



Universitat de les Illes Balears

TÍTOL: Reflexiones sobre el duelo en la Infancia.

NOM: Beatriz Bueso Fernández

AUTOR: Beatriz Bueso Fernández

DNI AUTOR: 22542116T

NOM TUTOR: José Francisco Campos Vidal

Memoria del Treball de Final de Grau

Estudis de Grau de Treball Social

Paraules clau: duelo, infancia ,perdida ,familia, ayuda

de la
UNIVERSITAT DE LES ILLES BALEARS

RESUMEN:

Este trabajo tiene como objetivo describir y profundizar en la importancia del duelo en la infancia y como los adultos y algunos profesionales de la educación pueden contribuir a que el niño desarrolle el duelo mediante el acompañamiento y estrategias de ayuda, de una manera adecuada.

Se realiza el trabajo centrando el tema en el duelo en general , para más tarde centrarnos en la especificación del duelo en la infancia y profundizando en como desarrollan el duelo, atendiendo a las distintas etapas madurativas y a los factores influyentes, como la familia

Posteriormente, tras la documentación consultada se realizan una serie de objetivos o de estrategias de ayuda con la finalidad de que el proceso de duelo en la infancia se lleve a cabo. De esta manera se le ayudará al niño a construir las herramientas para afrontar el duelo de forma sana y normal

Al morir un ser querido todos los implicados sufren y sienten tristeza. Pero en ocasiones los adultos en un afán de proteger a los niños para que no sufran, no les comunican la pérdida de un ser querido y no pueden elaborar el proceso de duelo.

Para finalizar con una reflexión sobre la necesidad de que el niño tiene que tener conocimiento de la “pérdida” para comprender la situación.

INDICE

Introducción	Pág.3
1 -Definición del Duelo:	Pág. 4
• Etapas y proceso del duelo	
2.- Tipos de duelo	Pág. 9
3- El duelo en la infancia:	Pág. 11
• Manifestaciones del duelo	
• Factores en el proceso de duelo	
• Mitos y realidades	
4- Cómo ayudar a los niños en el Proceso del Duelo:	Pág.14
• Estrategias de ayuda desde :	
Ámbito Familiar	
Ámbito Escolar	
5- Conclusión	Pág. 17
6- Referencias	Pág. 19

INTRODUCCIÓN

Todos sabemos y hemos experimentado que la separación de las personas o cosas que quieres es una rotura o pérdida dolorosa. Esa pérdida afectiva conlleva a un proceso de duelo, el Duelo, pero el sufrimiento por la muerte de un ser querido, abarca también cualquier tipo de pérdida importante para la persona que la sufre.

Sin embargo, aunque hablar de la muerte se nos hace complicado la muerte es inevitable y es importante poder disponer de recursos para afrontar esta realidad si se produce en nuestro entorno. En muchas ocasiones nuestros miedos, no nos ayudan en nuestro proceso de duelo y ocultamos y callamos a los niños la muerte de un ser querido para que no sufran y sin darnos cuenta se convierten en los grandes olvidados del duelo.

Pero lo cierto es que la muerte de un ser querido forma parte de nuestras vidas independientemente de la edad que tengamos y por lo tanto los niños sienten la muerte de sus seres queridos y se cuestionan muchas cosas, se realizan preguntas, tienen temores que han de ser atendidos. Estas respuestas tendrán que ir acordes con la edad del menor, para que entiendan en mayor o menor medida lo sucedido y necesita de la implicación de padres, familiares y profesionales de la educación para ayudar al niño a que comprenda la pérdida del ser querido

.

.

1- Definición del Duelo: Etapas y proceso del duelo

Hay múltiples definiciones sobre el concepto de duelo, pero todas ellas hacen referencia a que se produce tras la pérdida de un ser querido (o cosa querida, perder un empleo etc.) nos dicen de que consiste en un proceso durante el cual se elabora esa pérdida, produciéndose síntomas tanto físicos como psicológicos hasta recuperar un equilibrio normal

Algunas de estas definiciones sobre el Duelo, nos lo demuestran y así autores como Worden (1997) define el duelo como *la experiencia de alguien que ha perdido a un ser amado por la muerte*”; pero también agrega que el duelo también se puede aplicar a otras pérdidas.

Por lo que tras la lectura de estas definiciones se puede concluir que el duelo es una reacción natural y normal después de una pérdida afectiva y que requiere de una adaptación psicológica para más tarde recolocar las emociones y adaptarse y poder continuar con la vida.

El duelo es la reacción ante una pérdida que puede ser la muerte de un ser querido, pero también la pérdida de algo físico o simbólico, cuya elaboración no depende del paso del tiempo sino del trabajo que se realice. Claramente cambia el curso normal de la vida de una persona pero es un proceso normal (Freud, 1917)

Por otra parte en el libro *Las tareas de duelo*, define este proceso como la pérdida de la relación, la pérdida del contacto con el otro, que rompe el contacto con uno mismo. Es una experiencia de fragmentación de la identidad, producida por la ruptura de un vínculo afectivo: una vivencia multidimensional que afecta no sólo a nuestro cuerpo físico y a nuestras emociones, sino también a nuestras relaciones con los demás y con nosotros mismos, a nuestras cogniciones, creencias y presuposiciones y a nuestro mundo interno existencial o espiritual (Payás, 2010).

Pero volviendo a Worden (1997) el proceso del duelo es una serie de sentimientos asociados al duelo que se dan en orden aleatorio y repetitivo, variando su intensidad a lo largo del proceso, es decir, se mezclan constantemente sin seguir un orden. Para este autor, en el proceso se avanza o se retrocede debido a su orden cronológico.

Estas son sus etapas:

- *Etapas*

- 1.-Aceptar la realidad de la pérdida.

Para comenzar el proceso de duelo, es necesario realizar la tarea de reconocer que esa pérdida nos duele y tenemos derecho a hablar de ello, aceptar que aquello que amábamos y que hemos perdido no regresará más. Acostumbrarnos a la ausencia, tal vez a extrañar el ruido que hacía al llegar a casa o en caso de pérdidas de otra índole, hacernos a la idea de que ya nunca regresaremos a aquél trabajo o que nunca volveremos a vivir esa etapa de la vida. Reconocer que cada persona lo vive de diferente manera. Descubrir todos los aspectos que se ven modificados por la pérdida y como cambia esta los roles o papeles que representamos en la vida diaria.

- 2.-Trabajar las emociones y el dolor de la pérdida.

Expresar todas las emociones que acompañan la pérdida de sin sentirnos por ello extraños o excéntricos y sin ser rechazados o aislados. Debemos reconocer y hacer que se reconozca nuestro derecho a sentir tristeza, enfado, miedo, alegría, añoranza, incertidumbre, paz, alivio y todos los sentimientos que se nos ocurran. Sin embargo, también hay que reconocer los derechos de los demás y expresar nuestros sentimientos de manera sana, que no haga daño a nosotros mismos o a los otros.

A veces es necesario expresar físicamente nuestras emociones, es decir, utilizar un cojín para golpearlo, morder una toalla, gritar, llorar, o lo que sea que sintamos necesario para relajarnos y expresar aquello que se acumula dentro de nosotros.

3.- Adaptarse a una nueva vida y descubrir estrategias para esta nueva vida.

Será necesario acostumbrarse a vivir de una forma diferente, con nuevas necesidades y retos, perdonar a otros y a nosotros mismos los fallos que pudieron o pudimos haber cometido, reconocer nuestra responsabilidad, si es que la hubo, en las causas que generaron la pérdida y definir estrategias que podamos llevar a cabo para adaptarnos mejor a una nueva forma de ser y de vivir. Lo más importante, es retrasar una serie de objetivos de vida, elaborar un plan nuevo, con otras metas a seguir.

Al principio, estos objetivos pueden ser a corto plazo, de manera que abarquen tal vez solo una semana, pero conforme pasen los días, semanas o meses, habrá que elaborar planes y estrategias más sofisticados para seguir adelante con la vida e irlos poniendo en práctica poco a poco.

4.--Reacomodar emocionalmente la pérdida y seguir viviendo.

Con el tiempo y el trabajo emocional, finalmente lograremos encontrar razones para seguir gozando la vida, buscaremos un espacio para recordar al que ya no está o aquello que hemos perdido y lograremos despedirnos de lo que ya no es para dar paso a una nueva vida con nuevos objetivos y expectativas. En realidad, no existe el concepto de "superar u olvidar". Más bien podemos hablar de "integrar" la pérdida a nuestra vida. Nunca olvidaremos la experiencia, pero llegará el momento en que resultará menos dolorosa y reencontraremos razones para sonreír.

Worden (1997) nos introduce en el duelo hablando del proceso del mismo:

- *Proceso de duelo*

El proceso de duelo son las diferentes etapas o fases que sin seguir un orden lineal, atraviesan los dolientes, ya que puede haber regresiones en la elaboración del duelo en fechas señaladas o épocas de mayor estrés

El duelo normal se inicia inmediatamente después, o en los meses subsiguientes, a la muerte de un ser querido. Los signos y síntomas típicos del duelo son: tristeza, recuerdo reiterativo de la persona fallecida, llanto, irritabilidad, insomnio y dificultad para concentrarse y llevar a cabo las labores cotidianas.

En cuanto a los factores que afectan al duelo se debe tener en cuenta las circunstancias de la muerte. El duelo no es el mismo, cuando las circunstancias de la muerte son naturales como la vejez que cuando son por enfermedad dónde ha habido un sufrimiento o en circunstancias traumáticas y violentas como un accidente o un asesinato

Influye también el tipo de relación mantenida con la persona fallecida y los recursos personales: la forma de afrontamiento, personalidad y madurez. Sin olvidarnos del soporte externo amigos, familia etc.

En el proceso de duelo en los niños ante el fallecimiento de un ser querido es de utilidad el asesoramiento psicológico que utiliza Worden (1991) que se baso en el trabajo que realizo Bowlby (1983) sobre el apego y la ansiedad de separación.

Resumiendo, habla sobre la tendencia del niño a vivir el presente así como de que su estado de ánimo es cambiante y que utilizan la negación como mecanismo de afrontación.

El autor continua planteando que durante el proceso de duelo, el doliente en este caso el niño, ha de llevar a cabo una serie de tareas que se van alternando entre ellas:

- Aceptación de la perdida
- Expresión emocional de la perdida
- Adaptación al medio con ausencia de la persona querida, adquisición de habilidades nuevas
- Recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo

Teniendo en cuenta lo expuesto hasta ahora, sobre la superación del duelo, se puede decir que se ha superado el duelo cuando existe la capacidad de recordar a la persona a la perdida en sí, sin llorar ni desconcertarse y cuando se es capaz de establecer relaciones nuevas y de aceptar los retos de la vida.

En el caso del duelo infantil, no hay que olvidar de que la afrontación del duelo en los niños esta directamente relacionado con la edad, además, indudablemente, de la relación con el ser querido y del aprendizaje de las reacciones de los adultos, que tiene más cerca.

Por otro lado autores como Kaplan (1999) define las características de un duelo normal como: Aturdimiento y perplejidad ante lo ocurrido, como dolor y malestar (llanto, suspiros) Sensación de debilidad, perdida de apetito, peso, sueño Dificultad para concentrarse, hablar etc..Sentimiento de culpa. Negación como si la persona fallecida no hubiera muerto, también alucinaciones, ilusiones respecto al fallecido con sensaciones de presencia y algunos fenómenos de identificación con el ser ausente. Resumiendo los niños por pequeños que sean no son ajenos al proceso de duelo por lo que es conveniente incorporarlo de forma sencilla a la realidad de lo ocurrido

En el estudio de Bowlby (1983) sobre la Teoría del Apego plantea cuatro fases en el duelo:

La fase 1, “fase de entumecimiento o shock”, es la fase temprana de intensa desesperación, caracterizada por el aturdimiento, la negación, la cólera y la no aceptación. Puede durar un momento o varios días y la persona que experimenta el duelo puede recaer en esta fase varias veces a lo largo del proceso de luto

La fase 2, “fase de anhelo y búsqueda”, es un periodo de intensa añoranza y de búsqueda de la persona fallecida, caracterizada por inquietud física y pensamientos permanentes sobre el fallecido. Puede durar varios meses e incluso años de una forma atenuada.

La fase 3 o “fase de desorganización y desesperanza”, en la que la realidad de la pérdida comienza a establecerse, la sensación de sentirse arrastrado por los acontecimientos es la dominante y la persona en duelo parece desarraigada, apática e indiferente, suele padecer insomnio, experimentar pérdida de peso y sensación de que la vida ha perdido sentido. La persona en duelo revive continuamente los recuerdos del fallecido; la aceptación de que los recuerdos son sólo eso provoca una sensación de desconsuelo.

La fase 4 o “fase de reorganización”, es una etapa de reorganización en la que comienzan a remitir los aspectos más dolorosamente agudos del duelo y el individuo empieza a experimentar la sensación de reincorporarse a la vida, la persona fallecida se recuerda ahora

con una sensación combinada de alegría y tristeza y se internaliza la imagen de la persona perdida

Teniendo en cuenta estas fases, podemos concretar que la manera de expresar el sufrimiento por la pérdida, no suele ser un estado de tristeza y abatimiento como el de los adultos sino que es más frecuente en los niños, apreciar cambios en el carácter, cambios frecuentes de humor, disminución del rendimiento escolar, alteraciones en la alimentación y el sueño

En opinión de Bowlby (1983), es habitual que después de una pérdida, los niños/as manifiesten ansiedad y estallidos de cólera. La ansiedad se debe a que el niño/a puede temer volver a sufrir una nueva pérdida, lo que le hace más sensible a toda separación de la figura que hace las funciones maternas. Es conveniente, estar atentos a la aparición de algunos signos de alerta como:

- Llorar en exceso durante periodos prolongados.
- Rabietas frecuentes y prolongadas.
- Apatía e insensibilidad.
- Un periodo prolongado durante el cual el niño pierde interés por los amigos y por las actividades que solían gustarle.
- Frecuentes pesadillas y problemas de sueño.
- Pérdida de apetito y de peso.
- Miedo de quedarse solo.

2.-Tipos de Duelo

Muchos autores coinciden en la clasificación de los tipos de duelo, para el autor Vallerst (2008) los tipos de duelo son:

- *Duelo anticipatorio*

Es aquel que facilita el desapego emotivo antes de que ocurra la muerte. Es vivido tanto por los enfermos como por sus familiares, sobre todo en el caso de enfermedades terminales.

Ayuda a tomar conciencia de cuanto está sucediendo, a liberar los propios estados de ánimo y a programar el tiempo en vista de la inevitable muerte.

Ofrece a las personas implicadas la oportunidad de compartir sus sentimientos y prepararse para la despedida.

- *Duelo retardado*

La reacción diferida se muestra en aquellas personas que, en las fases iniciales del luto, parecen mantener el control de la situación sin dar signos aparentes de sufrimiento. El proceso de duelo nunca empieza.

- *Duelo crónico*

Se arrastra durante años. El superviviente es absorbido por constantes recuerdos y es incapaz de reinsertarse en el tejido social. El proceso de duelo se detiene obsesivamente en alguna de las etapas.

- *Duelo patológico*

La reacción a la pérdida o los mecanismos de defensa alimentados son de tal intensidad que la persona ha de recurrir a la ayuda profesional y terapéutica. Se ven superados por la realidad de la pérdida, y los equilibrios físicos y químicos se rompen. El proceso progresa hasta alguna etapa y rebota infinitamente hacia alguna anterior y/o se atasca intentando evitar una etapa.

3- El duelo en la infancia.

Como ya hemos dicho anteriormente a la hora de hablar con los niños de la muerte no hay que olvidar factores tales como la edad, la madurez, la capacidad de comprensión, los valores para poder comprender la pérdida y la duración del período de duelo normal dependerá del apoyo que recibe.

También se puede decir después de lo expuesto que no todos los niños expresan de la misma forma su dolor pero en casi todos los autores consultados coinciden que expresan temor, tristeza, falta de concentración e incluso cambios en el sueño y la alimentación. Y que tiene vital importancia las experiencias anteriores relacionadas con la muerte y la estabilidad de la familia.

El objetivo en todo proceso de duelo y especialmente en los niños debido a su vulnerabilidad es sin duda prevenir un duelo complicado.

Siguiendo a Montes, (2012) y tras la documentación consultada sobre las distintas manifestaciones del duelo en los niños según la edad, se realiza una recopilación de las más importantes:

- *Manifestaciones del duelo según la edad*

Menores de 3 años:

A esta edad, no tienen un concepto de la muerte debido a las limitaciones en la percepción. La separación es vivida como un abandono y representa una amenaza a la seguridad.

Entre los 3 y 5 años:

Ya existe un sentido de pérdida y pueden buscar a la persona fallecida activamente. Pueden darse cambios mayores en la rutina, mostrar regresión en las etapas del desarrollo, y ruptura en las relaciones con los demás por expresiones inesperadas de enojo y agresión.

El niño ve la muerte como un sueño o una larga jornada. La vida y la muerte aparecen aún aunque el niño puede percibir la diferencia entre estar vivo y estar muerto.

Entre los 6 y 8 años:

A esta edad es común la expresión a través de miedos, por ir a dormir o a estar solo. Los niños pueden presentar con frecuencia pesadillas, por lo tanto buscan dormir con sus padres, manifiestan más síntomas somáticos, cefaleas, dolores abdominales, problemas para concentrarse. La muerte aparece como algo externo

Entre los 9 y 10 años:

Las preguntas acerca de la muerte pueden reflejar curiosidad o señalar ansiedades acerca de “responsabilidad” por la muerte de la persona cercana
Empiezan a ser conscientes de que la muerte es inevitable y no tiene que ver con “ser mayor.” que puede sucederles a ellos. Presentan sentimientos de fragilidad

De los 11 años en adelante

La muerte permite al adolescente en duelo preguntarse sobre el significado de la vida y contemplar las consecuencias de la muerte a largo plazo. El recuerdo de la persona fallecida puede generar incomodidad o culpa.

En todo proceso de duelo hay una serie de factores influyentes que lo determinan en el caso del duelo en los niños no es distinto , por lo que a continuación se especifican lo más significativos.

- *Factores en el proceso de duelo*
- Factores del niño

Es importante dentro de la evaluación del niño en duelo contextualizar la situación de cómo se enteró del fallecimiento de un ser querido, su experiencia particular, su momento vital, sus mecanismos de afrontamiento, su habilidad para adaptarse a los cambios y su historia de vida. Entonces se deben identificar: Experiencias. Personalidad. Estilo de vida. Respuesta al estrés. Género. Capacidad de adaptación. Relaciones estrechas

- Factores de la familia

Cada familia, como unidad funcional, tiene su manera de entender, vivir y enfrentar los momentos de crisis. El caso de la muerte no es una excepción, por esto se debe evaluar: Afrontamiento familiar. Magnitud de la crisis. Comportamiento colectivo. Estilo de comunicación. Alianzas. Recursos

- Mitos y realidades

En torno a los niños han surgido diferentes “teorías” respecto a cómo enfrentan la muerte, algunas de ellas muy alejadas de la realidad, son los mitos de que los niños no sufren o que el duelo en los niños no provoca un sufrimiento tan profundo como en los adultos porque no entienden sobre la muerte. También surge ese afán de que los niños tienen que ser protegidos del dolor y el sufrimiento que la muerte lleva con el fin de mantener su inocencia infantil

Pero la realidad es que todos los niños sufren aunque expresen su duelo de forma diferente a la de los adultos y no por ello tienen que ser protegidos de la muerte

4- Cómo ayudar a los niños en el Proceso del Duelo

Hay muchos autores que han dedicado páginas enteras a describir estrategias de ayuda para que sirvan de ayuda a que los niños puedan entender la pérdida y desarrollen el proceso de duelo. Kroen (2002) en su libro *Cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser*

querido nos habla en líneas generales de como ayudar a los niños ante la pérdida, de como ir preparando al niño para cuando llegue el desenlace, es lo que se llama un duelo anticipado.

También nos dice que una forma de ayudar al niño es compartir la realidad de la pérdida bien por muerte o salida del hogar de un progenitor, de manera clara, sencilla y natural según la capacidad y el momento evolutivo del niño, con extrema delicadeza, con autenticidad, dándole mucha seguridad, mostrando mucha cercanía y se explicará de forma global sin entrar en detalles dolorosos.

El autor hace hincapié en la importancia de demostrar cariño, que le queremos y que entendemos su dolor y que tienen que expresar lo que sienten para poder validar sus sentimientos .

Por todo ello podemos afirmar que las ayudas al menor proceden de su entorno, de los adultos más cercanos, familiares y desde el ámbito escolar dónde los niños pasan mucho tiempo- Pero es desde el entorno familiar y a pesar de la situación de dolor que se pueda estar viviendo, dónde es importante ayudar al menor a que exprese sus emociones y elabore su proceso de duelo como algo natural.

- *Estrategias de ayuda desde:*
 - *Ámbito Familiar*

Kübler- Ross (2005) en su libro : Los niños y la muerte, nos habla de cómo preparar de forma natural a los niños ante la pérdida y el duelo y de esta forma como familiares y amigos pueden ayudar en ese proceso:

Redefinición de la conducta y favorecer que compartan sentimientos y vivencias en torno a la pérdida. Ayudar a enfrentarse a la pérdida favoreciendo que hablen de sus sentimientos y vivencias hablar del difunto como persona y su relación con el niño o familia o de la pérdida afectiva (fotos, recuerdos, etc.). Así cómo explorar sentimientos de culpa y/o cólera

Es muy importante y a la vez necesario desde el ámbito familiar implicar a los niños o adolescentes, de acuerdo a su edad, en los sucesos que se están viviendo, informándoles de la situación de forma sencilla y natural posible. Por otra parte los adultos, no tienen que ocultar el dolor o la preocupación de forma controlada, esto hará que el niño también se sienta libre de poder mostrar sus emociones. Si llegará el caso de que un familiar o ser querido estuviera enfermo, se les debe involucrar en los cuidados del enfermo, adecuados a su edad y desarrollo madurativo, así como facilitar la despedida.

El niño intuye enseguida que la muerte va a tener muchas consecuencias en la familia. Es bueno decirle que, aunque estamos muy tristes por lo ocurrido, vamos a seguir ocupándonos de él lo mejor posible.

Se pueden dar también otro tipo de pérdidas, no necesariamente la muerte de alguien querido, y en cualquier caso, se les explicará previamente cada situación, para que no les queden dudas que posteriormente puedan angustiarles. Las fantasías son, a menudo, peores que la realidad.

Sería conveniente que tanto los padres como los familiares más allegados, deben dedicar un tiempo diario a estar con el niño o adolescente, garantizando el afecto a pesar del dolor y ser capaces de entender las emociones que están sintiendo aunque no necesariamente consentir cualquier mal comportamiento, excusándolo en el dolor. De esta forma el niño retomara el ritmo cotidiano de las actividades para normalizar su vida

- *Ámbito Escolar.*

Aunque el duelo es un tema familiar, los niños pasan la mayor parte de su tiempo en la escuela, de modo que la escuela puede ser un refugio para el niño Si se establece una relación de confianza y el niño o adolescente disponen de información precisa, será más posible evitar el desarrollo de los mitos acerca de una muerte, que pueden complicar aún más el duelo.

Muchos autores coinciden en la importancia que los docentes tengan una formación adecuada para el manejo de estas situaciones por las repercusiones que puede tener la muerte sobre los menores.

Poch (2003) en su libro: La muerte y el duelo en el contexto educativo dice, que desde la escuela, desde las diferentes áreas del conocimiento tiene la posibilidad de ofrecer al alumnado herramientas y perspectivas y planteamientos que lejos de atemorizar sean emociones que favorezcan el sentido de la vida.

Siguiendo con Poch (2003) dice que *desde la escuela tendría que existir el abordaje de la perdida y el duelo como algo con lo que el niño tendrá que lidiar en un futuro próximo. En la escuela se enseña formas de vivir, pero no se contempla la necesidad de hablar sobre la muerte, ya que no se forma ni a los profesores ni a los pedagogos para ocuparse de este tema. Privar a los niños de una formación sobre la muerte dificultara los procesos de duelo posteriores. Así pues, educar para la muerte es educar para la vida*

Por otro parte Kroen (2012) argumenta que: tanto padres, como educadores deben aprovechar los hechos cotidianos para enseñar conceptos básicos de la muerte. De esta forma los profesionales pueden abordar el tema cuando los niños están tristes y responder de manera adecuada, eficiente y contribuye a crear conciencia de cuestiones tales como que el regreso a la escuela después de una muerte puede ser problemático para los niños, pues suelen sentirse ignorado, aislado y diferentes.

Una gran ayuda sería preparar y orientar a los compañeros de la clase del alumno para responder adecuadamente cuando estos regresan. Y procurar que su ritmo o vida escolar se mantenga lo más constante posible es por este motivo que los profesores deben ser conscientes de estas cuestiones y para ello, debe recibir formación adecuada en duelo por parte de profesionales o equipos especializados

Muchos autores están de acuerdo en que tanto el cuento como los dibujos e incluso las narrativas que realizan los niños son una fuente de información de cómo se encuentra el niño en el proceso del duelo y es así como explican que a través de ellos se profundiza en la temática de la muerte de la pérdida de un ser querido y dará pie a que los niños puedan explicar su propio proceso en experiencias similares.

En general todos los autores consultados coinciden en las posibilidades transformadoras que tienen ciertos textos literarios debido al vínculo con la situación de las personas que los leen. Bettelheim (1997) plantea, por ejemplo, que los conflictos que aparecen en los cuentos de hadas están directamente relacionados con la vivencia afectiva de las personas,

contemplándolo como un espejo mágico que refleja algunos aspectos de nuestro mundo interno y de las etapas necesarias para pasar de la inmadurez a la madurez total

De esta forma se puede explorar el dolor que sienten y se pueden identificar con las ilustraciones de los cuentos y también a que conclusión llegan después de una primera lectura. Todo ello facilita información a los profesionales de la forma en que los menores ven el mundo y como se han enfrentado o se pueden enfrentar a situaciones de pérdida. Lo mismo ocurre si se les solicita la redacción o relato para que expresen sus historias personales, pueden ser una herramienta muy valiosa en el aprendizaje de la vida y su afrontamiento a situaciones relacionadas con procesos de pérdida

Para concluir podemos concretar que la literatura que habla al respecto dice que para potenciar las posibilidades transformadoras de los textos literarios debemos construir o elegir aquellos

- a) que se vinculen con la situación de las personas que los leen,
- b) que puedan dar la ocasión de reflejar algunos aspectos del mundo interno, de circunstancias conflictivas, de procesos de conocimiento propio y de curación,
- c) que aporten elementos para la construcción de un final “feliz” o positivo, implicando una esperanza, un futuro, una idea de proyecto a concretar.

5-Conclusión

Es difícil, en nuestra cultura, aceptar la muerte como algo natural y más aún en el caso de los niños. Pero no se puede seguir cometiendo los errores comunes de padres, familiares y educadores de no hablar de la muerte, de la “pérdida”, con los niños. Porque si no se habla de la muerte, a pesar del dolor que pueda causar al adulto, el niño no puede iniciar el duelo.

Tras consultar en la literatura sobre el tema he llegado a la conclusión de que los menores son las más perjudicados ante la pérdida de un ser querido. Porque en el intento de evitar y protegerles del sufrimiento del dolor, los abocamos sin darnos cuenta al abismo de sus preguntas que como no tienen respuestas, se convierten en sentimientos de culpabilidad y de incertidumbre ante la situación

Lo cierto es que el duelo en la infancia no se diferencia excesivamente del que padecemos los adultos ante una pérdida importante, lo que sí es cierto que ellos cuentan con menos herramientas y necesitan de la ayuda de los adultos para elaborarlo adecuadamente

Por eso la importancia de dedicar tiempo y espacio emocional a los menores a sufrir, a expresar las emociones de rabia, ira o dolor con naturalidad, a darle la importancia que tiene, porque ellos sí entienden que perder algo duele, la entienden y lo padecen.

Desde los distintos ámbitos familia, escuela, padres se debe hacer un esfuerzo en ayudar a que los menores entiendan que la muerte está dentro del proceso de la vida. Pero esta educación sobre la muerte y las consecuencias que conlleva la pérdida, se debe hacer antes de que la situación aparezca Para ello es importante la introducción de estos temas en la educación que pueden ayudar a los alumnos a comprender los efectos y consecuencias de la pérdida y, por tanto, esperar a estar mejor preparados cuando se encuentren con una pérdida en sus vidas.

6- Referencias Bibliográficas

- Bettelheim, B (1988) *Psicoanálisis de los cuentos de hadas*. (S. Furió, trad.). Barcelona: Crítica
- Bowlby, J.(1980). *La pérdida afectiva*. Buenos Aires: Ediciones Paidós.
- Bowlby, J.(1993). *La separación afectiva*. Buenos Aires: Ediciones Paidós.
- Freud, S (1917) “Duelo y melancolía”, *Obras Completas*, Tomo XIV, Amorrortu Editores, Buenos Aires
- Kroen, W.C. (2002). *Cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser querido*. Barcelona: Ediciones Oniro.
- Kübler- Ross (2005) *Los niños y la muerte*. Barcelona: Ediciones Tapa blanda
- Montes, M (2012) *El duelo en el niño y el adolescente*. FOCAD .Consejo General del Consejo Oficial de Psicólogos.
- Payás, A. (2010). *Las tareas del duelo. Psicoterapia de duelo desde un modelo integrativo-relacional*. Editorial. Paidós.
- Poch, C., Herrero, O. (2003). *La muerte y el duelo en el contexto educativo. Reflexiones, testimonios y actividades*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Wolfet, A (2001). *Consejos para niños ante el significado de la muerte*. Barcelona .Diagonal.
- Vallester, L (2008). *Manual de Duelo*. Documento de Psicología de Madrid. Recuperado el 20 de Julio del 2013 de <http://www.scribd.com/doc/108447059/Manual-de-Duelo-By-Luis-Vallester-Psicologia-Documento>
- Worden, W.J. *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: Paidós, 1997.