcentaje de 17,0% en hombres y entre los 30 a 34 años con 18,0% en mujeres.

Los principales beneficiarios para este proyecto investigativo van a ser para los futuros investigadores que tengan el interés por continuar analizando variables que se lleguen a presentar con el tema seleccionado para nuestro trabajo de titulación. Si bien se sabe que las familias tienen diferentes ciclos familiares, crianza, y hábitos que heredan los hijos por parte de los que conforman la familia.

Si bien se sabe que en esta etapa, los hijos al momento de salir de este núcleo familiar y continúan su propio ciclo vital, llegan a formar su propio hogar, es por ello que los padres deben empezar a elaborar el duelo de su partida, pero con el pasar del tiempo la sociedad va cambiando la crianza, el vínculo familiar es diferente, y la manera como lo viven ahora la etapa del nido vacío es totalmente diferente a los tiempos antiguos, los hijos en estos tiempos son más independientes y no son tan pegados a sus padres y los problemas que se presentan a lo largo de su vida los resuelven solos, sin la necesidad de terceras personas, ya que la mentalidad en estos tiempos son diferentes.

Finalmente, lo que se desea principalmente es tener conocimiento sobre el afrontamiento en parejas, el ciclo familiar, crianza, duelo y de qué manera todo esto influyen en su salud mental, poder aportar con información actualizada para que tengan el conocimiento sobre la etapa que están viviendo y de qué manera conllevarlo.

IX. Caracterización de los beneficiarios

Parejas	Sexo	Edad	Años Casados	Lugar de Residencia	Número de Hijos	Edad de los Hijos	Estado civil de Hijos
Pareja 1	Femenino Masculino	56 años 58 años	35 años	Quito	Dos Hijos	Hijo1: 31años Hijo2: 23años	Hijo1: Unión Libre Hijo2: Soltero
Pareja 2	Femenino Masculino	59 años 61 años	38 años	Quito	Cuatro Hijos	Hijo1: 36años Hijo2: 33años Hijo3: 28años Hijo 4:24años	Hijo1: Divorciado Hijo2: Casado Hijo3: Casado Hijo4: Soltero
Pareja 3	Femenino Masculino	58 años 68 años	36 años	Quito	Tres Hijos	Hijo1: 33años Hijo2: 29años Hijo3: 19años	Hijo1: Unión Libre Hijo2: Casado Hijo3: Soltero
Pareja 4	Femenino Masculino	66 años 71 años	44 años	Quito	Cinco Hijos	Hijo1: 43años Hijo2: 42años Hijo3: 39años Hijo4: 36años Hijo5: 31 años	Hijo1: Casado Hijo2: Casado Hijo3: Divorciado Hijo4: Unión Libre Hijo 5: Casado

Pareja 5	Femenino Masculino	60 años 61 años	32 años	Quito	Cinco Hijos	Hijo1: 32años Hijo2: 29años Hijo3: 28años Hijo4: 26años Hijo5: 23 años	Hijo1: Unión Libre Hijo2: Divorciado Hijo3: Casado Hijo4: Casado Hijo5: Comprometido
Pareja 6	Femenino Masculino	42 años 43 años	25 años	Quito	Dos Hijos	Hijo1: 24años Hijo2: 17 años	Hijo 1: Unión Libre Hijo 2: Soltero

(Morales Allison, Porate Melany, 2022)

X. Interpretación

INTERPRETACION GENOGRAMA

En la pareja # 1 al momento de establecer un primer momento no presentó ninguna barrera, por el contrario, la pareja colaboro al momento de elaborar el genograma. Al hacer un segundo encuentro con la pareja la misma ya presento objeción para realizarla. Sintió que estaba siendo invadido por lo cual dejaron de ser partícipes para el estudio de tesis. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

En la pareja #2 al momento de establecer el primer momento, la pareja no presento barrera alguna, por el contrario, se mostró colaborativa para el estudio. Al tratar de pedir una segunda reunión con la pareja, la misma ya presento dificultades para reunirnos, posterior a eso nos supieron manifestar que no gustan continuar con el proceso de estudio, ya que temían develar información sensible. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

En la pareja #3 en el primer momento no presento problemas para hacer la reunión, por el contrario, se sintió muy cómoda frente al hablar de su núcleo familiar. Al establecer un segundo encuentro la pareja se sintió incómoda para seguir formando parte del estudio de tesis. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

En la pareja #4 en el primer momento de realizar el genograma la pareja nos colaboró con la elaboración del mismo, no se cerró frente a saber y conocer como está estructurada su familia, misma que nos permitió seguir a un segundo momento. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

En la pareja #5 en el primer momento se mostró bastante participativa en la entrevista lo cual ayudo bastante para recolectar datos sobre la familia,

también nos ayudó a ver como estaba la pareja frente a que sus hijos estaban en su mayoría con sus hogares constituidos. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

En la pareja #6 en el primer momento se sentía un poco tímida frente al hablar de cómo están llevando el vacío frente, al establecer un momento de seguridad para la pareja; la misma nos colaboró en todo lo que se necesitaba para la realización del genograma. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

PAREJAS	SEXO	EDAD	ECOMAPA
<i>Pareja # 4</i>	Femenino Masculino	66 años 71 años	Contamos con la colaboración para el eco mapa.
<i>Pareja # 5</i>	Femenino Masculino	60 años 61 años	Contamos con la colaboración para el eco mapa.
<i>Pareja # 6</i>	Femenino Masculino	42 años 43 años	Contamos con la colaboración para el eco mapa.

(Morales Allison, Porate Melany, 2022)

INTERPRETACION ECOMAPA

En el caso de las parejas # 1, # 2, # 3 no quisieron seguir con el estudio de tesis, por motivos que temían develar información sensible frente a su núcleo familiar, por lo cual se decidió respetar la opinión que tenían las parejas y continuar con quienes nos podían colaborar. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

Pareja # 4, con la pareja nos dimos cuenta de cómo han cambiado sus vínculos sociales, ellos fueron muy transparentes al momento de revelar toda

la información que necesitábamos y los mismos vieron como su relación se ha fortalecido. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

Pareja #5, la pareja nos dejó conocerlos y ellos mismos pudieron ver cómo su relación de padres ha pasado de nuevo a ser una relación de pareja, supieron manifestar que queda en ellos el hacer nuevos vínculos con sus amigos y retomar vínculos con algunos familiares ya que les ayudaría bastante en este proceso de pareja. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

Pareja #6, la pareja al momento de realizar el eco mapa se pudo dar cuenta de cómo sus vínculos familiares han ido mejorando y su relación de pareja con el tiempo se ha ido fortaleciendo y al momento tienen muchos planes que desean realizar como padres y algunos otros como parejas. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

PAREJAS	SEXO	EDAD	APGAR FAMILIAR
<i>Pareja # 4</i>	Femenino Masculino	66 años 71 años	Contamos con la colaboración para aplicar el APGAR sin ningún problema.
<i>Pareja # 5</i>	Femenino Masculino	60 años 61 años	Contamos con la colaboración para aplicar el APGAR sin ningún problema.
<i>Pareja # 6</i>	Femenino Masculino	42 años 43 años	Contamos con la colaboración para aplicar el APGAR sin ningún problema.

(Morales Allison, Porate Melany, 2022)

INTERPRETACIONES DEL APGAR FAMILIAR

Pareja #4, mostro colaboración para la aplicación del APGAR en la interpretación del puntaje fue de carácter normal que va desde los 17 – 20 puntos. Al realizar cada pregunta con respecto al misma, la pareja no mostraba ninguna señal de que estaba siendo incomodada al dar las respuestas. Por el contrario, se mostró muy abierta hacia la aplicación del reactivo. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

Pareja #5, permitió aplicar el APGAR en la interpretación del puntaje nos mostró una difusión leve que va desde 16 – 13 puntos. Ya que al momento de realizar la aplicación de reactivo la pareja se mostró un poco indispuesta al responder las preguntas ya que menciono que días atrás habían tenido un mal entendido con uno de sus hijos por lo cual les sentía algunas preguntas del reactivo. (Morales Allison, Porate Melany, 2022)

Pareja #6, se mostró dispuesta a la colaboración, pero contaban con tiempo limitado ya que en la anterior intervención se mostraron un poco tímidos en esta ocasión no fue la excepción por lo cual afecto un poco en la aplicación del mismo el puntaje de este de 16 – 13 puntos lo que corresponde a disfunción leve por lo anteriormente explicado.

(Morales Allison, Porate Melany, 2022)

XI. Principales logros del aprendizaje

Es bueno indagar y profundizar la transformación familiar, considerando que cuando hablamos de familia es necesario tomar en cuenta que cada familia es diferente, y que cada miembro o los que la conforman son distintos, ya que cada uno de ellos tienen su forma de relacionarse, diferente manera de vivencia en sus diferentes etapas. También es de mucha ayuda indagar otros autores que desglosan del tema, donde se traten los temas de ciclo familiar, y sus etapas, con estas indagaciones pertinentes, vimos que es importante empezar abordando a la familia, su transformación y características de la familia como un aspecto que determine su forma de ser y estar en sociedad.

Mediante las entrevistas realizadas a las parejas, nos supieron manifestar que los hijos buscan nuevas oportunidades y experiencias, tanto a nivel educativo como en busca de ofertas laborales que les permitan ser independientes, cumplir con sus necesidades, proyectos de vida, etc. En algunos casos de estas familias alguno de sus hijos ya decide formar sus propios hogares.

Se realizaron las mismas conversaciones y narraciones e historias similares, a las seis parejas dando a conocer que no en todas las familias se vive lo mismo y cada quien vive su tiempo a su manera.

Es bueno también dar a conocer con esta investigación que cuando hablamos de nido vacío no es necesariamente o se trata de un abandono o un vacío, si no se podría decir que es una etapa en la que la familia se reconfigura, en el que incluso podemos

evidenciar la llegada de nuevos miembros, nietos, parejas, familia política.

XII. Conclusiones y recomendaciones

Conclusiones

Después de la investigación realizada se pudo concluir que aún es un estudio bastante nuevo el hablar sobre el síndrome del nido vacío ya que falta estudios con poblaciones grandes para que se pueda determinar cómo afecta la salida de los hijos a los padres que se quedan en casa.

De acuerdo con lo investigado las consecuencias del síndrome del nido vacío afectan en parte negativa a la calidad de vida de quienes lo llegan a vivir, haciendo que les resulte más difícil vivir su día a día. Esto se debe a que es natural que experimenten un dolor emocional constante.

Al realizar una búsqueda exhaustiva con las parejas que viven el nido vacío nos pudimos dar cuenta que en el Ecuador ya existen muy pocas parejas casadas las cuales lo afrontan juntos, por lo que podemos rescatar que en gran parte del país afrontan solo mujeres a partir de los 50 años en adelante.

Recomendaciones

Vemos necesario desarrollar por parte del estado una implementación de talleres gratuitos en sus diferentes instituciones o sedes para que las parejas, mujeres u hombres que están pasando por el nido vacío tengan estrategias que les ayude de manera positiva sobrellevar de una manera armónica.

La elaboración de un seguimiento o una bitácora de las parejas que entren a un estudio de manera voluntaria para con esto poder observar de manera directa el avance que tendrán dentro y fuera de su zona de confort.

XIII. Referencias bibliográficas

Morales Allison, Porate Melany. (15 de Diciembre de 2022). Exploración de los problemas que viven las parejas que habitan en el sur de Quito, en la etapa del nido vacío durante el 2022. *Exploración de los problemas que viven las parejas que habitan en el sur de Quito, en la etapa del nido vacío durante el 2022.*

Quito, Pichincha, Ecuador: Universidad Politécnica Salesiana.

Álvarez, C. (2015). *Afrontamiento del duelo en el ámbito del nido vacío. Importancia del acompañamiento en la gestión del duelo desde la intervención del Trabajo Social.* Retrieved from Repositorio Universidad de Valladolid:

<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/14352/TFG-G1247.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Andrade, T., & Beltrán, M. (2020). *Estilos de Afrontamiento de Parejas Adultas del Municipio de San Gil – Santander ante el Fenómeno del Nido Vacío.* Retrieved from Universidad Autónoma de Bucaramanga:

<https://repository.unab.edu.co/static/vendor/pdfjs-1.10.88/web/viewer.html>

Argüello, R. (2019, Enero 11). *Los problemas de pareja.* Retrieved from

<https://www.ryapsicologos.net/problemas-de-pareja/#:~:text=Los%20problemas%20de%20pareja%20se,%2C%20actitudes%2C%20etc>

Asen K.eia, Thomson Peter. (1997). *Intervención Familiar.* Lima: Paidós Iberica .

- Cuba, M., Romero, Z., & Cuellar, Y. (2014). *Relación de tipo y ciclo vital familiar con la presencia de problemas psicosomáticos en un consultorio docente de medicina familiar*. Retrieved from Scielo:
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018-130X2014000200003&script=sci_abstract
- de Dios, M. (2022). *Síndrome del Nido Vacío*. Bogotá.
- Díaz, J., Restrepo, K., & Pérez, M. (2022). *El nido vacío: una mirada desde la trayectoria vital de las familias urbanas y rurales*. Retrieved from Universidad de Antioquia:
https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/29798/7/DiazJulian_2022_NidoVacioTrayectoria.pdf
- Enriquez, L. (2014). *Satisfacción marital en parejas que atraviesan la etapa de nido vacío (estudio realizado en la Iglesia Sagrada Familia de Quetzaltenango, comprendido entre las edades de 45 a 60 años)*. Retrieved from Universidad Rafael Landívar: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Enriquez-Lourdes.pdf>
- Espinal I, Gimeno A, González F. (2008). *Enfoque Sistémico En Los Estudios Sobre La Familia*. Valencia.
- González, B. (2022). *El nido vacío: una mirada desde la trayectoria vital de las familias urbanas y rurales*. Antioquia .
- González, P. (2018). *Cuando los hijos avandonan el hogar*.
- Grych, & Cummings. (1998). *Síndrome del Nido Vacío*. Bubok.
- Javier, N. (2012). *El climaterio y el síndrome del nido vacío en el contexto sociocultural*. Obtenido de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252001000200017

Jouriles, Barling y Oleary. (1987). *Conflicto de Pareja, Etapa del Nido Vacío*. San Francisco: Caligrama.

Judithy, E., & Garcia, X. (2015). Familia y ciclo vital familiar. *GENERALIDADES*, 45.

Minuchín, Andolfi, Musitu, Rodrigo y Palacios. (2005). *Enfoque Sistémico En Los Estudios Sobre La Familia*. Valencia.

Minuchin, S. (2004). *Técnicas de terapia familiar*. Barcelona: Gedisa .

Minuchin, S., Montalvo, B., & Guernev, B. G. (1967). *La teoría familiar de Minuchin*. Nueva York: Basic Books.

Montalvo, J., Espinosa, M., & Pérez, A. (2013). *Análisis del ciclo vital de la estructura familiar y sus principales problemas en algunas familias mexicanas*. Retrieved from Periódicos electrónicos de psicología:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-339X2013000100007

Montoya, P. (2016, agosto). *Experiencia del afrontamiento del nido vacío en madres solas en comparación a madres con pareja*. Retrieved from Repositorio USFQ: https://repositorio.usfq.edu.ec/jspui/browse?type=subject&sort_by=1&order=ASC&rpp=25&etal=-1&value=Divorcios&starts_with=B

Mota, R., Celis, A., Da Silva, R., Santos, N., & De Sousa, L. F. (2021). *Síndrome del nido vacío: experiencias de adultos mayores del proyecto Universidad de Madurez de Amapá*. Retrieved from Universidad de concepción: <https://revistas.udec.cl/index.php/cienciayenfermeria/article/view/5058>

- Pascual, M. (2015). *Mujeres en situación de nido vacío, nido demasiado lleno, madres con hijos menores y no madres: un estudio acerca de las teorías implícitas sobre la maternidad, el bienestar psicológico, la iniciativa de crecimiento personal y la satisfacción con la vida*. Retrieved from Universidad de Valencia:
<https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/50948/TESIS%20MERCEDDES%20ultima%2016%20diciembre%20rev.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pinedo, C. (2022). *Síndrome del nido vacío: qué pasa cuando los hijos se van*. Retrieved from El País: https://elpais.bo/reportajes/20220312_sindrome-del-nido-vacio-que-pasa-cuando-los-hijos-se-van.html
- Raup Jana, Myers Jane. (25 de November de 1989). *The Empty Nest Syndrome*. Obtenido de Journal of Counseling y Development:
https://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/J_Myers_Empty_1989.pdf
- Vial, M. (2016). *La Resignificación en el proceso de duelo del nido vacío en mujeres de 50 a 60 años*. Retrieved from Universidad Alberto Hurtado:
<https://repositorio.uahurtado.cl/bitstream/handle/11242/7707/MAPVial.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Zinker, & Sager. (2015). *Pensamiento, Sentimiento y Emoción*. Ámsterdam.
- Zinker, J. (2012). *Ciclo de la Experiencia*.

XIV. Anexos

CUADRO DE CITAS DE CADA AUTOR

<i>Nombre el artículo</i>	<i>Autor</i>	<i>Párrafo</i>	<i>Año</i>
Enfoque Sistémico en el estudio sobre la familia	(Minuchín, Andolfi, Musitu,Rodrigo y Palacios, 2005)	La familia es un conjunto organizado e interdependiente de personas en constante interacción, que se regula por unas reglas y por funciones dinámicas que existen entre sí y con el exterior	2005
Técnicas de Terapia Familiar	Minuchin	El nido vacío desde el punto de vista de Minuchin describe a la familia en cuatro etapas, y cada una produce cambios y transiciones de una etapa a una nueva y más compleja. Estas etapas son: formación de la pareja, pareja con hijos pequeños, familia con hijos de edad escolar y adolescentes y familia con hijos adultos	2004
Familia y ciclo vital familiar	Estremero Judithy , Gacia Ximena	<u>La pareja casada cuando los hijos se independizan “nido vacío”</u> en cuarto lugar, se llega a la fase donde las parejas tienen hijos, pero los hijos se independizan y dejan la casa.	2015
Síndrome del	Dios	La crisis por el nido vacío, sucede cuando los hijos abandonan el hogar, se suele producir más en	2022

Nido Vacío		padres que no han compaginado el cuidado de la prole con otras áreas de la vida, como la pareja, el trabajo o las amistades. Se trata de un cambio o crisis personal que no resulta patológico, si se maneja bien, para que no derive en depresión o ansiedad.	
Síndrome del Nido Vacío	Dios	También es un buen momento para que retomen sus aficiones y planifiquen su propio tiempo libre, así como la ocasión de ver a sus hijos como adultos autónomos que han crecido. Conviene tener en cuenta que la relación con los hijos no ha acabado, aunque el rol de los progenitores haya cambiado, es aconsejable aceptar la nueva etapa vital y fomentar el autocuidado, mantener el contacto con los hijos, aunque no haya una convivencia diaria	2022
The Empty Nest Syndrome	Raup Jana, Myers Jane	Desde diferentes ópticas se ha abordado la transición del nido vacío, tratando de comprender lo que sucede durante esta etapa del desarrollo y los factores que están asociados a los diferentes tipos de respuestas que el individuo puede emitir ante esta experiencia de cambio por lo cual, el foco principal de esta investigación es comprender el nido vacío como un segmento del ciclo vital por el que pasan los individuos que han formalizado parejas y subsecuentemente han sido padres	1989
Intervención Familiar	Asen K.eia, Thomson Peter	no como una patología, puesto que el nido vacío va más allá de la sintomatología que se da como respuesta al sentimiento de pérdida que se produce cuando el último de los hijos abandona el hogar	1997
Enfoque Sistémico en los Estudios Sobre la Familia.	Espinal I, Gimeno A, González F	ya que éste es un período en el ciclo vital de la familia, donde la pareja redistribuye los roles, maneja de forma distinta el tiempo y las actividades en el hogar, modifica parte de su identidad, de su auto concepto y en algunos casos se encuentran con una pareja con la que tienen que crear una nueva relación, descubriendo una carencia de perspectiva e información que simultáneamente puede ser un camino de acercamiento o un obstáculo que lleve a una mayor separación	2008

Ciclo de la experiencia	Joseph	Para Zinker (2012) plantea que "una pareja o una familia es un sistema de individuos comprometidos a permanecer juntos a lo largo de un periodo de tiempo extenso, manteniendo de este modo su continuidad"	2012
Pensamiento, sentimiento y emoción	Zinker y Sager	señala que la pareja es un "ser vivo" con una estructura característica, una forma de organización determinada y que es creadora de su propia historia, lo que la lleva a constituirse como un modelo complejo de relación. Esta visión de la pareja la antepone a la perspectiva desde la cual se ha percibido en la psicología, al ser definida como un objeto, un vínculo dependiente de la relación, que debe responder a las necesidades y expectativas iniciales de ambos integrantes. En esta misma dirección	2015
Los problemas de pareja	Rogelio	Propone que los problemas de pareja son algo normal, en cierto sentido inevitables, y sin embargo exigen de cada uno en una pareja lo mejor de sí para poder seguir adelante. Los problemas de pareja se originan del simple hecho de que toda pareja está conformada por dos personas que, a pesar de tener cosas en común, en esencia son diferentes, es decir que llevan consigo mundos muy diferentes y singulares (puntos de vista, modos de ser, actitudes, etc.). Estas diferencias forman parte de la riqueza de una pareja, pero también son fuente directa de estas dificultades. De una u otra forma, toda pareja presenta el reto de saber convivir con estas diferencias, sin acabar menospreciando o descalificando el mundo del otro. Este reto está incluido en lo que entendemos por "amor". Es decir, que amar a alguien implica ser capaces de convivir con las diferencias en una relación de pareja, sin tener la necesidad de imponer un punto vista, o tener la necesidad de desvalorizar a la pareja. Si bien podemos decir que los problemas y las diferencias son normales y, de alguna	2019

		manera, inevitables en las parejas, también es preciso subrayar que el bienestar de una pareja depende de saber manejar adecuadamente los retos que suponen estas diferencias y los problemas que de su coexistencia surgen.	
Síndrome del Nido Vacío	Grych y Fincham, Cummings y Cummings	Algunos autores consideran necesario el conflicto marital, porque lo entienden como un factor de crecimiento, cuya resolución implica un trabajo orientado a la obtención de un nuevo equilibrio más estable y superior que el anterior. Incluso lo consideran como necesario para la dinámica de la pareja, y adecuado para los niños, quienes a través de la observación de estrategias de manejo dentro del desacuerdo pueden aprender habilidades y estrategias para la resolución de sus propios conflictos	1998
Conflicto de pareja, etapa del nido vacío	Jouriles, Barling y Oleary	El conflicto marital se puede definir como el uso por parte de los esposos de agresiones a la pareja y métodos aversivos	1987
Síndrome del Nido Vacío	Grych y Fincham, Cummings y Cummings	tales como el maltrato físico o el maltrato verbal. También se entiende como conflicto la incompatibilidad en las metas o intereses entre los miembros de la pareja manifestada en la reciprocidad negativa en la comunicación del afecto	1998
El climaterio y el síndrome del nido vacío.	Javier Navarro	La pareja se le designa a aquella persona con la cual uno elige con quien con la cual se decidió compartir la vida, afectivamente hablando, es decir, aquel o aquella persona con la cual se quiere conformar una familia, formando parte del plan de familia no solamente el casamiento o en su defecto únicamente juntarse sin intención de formalizar la unión en un registro civil, sino además el	2012

		hecho de tener hijos que generalmente son tomados como el corolario de esa unión	
El climaterio y el síndrome del nido vacío.	Javier Navarro	Los problemas de pareja son inevitables; por muy bien que funcione la relación, sin importar la afinidad o el cariño, antes o después se producirán desavenencias. Además, es habitual que actuemos de manera poco racional con nuestra pareja, no es raro que nos dejemos llevar por nuestras emociones, lo que hace que un asunto cualquiera que en otra circunstancia no tendría mayor importancia, pueda desencadenar una auténtica discusión.	2012
El nido vacío una mirada desde la trayectoria vital de las familias urbanas y rurales.	González	Múltiples estudios demuestran que vivir en pareja supone importantes beneficios para la salud emocional y física de las personas. Esto, sin embargo, no se da en todos los casos; para ser así, es necesario que la relación de pareja se desarrolle de manera sana y positiva para ambos miembros. Por el contrario, aquellas personas que viven una relación sentimental poco sana pueden pasar por un auténtico suplicio. Y peor aún, también hacen pasar ese sufrimiento a la persona con quien conviven	2022
El nido vacío una mirada desde la trayectoria vital de las familias	González	En consecuencia, el problema no está tanto en la existencia de conflictos, sino más bien en cómo se resuelven estos. En función de cómo se aborden estas discrepancias, la relación de pareja puede salir fortalecida o debilitada. De hecho, no es descabellado afirmar que algunos problemas de pareja pueden terminar fortaleciendo la relación; la clave aquí es saber gestionar adecuadamente el conflicto, para así canalizarlo y afrontarlo de la mejor manera posible	2022

urbanas y rurales.			
El nido vacío una mirada desde la trayectoria vital de las familias urbanas y rurales.	González	El amor, por sí mismo, no resuelve los problemas de pareja; sin embargo, es un elemento fundamental que, de utilizarse bien, puede ayudar a encontrarles una solución. En función de cómo se vayan resolviendo estas dificultades, la relación de pareja irá consolidándose o debilitándose gradualmente. Así, una relación sana y positiva no se obtiene fácilmente, sino que es un trabajo logrado día a día	2022
Cuando los hijos abandonan el hogar	Patricia González	Los problemas de pareja vinculados en el nido vacío, atraviesan las parejas y las familias ya que son distintas fases en su vida que requieren la realización de ciertos ajustes para que haya un equilibrio familiar. Por tanto, el síndrome del nido vacío hay que considerarlo como una etapa más del ciclo vital familiar, en el que a veces pueden aparecer ciertas dificultades	2018
Cuando los hijos abandonan el hogar	Patricia González	El que los hijos se vayan de casa, puede suponer para algunas parejas una época de más libertad en la que pueden retomar aficiones que habían abandonado hace años o tener nuevas aspiraciones y proyectos por realizar (viajar, apuntarse a bailar, cambiar de casa, etc)	2018
Cuando los hijos	Patricia González	Para otras parejas, la fase del nido vacío se puede vivir como una amenaza, especialmente si la relación de pareja no es buena, en cuyo caso suele haber preocupación por "cómo llenar" los espacios	2018

abandonan el hogar		que han dejado los hijos, ya que se experimenta vacío y soledad	
Cuando los hijos abandonan el hogar	Patricia González	En esta etapa, se reevalúa la relación de pareja y pueden aparecer sentimientos de indecisión acerca de la continuidad en la relación. Si la relación de pareja cuando estaban los hijos era de distanciamiento, con ausencia de demostraciones afectivas, falta de intimidad, comunicación de poca calidad y/o aparición de conflictos, en esta etapa principalmente y por el hecho de quedar solos, se puede planear la idea de separación o divorcio, o bien tener relaciones fuera de la pareja como "salida" a una relación insatisfactoria	2018
Cuando los hijos abandonan el hogar	Patricia González	Aunque el síndrome del nido vacío puede afectar tanto a hombres como a mujeres, son ellas las que con frecuencia experimentan con más intensidad esta etapa, ya que además suele coincidir con otras circunstancias como el cuidado de los padres, la menopausia y el haber asumido el rol principal de cuidado de los hijos	2018
La teoría familiar de Minuchin	Salvador Minuchin, Braulio Montalvo, B. G. Guernev, Jr	La teoría familiar de Minuchin (Técnicas de terapia familiar) plantea cuatro etapas y cada una de ellas produce cambios y transiciones de una etapa a una a otra, nueva y más compleja. Las etapas que se plantean son las siguientes: formación de la pareja, pareja con hijos pequeños, familia con hijos de edad escolar y adolescentes y familia con hijos adultos.	1967

CUADRO DE CITAS DE CADA AUTOR

Nombre el artículo	Autor	Párrafo	Año
“Enfoque Sistémico en el estudio sobre la familia (Minuchín, Andolfi, Musitu,Rodrigo y Palacios, 2005)”.	(Minuchín, Andolfi, Musitu,Rodrigo y Palacios, 2005)	“La familia es un conjunto organizado e interdependiente de personas en constante interacción, que se regula por unas reglas y por funciones dinámicas que existen entre sí y con el exterior (Minuchín, Andolfi, Musitu,Rodrigo y Palacios, 2005)”.	2005
“Técnicas de Terapia Familiar (Minuchin, 2004)”.	Minuchin	“El nido vacío desde el punto de vista de Minuchin describe a la familia en cuatro etapas, y cada una produce cambios y transiciones de una etapa a una nueva y más compleja. Estas etapas son: formación de la pareja, pareja con hijos pequeños, familia con hijos de edad escolar y adolescentes y familia con hijos adultos (Minuchin, 2004)”.	2004
“Familia y ciclo vital familiar (Judithy & Garcia, 2015)”.	Estremero Judithy , Gacia Ximena	“ <u>La pareja casada cuando los hijos se independizan “nido vacío” en cuarto lugar, se llega a la fase donde las parejas tienen hijos, pero los hijos se independizan y dejan la casa (Judithy & Garcia, 2015)”.</u>	2015

“Síndrome del Nido Vacío (de Dios, 2022)”.	Dios	“La crisis por el nido vacío, sucede cuando los hijos abandonan el hogar, se suele producir más en padres que no han compaginado el cuidado de la prole con otras áreas de la vida, como la pareja, el trabajo o las amistades. Se trata de un cambio o crisis personal que no resulta patológico, si se maneja bien, para que no derive en depresión o ansiedad (de Dios, 2022)”.	2022
“Síndrome del Nido Vacío (de Dios, 2022)”.	Dios	“También es un buen momento para que retomen sus aficiones y planifiquen su propio tiempo libre, así como la ocasión de ver a sus hijos como adultos autónomos que han crecido. Conviene tener en cuenta que la relación con los hijos no ha acabado, aunque el rol de los progenitores haya cambiado, es aconsejable aceptar la nueva etapa vital y fomentar el autocuidado, mantener el contacto con los hijos, aunque no haya una convivencia diaria (de Dios, 2022)”.	2022
“The Empty Nest Syndrome (Raup Jana, Myers Jane, 1989)”.	Raup Jana, Myers Jane	“Desde diferentes ópticas se ha abordado la transición del nido vacío, tratando de comprender lo que sucede durante esta etapa del desarrollo y los factores que están asociados a los diferentes tipos de respuestas que el individuo puede emitir ante esta experiencia de cambio por lo cual, el foco principal de esta investigación es comprender el nido vacío como un segmento del ciclo vital por el que pasan los individuos que han formalizado parejas y subsecuentemente han sido padres (Raup Jana, Myers Jane, 1989)”.	1989
“Intervención Familiar (Asen K.eia, Thomson Peter., 1997)”.	Asen K.eia, Thomson Peter	“No como una patología, puesto que el nido vacío va más allá de la sintomatología que se da como respuesta al sentimiento de pérdida que se produce cuando el último de los hijos abandona el hogar (Asen K.eia, Thomson Peter., 1997)”.	1997

<p>“Enfoque Sistémico en los Estudios Sobre la Familia (Espinal I, Gimeno A, González F, 2008)”.</p>	<p>Espinal I, Gimeno A, González F</p>	<p>“Ya que éste es un período en el ciclo vital de la familia, donde la pareja redistribuye los roles, maneja de forma distinta el tiempo y las actividades en el hogar, modifica parte de su identidad, de su auto concepto y en algunos casos se encuentran con una pareja con la que tienen que crear una nueva relación, descubriendo una carencia de perspectiva e información que simultáneamente puede ser un camino de acercamiento o un obstáculo que lleve a una mayor separación (Espinal I, Gimeno A, González F, 2008)”.</p>	<p>2008</p>
<p>“Ciclo de la experiencia (Zinker, 2012)”.</p>	<p>Zinker Joseph</p>	<p>Para Zinker (2012) plantea que "una pareja o una familia es un sistema de individuos comprometidos a permanecer juntos a lo largo de un periodo de tiempo extenso, manteniendo de este modo su continuidad (p. 10)”.</p>	<p>2012</p>
<p>“Pensamiento, sentimiento y emoción (Zinker & Sager, 2015)”.</p>	<p>Zinker y Sager</p>	<p>Señala que: “la pareja es un ‘ser vivo’ con una estructura característica, una forma de organización determinada y que es creadora de su propia historia, lo que la lleva a constituirse como un modelo complejo de relación. Esta visión de la pareja la antepone a la perspectiva desde la cual se ha percibido en la psicología, al ser definida como un objeto, un vínculo dependiente de la relación, que debe responder a las necesidades y expectativas iniciales de ambos integrantes. En esta misma dirección (Zinker & Sager, 2015)”.</p>	<p>2015</p>

<p>“Los problemas de pareja (Argüello, 2019)”.</p>	<p>Argüello, Rogelio</p>	<p>“Propone que los problemas de pareja son algo normal, en cierto sentido inevitables, y sin embargo exigen de cada uno en una pareja lo mejor de sí para poder seguir adelante. Los problemas de pareja se originan del simple hecho de que toda pareja está conformada por dos personas que, a pesar de tener cosas en común, en esencia son diferentes, es decir que llevan consigo mundos muy diferentes y singulares (puntos de vista, modos de ser, actitudes, etc.). Estas diferencias forman parte de la riqueza de una pareja, pero también son fuente directa de estas dificultades. De una u otra forma, toda pareja presenta el reto de saber convivir con estas diferencias, sin acabar menospreciando o descalificando el mundo del otro. Este reto está incluido en lo que entendemos por "amor". Es decir, que amar a alguien implica ser capaces de convivir con las diferencias en una relación de pareja, sin tener la necesidad de imponer un punto de vista, o tener la necesidad de desvalorizar a la pareja. Si bien podemos decir que los problemas y las diferencias son normales y, de alguna manera, inevitables en las parejas, también es preciso subrayar que el bienestar de una pareja depende de saber manejar adecuadamente los retos que suponen estas diferencias y los problemas que de su coexistencia surgen (Argüello, 2019)”.</p>	<p>2019</p>
<p>Síndrome del Nido Vacío</p>	<p>Grych y Fincham, Cummings y Cummings</p>	<p>Algunos autores consideran necesario el conflicto marital, porque lo entienden como un factor de crecimiento, cuya resolución implica un trabajo orientado a la obtención de un nuevo equilibrio más estable y superior que el anterior. Incluso lo consideran como necesario para la dinámica de la pareja, y adecuado para los niños, quienes a través de la observación de estrategias de manejo dentro del desacuerdo pueden aprender habilidades y estrategias para la resolución de sus propios conflictos</p>	<p>1998</p>
<p>Conflicto de pareja, etapa del nido vacío</p>	<p>Jouriles, Barling y O'Leary</p>	<p>El conflicto marital se puede definir como el uso por parte de los esposos de agresiones a la pareja y métodos aversivos</p>	<p>1987</p>

<p>“Síndrome del Nido Vacío (Grych & Cummings, 1998)”.</p>	<p>Grych y Fincham, Cummings y Cummings</p>	<p>Tales como el maltrato físico o el maltrato verbal. También se entiende como conflicto la incompatibilidad en las metas o intereses entre los miembros de la pareja manifestada en la reciprocidad negativa en la comunicación del afecto (Grych & Cummings, 1998)”.</p>	<p>1998</p>
<p>El climaterio y el síndrome del nido vacío.</p>	<p>Javier Navarro</p>	<p>La pareja se le designa a aquella persona con la cual uno elige con quien con la cual se decidió compartir la vida, afectivamente hablando, es decir, aquel o aquella persona con la cual se quiere conformar una familia, formando parte del plan de familia no solamente el casamiento o en su defecto únicamente juntarse sin intención de formalizar la unión en un registro civil, sino además el hecho de tener hijos que generalmente son tomados como el corolario de esa unión</p>	<p>2012</p>
<p>El climaterio y el síndrome del nido vacío.</p>	<p>Javier Navarro</p>	<p>Los problemas de pareja son inevitables; por muy bien que funcione la relación, sin importar la afinidad o el cariño, antes o después se producirán desavenencias. Además, es habitual que actuemos de manera poco racional con nuestra pareja, no es raro que nos dejemos llevar por nuestras emociones, lo que hace que un asunto cualquiera que en otra circunstancia no tendría mayor importancia, pueda desencadenar una auténtica discusión.</p>	<p>2012</p>
<p>“El nido vacío una mirada desde la trayectoria vital de las familias urbanas y rurales (González B. , 2022)”.</p>	<p>González Beatriz</p>	<p>“Múltiples estudios demuestran que vivir en pareja supone importantes beneficios para la salud emocional y física de las personas. Esto, sin embargo, no se da en todos los casos; para ser así, es necesario que la relación de pareja se desarrolle de manera sana y positiva para ambos miembros. Por el contrario, aquellas personas que viven una relación sentimental poco sana pueden pasar por un auténtico suplicio. Y peor aún, también hacen pasar ese sufrimiento a la persona con quien conviven (González B. , 2022)”.</p>	<p>2022</p>

<p>“El nido vacío una mirada desde la trayectoria vital de las familias urbanas y rurales (González B. , 2022)”.</p>	<p>González Beatriz</p>	<p>“En consecuencia, el problema no está tanto en la existencia de conflictos, sino más bien en cómo se resuelven estos. En función de cómo se aborden estas discrepancias, la relación de pareja puede salir fortalecida o debilitada. De hecho, no es descabellado afirmar que algunos problemas de pareja pueden terminar fortaleciendo la relación; la clave aquí es saber gestionar adecuadamente el conflicto, para así canalizarlo y afrontarlo de la mejor manera posible (González B. , 2022)”.</p>	<p>2022</p>
<p>“El nido vacío una mirada desde la trayectoria vital de las familias urbanas y rurales (González B. , 2022)”.</p>	<p>González Beatriz</p>	<p>“El amor, por sí mismo, no resuelve los problemas de pareja; sin embargo, es un elemento fundamental que, de utilizarse bien, puede ayudar a encontrarles una solución. En función de cómo se vayan resolviendo estas dificultades, la relación de pareja irá consolidándose o debilitándose gradualmente. Así, una relación sana y positiva no se obtiene fácilmente, sino que es un trabajo logrado día a día (González B. , 2022)”.</p>	<p>2022</p>
<p>“Cuando los hijos abandonan el hogar (González P. , 2018)”.</p>	<p>Patricia González</p>	<p>“Los problemas de pareja vinculados en el nido vacío, atraviesan las parejas y las familias ya que son distintas fases en su vida que requieren la realización de ciertos ajustes para que haya un equilibrio familiar. Por tanto, el síndrome del nido vacío hay que considerarlo como una etapa más del ciclo vital familiar, en el que a veces pueden aparecer ciertas dificultades (González P. , 2018)”.</p>	<p>2018</p>

“Cuando los hijos abandonan el hogar (González P. , 2018)”.	Patricia González	“El que los hijos se vayan de casa, puede suponer para algunas parejas una época de más libertad en la que pueden retomar aficiones que habían abandonado hace años o tener nuevas aspiraciones y proyectos por realizar (viajar, apuntarse a bailar, cambiar de casa, etc.) (González P. , 2018)”.	2018
“Cuando los hijos abandonan el hogar (González P. , 2018)”.	Patricia González	“Para otras parejas, la fase del nido vacío se puede vivir como una amenaza, especialmente si la relación de pareja no es buena, en cuyo caso suele haber preocupación por "cómo llenar" los espacios que han dejado los hijos, ya que se experimenta vacío y soledad (González P. , 2018)”.	2018
“Cuando los hijos abandonan el hogar (González P. , 2018)”.	Patricia González	“En esta etapa, se reevalúa la relación de pareja y pueden aparecer sentimientos de indecisión acerca de la continuidad en la relación. Si la relación de pareja cuando estaban los hijos era de distanciamiento, con ausencia de demostraciones afectivas, falta de intimidad, comunicación de poca calidad y/o aparición de conflictos, en esta etapa principalmente y por el hecho de quedar solos, se puede planear la idea de separación o divorcio, o bien tener relaciones fuera de la pareja como "salida" a una relación insatisfactoria (González P. , 2018)”.	2018
“Cuando los hijos abandonan el hogar (González P. , 2018)”.	Patricia González	“Aunque el síndrome del nido vacío puede afectar tanto a hombres como a mujeres, son ellas las que con frecuencia experimentan con más intensidad esta etapa, ya que además suele coincidir con otras circunstancias como el cuidado de los padres, la menopausia y el haber asumido el rol principal de cuidado de los hijos (González P. , 2018)”.	2018

<p>“La teoría familiar de Minuchin (Minuchin, Montalvo, & Guernev, La teoría familiar de Minuchin, 1967)”</p>	<p>Salvador Minuchin, Braulio Montalvo, B. G. Guernev, Jr</p>	<p>“La teoría familiar de Minuchin (Técnicas de terapia familiar) plantea cuatro etapas y cada una de ellas produce cambios y transiciones de una etapa a una a otra, nueva y más compleja. Las etapas que se plantean son las siguientes: formación de la pareja, pareja con hijos pequeños, familia con hijos de edad escolar y adolescentes y familia con hijos adultos (Minuchin, Montalvo, & Guernev, La teoría familiar de Minuchin, 1967)”</p>	<p>1967</p>
---	---	---	-------------

Cuadro de relaciones con cada instrumento aplicado

I. Pareja	Nido Vacío	Crisis por Nido Vacío	Relación Pareja Nido Vacío	Duelo
Uno	<i>Estructura:</i> En la primera pareja le afecto la salida de su primer hijo puesto que no estaban a favor en el punto de vista de la madre tuvo que asistir a ayuda para sobrellevar su vacío.	Por parte de la madre entro en crisis por el afrontamiento del nido vacío, por tal motivo el padre de familia tuvo que afrontar de manera diferente la salida de su hijo / hija del hogar.	La relación como pareja se ha visto afectado porque empiezan a tener diferencias entre ellos, pero logran encontrar un punto de equilibrio puesto que aún tienen a uno de sus hijos e casa.	La pareja admite que le ha afectado más a la madre sobrellevar el duelo puesto que ella compartía más tiempo con su hijo, tenía más afinidad con el mismo.
	<i>Red Social:</i> Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.
	<i>Funcional:</i> Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.
Dos	<i>Estructura:</i> En la segunda pareja el padre de familia mostro que tiene un poco de conflictos con sus dos últimos hijos, pero que sabe sobrellevarlo. Con el resto de sus hijos todo es ameno. Por parte de la madre el divorcio de su primer hijo fue algo que ella esperaba ya que regreso a casa para compartir con sus padres y sus otros dos hijos les apoya e sus hogares.	El padre de familia con la salida de sus hijos se ha mostrado conforme puesto que sabía el ciclo de la vida que tenían que llevar sus hijos. Por parte de la madre se mostró un poco indispueta ya que se oponía a la idea de que se vayan de casa.	Como pareja les ha ido bastante bien puesto que ellos han adoptado animales para llevar su vacío y comparten tiempo juntos al salir de paseo con las mascotas.	La pareja supo sobrellevar en manera de equipo en manera personal les ha afectado pero como su primer hijo regreso a casa ellos se sienten muy contentos.

	<i>Red Social:</i> Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.
	<i>Funcional:</i> Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.
Tres	<i>Estructura:</i> La pareja comenta que es una familia pequeña y que los padres están en desacuerdo que su hijo viva en unión libre debido a que los padres son casados por la iglesia y por el registro civil.	La madre se muestra inconforme con la unión que formó su hijo, menciona que debería seguir el ejemplo de su otro hermano el padre también menciona lo mismo y le recalcan al hijo soltero que tiene que hacer las cosas bien.	Su relación se ha visto muy afectada menciona la madre que considera una separación para que vean la necesidad de estar con el otro. El padre de familia está dispuesto a ver cómo van las cosas con su señora esposa.	En un inicio se vieron muy afectados puesto que su primer hijo salía de casa no de la manera que ellos esperaban pero con su segundo hijo lo supieron llevar de mejor manera.
	<i>Red Social:</i> Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.
	<i>Funcional :</i> Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.	Salieron del estudio.
Cuatro	<i>Estructura:</i> Los padres mencionan que con sus dos primeros hijos y su quinto ellos están orgullosos de los mismos, con su tercer hijo se muestran molestos porque su hogar fallo y le culpan a su hijo, con su cuarto hijo muestran indiferencia porque no les gusta la idea de que este solo unido y no casado.	El padre presento una crisis al ver que sus primeros hijos se fueron de casa ya que no estaba listo para afrontar que su casa se vaya viéndose vacía; por parte de la madre supo sobrellevar ya que sus amistades le habían hablado de cómo lidiar con la salida de sus hijos de la casa.	Su relación se ha visto que en parte a mejora puesto que hay días que ellos se ponen a juzgar las relaciones de sus hijos y eso les afecta en su momento.	En el duelo ellos supieron ser un equipo para afrontar que sus hijos están saliendo del nido.
	<i>Red Social:</i> Ellos como pareja solo han mostrado estrés o conflicto con el trabajo, la familia extensa se ha mostrado un poco débil	Por parte del padre muestra que se ha cerrado en parte de la recreación, por otra parte, con la religión él se ha sentido que ha entrado en	Como pareja piensan que tendrían que volver a recobrar el contacto con varias personas que creen que les sumarían a su relación de	Ellos creen que por la salida de sus hijos les ha afectado en sus círculos sociales.

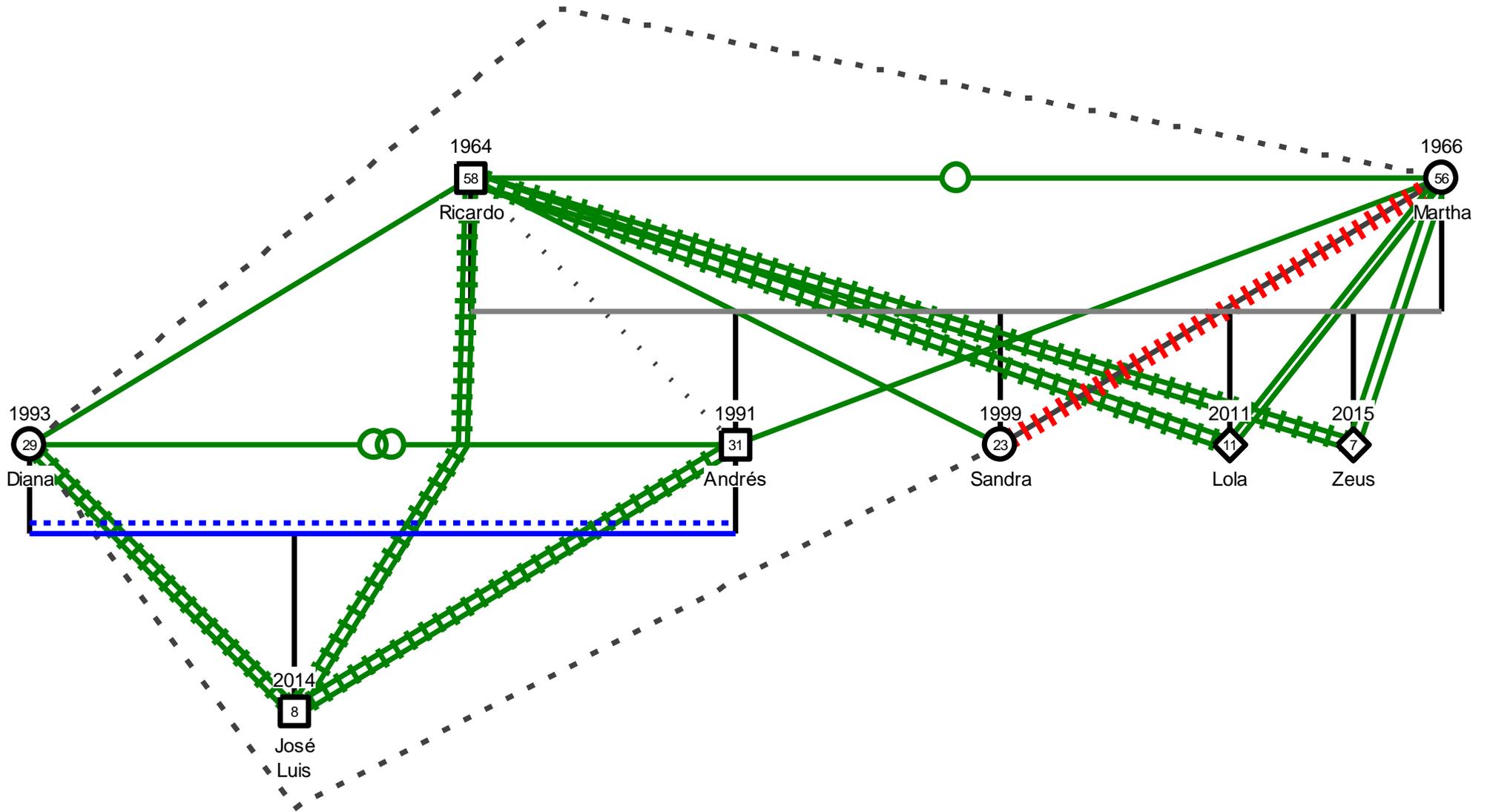
	por parte de la madre de familia puesto a que ella se cerró con la salida de sus hijos.	conflicto.	pareja y de padres.	
	<i>Funcional:</i> Por parte de la madre muestra que la gran mayoría de veces ella siente que algunas de las veces si se siente satisfecha con el núcleo familiar el cual ella ha formado con sus hijos pese a las diferencias que han tenido. Por parte del padre de familia muestra que alguna de las veces le gusta compartir su tiempo con sus hijos y también nietos.	Como pareja opinan que podrían cambiar en ciertas cosas para que cuando vayan sus hijos con los nietos no se sientan obligados por estar con ellos, por el contrario que puedan pasar un momento ameno entre todos.	La pareja piensa que tienen en mente tomar terapia en pareja para que ellos puedan enfocarse en ellos como en sus hijos y sus parejas, para que puedan afrontar la etapa por la cual están pasando.	Con la terapia que supieron mencionar ellos están muy confiados en mejorar en todos los aspectos para tener una mejor relación con todos de su alrededor.
Cinco	<i>Estructura:</i> El padre fue muy abierto con la respuesta que dio de que él tendría que mejorar la relación que tiene con ciertas personas de su familia ya que esto le está afectando al momento de ser abuelo. Por parte de la madre pese a que igual presenta conflicto sabe manejarlo para que lo mismo no se vea afectado con la relación de todos los miembros de la familia.	La pareja se mostró honesta que al momento de afrontar una crisis ellos con todos tenían una buena relación al momento que salieron de casa sus hijos en un inicio hubo mucho conflicto por ambas partes ya que ninguno quería ceder a tener un diálogo que armonice todo, pero con el pasar el tiempo han ido mejorando de a poco las cosas.	La pareja acepta que su relación se vio afectada e incluso por un tiempo se distanciaron puesto a que no sabían cómo sobrellevar todo. Pero con ayuda de sus mismos hijos entendieron que ellos tienen muchas cosas por vivir juntos.	La llevada de su duelo ellos admiten que ha sido difícil, pero con su mascota ellos tienen un nuevo motivo puesto a que su mascota está pasando por la etapa de niñez y le dan mucho afecto.
	<i>Red Social:</i> En la red	La pareja se ha cerrado con	En un inicio aceptan que no	Su duelo fue bastante

	<p>funcional la pareja supo manifestar que con el trabajo tienen un poco de conflicto ya que se han sentido agobiados, porque ya van bastante tiempo en las diferentes empresas prestando sus servicios. En cuestión de la salud el padre de familia tiene una muy buena relación porque las veces que ha tenido que hacer uso del sistema de salud él ha tenido resultados favorecedores, por otra parte.</p>	<p>sus círculos sociales ya que en su momento de crisis ellos no veían necesario continuar con ese círculo social, a la religión la dejaron de lado ya que comentan que ellos han entregado a sus hijos y no es justo como la religión les paga.</p>	<p>supieron llevarlo, pero con la aceptación y de que sus hijos crecen y tienen que formar su hogar lo han ido aceptando paulatinamente.</p>	<p>complicado pero lograron ser una pareja fuerte para poder salir adelante.</p>
	<p><i>Funcional:</i> El padre menciona que casi siempre está conforme con la compañía de que todos estén en casa puesto a que él se ha ido acostumbrando a que solo sean los dos en la casa con su perrihijo.</p>	<p>Al afrontar su crisis ellos mencionan que no les costó expresar afecto y al responder a las diferentes emociones como el enojo, tristeza y demás.</p>	<p>En su relación en pareja se han dado cuenta que el espacio que tienen ellos en su casa es lo más bonito que tienen, puesto que con la salida de sus hijos comentan que han ido adecuando cada espacio con cosas que ellos querían desde hace tiempo atrás.</p>	<p>En el inicio de su duelo ellos comentan que lo que les afectó el no tener a sus hijos con quienes compartían y hablaban acerca de sus problemas que presentaban.</p>
<p><i>Seis</i></p>	<p><i>Estructura:</i> La pareja sabe mencionar que con la salida de su hijo en un inicio la madre le dio un vacío porque ella encontraba en él un apoyo incondicional algo que con su otro hijo no tenía, el padre se volvió más distante</p>	<p>La madre paso por una crisis muy notoria lo cual tuvo que pedir ayuda para poder sobrellevarlo, el padre le ayudo bástate para que ella afronte la salida de su hijo de casa.</p>	<p>Su relación en un inicio comenta el padre que se deterioró porque ninguno de los dos quería hablarlo de cómo van a ser las cosas a la salida de hijo, pero con el pasar el tiempo los días y los meses, supieron cambiar esa</p>	<p>Al momento que sale su primer hijo de casa la pareja recuerda y menciona que su segundo hijo asumió la responsabilidad de suplir o llenar el vacío hacia sus padres para que su duelo sea un poco más llevadero.</p>

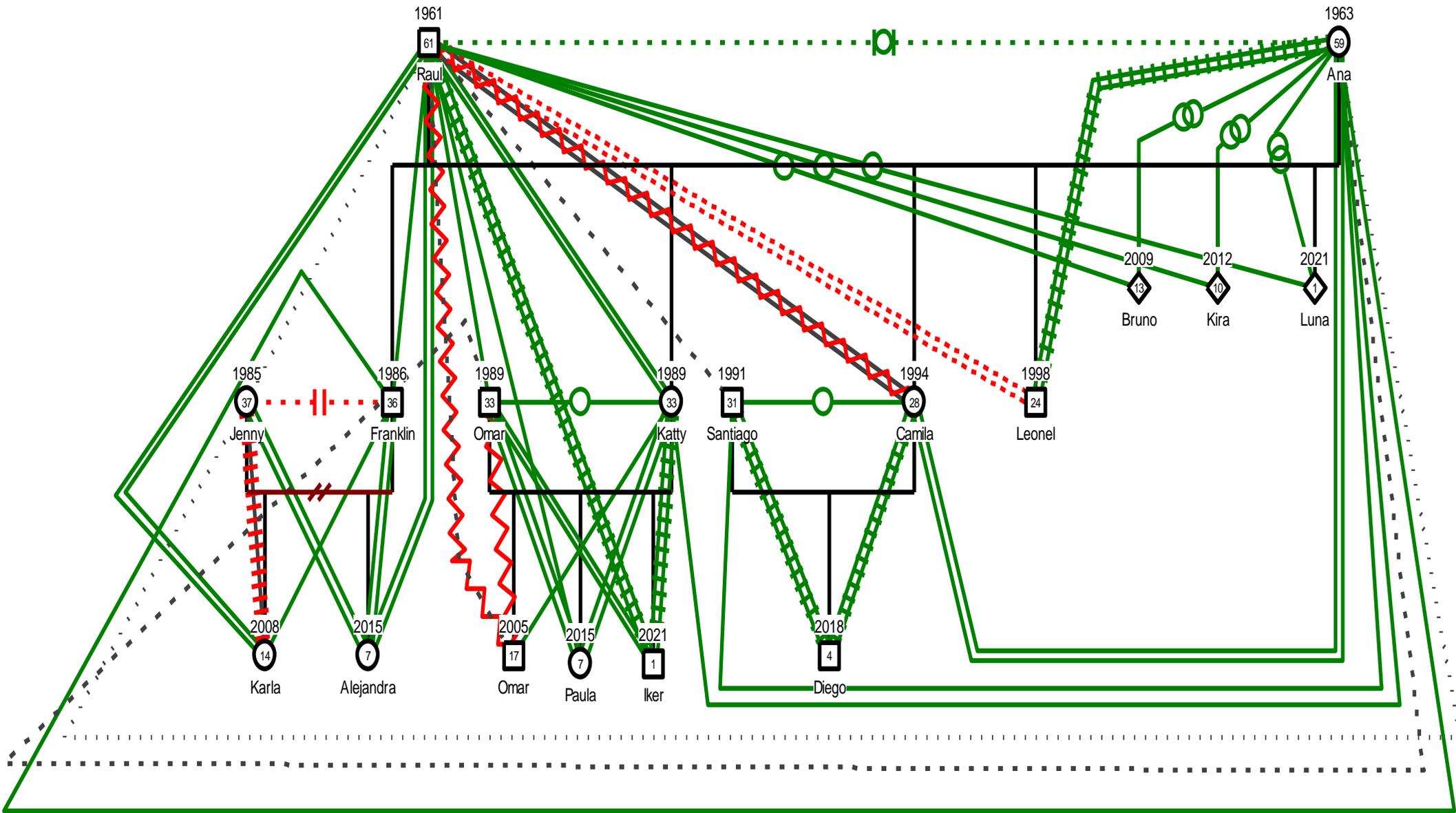
	con la madre y eso se vio afectado en su momento.		perspectiva para que se sientan cómodos como pareja y desde ahí han cambiado su manera de ser una pareja y padres para su otro hijo.	
	<i>Red Social:</i> Su red social en un primer momento aceptan que se vio afectada porque no querían comentar lo que estaba pasando, ellos siempre han tenido conflictos alrededor de la religión porque piensan que no necesitan ser adoctrinados por nada que ellos no quieran, con la familia se cerraron, pero con los amigos lo llevaron bien.	Cuando asistían a reuniones en familia al topar el tema de su hijo ellos entraban en crisis porque no aceptaban la realidad que tenían que pasar por eso se cerraron relaciones familiares, por no afrontar.	Su relación en pareja menciona que ahora está bien puesto a que tienen un ingreso extra en casa y eso les ayuda para que puedan organizar viajes en pareja. Algo que ellos llevaban posponiendo desde hace mucho tiempo atrás.	Aquí ellos comentan que su manera de duelo fue un poco el descuido de su salud por parte del padre ya que no veía sentido el estar acudiendo a chequeos médicos, la madre por otra parte se centró en ver cómo iba la salud de la misma.
	<i>Funcional:</i> A los dos ahora les gusta que su hijo acuda a su casa con su pareja para compartir un tiempo ameno, ya que ellos lo han sanado y han entendido que su hijo ha crecido.	Mostraron crisis al ver el soporte de familia en un inicio ahora ya esa crisis ellos han ido superando ya que han regresado a tener contacto con su familia externa.	Su relación en pareja les gusta bastante ahora ya que se suelen citar para que ellos tengan un momento para los dos a solas.	Su duelo se ha ido superando viendo que su hijo esta con una buena persona menciona la madre y eso le da tranquilidad al padre.

GENOGRAMAS DE CADA PAREJA ENTREVISTADA

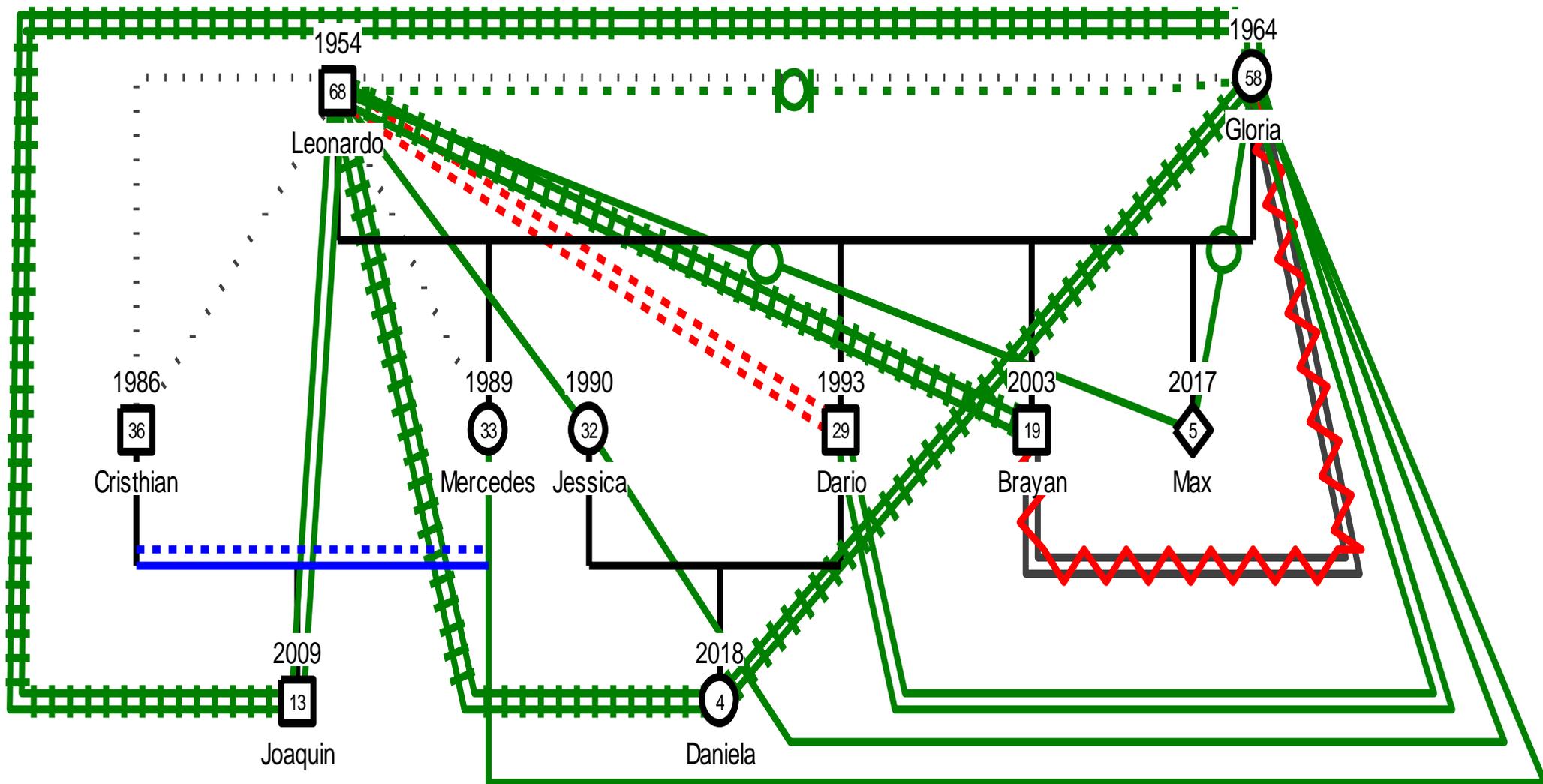
Genograma Pareja #1



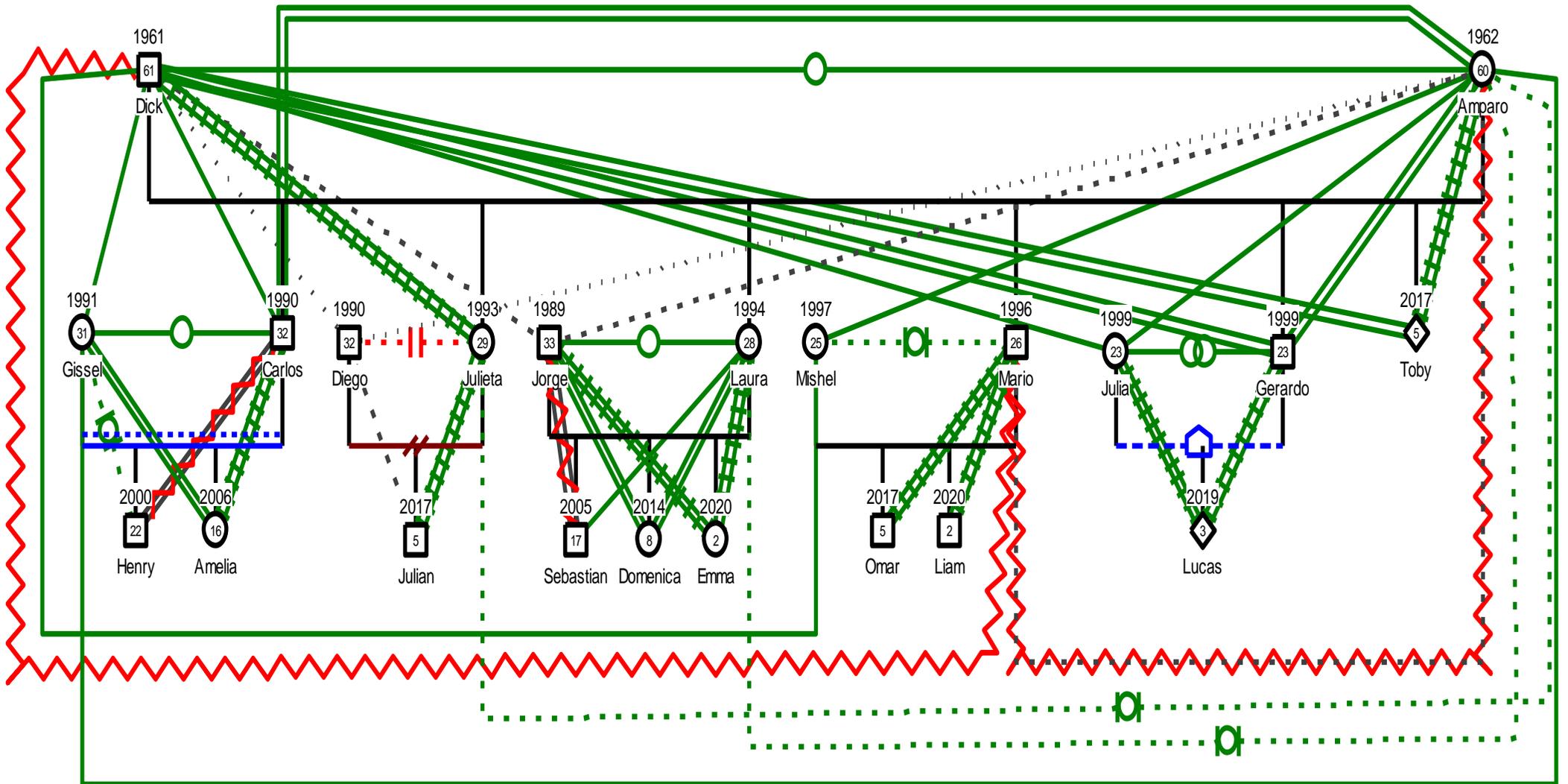
Genograma Pareja #2



Genograma Pareja #3

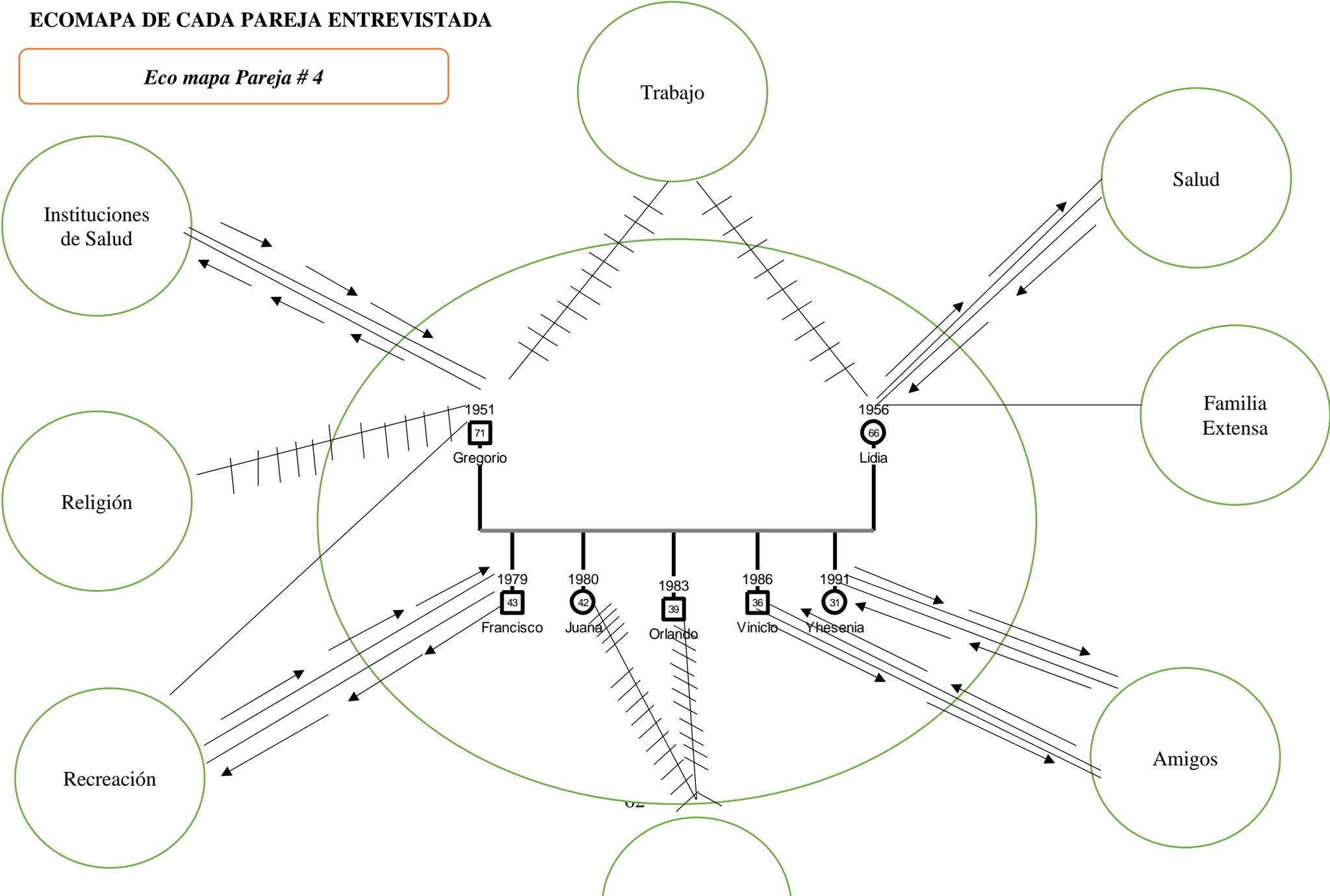


Genograma Pareja #5

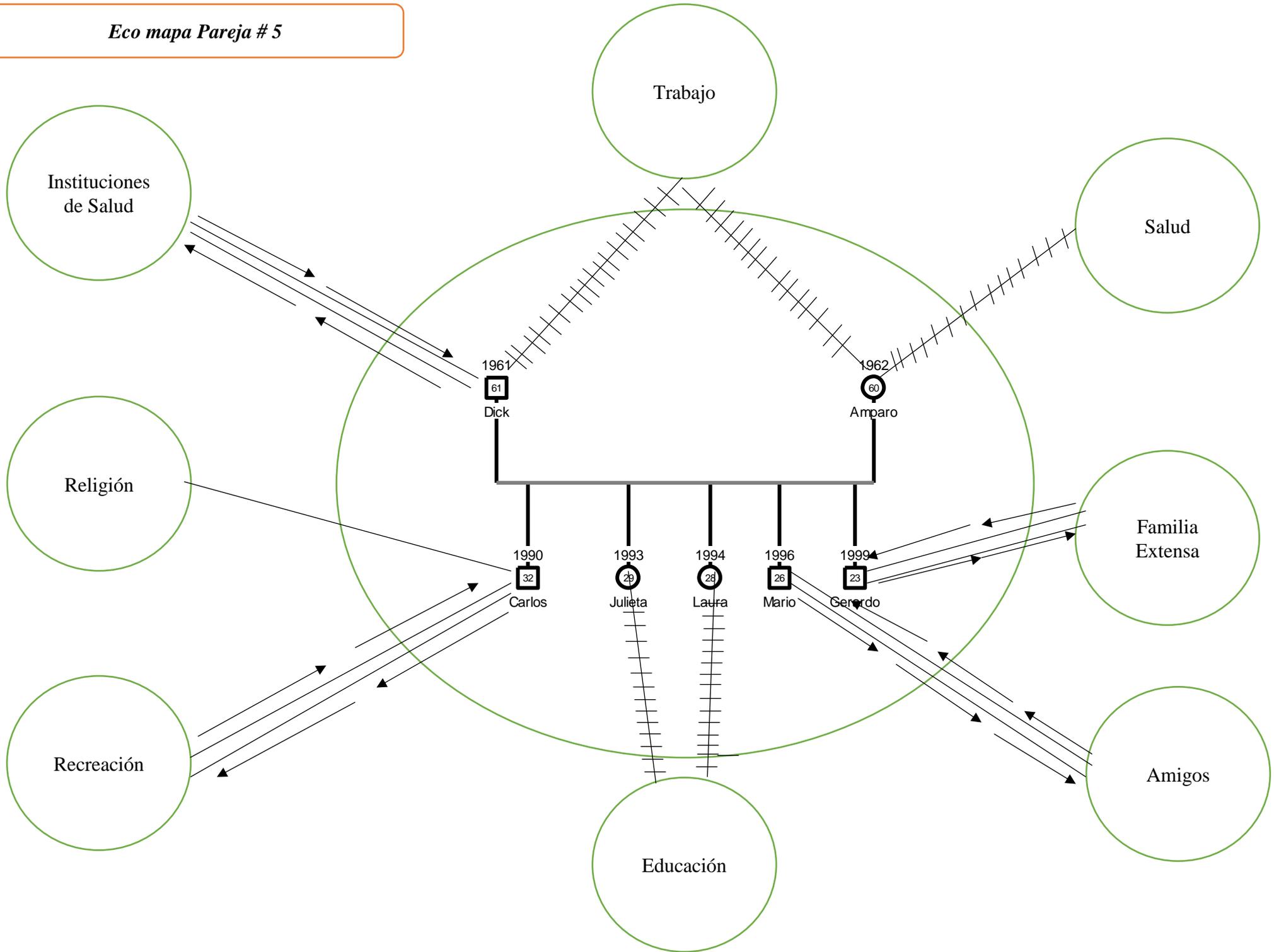


ECOMAPA DE CADA PAREJA ENTREVISTADA

Eco mapa Pareja # 4



Eco mapa Pareja # 5



APLICACIÓN DE INSTRUMENTO

Aplicación de Instrumento Pareja # 4 (Femenino)

Cuadro N° 1
Cuestionario para la evaluación de la funcionalidad den la familia

PREGUNTAS	NUNCA	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o necesidad?			✘		
Me satisface como en mi familia hablamos y compartimos nuestros problemas				✘	
Me satisface como mi familia acepta y apoya mi deseo de emprender nuevas actividades de			✘		
Me satisface como mi familia expresa afecto y responde a mis emociones tales como rabia, tristeza, amor.					✘
Me satisface como compartimos en mi familia:					
1. el tiempo para estar juntos			✘		
2. los espacios en la casa				✘	
3. el dinero					✘
¿Usted tiene un(a) amigo(a) cercano a quien pueda buscar cuando necesite ayuda?		✘			
Estoy satisfecho(a) con el soporte que recibo de mis amigos (as)	✘				

Aplicación de Instrumento Pareja # 4 (Masculino)

Cuadro N° 1
Cuestionario para la evaluación de la funcionalidad den la familia

PREGUNTAS	NUNCA	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o necesidad?		✘			
Me satisface como en mi familia hablamos y compartimos nuestros problemas			✘		
Me satisface como mi familia acepta y apoya mi deseo de emprender nuevas actividades de			✘		
Me satisface como mi familia expresa afecto y responde a mis emociones tales como rabia, tristeza, amor.				✘	
Me satisface como compartimos en mi familia:					
1. el tiempo para estar juntos			✘		
2. los espacios en la casa			✘		
3. el dinero			✘		
¿Usted tiene un(a) amigo(a) cercano a quien pueda buscar cuando necesite ayuda?				✘	
Estoy satisfecho(a) con el soporte que recibo de mis amigos (as)				✘	

Aplicación de Instrumento Pareja # 5 (Femenino)

Cuadro N° 1
Cuestionario para la evaluación de la funcionalidad den la familia

PREGUNTAS	NUNCA	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o necesidad?	✘				
Me satisface como en mi familia hablamos y compartimos nuestros problemas			✘		
Me satisface como mi familia acepta y apoya mi deseo de emprender nuevas actividades de			✘		
Me satisface como mi familia expresa afecto y responde a mis emociones tales como rabia, tristeza, amor.				✘	
Me satisface como compartimos en mi familia:					
1. el tiempo para estar juntos					✘
2. los espacios en la casa				✘	
3. el dinero				✘	
¿Usted tiene un(a) amigo(a) cercano a quien pueda buscar cuando necesite ayuda?					✘
Estoy satisfecho(a) con el soporte que recibo de mis amigos (as)					✘

Aplicación de Instrumento Pareja # 5 (Masculino)

Cuadro N° 1
Cuestionario para la evaluación de la funcionalidad den la familia

PREGUNTAS	NUNCA	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o necesidad?				✗	
Me satisface como en mi familia hablamos y compartimos nuestros problemas				✗	
Me satisface como mi familia acepta y apoya mi deseo de emprender nuevas actividades de				✗	
Me satisface como mi familia expresa afecto y responde a mis emociones tales como rabia, tristeza, amor.				✗	
Me satisface como compartimos en mi familia:			✗		
1. el tiempo para estar juntos		✗			
2. los espacios en la casa			✗		
3. el dinero					
¿Usted tiene un(a) amigo(a) cercano a quien pueda buscar cuando necesite ayuda?	✗				
Estoy satisfecho(a) con el soporte que recibo de mis amigos (as)		✗			

Aplicación de Instrumento Pareja # 6 (Femenino)

Cuadro N° 1
Cuestionario para la evaluación de la funcionalidad den la familia

PREGUNTAS	NUNCA	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o necesidad?					✗
Me satisface como en mi familia hablamos y compartimos nuestros problemas					✗
Me satisface como mi familia acepta y apoya mi deseo de emprender nuevas actividades de					✗
Me satisface como mi familia expresa afecto y responde a mis emociones tales como rabia, tristeza, amor.				✗	
Me satisface como compartimos en mi familia:					
1. el tiempo para estar juntos				✗	
2. los espacios en la casa					✗
3. el dinero				✗	
¿Usted tiene un(a) amigo(a) cercano a quien pueda buscar cuando necesite ayuda?					✗
Estoy satisfecho(a) con el soporte que recibo de mis amigos (as)					✗

Aplicación de Instrumento Pareja # 6 (Masculino)

Cuadro N° 1
Cuestionario para la evaluación de la funcionalidad den la familia

PREGUNTAS	NUNCA	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o necesidad?			✗		
Me satisface como en mi familia hablamos y compartimos nuestros problemas					✗
Me satisface como mi familia acepta y apoya mi deseo de emprender nuevas actividades de				✗	
Me satisface como mi familia expresa afecto y responde a mis emociones tales como rabia, tristeza, amor.					✗
Me satisface como compartimos en mi familia:					
1. el tiempo para estar juntos				✗	
2. los espacios en la casa					✗
3. el dinero					✗
¿Usted tiene un(a) amigo(a) cercano a quien pueda buscar cuando necesite ayuda?				✗	
Estoy satisfecho(a) con el soporte que recibo de mis amigos (as)				✗	