



**Universitat de les
Illes Balears**

Títol: *El duelo infantil en tiempos de guerra*

NOM AUTOR: *Margalida Ferrando Llobera*

DNI AUTOR: *43211403S*

NOM TUTOR: *José Francisco Campos Vidal*

Memòria del Treball de Final de Grau

Estudis de Grau de Treball Social

Paraules clau Niños, muerte, duelo infantil, guerra y pérdida

de la

UNIVERSITAT DE LES ILLES BALEARS

Curs Acadèmic 2014-2015

En cas de no autoritzar l'accés públic al TFG, marcau aquesta casella:

Resumen: La muerte resulta angustiante, temerosa, triste y desesperante para toda la humanidad, incluyendo a los niños. Por lo que el duelo infantil es una realidad que los adultos deben tener en cuenta en todos los ámbitos. El referente estudio bibliográfico quiere mostrar la elaboración del duelo infantil en diferentes contextos: En primer lugar, cómo se debe elaborar el duelo en un contexto donde reina la paz y la estabilidad; y en segundo lugar, como podría elaborarse el duelo de un niño en un contexto bélico, en tiempos de guerra. Se hablará de la percepción de los niños sobre la muerte en las diferentes etapas de la infancia y adolescencia. Además se expondrá cómo los niños viven y se ven partícipes de varias formas en las guerras del mundo así como también elaboran el duelo en los ciclos de la niñez.

Palabras clave: Niños, muerte, duelo infantil, guerra y pérdida

Abstract: Death turn out to be frightened, distressing, sad and exasperating for whole humanity including children. Therefore, the children's mourning is a reality that adults should keep in mind in all spheres. The regarding bibliographic study wants to show the different contexts in the children's mourning elaboration. Firstly, how should mourning elaborate in a contexts where reign peace and stability; and in a second place, how children's mourning could elaborate in a military context, in wartimes. It will discuss about the children's perception relating to death and the different child and teenager phases. In addition, it will present how the children live in the different war worlds as also children elaborate mourning in their infancy periods.

Keywords: Children, death, children's mourning, war and lost.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	04
2. LA MUERTE	04
2.1.Aspectos relevantes sobre la muerte	05
3. DUELO INFANTIL	07
3.1. El duelo y sus fases	07
3.2.Tipos de duelo infantil	08
3.3. El proceso del duelo en los niños y su acompañamiento	09
4. NIÑOS Y GUERRA	11
4.1.Niños soldados	12
4.1.1. Reclutamiento forzoso	12
4.1.2. Reclutamiento voluntario	13
4.2.Niños civiles	14
4.2.1. Niños refugiados y desplazados	15
4.2.2. Niños no acompañados	15
4.3.Minorías y niñas	15
4.4.Los efectos de la guerra	16
5. EL DUELO INFANTIL EN TIEMPOS DE GUERRA	17
5.1.La elaboración del duelo en tiempos de guerra	17
5.2.Tareas para elaborar el duelo	18
5.3.La resiliencia como factor de protección	19
6. CONCLUSIONES	20
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	21

1. INTRODUCCIÓN

Tal y como dice Cid (2011):

Los seres humanos vivimos inscritos en un espacio, un tiempo y una cultura determinados. Todo lo que creamos, pensamos e incluso sentimos está enmarcado dentro de un tiempo y unos dogmas que nos conforman y modulan. Por eso la manera de vivir la vida y de afrontar la muerte va a estar condicionada por el entorno y el período en el que vivimos (p.11).

No es lo mismo pasar por un duelo debido al fallecimiento de tus padres en un entorno civilizado que en tiempos de guerra, en un ambiente totalmente hostil donde la máxima prioridad es la supervivencia. Es por eso que en este trabajo se expondrán, a través de una exhaustiva búsqueda bibliográfica, los temas referentes a la muerte, el duelo y la guerra. Por ello, queremos presentar cómo se exterioriza el duelo en los niños de diferentes rangos de edad, así como su manejo y sus tipos, sino también exponer los efectos que niños civiles afectados por la guerra y niños soldados, combatientes y guerrilleros pasan por una pérdida global, en donde su familia, su entorno y su propia identidad están en peligro.

El documento consta de tres partes. En una primera se expone qué es el duelo y el proceso de éste en los niños de tres años hasta la adolescencia; además, también se presentan los diferentes tipos de duelo que los niños pueden estar pasando y el acompañamiento y manejo de los sentimientos por las pérdidas. En la segunda parte del trabajo se aborda la cuestión de la guerra y los niños; también los posibles efectos que la guerra puede hacer repercutir en ellos. Es importante mencionar que, durante las dos primeras partes, las referencias bibliográficas adquiridas son bastante extensas y no ha habido problema alguno para poder documentarse sobre ello. Sin embargo, en la tercera parte, el duelo infantil en tiempos de guerra, no se ha podido localizar tal extensa y específica bibliografía. Es por ello que se llegará a algunas conclusiones que, a modo de ensayo, se analizará cómo los niños padecen las consecuencias de la guerra y procesan el duelo y las pérdidas.

2. LA MUERTE

“La muerte es un proceso vital de la vida, doloroso y triste, por lo que la mayoría optamos por “cerrar los ojos” e ignorar esta etapa de la vida” (Gorosabel, 2013, p.5).

La idea sobre el niño y la muerte del manual llamado *Explicame qué ha pasado* de Cid (2011), expone que, actualmente, se aparta al niño de la presencia real de la muerte. Por una parte, se procura que no “sepa” sobre esta, por lo tanto, si pregunta, es muy probable que cambiemos de tema o también que se le respondan con evasivas. Se le aleja y se procura no conversar, ni llorar delante de él con la firme convicción de que lo mejor que haremos será evitarles el dolor que la muerte nos causa, a los adultos.

Algunos autores interpretan que a los seres humanos nos alarma y nos causa malestar enfrentarnos a la muerte. Se hace dificultoso poder apoyar a los niños así como acompañarles en su dolor y desazón si a nosotros mismos nos causa sufrimiento y perturbación. Al final, el temor y el miedo a la muerte se han convertido en un tema tabú (Cid, 2011 y Gorosabel, 2013).

Según Kübler-Ross (2005), los adultos sentimos la necesidad imperiosa de proteger a los niños del dolor y del sufrimiento. Tratamos de evitarles por todos los medios la posibilidad de sufrir en “exceso”.

Sin embargo, siguiendo con Kübler-Ross (2005), la realidad de las exploraciones muestra que los niños sí tienen curiosidad por la muerte. Los menores se hacen muchas de preguntas sobre este hecho sin necesidad de pasar por un duelo. Esto explica que, si se preguntan por ella, es porque advierten que los adultos damos importancia a la muerte. Los niños intuyen y ven los cambios que experimentan los seres vivos; cuestionarse el porqué de éstos cambios no responde más que su deseo de aclarar y confirmar lo que ya desde pequeños pueden entrever (Kubler-Ross, 2005 citado en Cid, 2011).

La dificultad de estas percepciones, así como lo observan algunos autores, es que suelen estar limitadas por su nivel cognitivo, su edad o su grado de madurez emocional; también dependerá de sus experiencias vitales o lo que sus iguales le hayan podido contar (Cid, 2011 y Fleming- Holland, 2008).

Por esta razón, Cid (2011) manifiesta que las explicaciones que los menores construyen pueden ser limitadas y, en la mayoría de situaciones, causan más confusión que la realidad en sí, llegando a interpretar la muerte según su propia imaginación.

2.1. Aspectos relevantes sobre la muerte

“Los adolescentes y los adultos ya tienen una construcción completa de lo que significa la muerte, lo que no altera el hecho de que, cuando la pérdida es cercana, asumir y aceptar lo que ya sabemos sea un proceso tremendamente costoso” (Cid, 2011, p.27).

Varios investigadores están de acuerdo que los niños de entre 2 y 5 años ven la muerte como reversible, como estar durmiendo (Cid, 2011; De Dios & García- Onieva, s.f; Gorosabel, 2013; Fleming- Holland, 2008; Tau & Lenzi, sf). Otros autores observan que los miedos innatos de los niños pequeños suelen ser el miedo a los ruidos intensos o caer de lugares elevados, por lo que podemos decir que, en un principio, no temen a la muerte (Kübler-Ross, 1993 citado en Gorosabel, 2013).

Cid, (2011) y Tau & Lenzi, (s.f), observaron que los niños pequeños (hasta 7 años de edad) pueden llegar a expresar sentimientos de angustia en el proceso de asimilación de la pérdida ya que al no entender exactamente lo que la muerte significa, sus miedos y fantasías pueden llegar a perturbar al niño complicando de este manera la elaboración del duelo.

Es Por eso, que es importante aclarar cuatro conceptos clave sobre la muerte:

La muerte es universal. Todos los seres vivos mueren

Worden (2004 citado en Cid, 2011), advierte que en una sola cuestión se puede poner en juego toda una abundancia de emociones y pensamientos que pueden ir desde la curiosidad del niño a su necesidad de negar lo que “intuye”. Respecto a todos estos factores, lo que se debería hacer es explicarle la verdad de forma gradual para el que niño pueda asimilar este hecho en el momento evolutivo en el que se encuentre.

Lo que sí es importante dejar claro, conforme Cid (2011) y Fleming-Hollande (2008), es que jamás debemos decir falsedades, se debe evitar inventar cuentos de hadas ya que esto impedirá a los niños avanzar en su crecimiento y poder desarrollar sus propios recursos para elaborar el duelo.

La muerte es irreversible. Cuando morimos no podemos volver a estar vivos nunca

Neimeyer (2002) explica que es necesario que los niños entiendan que cuando algo muere (planta, animal o persona), éste jamás volverá a despertar. Deben comprender que la muerte es un hecho definitivo y permanente (Neimeyer, 2002 citado en Cid, 2011).

Con respecto al concepto de la irreversibilidad de la muerte, Cid (2011) y Fleming-Holland (2008) creen que es importante ser muy claros. Aunque resulte doloroso hablar sobre la muerte, se debe intentar no usar metáforas sobre ésta y contestar a las preguntas de manera que al niño le quede claro.

De Hoyos (2015), recomienda que:

Para que el niño pueda adquirir este concepto, es substancial que no se retrase la noticia del fallecimiento así como también que participe en los ritos funerarios ya que les ayudará a comprender el significado de la muerte y elaborar un duelo adecuado (p.30).

Todas las funciones vitales terminan completamente en el momento de la muerte. Cuando morimos el cuerpo ya no funciona.

Según Neimeyer, (2002 citado en Cid, 2011) esto hace referencia a que, cuando una persona muere, su cuerpo deja literalmente de funcionar; no respira, no se mueve, no le late el corazón y deja a su vez de sentir.

Siguiendo con el mismo autor, el hecho de que los adultos lo podamos aceptar, no significa que el niño pueda comprenderlo, y esto es debido a dos razones muy claras. En primer lugar, por su limitación cognitiva y emocional; a los niños les cuesta entender que el cuerpo ya no responde, por lo que, normalmente, cuando alguien muere piensan que sus funciones vitales aún están “despiertas”. En segundo lugar, en ocasiones, nos resulta inevitable alimentar estos pensamientos. Como anteriormente se ha comentado, explicarle metáforas (“tu madre te envía besitos des del cielo”) sin haber pasado por las fases anteriormente expuestas, puede crear una gran confusión (Neimeyer, 2002 citado en Cid, 2011).

¿Por qué nos morimos? Toda muerte tiene un porqué

“Es importante explicar al niño el porqué de la muerte de la persona que ha fallecido. Es necesario que sepa que existe una causa física por la que morimos” (Cid, 2011, p.34).

Cid (2011) y De Hoyos (2015), están de acuerdo en que es de vital importancia que la razón que le demos al niño vaya encaminada a hacerle comprender que los pensamientos, los sentimientos de enfado, nunca pueden provocar la muerte.

De Hoyos (2015) y Fleming-Holland (2008) advierten que se trata de estar cerca del niño, escucharle, abrazarle y llorar con él, de no cohibir nuestros sentimientos de dolor ante los niños y animarles a hablar sobre la muerte y a expresar lo que sienten. Hay que tener presente que existen profesionales que pueden ayudar con el duelo infantil si éste se complica.

Conforme Cid, (2011):

De lo que se trata es saber reconocer nuestras propias limitaciones, de acercarnos al niño no como “sabedores” de todo, sino como personas también limitadas, con dudas y con preguntas sin resolver. Hay misterios en la vida que son iguales para todos (p.36).

3. EL DUELO INFANTIL

3.1. El duelo y sus fases

Neimeyer (2002 citado en Gorosabel, 2013) concibe el proceso del duelo como una reacción normal a cualquier tipo de pérdida que comporta la reconstrucción de todos aquellos aspectos que la pérdida ha puesto en cuestión. De la misma manera lo ve Cid (2011), exponiendo que “el proceso del duelo hace referencia a las reacciones psicológicas, físicas y sociales normales que se perciben tras una pérdida” (p.65).

Gómez & Estanley (1998 citado en Trujillo, Milena, & Moreno, 2008) piensan que el estado de duelo se produce ante una pérdida. En algunas definiciones se incluye también la pérdida de alguna capacidad del cuerpo, lo cual también ampliaría la definición a pérdidas ocasionadas no solo por fallecimiento sino también por separaciones del objeto o persona.

Cuando se habla de duelo, así como lo entienden Ordoñez & Lacasta (s.f) y Herrero (2009), se refieren al conjunto de factores que los seres humanos manifestamos en los ámbitos psicológicos, biológicos y sociales tras una pérdida. Más allá de la respuesta individual del duelo, una pérdida significativa impacta en los mitos familiares y puede desequilibrar en el funcionamiento de la familia. El duelo consiste en un proceso adaptativo, es decir, que se va “elaborando”.

Según de Hoyos (2015):

En el niño, el proceso de elaboración del duelo vendrá determinado por la etapa evolutiva, su entorno social y particularmente, por la actitud de los adultos que le rodean. Suele ser más intermitente que en el adulto, reviviendo con frecuencia la pérdida durante su periodo de crecimiento, especialmente en circunstancias vitales trascendentes (p.28).

Freud (1917 citado en Espina, Gago, & Perez, 1993), describió el duelo como un proceso intrapsíquico en el que la persona ya no siente interés por el mundo exterior y elabora la pérdida, despidiéndose del muerto intentando ligarse a nuevas persona u objetos.

En cambio Bowlby (1980) propone un sentido más amplio que incluiría todos los procesos psicológicos, conscientes e inconscientes, que, una pérdida pone en marcha, denominando aflicción a los sentimientos de dolor que causa la pérdida (Bowlby, 1980 citado en Espina, Gago, & Perez, 1993).

Espina, Gago, & Pérez (1993), exponen que en el proceso de elaboración del duelo se desarrolla en varias fases que varían según los autores: Kubler- Ross (1969) distingue dos etapas; una de rechazo hacia la muerte del ser y otra de enfado y rabia. Según Lindeman (1944), Parkes (1970) y Moss (1976) la elaboración del duelo sigue tres fases; la primera, la asimilación de sentimientos y separación de la realidad de la muerte; la segunda, en la que sobresalen los sentimientos de la pérdida: depresión, cólera y desorganización; y, finalmente, la aceptación gradual de la pérdida, el quebrantamiento de vínculos con el muerto y desarrollo de nuevas relaciones.

Por otra parte Bowlby (1980, 1983), siguiendo su teoría del apego, ha dividido el duelo en 4 fases:

1. La fase de shock. Puede durar desde unas horas hasta una semana y puede verse interrumpida por episodios de aflicción y cólera. La persona se siente aturdida y le cuesta aceptar la realidad.
2. Fase de deseo y búsqueda de la persona. Aparece anhelo intenso, llanto, inquietud, insomnio y cólera dirigida a quienes consideran responsables de la pérdida. Este deseo de recuperación puede llevar a no aceptar la pérdida.
3. Fase de desorganización y desesperanza. Durante esta fase es frecuente la aparición de momentos de depresión.
4. Fase de reorganización. La aceptación de la pérdida conlleva una redefinición de sí mismo y de su situación, así como el desempeñar papeles nuevos y adquirir nuevas habilidades.

(Bowlby 1980,1983 citado en Espina, Gago, & Perez, 1993).

En cambio, Ordoñez & Lacasta (s.f.) advierten que el proceso de duelo, en este caso en los niños, puede dividirse en tres fases. La protesta, donde el niño echa en falta al fallecido y llora por su regreso. La desesperanza, donde comienza a comprender la realidad, llora intermitentemente y puede pasar por un periodo de apatía. Y, finalmente, la ruptura del vínculo, cuando el menor empieza a mostrar interés por el mundo que le rodea.

3.2. Tipos de duelo infantil

Duelo no complicado

Como señala Slaikeu (1984 citado en Espina, Gago, & Perez, 1993) las pérdidas no tienen por qué terminar en alguna crisis. Si el contexto de la persona es adecuado, el duelo puede elaborarse sin necesidad de profesionales.

Tanto la tristeza, el llanto y la ansiedad así como la culpa y la rabia son manifestaciones “normales” en el duelo en la infancia (Herrero, 2009; Lozano & Chaskel, 2009).

Conforme ciertos autores, un duelo normal se puede alargar entre uno y dos años. Es habitual tener una sensación de soledad que nadie puede mitigar. En cambio, la duración de un duelo infantil puede ser muy variable, de pocos meses a más de un año. Conviene decir también que normalmente los niños suelen superar la pérdida sin muchas complicaciones y de forma adecuada (Espina, Gago, & Perez, 1993; Ordoñez & Lacasta, s.f).

Duelo complicado o patológico

De Hoyos (2015), Herrero (2009), Lozano & Chaskel (2009) y Ordoñez & Lacasta (s.f) coinciden que existen algunos signos de alerta donde se puede encontrar un duelo mal elaborado, como por ejemplo, estrés por la separación que conlleva la muerte, asimismo estrés por el trauma psíquico, pérdida de interés por las actividades que antes resultaban agradables, alteraciones del sueño con pesadillas, miedo a quedarse solo, comportamiento infantil, cefaleas u otras dolencias físicas, imitación del fallecido, disminución del rendimiento escolar, importante deterioro de la vida social, dificultad para hablar de la persona fallecida, quejas y problemas de salud frecuentes, problemas de aprendizaje...

El duelo patológico puede adoptar tres formas según Bowlby (1980 citado en Espina, Gago, & Perez, 1993):

1. Duelo crónico: la depresión es el síntoma predominante.
2. Ausencia de aflicción: Se sigue una vida normal, como si nada hubiera pasado.
3. Euforia: ya sea negando la pérdida o alegrándose de ella (como defensa).

3.3. El proceso del duelo en los niños y su acompañamiento

Según Kroen (citado en Cid, 2011) para ayudar a los niños, en primer lugar, tenemos que canalizar nuestros propios sentimientos y expresar tanto la ira como el dolor ya que si no lo hacemos, finalmente, puede acabar repercutiendo de forma negativa en los niños.

Por otro lado, tal y como expresan algunos autores, es importante que el menor pase tiempo con sus familiares y amistades. Si sus iguales pasan unas horas con éste durante el día puede ser muy positivo. De la misma importancia es que vuelvan a la rutina del día a día. Además, es necesario que los niños puedan abrir sus sentimientos hacia los demás pudiendo hablar del fallecido abiertamente con los adultos (Dios & García-Onieva, s.f; De Hoyos, 2015; Fleming-Holland, 2008; Lozano & Chaskel, 2009; Trujillo, Milena, & Moreno, 2008).

Los niños de tres a seis años

Cid (2011), Dios & García-Onieva, (s.f), Lozano & Chaskel (2009), Ordoñez & Lacasta (s.f) y Trujillo, Milena, & Moreno (2010) coinciden que los niños de esta edad sí experimentan la pérdida de un ser querido y son capaces de llorar y sentir emociones intensas.

Además, conforme estos autores, una de las respuestas más usuales en esta edad, asociada a su dificultad por comprender que la muerte es permanente, es mostrarse en estado de shock y confusos. Pueden preguntar reiteradamente dónde está la persona fallecida.

Continuando con las investigaciones realizadas por estos autores, en ocasiones puede que reaccionen tratando de negar la realidad; suele ocurrir, precisamente, en el momento que reciben la noticia. Es importante que no insistamos en que comprendan lo que se les ha dicho en ese momento, porque esta reacción defensiva no tiene por qué significar que no han entendido nuestras palabras. Es posible que aparezcan comportamientos regresivos como, por ejemplo, tener pesadillas, negarse a comer, no controlar esfínteres. También puede mostrarse más irascible y exigente por su propio temor a ser abandonado.

En relación al acompañamiento, Kroen (1996 citado en Cind, 2011) expone que ante todo debemos intentar explicar lo sucedido de manera clara y directa. No se tiene que contar todos los detalles pero sí que gradualmente y a través de una comunicación asertiva, explicarles

la situación. Si aparecen comportamientos como las rabietas no debemos reaccionar con enfado sino con paciencia. Además, una vez estos comportamientos hayan remitido, será bueno reforzar los avances del menor. Finalmente, aprovechar momentos de juego o dibujo, serán de gran ayuda para poder entablar una conversación sobre lo sucedido.

Los niños de seis a diez años

Cid (2011), Dios & García-Onieva (s.f) Lozano & Chaskel (2009), Ordoñez & Lacasta (s.f) y Trujillo, Milena, & Moreno (2008), coinciden que existen varias expresiones y sentimientos contradictorios en esta edad. Por una parte, pueden intentar negar la pérdida como defensa. Sin embargo, por otra parte, pueden mostrarse más activos o estar alegres en un intento de dejar atrás el dolor. En ocasiones también se pueden manifestar de forma nerviosa o agresiva. Es en el final de la etapa cuando empiezan a entender la universalidad de la muerte.

Estos autores, asimismo, observan que una respuesta común es el sentimiento de culpa. Puede que asocien su mal comportamiento con la muerte de su ser querido; eso les hace sentir responsables del fallecimiento. Además, se pueden mostrar preocupados por si su rutina del día a día cambia. Otra conducta habitual es estar buscando o esperar ver a la persona fallecida. A diferencia de los más pequeños, en esta etapa saben que la persona no volverá pero siguen pensándolo para aliviar el dolor de la pérdida.

En cuanto a su acompañamiento, Turner (2004) y Kroen (1996) exponen que los niños de seis a diez años necesitan que les expliquemos la muerte del fallecido atendiendo a los hechos y a las causas que la han provocado. Asimismo, les resulta de gran ayuda que los adultos de su entorno les muestren sus sentimientos. Una manera de apoyarle a entrar en contacto con su dolor es que nosotros mismos les demos ejemplo, hablando de la persona fallecida y explicándole que estar triste o llorar no es malo. Por otra parte es positivo confirmarles que su vida y sus rutinas van a continuar. Si detectamos que el niño se siente culpable, debemos hablar con él y explicarle que la muerte no ha sido su culpa, que un enfado o sentimientos no causan la muerte (Kroen, 1996 y Turner, 2004 citados en Cid, 2011).

Los niños de diez a los trece años

Determinados investigadores piensan que los niños de esta edad, al saber lo que significa morir, pueden intentar reprimir cualquier emoción o dolor que estén sintiendo. A veces pueden mostrarse más distantes o también tener actitudes agresivas como en la etapa anterior. Su conducta se puede volver rebelde y eso es debido al enojo que sienten al ver que su vida no volverá a ser la misma al igual que sentirse vulnerables y diferentes a los demás. Si no hablan sobre ello pueden externalizar el dolor enfermando o desarrollando problemas de alimentación o estudiantiles.

Igualmente, a veces pueden reaccionar asumiendo los roles de la persona que ha fallecido; por ejemplo, pueden empezar a cuidar de sus familiares. De igual forma, es normal que sientan la necesidad de mantenerse vinculados de alguna manera a la persona que han perdido: recopilar fotografías, ponerse la ropa o accesorios de la persona, pasar tiempo en su habitación... (Cid, 2011; Dios & García-Onieva, s.f; Lozano & Chaskel, 2009; Ordoñez & Lacasta, s.f).

Referente a su acompañamiento, Cid (2011) y Iglesias, Rosas, & Pimentel (s.f) entienden que si se muestran reacios a hablar, se debe respetar su tiempo pero haciéndoles saber que pueden acudir a nosotros en cualquier momento. Si no expresan sus sentimientos podemos proponerles que lo escriban en una carta o diario y que, si quieren, nos lo lean, también, hacer

una lista sobre sus preocupaciones o dudas. Resulta clave hacerles entender que comprendemos su enfado y su dolor.

Citando a los mismos autores, es de gran trascendencia seguir respetando y fomentar lo que es propio de su edad, no debemos permitir que el niño asuma roles que no les corresponden; es correcto que se responsabilicen ya que pueden madurar mucho pero es transcendental no colocarles en otros roles diferentes al suyo. Al igual que mantener su grupo de amigos e insistir que no es malo divertirse.

Los adolescentes

Según Cid, (2011), Dios & García-Onieva (s.f), Iglesias, Rosas, & Pimentel (s.f), Lozano & Chaskel (2009) y Ordoñez & Lacasta (s.f), los adolescentes puede sentirse muy desconcertados después de pasar por la pérdida ya que son conscientes de que va a cambiar su vida. Pueden a empezar a cuestionarse su religión y realmente se pueden ver muy afectados. Según Cid (2011), el carácter del adolescente, dependiendo de los recursos de los que disponga y de su actitud, podrá reaccionar de ciertas formas:

- La actitud pesimista. La muerte les confirmaría que la vida no tiene nada de bueno o es absurda. Y, así, reaccionarían con desafíos y rebeldías, con malas compañías o abusando de drogas.
- La actitud madura. Asumiendo mayores responsabilidades, deseando participar activamente en los ritos, mostrándose cercanos a los parientes y ofreciendo su ayuda.
- La depresión. Apartándose de su entorno, mostrándose retraídos, instalándose en su mundo interior
- Otras veces pueden sentirse culpables o en cierto modo responsables de la muerte. En este caso, normalmente no hablan sobre su malestar ni tampoco exteriorizan sus emociones.

Según Cid (2011), para poder acompañarles se les debe de escuchar y expresar todo lo que quieran contar; también debemos ser francos con ellos y demostrarles que les respetamos. Deben sentirse como una parte activa, así como también valorados como personas adultas.

Continuando con Cid (2011), para elaborar mejor el duelo es bueno que pasen tiempo con sus amistades, hacer sus actividades y tener sus redes sociales. Respetar sus tiempos sin por ello dejar de observarles de cerca, animarles que hablen con alguien de confianza. Finalmente, no hay que dudar en recurrir a la ayuda o al asesoramiento profesional si el duelo se complica.

4. NIÑOS Y GUERRA

Anteriormente se ha expuesto cómo los niños y adolescentes perciben la muerte y elaboran el duelo. Además, se ha manifestado cómo son sus reacciones y cómo deben actuar los adultos en este tipo de casos.

Ahora bien, queremos situarnos en otro contexto, en otro tipo de culturas y hechos que no afectan al mundo occidental. Pretendemos exponer, ante todo, la situación de los niños que viven en guerra, tanto los niños partícipes como los civiles. Acercarnos a esta realidad de muerte y pérdida, para, en un final, poder analizar cómo es el duelo de estos niños.

¿Se parece al duelo que padece un niño de Suiza, donde reina la estabilidad y que además tiene a sus familiares para poder elaborar un duelo normal, al de un niño de Sudán, Camboya,

Ruanda, el Salvador o Colombia que han visto devastar su ciudad, su familia y donde no tiene dónde ir?

4.1. Niños soldado

Sedky- Lavandero (1999) expone que el poco apoyo del mundo desarrollado a países donde se encuentran niños soldado, demuestra su falta de interés y que la protección de la infancia no es una prioridad de la Comunidad Internacional.

Siguendo con Sedky- Lavandero (1999), durante siglos, los niños han sido testigos, víctimas y soldados en las guerras entre estados. Sin embargo, la evolución de los conflictos bélicos, ha incrementado la participación infantil en todos los niveles.

Algunos autores manifiestan que el incesante aumento de niños combatientes se debe, en parte, a la modernización de las armas. Anteriormente, los niños no eran tan efectivos como soldados porque las armas eran más complicadas de usar. Pero con la llegada de las armas ligeras se revolucionaron las estrategias de guerra. Hoy en día, los niños son obligados a alistarse en los ejércitos de Myanmar, Guatemala, El Salvador o Etiopía. En algunos países, los niños constituyen un porcentaje significativo de las fuerzas armadas o guerrilleras. En el Salvador, al menos el 20% de las fuerzas armadas eran niños; en Afganistán, niños menores de 16 años formaban el 10% de las fuerzas de los *muyahidín* (Manrique, 2004 y Sedky- Lavandero, 1999).

4.1.1. Reclutamiento forzoso

Tal y como dice Sedky- Lavandero (1999):

El reclutamiento de los niños se hace de dos maneras: a la fuerza y, en teoría, “voluntariamente”. En el caso del reclutamiento forzoso, las patrullas tienen como objetivo especial los huérfanos, los niños de la calle, los estudiantes, los niños refugiados no acompañados y los adolescentes que trabajan en el sector no estructurado de la economía (p.25).

Según el experto en África, Alex de Waal (1993 citado en Sedky-Lavandero), normalmente, los países africanos no solían usar a los niños como soldados pero así ha sido en los últimos años debido a diversos factores como la carencia de personal, la facilidad para mandar sobre ellos, la ausencia de compromisos y su escasa predisposición a desertar. Los niños toman la guerra como un juego, no contemplan estrategias y pueden realizar misiones suicidas.

El rapto de los niños es el primer paso en una serie de violaciones brutales: son torturados, humillados y manipulados psicológicamente. La finalidad es asustar al niño para que se convierta en un soldado obediente y feroz. Para que aprendan a ser violentos, se les obliga a ser testigos de actos de barbarie con el objetivo de insensibilizarlos (Manrique, 2004 y Sedky- Lavandero, 1999). La idea es destruir al niño psicológicamente para que pueda, sin escrúpulos y con el sistema de valores roto, cometer atrocidades. En Perú y Mozambique, por ejemplo, los niños eran coaccionados para matar y cometer rituales de canibalismo sobre sus víctimas (Wessels, 1997 citado en Sedky- Lavandero, 1999).

Manrique (2004) observa que, en muchos casos, drogas como las anfetaminas y tranquilizantes son repartidas a los niños para que no sientan el dolor y el terror. Los menores son utilizados para correr en las primeras filas de combate. Para que los niños raptados no se resistan, les obligan a matar y torturar a los miembros de sus familias. La idea es quebrantar los lazos entre el niño y su entorno.

“Los niños soldados no solo sufren la monstruosidad de la guerra y la violación brutal de su derecho a la infancia, sino también el trauma de ser arrancados de sus familias y comunidades para participar en la violencia del conflicto” (Sedky- Lavandero, 1999, p.28).

4.1.2. Reclutamiento “voluntario”

Según Manrique (2004), la denominación “niños voluntarios” en los ejércitos es engañosa porque implica que tienen alternativas y que además han elegido esta opción. En realidad, la causa por la que se alistaban estos niños es por miedo a una fuerza mayor y no por libre voluntad. Alistarse significa la seguridad de poder comer y dormir bajo techo, es decir tener asegurada la supervivencia.

Sedky- Lavandero, (1999) indica que la gran mayoría de niños soldados son voluntarios. Varias razones explican el alistamiento “voluntario” del niño:

La influencia del entorno del niño

Cohn, Guy & Goodwin-Gill (1997 citado en Sedky-Lavandero, 1999) expone que la visión de la realidad del niño está condicionada por su entorno, sus padres, familiares, grupos de compañeros, escuelas, comunidades religiosas y otras instituciones de la comunidad.

Continuando con estos autores, explican que muchos niños que eligen la vía militar han sido objeto o testigos de actos de extrema brutalidad. Por ejemplo, han presenciado ejecuciones sumarias, asesinatos de los escuadrones de la muerte, desapariciones, arrestos, bombardeos... Estas experiencias provocan un deseo de venganza acompañado de la necesidad de sustituir a la familia fallecida. Por otra parte, existe la opción del mal menor. Niños que pertenecen a un grupo de refugiados, personas desplazadas internamente, individuos sin hogar o huérfanos y prefieren alistarse en un grupo de la oposición antes que sucumbir al reclutamiento forzoso por parte del ejército.

Religión, ideología, y adoctrinamiento

Haciendo referencia a Sedky-Lavandero (1999):

La sensibilidad de los niños frente a las causas de justicia social y de religión puede resultar peligrosa bajo la influencia de la retórica revolucionaria de los grupos armados. Los guerrilleros frecuentemente canalizan el deseo de encontrar el significado social de la vida ofreciendo armas y una ideología, supuestamente basada en la dignidad y la justicia (p.31).

Valores sociales, familiares y comunitarios

La decisión del niño de participar en las hostilidades depende, en parte, de la influencia que recibe de su comunidad. Los niños pueden deducir que la violencia es el único modo de tratar los problemas políticos (Martín, 1989 citado en Sedky-Lavandero, 1999).

Sentimiento desazón

Según UNICEF (1996 citado en Sedky-Lavandero, 1999), los huérfanos de la guerra son los más vulnerables: están asustados, perdidos y traumatizados por la muerte de sus padres. Estos niños sufren una enorme soledad y tristeza y, generalmente, buscan un sentido de pertenencia. En semejantes circunstancias, desde la perspectiva del niño, la unidad militar puede simbolizar, su familia adoptiva, particularmente cuando el hecho de ser guerrillero adquiere un matiz romántico, convirtiéndose en una lucha contra el enemigo común que mató a sus padres.

Como señalan Manrique, (2004) y Sedky- Lavandero, (1999), las tareas del niño soldado son casi las mismas que las de los adultos. En consecuencia, sus responsabilidades dependen del nivel de conflicto. En ocasiones, los niños deben cometer barbaridades contra otras comunidades y, en tiempos de luchar armada, transportar cargas de hasta 60kg. En cambio, en los momentos de relativa calma, las actividades suelen ser domésticas: preparan comida, lavan ropa, hacen guardias etc.

Los ejércitos justifican el reclutamiento de niños en cuatro factores: la necesidad, la voluntariedad, la inevitabilidad y la seguridad. Como consecuencia de la guerra, toda institución política queda fuera del alcance de los niños para protegerlos (Sedky- Lavandero, 1999).

4.2. Niños civiles

Conforme Sedky-Lavandero (1999), durante las guerras de los últimos tres siglos, la mitad de las víctimas fueron civiles. Este porcentaje aumentó al 66% en la Segunda Guerra Mundial. Sin embargo, desde el fin de la Guerra Fría, la proporción de víctimas civiles ha llegado casi al 90%. Las guerras modernas no tienen lugar entre Estados, sino entre diferentes grupos étnicos, nacionales, religiosos o culturales, que involucran a toda la población civil, donde los niños representan un 50%.

“Las guerras modernas han cambiado de carácter y de método. Con el fin de la Guerra Fría y la intensificación de conflictos internos, la proliferación de armas ligeras ha sido acompañada de la participación y victimización de los civiles” (Sedky- Lavandero, 1999, p. 41).

Conforme Machel (1996, citado en Sedky-Lavandero, 1999), la guerra no perdona a nadie. Los niños de la guerra se ven tratados al mismo nivel que los adultos. Muchos niños son torturados, encarcelados, o asesinados como parte del castigo colectivo. Además de someter a los niños a una situación intolerable de crueldad, los conflictos armados interrumpen el sistema normal de producción y distribución de alimentos que dificultan la llegada de la ayuda humanitaria. Como consecuencia, la causa principal de la muerte de niños en tiempos de guerra es el hambre y la enfermedad.

4.2.1. Niños refugiados y desplazados

De acuerdo con Sedky- Lavandero (1999):

Los niños han sido separados de sus familias en casi todas las guerras, hambrunas y desastres naturales. En general, más de la mitad de la cifra de refugiados y personas desplazadas son niños. Hoy, hay más de 27,4 millones de refugiados. Los niños que forman parte de estos grupos son particularmente vulnerables porque son arrancados violentamente de sus familias y puestos en medio de situaciones de extrema inseguridad (p.45).

Los refugiados y personas desplazadas son los que hoy huyen de sus comunidades porque se sienten en peligro de ser asesinados, torturados, violados, raptados, obligados a alistarse en grupos armados, o a padecer hambre. Más aun, en la mayoría de los casos, los refugiados y personas desplazadas están sometidos a bombardeos, tiradores y minas... (Sedky- Lavandero, 1999).

4.2.2. Los niños no acompañados

Un niño no acompañado es “una persona menor de 18 años, a menos que, según la ley aplicable al niño, la mayoría de edad se alcance antes, y que está separado de ambos padres y no está bajo el cuidado de ningún adulto quien por ley o costumbre se haga cargo de él” (Sedky- Lavandero, 1999, p.47). Siguiendo con Sedky-Lavandero (1999), hay dos categorías de niños no acompañados; los que han sido separados voluntariamente y los que han sido forzados a separarse de sus familias. En el primer caso, los niños huérfanos, perdidos, raptados o huidos. En el segundo caso son abandonados o entregados a las autoridades por sus padres.

4.3. Minorías y niñas

Manrique (2004) y Ordoñez & Lacasta, (s.f) comparten que todos los niños son víctimas de las guerras. Sin embargo, los niños de minorías o de grupos indígenas sufren una doble vulnerabilidad y discriminación, por ser parte de grupos marginados y por su corta edad.

Por la parte de las niñas, sufren torturas en los conflictos étnicos como el abuso sexual y la violación. Esta práctica se utiliza como táctica de guerra que sirve para humillar, aterrorizar y debilitar, con el objetivo de que los civiles huyan de sus tierras (Sedky- Lavandero, 1999).

Así, Isel Rivero y Méndez, directora del Centro de Información de las Naciones Unidas para España, describe:

La violencia de esta forma hacia las mujeres va dirigida específicamente a su sexo, sus genitales y órganos reproductivos. Las mujeres que no pueden escapar de los conflictos sufren un riesgo doble por ser mujeres, ya que inevitablemente son objeto de abusos sexuales. La violación de las mujeres fue un arma utilizada sistemáticamente. En numerosos casos, la violación fue el preludeo a la masacre, en otros fue

utilizado como instrumento de terror, de intimidación y afortunadamente quedaron mujeres que pudieron brindar testimonio (Rivero, 1997 p.264 citado en Sedky- Lavandero, 1999, p.55).

Las niñas sufren un “riesgo doble”, por ser mujeres y menores. El trauma psicológico de la violación se agrava aún más en el caso de embarazo forzoso de las niñas, al obligarlas a gestar al hijo del enemigo, a optar por el infanticidio, o a abortar en condiciones poco sanitarias. Además, en muchos casos, las niñas víctimas del abuso sexual no son aceptadas en sus propias comunidades porque se consideran “impuras” o “inadecuadas para el matrimonio” (Manrique, 2004).

4.4. Los efectos de la guerra

Según Sedky- Lavandero, (1999), los niños se ven afectados por la guerra en diversas maneras y a distintos niveles. A nivel comunitario, la guerra destruye la infraestructura política, económica, social y jurídica de la sociedad. Para muchos niños, el conflicto armado es una realidad cotidiana. Es decir, la violencia es percibida como un medio normal en un mundo cruel.

Según Barenbaum, Ruchkin, & Schwab-Stone (2004), en el ámbito individual, el niño sufre violaciones a su integridad física y a su desarrollo psicológico. Las secuelas de la guerra eran evidentes en el abuso de drogas, actitudes autoritarias, el aumento de la violencia doméstica y un sentimiento de desesperación y desesperanza.

Barenbaum, Ruchkin, & Schwab-Stone (2004), Riley, Nuttall, & Vazquez (1997) y Sedky-Lavandero (1999) corresponden que millones de niños sufren los efectos del estrés psicológico, traumático o postraumático que tiene repercusiones sobre sus futuras posibilidades educativas, y les lleva a utilizar la violencia como único método para obtener seguridad. La conducta social del niño generalmente se ve afectada por la guerra. Es decir, los delitos comunes aumentan porque los niños están acostumbrados a la violencia como medio de supervivencia. Así, ese factor se multiplica con la presencia de problemas económicos, y la destrucción social de la posguerra.

Algunos autores coinciden que los niños soldados desmovilizados están en una situación aún más delicada porque han participado en la guerra. Por tanto, se sienten culpables por haber matado y el proceso de recuperación es más difícil. En este contexto, muchos niños soldados desmovilizados sufren pesadillas, flashbacks, sentidos de culpabilidad, tristeza y ansiedad. Este temor a ser castigado por haber cometido atrocidades durante el conflicto armado no se puede clasificar como angustia infantil. Desafortunadamente, hay numerosos casos donde la familia del niño soldado desmovilizado o su comunidad, le rechazan por haber sido partícipe de la guerra. Esto aumenta el sentimiento de estrés, temor y culpabilidad que obsesionan al niño (Barenbaum, Ruchkin, & Schwab-Stone, 2004; Sedky- Lavandero, 1999).

Se habla de trauma psíquico como consecuencia de la guerra. Esta terminología se refiere a experiencias específicas, que por su carácter violento, dejan una huella que impide pensar y sentir de una forma que en nuestro medio se entiende como normal. Así, las formas de la relación entre el individuo y la sociedad en tiempos de guerra son generalmente consideradas patológicas en tiempos de paz (Riley, Nuttall, & Vazquez, 1997 y Sedky- Lavandero, 1999).

Conforme Andrade (2013) y Sedky- Lavandero (1999), uno de los trastornos más citados en la literatura con respecto a los efectos de la guerra sobre la infancia es la regresión, el retroceso a una fase evolutiva anterior, como puede ser orinarse en la cama, o chuparse el dedo... Esas

actitudes ocurren cuando la guerra interrumpe el proceso de evolución del niño. Si el niño ha aprendido las formas más maduras de actuar en medio del conflicto, es muy probable que regrese a su comportamiento anterior. En cuanto se sienta estable y seguro, superará esas regresiones.

5. EL DUELO INFANTIL EN TIEMPOS DE GUERRA

5.1. La Elaboración del duelo infantil en tiempos de guerra

Es importante comprender que en este contexto, en tiempos de guerra, los niños sufren varias pérdidas: su pueblo o ciudad se ve arrasada; sus instituciones, como puede ser la escuela, son destruidas; y sus seres queridos acaban en muchas ocasiones, mutilados o torturados. Nos encontramos con una pérdida global donde el duelo no sólo se elabora en base a una persona fallecida sino a la pérdida de los elementos básicos que mantienen al menor dentro de una estabilidad. No es de extrañar que, en la mayoría de casos, el duelo de estos niños se complique y termine en patologías.

Cuando los niños son testigos de la muerte de sus familiares, reclutamiento forzoso, desplazamiento en campos de refugiados, militarización, hambre enfermedades...están indudablemente cicatrizados. La reacción física del niño incluye manifestaciones de desbordamiento afectivo, hiperactividad, gritos, espasmos, parálisis y tics. Con el tiempo es normal que el niño se refugie en su mecanismo defensivo de insensibilidad emocional (Sedky-Lavandero, 1999).

Con todos estos factores, podemos entrever que hay algunos pasos a tomar en común con el acompañamiento de los niños cuando pierden a un ser querido, sea en tiempos de guerra o no.

Uno de los factores más relevantes en la estabilidad del niño, como afirma Sedky-Lavandero, (1999), es la presencia de la familia y, particularmente, de la madre. Su muerte suele ser la experiencia más significativa para la pérdida del equilibrio del niño.

Martin (1996 citado en Sedky-Lavandero, 1999) llama al proceso de interpretar la muerte de un familiar como la “reacción de duelo”. Según este autor, es fundamental que el niño conozca la muerte de un familiar. Es decir, la idea de proteger al niño de esta realidad es contraproducente porque sirve para prolongar el periodo de duelo. En este caso podemos ver como coincide con la idea de explicar la realidad a los niños con Cid (2011) o Fleming-Holland (2008) entre otros muchos autores ya nombrados.

Por tanto, como exponen anteriormente Sedky-Lavandero, (2011), Cid, (2011), De Hoyos, (2015) o Fleming-Holland, (2008), es necesario que el niño se sienta libre para expresar sus sentimientos. Estos sentimientos se expresan, en un primer momento, en forma de culpabilidad y angustia. Posteriormente, se manifiestan con la tristeza.

Al ser necesaria la sinceridad con los niños cuando se produce una muerte cercana, también es de vital importancia explicarles en qué contexto están viviendo. Es decir, en muchos casos, los padres intentan aislar a sus hijos en un mundo irreal. De este modo, engañándoles, tratan de ocultarles lo que sucede. Esto empeora la situación porque el niño recibe señales mixtas.

Según Cid (2011) y Sedky-Lavandero (1999), todo esto es debido a que una guerra no es un hecho que pueda ocultarse fácilmente. El niño observa conductas extrañas y percibe los trastornos emocionales de los adultos que le rodean: nerviosismo, miedo, tristeza... Por lo tanto, es esencial que el niño pueda interpretar estos fenómenos en un ambiente de franqueza adaptada

a su edad. En caso contrario, el niño se siente aún más inseguro y atemorizado, especialmente cuando se trata del fallecimiento de un pariente.

En el caso de los niños soldados, anteriormente se ha expuesto que en ocasiones se alistaban voluntariamente en los ejércitos para vengar la muerte de sus seres queridos. En cierta manera, esto podría ser una fase de un duelo complicado por la que están pasando: intentar hacer justicia para que la pérdida de tus seres queridos no sea en vano. Está claro que finalmente esto les puede repercutir mucho más allá de poder elaborar de forma errónea un duelo. Además, como hemos mencionado, al alistarse buscan ese sentimiento de pertenencia al que echan en falta; algunos piensan que, alistándose, pueden recuperar la pérdida de vivir en comunidad o “en familia”. Podría hacer referencia a la segunda fase según Bowlby en la que se busca y anhela aquello perdido y se intenta sustituirlo por otras cosas.

5.2. Tareas para elaborar el duelo

Las tareas para trabajar el duelo se basan en las distintas fases que se pasan cuando se experimenta alguna pérdida. Podríamos decir que cada fase está relacionada con cada tarea propuesta. Si las recordamos (shock, búsqueda de lo perdido, desesperanza y reorganización) y las situamos en un contexto bélico, podemos intuir que las dificultades de llevar a cabo estas etapas, son muy elevadas.

Es por eso que Fernández Liria y Rodríguez Vega nos exponen estas cuatro tareas en su artículo sobre cómo trabajar el duelo en situaciones de guerra.

Tarea 1: Aceptar la pérdida del objeto

En tiempo de guerra, no hay tiempo suficiente para aceptar que se acaba de perder a alguien, por lo tanto, se queda en suspenso la aceptación. Es posible que después de haber sido asesinado un ser querido también quieran matarte a ti, por lo que la única opción es huir sin mirar atrás. Quizás tengas que enterrar a tu padre nocturna y silenciosamente, sin tiempo para despedidas, sin tiempo para poder asimilar la realidad de la pérdida (Fernández & Rodríguez, 2000).

Tarea 2: Experimentar las emociones vinculadas a la pérdida

Continuando con Fernández & Rodríguez (2000), esta tarea conlleva siempre la eclosión de fuertes emociones como la tristeza, la rabia o la culpa. El hecho es que posponer a esta tarea es, sin embargo, una estrategia que puede ser válida en situaciones de gran desestructuración por la guerra, ya que es de gran riesgo desmoronarse en momentos que lo que necesitas es subsistir.

Tarea 3: Capacitarse para desenvolverse sin el objeto perdido

Según Fernández & Rodríguez (2000) normalmente nos repartimos las cargas de la vida con personas con las que mantenemos relaciones estrechas, sobre todo los niños, quienes dependen mucho de sus padres ya que son su mayor sustento. Pero, desgraciadamente, en la guerra, las redes conexiones sociales pueden estar exterminadas, la familia disgregada y las instituciones desaparecidas. La amenaza de la supervivencia hace, sin embargo, que esta tarea que en condiciones normales requiere un largo tiempo de adaptación, se cometa necesariamente desde el primer momento.

La cuestión es si una vez se ha sobrevivido a una guerra y se vuelve a la estabilidad, el individuo/el niño se ve atrapado por la melancolía hacia las personas perdidas. Es decir, se hace

una regresión como otros autores han comentado anteriormente ¿se debería de empezar de nuevo?

Tarea 4: Recolocación de lo perdido de modo que no impida el investimento afectivo de otros objetos

La culminación de esta fase supone la finalización del trabajo del duelo, pero la guerra no facilita objetos amorosos alternativos. Pero a veces la ayuda a otras víctimas, la salvación de personas que dependen de uno, la victoria o la venganza son candidatos a ocupar este lugar (Fernández & Rodríguez, 2000).

5.3. La resiliencia como factor de protección

El término “resiliencia se ha utilizado desde hace mucho tiempo para describir los factores que promueven el bienestar y la entereza en individuos que están sometidos a condiciones inusuales de stress” (Berk, 2002, p.45).

Berk (2002) expone que es difícil detectar la resiliencia bajo las condiciones de guerra, ya que una situación bélica presenta una amenaza de vida inmediata y una situación de emergencia. La necesidad de emprender acciones para sobrevivir puede dejar de lado muchos mecanismos normales que el individuo utiliza para crear una estabilidad psicológica.

Sin embargo, Berk (2002) cree que existen una serie de factores, tanto internos como externos, donde se puede vislumbrar este factor de protección:

El espíritu de solidaridad

Continuando con Berk (2002), en muchas ocasiones el niño experimenta un espíritu de solidaridad con su entorno humano. Este espíritu le permite aislarse mentalmente en contra del sentimiento de abatimiento y le proporciona una visión positiva del futuro.

La habilidad para relajarse

Algunos menores, poseen una habilidad para controlar sus ansiedades de modo que no se paralizan delante de atrocidades. Otros son capaces de pedir ayuda a personas que les pueden enseñar alguna tarea o técnica de relajación. Hasta algunos niños llegan a utilizar el enfado como mecanismo para no sentir miedo. De hecho, un nivel de negación los protege hasta que estén preparados para enfrentarse a ramificaciones de la situación (Berk, 2002). En este último caso, el autor coincide con Fernández & Rodríguez, (2000).

La devoción a una causa

Una vez más, Berk (2002) piensa que una causa crea las ganas de vivir y por lo tanto una conexión con los demás. Los niños que poseen una causa, un motivo, están más preparados para abocar sus energías en vivir en lugar de sentir-se solos, aislados o sin un objetivo. La resiliencia suele aumentar cuando parte de esa energía proviene de un proyecto de futuro. El poseer una causa también aumenta la posibilidad de acción. Dicha acción fomenta la resiliencia ya que crea una sensación de control sobre el destino de uno mismo.

La estabilidad familiar

“Algunos niños que han perdido a sus padres mantienen una noción de la familia debida a que tienen hermanos o familia ampliada, amigos de edad adulta que se han convertido en parientes” (Berk, 2002, p.54).

Mantener el sentido del humor:

El mismo autor señala que los niños son capaces de reírse de ciertas circunstancias como una manera de enfrentar las tensiones emocionales. Hacen bromas acerca de los peligros que los rodean, lo que les permite una expresión catártica del estrés sin revelar directamente los miedos específicos.

La creación de un sentimiento de control

Aquellos niños que pueden ver el mundo, no como algo estático, sino como un lugar donde, con esfuerzos, se pueden alcanzar algunos cambios, suelen mantener un sentimiento de control. Esto les da esperanza. Tienen una visión más amplia del futuro (Berk, 2002).

6. CONCLUSIONES

En el referente estudio bibliográfico, aunque se han citado una gran variedad de autores, queremos destacar las aportaciones que Cid (2011) y Sedky-Lavandero (1999), han contribuido en este trabajo. El primero, en referencia a la percepción del niño sobre la muerte y el acompañamiento de éste durante la elaboración del duelo, y el segundo, referente al papel que tiene el niño en la guerra, cómo se ve involucrado y cuáles son las consecuencias que el niño sufre en una contienda militar.

Queremos remarcar la importancia de la sinceridad con los niños referente a la muerte. Como ya hemos visto, el niño puede percibir nuestras emociones delante de esta situación así como también puede vivir la pérdida de un ser querido. Por lo tanto, la muerte se debería tratar como un hecho natural o como una fase vital más de la vida y no como un tabú.

En cuanto al duelo infantil y sus diferentes formas de acompañar al niño en cada etapa, destacar el papel de los adultos en cuanto al apoyo que pueda requerir el menor. Remarcar lo significativo que es estar al lado del niño y comprender sus emociones así como también los sentimientos de éste.

Los derechos del niño se ven vulnerados al segundo de estallar un conflicto bélico. Viven y realizan actos terroríficos que conllevan unas consecuencias muy duras y crueles, las cuales deberían estar totalmente prohibidas. Hemos podido describir la cantidad de niños que se ven afectados por la guerra, y aun así, los gobiernos de todos los países no ponen remedio alguno ya que interesan más otros problemas que no este.

En definitiva, cuando un país está en guerra perpetua, atender este tipo de necesidades -duelo en niños- puede no ser una prioridad. Está claro que la alimentación, la sanidad y la vivienda, por ejemplo, son mucho más cruciales para la dignidad de una persona y más de un niño.

Pero a la vista de las atrocidades singulares que padecen, además de las consecuencias que acarrea vivir en guerra, creemos muy necesaria la atención a estos niños. La pérdida que sufre no es solo por una persona fallecida sino por la pérdida de muchos elementos que la guerra se lleva consigo. Se trata de un “duelo global” que el niño, una vez estable debe elaborar, y que por lo tanto puede llevar mucho tiempo, sentimientos y experiencias para poder procesarlo.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andrade, J. A. (2013). Manifestaciones proyectivas de conflicto psicológico en el dibujo de la figura humana de niños y niñas desplazados en Colombia. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 3(1), 5-39. Obtenido de:
<http://revista.psico.edu.uy/index.php/revpsicologia/article/viewArticle/89>
- Barenbaum, J., Ruchkin, V., & Schwab-Stone, M. (2004). The psychosocial aspects of children exposed to war: practice in policy initiatives. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(1), 41-62. Obtenido de:
<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1046/j.0021-9630.2003.00304.x/full>
- Berk, J. (2002). Trauma y resiliencia durante la guerra: una mirada a los niños y a los trabajadores de ayuda humanitaria en Bosnia. *Psicoanálisis APdeBA*, XXIV(1/2), 45-65. Obtenido de: <http://www.apdeba.org/wp-content/uploads/berk.pdf>
- Cid, L. (2011). *Explícame qué ha pasado. Guía para ayudar a los adultos a hablar de la muerte y el duelo con niños*. Madrid: Cyan Espacios S.L.
- De Dios, J. L., & García-Onieva, M. (s.f). *Depresión, Suicidio, Duelo*. Madrid: Sociedad española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria.
- De Hoyos, M. (2015). ¿Entendemos los Adultos el duelo de los niños? *Acta Pediátrica*, 73(2), 27-32. Obtenido de:
<http://search.proquest.com/openview/f3b86c8e523629e5466756dbcdca37af/1?pq-origsite=gscholar>
- Espina, A., Gago, J., & Perez, M. (1993). Sobre la Elaboración del Duelo en Terapia Familiar. *Revista de Psicoterapia*, IV(13), 77-87. Obtenido de:

http://www.copc.org/documentos/formacio/CURS%20DOL%202013/22_11_2013/5_Duelo_Terapia_Familiar.pdf

Fernández, A., & Rodríguez, B. (2000). Trabajo de duelo o trastorno por trauma: modelo para la actuación en situaciones de guerra o violencia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, XX(74), 189-205. Obtenido de:

<http://ww.revistaaen.es/index.php/aen/article/view/15692>

Fleming-Holland, A. (2008). Reflexiones sobre la Muerte: El Duelo Infantil y el Suicidio Juvenil. *Psicología Iberoamericana*, 16(1), 8-14. Obtenido de:

<http://www.uia.mx/web/files/publicaciones/ripsic/ripsic16-1.pdf#page=9>

Gorosabel, M. (2013). *Pedagogía de la Muerte en Educación Infantil: Un Protocolo de Actuación*. La Rioja: Universidad Internacional de la Rioja.

Herrero, O. (2009). El duelo en el niño: cuando es normal y cuando se complica. *Cuadernos de pedagogía*(388), 54-56. Obtenido de <http://imced.edu.mx/edocs/cp090309.pdf>

Iglesias, A., Rosas, A., & Pimentel, B. (s.f). Adolescencia y duelo. *Revista Científica electrónica de psicología ICSa-UAEH*(4), 98-110. Obtenido de:

http://www.uaeh.edu.mx/investigacion/icsa/LI_PrevAten/Anto_Igle/

Lozano, L. M., & Chaskel, R. (2009). El diagnóstico y manejo del duelo en niños y adolescentes en la práctica pediátrica. Reconocimiento y manejo. *CCAP*, 8(3), 19-31. Obtenido de: <http://docentia.webnode.es/news/recursos-sobre-la-muerte-y-el-proceso-de-duelo/>

Manrique, M. (2004). *APRENDERÁS A NO LLORAR"Niños combatientes en Colombia*. Bogotá, Colombia: Gente Nueva.

Ordoñez, A., & Lacasta, A. (s.f). *El duelo en los niños (la pérdida del padre/madre)*. Madrid: Sociedad Española de Oncología Médica.

Riley, J., Nuttall, R., & Vazquez, E. (1997). The impact of war on the mental health children: a salvadoran study. *Pergamon*, 21(8), 737-749. Obtenido de:
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0145213497000355>

Sedky- Lavandero, J. (1999). *Ni un solo niño en la guerra*. Barcelona: Icaria Editorial.

Tau, R., & Lenzi, A. (s.f). *Acerca del desarrollo de la noción de muerte en niños*. Córdoba: Universidad Nacional de Córdoba.

Trujillo, L. A., Rodriguez, F. M., & Moreno, S. L. (2008). Elaboración del duelo: una aproximación desde el punto de vista infantil. *Pensando Psicología*, 4(6-7), 81-87.
Obtenido de:
http://www.researchgate.net/profile/Adriana_Trujillo/publication/233388831_Elaboracion_del_duelo_una_aproximacion_desde_el_punto_de_vista_infantil/links/0912f50a0db541fd0b000000.pdf