



**UNIVERSIDAD AMERICANA DE ACAPULCO**  
EXCELENCIA PARA EL DESARROLLO

---

---

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**  
INCORPORADA A LA UNIVERSIDAD NACIONAL  
AUTÓNOMA DE MÉXICO CLAVE DE  
INCORPORACIÓN 8852-25

**“ EL CUENTO INFANTIL COMO RECURSO  
PARA LA ELABORACIÓN DEL DUELO  
EN NIÑOS: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA ”**

**T E S I N A**

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA  
P R E S E N T A :  
**CLARA YOLANDA MARTÍNEZ PÉREZ**

DIRIGIDA POR:  
**PSIC. ADRIANA GÓMEZ DÍAZ**



ACAPULCO, GUERRERO

2008



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## *Agradecimientos*

*“Cuando la vida nos priva de algún ser querido a causa de la muerte, recordarlo es la mejor forma de que no muera en nuestra mente y corazón”.*

*Les agradezco a mis padres por el apoyo, la comprensión, espera, paciencia y compañía que me han brindado a lo largo de toda mi formación profesional y sobretodo de mi vida.*

*A mis hermanos que no solo han sido mi compañía y alegría más cercana, sino también mis compañeros y cómplices en esta empresa que es la familia.*

*Al amor de mi vida por estar siempre conmigo.*

*También les agradezco de todo corazón a las personas que me apoyaron con sus conocimientos a lo largo de esta investigación quienes fueron pilares importantes en la evolución de este logro.*

*Dedicatoria*

*A mis Padres*

*y*

*A mis hermanos*

*Con todo mi amor y cariño.*

## ÍNDICE

<b>AGRADECIMIENTOS</b> .....	<b>i</b>
<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>ii</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>1</b>
<b>CAPÍTULO I. ANTECEDENTES SOCIO - CULTURALES EN MÉXICO</b> .	<b>3</b>
<b>CAPÍTULO II. DEFINICION DEL DUELO EN NIÑOS</b> .....	<b>7</b>
2.1 Desarrollo del concepto de muerte en el niño .....	7
2.1.1 El bebé (0 – 1 año) .....	9
2.1.2 El niño de 1 a 2 años .....	10
2.1.3 El niño en edad pre – escolar (2 – 5 años) .....	11
2.1.4 El niño en edad escolar (6 – 11 años) .....	12
2.2 Definición de duelo .....	13
2.3 Etapas del duelo .....	18
2.3.1 Negación .....	19
2.3.2 Ira o Enojo .....	20
2.3.3 Regateo o Pacto .....	21
2.3.4 Depresión o Tristeza .....	22
2.3.5 Aceptación .....	23
2.4 Definición de duelo infantil .....	25
2.5 Señales normales de duelo en niños .....	27
2.6 Manifestaciones conductuales de los niños ante la muerte .....	28
<b>CAPÍTULO III. PÉRDIDA Y MUERTE</b> .....	<b>30</b>
3.1 Definición de pérdida .....	30
3.2 Tipos de pérdidas en la infancia .....	34
3.2.1 Pérdida de relaciones .....	34
3.2.1.1 Muerte del padre .....	35
3.2.1.2 Muerte de la madre .....	36
3.2.1.3 Muerte de un hermano .....	38

3.2.1.4 Ausencia del padre por enfermedad, prisión, divorcio o migración .....	41
3.2.2 Pérdida de objetos externos .....	42
3.2.3 Pérdida en el ambiente .....	42
3.2.4 Pérdida de sí mismo .....	42
3.2.5 Otros tipos de pérdidas .....	43
<b>CAPÍTULO IV. DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO .....</b>	<b>44</b>
4.1 Desarrollo emocional en el niño .....	45
4.1.1 Apego .....	45
4.2 Apego infantil y la muerte .....	48
<b>CAPÍTULO V. EL CUENTO INFANTIL Y LA MUERTE .....</b>	<b>53</b>
5.1 El cuento infantil .....	53
5.2 El cuento cómo instrumento terapéutico .....	55
5.3 Consideraciones sobre el uso del cuento en la psicoterapia infantil ...	58
<b>CONCLUSIÓN .....</b>	<b>61</b>
<b>PROPUESTA .....</b>	<b>63</b>
Participantes .....	64
Instrumentos y métodos .....	64
Duración, Lugar y forma de distribución .....	65
Materiales necesarios .....	65
Contenido de las sesiones .....	66
Sesión 1 .....	66
Sesión 2 .....	68
Sesión 3 .....	69
Sesión 4 .....	71
Sesión 5 .....	72
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>74</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>78</b>

## INTRODUCCIÓN

La siguiente investigación esta titulada **“El cuento infantil como recurso para la elaboración del duelo en niños: revisión bibliográfica”**, cuyo objetivo general es promover la importancia de la explicación desde la infancia de los procesos de pérdida a través de la lectura de un cuento que se utilice como un recurso para elaboración del duelo. En los diferentes rituales funerarios hemos observado que los niños son excluidos de estos eventos, que tienen dos finalidades importantes: la de iniciar la sanación de la herida y dar paso al inicio del duelo en el doliente. Los niños son los dolientes olvidados frecuentemente. Sin embargo, la muerte de un miembro de la familia puede afectar significativamente la vida de un niño. Si no esta apoyado debidamente, la muerte puede perturbar la autoestima del niño, su sentimiento de seguridad, su sentimiento de familia. De ahí la importancia de difundir la información correcta y adecuada de acuerdo a la edad de los niños.

La investigación consta de cinco capítulos. El primero “Antecedentes socio-culturales en México”, se ocupa de las actitudes hacia la muerte que son comunes desde nuestra cultura antigua hasta la actualidad.

El segundo capítulo “Definición de duelo en niños”, nos acerca al desarrollo del concepto de muerte en el niño en cada una de las etapas de la infancia, las etapas del duelo, así como las manifestaciones conductuales de los niños ante la muerte.

El tercero, “Pérdida y muerte”, aborda de una manera sencilla la definición de pérdida y los tipos de pérdidas que se dan en la infancia como lo es la muerte del padre, de la madre y la de un hermano.

El cuarto, “Desarrollo emocional en el niño”, encontraremos toda la información necesaria de lo que es el apego el cual considero un factor medular en el proceso de duelo. El desarrollo emocional influye en la percepción, interpretación y comprensión de lo que es la muerte para el niño.

El último capítulo, “El cuento infantil y la muerte”, nos muestra de una forma clara la definición del cuento así como algunas consideraciones en el uso del mismo en cualquier ámbito terapéutico.



## CAPITULO I.

### ANTECEDENTES SOCIO – CULTURALES EN MÉXICO

En México contamos con la celebración del Día de Muertos que tiene el propósito de acercar a la población con el concepto de muerte, con el fin de aceptarla como parte inevitable de la vida humana. Esta tradición esta presente desde la época prehispánica. La fiesta de muertos está vinculada con el calendario agrícola prehispánico, porque es la única fiesta que se celebraba cuando iniciaba la recolección o cosecha. Es decir, es el primer gran banquete después de la temporada de escasez de los meses anteriores y que se compartía hasta con los muertos.

“En la cultura Náhuatl se consideraba que el destino del hombre era perecer. Este concepto se detecta en los escritos que sobre esa época se tienen. Por ejemplo, existe un poema del rey y poeta Netzahualcóyotl (1391-1472): Somos mortales / todos habremos de irnos, / todos habremos de morir en la tierra... / Como una pintura, / todos iremos borrando. / Como una flor, / nos iremos secando / aquí sobre la tierra... / Meditadlo, señores águilas y tigres, / aunque fuerais de jade, / aunque fuerais de oro, / también allá iréis / al lugar de los descansos. / Tendremos que despertar, / nadie habrá de quedar”<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> **Origen del día de muertos** <http://www.acabtu.com.mx/diademuertos/> 11 de Junio del 2007.

En algunas regiones del estado de Guerrero aun se conserva la costumbre de celebrar el día de muertos. En la zona indígena náhuatl sigue siendo la tradición más importante, donde, desde cuatro días antes del uno y dos de noviembre, se acude al cementerio a pedirle al difunto que asista a la fiesta que se le ha preparado en casa. "Las bandas de música y grupos de cuerda que existen entre las comunidades amuzgas, participan en los funerales y velaciones interpretando sonos, como el son del muerto"<sup>2</sup>.

En el México contemporáneo tenemos un sentimiento especial ante el fenómeno natural que es la muerte y el dolor que nos produce. "La muerte es como un espejo que refleja la forma en que hemos vivido y nuestro arrepentimiento. Cuando la muerte llega, nos ilumina la vida. Si nuestra muerte carece de sentido, tampoco lo tuvo la vida, "dime como mueres y te diré como eres"<sup>3</sup>.

La creencia de la muerte es el fin inevitable de un proceso natural. Lo vemos todos los días, las flores nacen y después mueren. Los animales nacen y después mueren. Nosotros nacemos, crecemos, nos reproducimos en nuestros hijos, después nos hacemos viejos y morimos. A menudo en un accidente perdemos a nuestros seres queridos, un amigo, un hijo o un hermano. Es un hecho que la muerte existe, pero nadie piensa en su propia muerte. En las culturas contemporáneas la "muerte" es una palabra que no se pronuncia. Los

---

<sup>2</sup> [http://www.culturaspopulareseindigenas.gob.mx/noticias\\_muertos.htm](http://www.culturaspopulareseindigenas.gob.mx/noticias_muertos.htm) 17 Septiembre del 2007.

<sup>3</sup> **Origen del día de muertos** <http://www.acabtu.com.mx/diademuerτος/> 11 de Junio del 2007.

mexicanos tampoco pensamos en nuestra propia muerte, pero no le tenemos miedo porque la fe religiosa nos da la fuerza para reconocerla y porque quizás también somos un poco indiferentes a la vida, siendo esta una manera de justificarnos.

Anteriormente “la mayoría de los niños crecían en el campo, la muerte era un incidente normal, a los animales se les sacrificaba para alimento, a veces, otros animales los atacaban y mataban, o morían sus crías”<sup>4</sup>. El nacimiento y la muerte se tomaban como algo habitual, por cierto no siempre libre de pena, dolor y duelo, pero como experiencias naturales. Los niños presenciaban estos sucesos y aprendían a aceptarlos como una parte normal de la vida, no como algo atemorizante. Las personas que estaban gravemente enfermas solían ser atendidas en su casa, donde los encargados de sus cuidados eran sus familiares mas cercanos. Cuando ocurría la muerte eran los familiares quienes preparaban el cuerpo para la sepultura y se encargaban de sepultarlo. “La muerte podía ser terriblemente estresante, pero se le aceptaba como parte de la vida”<sup>5</sup>.

“Los niños de hoy, quienes crecen en la ciudad, apartados de la realidad natural de la muerte, podrían estar totalmente incapacitados para lidiar con la muerte de un padre o un abuelo”<sup>6</sup>. Cuando los niños tienen conocimiento de una muerte, se debe aprovechar la oportunidad

---

<sup>4</sup> Connor O, Nancy , **Déjalos ir con amor** , Ed. Trillas, 13° ed México D.F octubre 2005. Pág. 19

<sup>5</sup> Rice, F. Philip, **Desarrollo humano, estudio del ciclo vital**, Ed. Prentice Hall, 2° ed, México 1997. Pág. 645

<sup>6</sup> Connor O, Nancy , **Déjalos ir con amor** , Ed. Trillas, 13° ed México D.F octubre 2005. Pág. 19

para hablar con ellos francamente acerca de lo que significa la muerte y lo que sienten ellos al respecto. La primera ocasión ideal para esto, sería el funeral de un pariente lejano o una persona conocida, a partir de ella podemos alentar a los niños a que examinen y hablen acerca de sus sentimientos. Una de las herramientas útiles que se pueden utilizar para explicar este tipo de pérdidas es el cuento, debido a que su contenido favorece que el niño entienda de una manera clara lo que esta pasando.

## **CAPITULO II.**

### **DEFINICION DEL DUELO EN NIÑOS**

Para empezar a hablar de duelo infantil primero debemos conocer lo que es el desarrollo del concepto de muerte en el niño y como se comporta ante esta situación inevitable de la vida cotidiana en cada una de las etapas de la infancia. En términos clínicos el duelo es la reacción ante la muerte de un ser querido, “el cual presenta diferentes etapas como lo son la negación, el enojo, el regateo, la depresión y la aceptación”<sup>1</sup>. A su vez es importante conocer cuales son las señales normales de duelo en niños y las manifestaciones conductuales que presentan ante la muerte.

#### **2.1 Desarrollo del concepto de muerte en el niño**

“El concepto de muerte que el niño tiene es algo que va construyendo a partir de lo que la familia y la cultura particulares de cada quien le va aportando y de las experiencias que viva, pero este proceso de construcción depende también de las herramientas cognitivas que el niño va desarrollando en su proceso de crecimiento y desarrollo psicológico”<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Kübler Ross, Elisabeth, **Sobre la muerte y los moribundos**, Ed. De bolsillo, México D.F Julio del 2005.

<sup>2</sup> Herrera Amaya, Mercedes, **Concepto de muerte en niños de 4 a 11 años: una propuesta educativa**, Tesina, Centro de estudios de Desarrollo Humano y Capacitación s.c. Septiembre del 2006. Pág. 9

A pesar de los estudios que se han realizado sobre el concepto infantil de la muerte, no hay evidencia clara de las respuestas de un niño menor de 4 años ante la muerte de un ser querido; sin embargo, para los mayores de esta edad existen algunos conceptos de interés para aquellos que de algún modo directo o indirecto se ven en la necesidad de tratar con la aflicción y el dolor de un niño. En este sentido, la edad del niño en el momento de la pérdida es el factor más importante debido a que la edad determina su comprensión de la muerte. “Ningún niño, por pequeño que sea será ajeno al proceso de duelo, por lo que lo mejor será incorporarlo de forma simple y sencilla a la realidad de lo ocurrido”<sup>3</sup>.

Durante la primera infancia el concepto de muerte-vida no se encuentra establecido en los niños, a estos les es difícil diferenciar entre ellos mismos, su entorno y los objetos inanimados que los rodean.

“La idea sobre la muerte varía según el entorno, tradición, costumbres, religión y sobre todo la madurez del niño. En la infancia y adolescencia, se percibe el mundo egocéntricamente. La realidad cambia según el propio pensamiento y personalidad, y suele corresponderse con la edad psicológica o edad mental”<sup>4</sup>.

---

<sup>3</sup> Rojas Posada, Santiago, **El manejo del duelo**, op. Cit., Pág. 47

<sup>4</sup> **El duelo en los niños/as, adolescentes y jóvenes.**  
<http://www.amad.es/dueloenlosni%C3%B1os.html> 20 de Septiembre de 2006.

Por algún tiempo, el mínimo pensamiento de que la muerte sea algo real provocará su rechazo hasta sacarlo fuera de su realidad. El duelo de los niños será proporcional a la intensidad de la relación que tuviera con el fallecido.

Durante la infancia es primordial sentirse protegido, si sienten que han perdido esa protección a causa del fallecimiento de la persona querida, le producirá inestabilidad emocional, sentimientos de rabia y miedo. Los niños pueden vivir la pérdida con un gran sentimiento de culpa. Puede creer que él mismo provocó el mal. Ya sea porque se enfadaron tiempo atrás con el fallecido, por creer que no se portó bien con o porque fue desobediente. No se debe olvidar que los niños tienen sus propios recursos para luchar contra la tristeza que la pérdida les produce, con su mentalidad de fantasía. La relativa inmadurez emocional y psicológica también les servirá de escudo y ayuda para reducir el grado de angustia.

### **2.1.1 El bebé (0 - 1 año)**

Para un bebé, la muerte no es un concepto real. Sin embargo, los bebés reaccionan frente a la separación de uno o ambos padres, a los procedimientos dolorosos y a cualquier alteración de su rutina. Mantener una rutina constante es importante para el niño y las personas que están a su cargo. “Los bebés no pueden comunicar sus

necesidades verbalmente, pero utilizan otras formas, como el llanto para mostrar su incomodidad y sus sentimientos”<sup>5</sup>.

“De 0 a 10 meses los niños reaccionan con angustia ante la pérdida de la principal persona que los cuidaba (usualmente la madre). Además, es posible que capten el dolor de quienes les rodean cuando éste toma forma de llantos, de cambios en el programa y en las rutinas, y de ruidos y estímulos adicionales en el ambiente del hogar”<sup>6</sup>. La ausencia de rostros sonrientes y de períodos de juegos, y el hecho de que ya no lo sostengan en brazos, puede tener un efecto acumulativo.

### **2.1.2 El niño de 1 a 2 años**

Para los niños de esta edad, la muerte tiene muy poco significado, de hecho es algo temporal y reversible. La persona que muere puede aún comer, ir a la escuela o a trabajar, etc. Lo que sí sucede es que pueden percibir la ansiedad de las emociones de quienes los rodean. “Cuando los padres o los seres queridos de un niño de esta edad están tristes, deprimidos, asustados o enojados, los niños intuyen estas emociones y manifiestan preocupación o miedo”<sup>7</sup>. Los términos "muerte", "para siempre" o "permanente" pueden no tener un valor real para los niños de esta edad. Aun contando con experiencias previas con la muerte, el niño puede no comprender la relación entre la vida y la muerte.

---

<sup>5</sup> El duelo en niños/as, adolescentes y jóvenes.  
<http://www.amad.es/dueloenlosni%C3%B1os.html> 20 de Octubre de 2006.

<sup>6</sup> Idem

<sup>7</sup> Idem



Ante la experiencia de la muerte se puede observar en los niños menores de 3 años reacciones de llanto, trastornos del sueño y la alimentación, regresión, juego o lenguaje repetitivo así como una conducta aferrada ante el cuidador.

### **2.1.3 El niño en edad pre-escolar (2 - 5 años)**

Los niños en edad pre-escolar pueden comenzar a comprender que la muerte es algo que atemoriza a los adultos. "En esta edad se percibe a la muerte como temporal, justo como en las historietas o los dibujos animados y como en sus juegos"<sup>8</sup>. Con frecuencia, la explicación sobre la muerte que recibe este grupo es "se fue al cielo". La mayoría de los niños de esta edad no comprende que la muerte es permanente, que cada persona y cada ser vivo finalmente mueren, ni que los seres muertos no comen, no duermen ni respiran.

La experiencia con la muerte con la que cuentan está influenciada por aquellos que los rodean. Pueden preguntar "¿por qué?" y "¿cómo?" se produce la muerte. El niño en edad pre-escolar puede sentir que sus pensamientos o acciones han provocado la muerte y, o la tristeza de quienes lo rodean, y puede experimentar sentimientos de culpa o vergüenza.

"Los investigadores han descubierto que los niños de menos de cinco años ven a la muerte como un estado temporal, como dormir o haberse ido. Este hallazgo sugiere, mas que reversibilidad, que los

---

<sup>8</sup> Idem

niños no han establecido aun distintas categorías para lo muerto y vivo”<sup>9</sup>.

“De 3 a 5 años los pre-escolares presentan miedo a la separación de los padres y otros seres queridos. Algunas reacciones son aferramiento, rabietas y explosiones de irritabilidad. Comportamiento de lucha, llanto y aislamiento. Conducta regresiva. Trastornos del sueño (pesadillas, dificultad para dormir solo). Incremento en los temores usuales (oscuridad, monstruos). Pensamiento mágico. Creer que la persona reaparecerá. Actúa y habla como si la persona no estuviera enferma o todavía estuviera viva”<sup>10</sup>.

#### **2.1.4 El niño en edad escolar (6-11 años)**

“Los niños en edad escolar desarrollan un entendimiento más realista de la muerte, en el sentido de que se trata de algo irreversible y definitivo”<sup>11</sup>. Aunque la muerte puede ser personificada como un ángel, un esqueleto o un fantasma, el niño ya comienza a comprender la muerte como permanente, universal e inevitable. Pueden manifestar mucha curiosidad sobre el proceso físico de la muerte y qué ocurre después de que una persona muere. Es posible que debido a esta incertidumbre los niños de esta edad teman su propia muerte. El miedo a lo desconocido, la pérdida de control y la separación de su familia y

---

<sup>9</sup> Pinacho Cruz, Juan Carlos, **Elaboración de un cuento como instrumento terapéutico para explicar pérdidas y duelo por muerte en niños de 5-7 años**, Tesina, Centro de estudios de Desarrollo Humano y Capacitación s.c. Noviembre del 2005. Pág. 20

<sup>10</sup> Idem

<sup>11</sup> Idem

amigos pueden ser las principales fuentes de ansiedad y miedo relacionadas con la muerte en un niño en edad escolar.

De 6 a 9 años en los niños en edad escolar presentan rabia, pelea, actitud desafiante, negación, irritabilidad, culpa, fluctuaciones en el humor, miedo a la separación, a estar solo o a que recurran los hechos. Aislamiento, regresión, quejas físicas (dolor de estómago o de cabeza). Problemas escolares (ausentismo, dificultades académicas, dificultades de concentración).

## 2.2 Definición de duelo

Las experiencias de pérdida y duelo son parte del desarrollo emocional de un ser humano. Sin embargo, hasta hace muy poco tiempo eran subestimadas, no solo a nivel personal y familiar sino también por médicos, psicólogos, psiquiatras y demás especialistas de la salud. En los últimos años ha surgido una tendencia a reconocer el enorme valor emocional y psicológico que las pérdidas tienen, estudiarlas y a comprender sus procesos, su curso natural, sus efectos en el ser humano.

La palabra "duelo" proviene del término latino "*dolus*" que significa dolor. El manual Diagnóstico de los Trastornos Mentales DSM-IV, en problemas adicionales que pueden ser objeto de atención clínica, lo define como la "reacción ante la muerte de una persona querida"<sup>12</sup>.

---

<sup>12</sup> American Psychiatric Association, DSM-IV-TR. **Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales.** Texto revisado. Barcelona: Masson, S.A., 2001 Pág. 332.

Es el proceso por el que pasa una persona que sufre una pérdida. La intensidad y las alteraciones que provoca en el doliente van a depender de varios factores. Éstos son, entre otros, la relación emocional y de dependencia con el ser perdido, las circunstancias de la muerte, el tiempo de preparación para la pérdida, etc.

También tienen mucha importancia los recursos de que disponen los sobrevivientes, tanto a nivel personal como familiar y social, así como las reacciones de respuesta en situaciones emocionales intensas previas en la experiencia del doliente.

El duelo aunque se defina como una reacción adaptativa normal ante la pérdida de un ser querido, es un acontecimiento vital estresante de primera magnitud, que tarde o temprano hemos de afrontar casi todos los seres humanos. No requiere en la mayoría de los casos de intervenciones específicas, siempre que el doliente disponga de recursos adecuados tanto internos como externos para hacer frente a la pérdida. Es el proceso de recuperación después de que ocurre una pérdida perturbante en la vida. “Es un estado de intranquilidad incómodo y doloroso, y si no se experimenta, si se reprime o niega y se interioriza, puede conducir a una seria enfermedad física y/o emocional”<sup>13</sup>.

---

<sup>13</sup> Bucay, Jorge , **El camino de las lagrimas**, Ed. Océano, D.F marzo del 2002 Pág. 85.

“El duelo es una respuesta psicológica – sentimiento y pensamiento – que se presenta ante la pérdida de un ser querido. Dicha respuesta es totalmente subjetiva y depende de las estructuras mentales y emocionales de quien la vive, lo cual determina si se involucran o no síntomas físicos en ella”<sup>14</sup>.

En las escalas de Reajuste Social de Holmes & Rahe, podemos observar que la muerte de un hijo/a y la del cónyuge, son consideradas las situaciones más estresantes por las que puede pasar una persona (v. Tabla 1 ).

<b>1. Muerte de la pareja, padre o novio(a)</b>
2. Divorcio (propio o de los padres)
3. Pubertad
4. Embarazo (o causar embarazo)
5. Separación marital o terminación de noviazgo
6. Prisión
<b>7. Muerte de algún miembro familia (que no sea esposo(a), padre o novio(a).)</b>
8. Ruptura de compromiso marital
9. Compromiso de matrimonio
10. Grave herida o enfermedad personal

**Tabla 1.** <sup>15</sup>

Al hablar de duelo no podemos dejar de citar a Sigmund Freud, quien ha hecho importantes aportes en lo que a este tema respecta. Compara la melancolía con el duelo en sus escritos de "duelo y

---

<sup>14</sup> Rojas Posada, Santiago, **El manejo del duelo**, Ed. Norma, 19 ed. Colombia 2005. Pág. 33

<sup>15</sup> Tabla 1. “Escala de Reajuste Social” de Thomas Holmes y Richard Rahe. Esta escala fué publicada por primera vez en el "Diario de Investigaciones Psicosomáticas" copyright 1967, vol II p.214” [http://www.depresion.psicomag.com/esc\\_estres.php](http://www.depresion.psicomag.com/esc_estres.php). 6 de Noviembre del 2006.

melancolía". Ambas son reacciones ante la pérdida de un ser amado. En el duelo, la pérdida, trae grandes desviaciones en la conducta normal. En este trabajo también "sostenía que el objetivo del duelo es separar estos sentimientos y apegos del objeto perdido"<sup>16</sup> . Como resultado de un proceso de duelo el yo queda liberado de sus antiguos apegos y disponible para vincularse de nuevo con otra persona viva.

M. Klein nos enseña que con "la muerte de una persona, el doliente no ha perdido totalmente a ese objeto amado. Puede recuperarlo de otra forma sin la necesidad de su presencia o posesión física, mediante la incorporación psicológica de los aspectos buenos de la persona perdida, a través del recuerdo y del afecto"<sup>17</sup>. El proceso puede parecer insoportable, especialmente después de un suceso trágico o traumatizante, pero en realidad es un proceso de sanación. De hecho, cuando un niño está en duelo, esto refleja la capacidad del niño para formar relaciones saludables y de apego. "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"<sup>18</sup>.

La intensidad y duración del proceso de duelo en un individuo depende de cuán significativa se percibe la pérdida. Estas etapas del duelo ocurren de manera diferente en cada individuo. Afortunadamente,

---

<sup>16</sup> Freud, Sigmund, **Obras completas XIV**, Ed. Amorrortu, 6 ed, Buenos Aires Septiembre 1996. Pág. 243

<sup>17</sup> Rojas Posada, Santiago, **El manejo del duelo**, op. Cit., Pág. 61

<sup>18</sup> Bucay, Jorge , **El camino de las lagrimas**, Ed. Océano, México, D.F marzo del 2002. Pág. 85

la mayoría de los niños son capaces de procesar su duelo y retornar al nivel previo de su funcionamiento emocional, generalmente después de varias semanas. A veces, sin embargo, un individuo puede quedarse atrapado en determinada etapa y tener dificultad en moverse a la próxima; o bien puede saltarse alguna, sólo para regresar a ella más tarde.

“Un estudio de duelo realizado entre 162 profesionales de la atención de la salud encontró que las dos reacciones psicológicas al duelo mas comunes eran: 92% el pensar o hablar de la persona fallecida y 84% el experimentar sentimientos de desesperanza”<sup>19</sup>.

“Algunas de las sensaciones corporales que sienten las personas que están en duelo son:

- |                                  |                            |
|----------------------------------|----------------------------|
| ▪ Nauseas                        | Palpitaciones              |
| ▪ Opresión en la garganta        | Dolor en la nuca           |
| ▪ Sensación de falta de aire     | Cefalea                    |
| ▪ Insomnio                       | Pérdida de apetito         |
| ▪ Fatiga                         | Nudo en el estomago        |
| ▪ Punzadas en el pecho           | Dolor de espalda           |
| ▪ Temblores                      | Hipersensibilidad al ruido |
| ▪ Dificultad para tragar         | Oleadas de calor           |
| ▪ Visión borrosa <sup>20</sup> . |                            |

---

<sup>19</sup> Rice , F. Philip, **Desarrollo humano , estudio del ciclo vital**, op. Cit., Pág. 663

<sup>20</sup> Bucay, Jorge , **El camino de las lagrimas**, op. cit., Pág. 86

La duración del duelo es muy variable dependiendo de cada persona y situación. La mayoría de artículos clásicos refieren una duración inferior a un año. Otros más recientes consideran que la persona que ha tenido una pérdida importante comienza a recuperarse en el segundo año.

“El duelo es como la Odisea de Ulises, llena de lo desconocido, es un territorio inexplorado y batallas internas, acompañado por el temor de perder el control y la razón”<sup>21</sup>.

### **2.3 Etapas del duelo**

El proceso de duelo es lo que le permite a la persona un reajuste emocional, social, físico y psicológico de poder continuar su vida sin este vínculo afectivo. El proceso de duelo tiene varias etapas por las que la mayoría de las personas pasan, sin embargo, es importante decir que las personas resuelven su proceso de una manera muy diferente en cada caso y estas etapas pueden darse de una manera desordenada y de hecho en algunos casos después de pasar una etapa es posible volver a la anterior. Estas usualmente son las siguientes:

1. Negación.
2. Ira o Enojo.
3. Regateo
4. Depresión.
5. Aceptación.

---

<sup>21</sup> Connor O, Nancy, **Déjalos ir con amor**, op. Cit., Pág. 163



### 2.3.1 Negación

La primera etapa consiste en negarse a creer lo que ha ocurrido. Muchos dicen sentir una impresión fuerte o sobresalto. Durante esta etapa, las personas buscan creer que la pérdida no ha ocurrido o de aparentar que todo está bien. “Algunos enfrentan la pérdida negándola; pero, cuando se lleva al extremo, es la misma negación lo que impide que puedan llegar a la aceptación y realizar algunos ajustes positivos”<sup>22</sup>.

“La negación funciona como un amortiguador después de una noticia inesperada e impresionante, permite recobrase al doliente y, con el tiempo, movilizar otras defensas, menos radicales”<sup>23</sup>. Generalmente “es una defensa provisional y pronto será sustituida por una aceptación parcial”<sup>24</sup>. Cuando esta se mantiene no siempre aumenta el dolor si se aguanta hasta el final, cosa que es muy poco común. “Es un periodo de aturdimiento y confusión. Es la pérdida de control, el mundo pierde seguridad. Esta etapa termina cuando la persona se permite vaciar sus sentimientos reprimidos”<sup>25</sup>.

En esta etapa el niño puede hablar brevemente de la realidad de su situación, y de repente, manifestar su incapacidad para seguir viéndola de un modo realista. “La primera reacción del afligido puede ser un estado de conmoción temporal que se recupera gradualmente”<sup>26</sup>.

---

<sup>22</sup> Rice , F. Philip, **Desarrollo humano , estudio del ciclo vital**,op. Cit., Pág. 646

<sup>23</sup> Kübler Ross, Elisabeth, **Sobre la muerte y los moribundos**, Ed. De bolsillo, México D.F Julio del 2005. Pág. 60

<sup>24</sup> Idem Pág. 61

<sup>25</sup> Roccatagliata, Susana, **Un hijo no puede morir**, Ed. Grijalbo, México 2005. Pág. 49

<sup>26</sup> Kübler Ross, Elisabeth, **Sobre la muerte y los moribundos**, op. Cit., Pág. 64

La negación es una reacción normal y terapéutica, surge como defensa masiva del psiquismo, que perdura hasta que el Yo consiga asimilar gradualmente el golpe. Es impactante e increíble y puede proteger al doliente de reacciones intensas, cómo la certeza de la pérdida los inunda, la etapa inicial da paso a un sentimiento arrollador de tristeza, el cual se expresa con llanto frecuente.

“La etapa de negación generalmente dura de cuatro a seis semanas. El periodo de negación produce el efecto benéfico de movilizar los recursos internos para que pueda enfrentar la realidad de la nueva situación”<sup>27</sup>. “Inicia el proceso de duelo el poder ver el cuerpo. Lo que oficializa la realidad de la muerte es el entierro o funeral, que cumple varias funciones, entre ellas la de separar al muerto de los vivos”<sup>28</sup>.

### 2.3.2 Ira o Enojo

Una vez que la persona deja de negar que el trauma haya ocurrido, comienza el enojo. El enojo se puede expresar de varias maneras, desde echar la culpa a otras personas por la pérdida, hasta dirigir el enojo contra su propia persona y culparse a sí mismo. Es importante tener presente que los niños pueden agitarse o tener una baja tolerancia a la frustración. Esta segunda etapa consiste en tomar conciencia de la pérdida. “Es la etapa de la añoranza y la búsqueda. Es una etapa llena de conflictos, surge la rabia, la impotencia, la

---

<sup>27</sup> Connor O, Nancy , **Déjalos ir con amor** , op. Cit., Pág. 39

<sup>28</sup> Rice , F. Philip, **Desarrollo humano, estudio del ciclo vital**, op. Cit., Pág. 663

frustración, la hipersensibilidad y la culpa. La culpa real o imaginaria es una parte normal del dolor”<sup>29</sup>.

“Cuando no se puede seguir manteniendo la primera fase de negación, es sustituida por sentimientos de ira, rabia, envidia y resentimiento”<sup>30</sup>. En esta fase de ira es muy difícil de afrontar para la familia debido a que la ira se desplaza en todas direcciones y se proyecta contra lo que les rodea, a veces casi al azar. La tragedia es quizá que no pensemos en las razones del enojo del niño y lo tomamos como algo personal o bien como una rabieta, cuando, el origen, no tiene nada que ver, o muy poco, con las personas que se convierten en blanco de sus iras.

### 2.3.3 Regateo o Pacto

El enojo se va reduciendo después con intentos de “negociar” o hacer promesas a cambio de que desaparezca el trauma. Los niños recurren a esta estrategia emocional con la esperanza de hacer desaparecer la realidad de lo que ha ocurrido. Esta negociación puede darse con uno mismo o con un ser supremo que prosigue en nuestra mente como una ayuda para ganar tiempo antes de aceptar la verdad de la situación.

Esta tercera fase, la fase del pacto, es menos conocida pero igualmente útil para el paciente, aunque solo durante breves periodos

---

<sup>29</sup> Roccatagliata, Susana, **Un hijo no puede morir**, op. Cit., Pág. 49

<sup>30</sup> Kübler Ross, Elisabeth, **Sobre la muerte y los moribundos**, op. Cit., Pág. 73

de tiempo. “Todos hemos observado muchas veces estas reacción en los niños, que primero exigen y luego piden un favor”<sup>31</sup>. “El pacto es un intento de posponer los hechos, fijando un plazo de vencimiento impuesto por uno mismo y la promesa implícita de que no se pedirá nada mas si se le concede este aplazamiento”<sup>32</sup>.

### 2.3.4 Depresión o Tristeza

Cuando un niño se da cuenta que la pérdida es permanente, comienza su tristeza. Esta es a menudo la etapa más difícil de atravesar, tanto para los niños como para los que les cuidan. Los sentimientos de tristeza típicos de esta etapa pueden incluir el llanto, el aferrarse a otras personas, dificultad para concentrarse, pérdida de interés en las cosas que solía disfrutar, sentimientos de culpabilidad, sentimientos de que está siendo castigado, y distracción.

“Es la etapa de la desorganización, de la desesperación y el retraimiento. La persona no desea estar con nadie, sólo con su dolor. Es la etapa más larga y angustiante de todo el duelo. Esta fase puede producir pérdida de memoria, cambios repentinos del estado de ánimo, ataques de llanto, trastornos del apetito, disminución de la capacidad laboral y en algunos casos resentimiento irracional. Una de las características de este periodo es la debilidad”<sup>33</sup>.

---

<sup>31</sup> Idem Pág. 111

<sup>32</sup> Idem Pág. 113

<sup>33</sup> Roccatagliata, Susana, Un hijo no puede morir, op. Cit., Pág. 50

“El sentimiento de culpabilidad o vergüenza excesivas son a menudo los que acompañan a la depresión típica”<sup>34</sup>. Cuando la depresión es un instrumento para prepararse a la pérdida inminente de todos los objetos de amor, entonces los ánimos y las seguridades no tienen tanto sentido para facilitar el estado de aceptación.

Los dolientes deberían saber que este tipo de depresión es necesaria y beneficiosa si el doliente ha de llegar a una fase de aceptación y paz. Solo los niños que han podido superar sus angustias y ansiedades serán capaces de llegar a esta fase.

### **2.3.5 Aceptación**

Durante esta etapa, el niño acepta la pérdida y es capaz de reanudar una vida normal. Una vez resuelta la pérdida, regresa su energía, sus metas para el futuro, y su nivel previo de funcionamiento.

“Si el doliente ha tenido bastante tiempo y se le ha ayudado a pasar por las fases antes descritas, llegara a un fase en la que su destino no le deprimirá ni le enojara”<sup>35</sup>. La aceptación esta casi desprovista de sentimientos. Es como si el dolor hubiera desaparecido, la lucha hubiera terminado, y llegara el momento del descanso. En estos momentos, generalmente, es la familia quien necesita más ayuda, comprensión y apoyo. Como hemos subrayado el aspecto conclusivo de la muerte sin dejar alguna puerta abierta a la esperanza.

---

<sup>34</sup> Kübler Ross, Elisabeth, **Sobre la muerte y los moribundos**, op. cit., Pág. 116

<sup>35</sup> Idem Pág. 147

“Se acepta que la vida tiene un lado positivo, no todo es negativo. Se adquiere un nuevo conocimiento de si mismo. En esta etapa de reemplaza la antigua identidad. Nunca se vuelve a ser la misma persona. Se le da una nueva dirección a la vida”<sup>36</sup>.

El orden de progresión a través de estas etapas y el tiempo invertido en cada etapa varía de un individuo a otro. Por ejemplo, algunos niños pueden continuar en duelo por la pérdida por mucho tiempo, mientras otros serán afectados por el duelo en momentos inesperados. Varios factores influyen o contribuyen al proceso de duelo. Entre ellos están:

- “Las relaciones de apoyo que tiene el niño (padres, familia, amigos)
- La habilidad del niño para comprender y reconocer las emociones
- Sus experiencias previas con pérdidas y traumas
- Condiciones emocionales pre-existentes (depresión, ansiedad)
- Problemas intelectuales o de aprendizaje
- Problemas de salud física“ <sup>37</sup>

Saber en qué etapa del proceso de duelo se encuentra un niño puede ser difícil a veces para los adultos. Esto es especialmente cierto cuando los niños son relativamente poco comunicativos, tímidos y/o temerosos. Por lo tanto, es importante que los adultos sean sensibles al duelo de los niños y que reconozcan que cada niño procesa y responde

---

<sup>36</sup> Roccatagliata, Susana, **Un hijo no puede morir**, op. Cit., Pág. 64

<sup>37</sup> Paramjit T. Joshi, M.D, Shulamit M. Lewin, M.H.S, Deborah A. O'Donnell, Ph.D. **Manual de Preguntas Hechas Frecuentemente Cuando Ocurren Eventos Traumáticos: Violencia, Desastres o Terrorismo**, Centro Internacional para sanar nuestros niños: construyendo mentes y futuros saludables. Pág. 15

a la pérdida de manera diferente. Ya que los niños toman de los adultos las indicaciones de cómo manejar situaciones distintas, es importante que los adultos estén concientes de sus propios procesos, necesidades y sentimientos de duelo.

“La posibilidad de adaptarse al hecho se ve además influenciada por las pérdidas anteriores... y en el caso de los niños, por el aprendizaje por observación de las reacciones de los adultos cercanos ante los duelos”<sup>38</sup>.

## 2.4 Definición de duelo infantil

La más importante afirmación sobre el tema de la muerte y los niños es indudablemente que: “los niños sí viven el duelo”<sup>39</sup>. Un niño o niña, en cualquier momento de su infancia, percibe y registra la muerte de alguien afectivamente cercano, y sufre por ella. “Los niños, al igual que los adultos, sienten dolor, tristeza, rabia, miedo, ansiedad y muchas otras emociones cuando enfrentan un duelo por la muerte de uno de sus padres, de un hermano o hermana o de otro ser querido”<sup>40</sup>.

“El niño que no conoce la evidencia de la muerte de un ser querido y no recibe ayuda para elaborar su pérdida y lograr integrarlo a

---

<sup>38</sup> Rojas Posada, Santiago, **El manejo del duelo**, Ed. Norma, 19 ed. Colombia 2005. Pág. 42

<sup>39</sup> Fonnegra, De Jaramillo Isa, **De cara a la muerte**, Ed. Andrés Bello, 2° ed, México. D.F noviembre del 2001. Pág. 245

<sup>40</sup> Idem

su vida, puede deformar su duelo y desarrollar graves bloqueos emocionales, incluso severos traumas psicológicos en la adultez”<sup>41</sup>.

Después de la muerte, una de las mejores maneras de tratar con el duelo consiste en expresarlo y hablar acerca del ser querido. Pero cuando la gente trata de hacerlo, se le hace callar o se cambia de tema, pues no se considera que la muerte sea un tema agradable de conversación. Incluso los niños tienen que esforzarse por entender la razón por la cual su curiosidad y sus preguntas son reprimidas o evitadas. Se les obliga a afrontar el asunto solos y de la mejor forma que puedan.

Aún en aquellos casos fáciles y favorables para iniciar lo que se conoce como educación para las pérdidas, al niño no le basta con oír que todo lo vivo debe morir. “El duelo comprende todos los sentimientos y las cosas raras que sentimos después de que alguien muy importante para nosotros ha muerto. La persona puede sentirse enojada, triste, sola, asustada, con remordimiento o avergonzada, y todo ello es normal”<sup>42</sup>.

Se entiende que el duelo es un estado de pensamiento, sentimiento y actividad que se produce como consecuencia de la pérdida de una persona o cosa amada asociándose a síntomas físicos y emocionales. Ahora, el duelo en la infancia es similar, sin embargo, hay que tener claro que el sistema de pensamiento y el proceso de tales

---

<sup>41</sup> Roccatagliata, Susana, **Un hijo no puede morir**, op. Cit., Pág. 210

<sup>42</sup> Fonnegra, De Jaramillo Isa, **De cara a la muerte**, Ed. Andrés Bello, 2° ed, México. D.F noviembre del 2001. Pág. 247



cogniciones no se llevan a cabo del mismo modo que en el adulto, y es por esto que los adultos debemos acompañar y ayudar al niño a comprender esta pérdida de una manera que no signifique un hecho traumático que dure toda su vida.

## **2.5 Señales normales de duelo en niños**

Estas son algunas de las señales normales que podemos observar en el proceso de duelo de los niños:

- “Trastornos del sueño como pesadillas, insomnio, dormir demasiado.
- Contar una y otra vez eventos acerca de su ser querido y/o de su muerte.
- Sentir que quien murió de alguna forma esta presente.
- Soñar con quien murió, extrañarlo y echarlo de menos.
- Dificultades para concentrarse en el estudio.
- Sentir miedo a quedarse solo.
- Llorar con frecuencia y en los momentos menos esperados.
- Enuresis nocturna, pérdida o aumento del apetito.
- Idealizar a quien murió.
- Sufrir frecuentemente de dolor de estomago, de cabeza, de garganta, etc.
- Rechazar o aislarse de los amigos y compañeros”<sup>43</sup>.

---

<sup>43</sup> Idem Pág. 248

El niño debe entender, de acuerdo con su edad a su nivel de desarrollo emocional, que “la muerte es universal, que todo lo que hoy esta vivo morirá algún día y que no es culpa de nadie que esto ocurra, que la muerte es parte de la vida y que lo que esta sin vida no siente, no sufre, no necesita, no respira”<sup>44</sup>.

## **2.6 Manifestaciones conductuales de los niños ante la muerte**

Es necesario estar atentos a la aparición de algunos signos de alerta que, si bien en si mismos no señalan una alarma, deberán vigilarse y tratarse si se mantienen o si se agravan con el paso del tiempo.

- “Pérdida de interés por las actividades o acontecimientos de la vida cotidiana.
- Dificultades para conciliar el sueño.
- Pérdida de apetito o hambre voraz.
- Miedo de quedarse solo.
- Comportamiento regresivo
- Imitación excesiva de la persona fallecida.
- Expresiones repetidas del deseo de reencontrarse con el fallecido.
- Actitudes hostiles con su entorno o amenaza de daño a su propio cuerpo.
- Fracaso escolar importante o negativa de ir a la escuela.

---

<sup>44</sup> Idem Pág. 249

- Negación, ansiedad
- Idealización
- Aislamiento<sup>45</sup>.
- “Tristeza
- Enojo
- Tendencia al acting out
- Culpa y autoreproches<sup>46</sup>

---

<sup>45</sup> Bucay, Jorge , **El camino de las lagrimas**, op. Cit., Pág. 228

<sup>46</sup> Esquivel, Fayne, Heredia , Cristina, **Psicodiagnóstico clínico en el niño**, Ed. Manual moderno, 2° ed. Pág. 16

## CAPITULO III.

### PÉRDIDA Y MUERTE

Este capítulo incluye la definición de pérdida, los tipos de pérdidas que se dan en la infancia y las manifestaciones psicológicas, conductuales y fisiológicas que presenta un niño al elaborar un duelo. La edad del niño en el momento de la pérdida es uno de los factores que van a determinar la forma en que el niño se va adaptar a esta.

#### 3.1 Definición de pérdida

“Isa Fonnegra dice que aprender a perder constituye todo un reto, pero no se nos enseña cómo perder ni qué es natural sentir ante una pérdida y porqué”<sup>1</sup>. El sentimiento de pérdida es el estado de sentirse privado de alguien a consecuencia de la muerte. “Es seguida de un periodo de luto y de aflicción por la persona fallecida. El proceso de duelo puede curar un breve periodo o no terminar nunca”<sup>2</sup>.

Comúnmente se cree que los niños de nuestra cultura no sufren a penas, disgustos (o se pretende que no tengan ninguno), y cuando sufren una pérdida, se ofrece rápidamente un sustituto (algo que se pretende sustituya al objeto perdido), negándoles así la posibilidad de apreciar los beneficios que obtenían del objeto perdido y de la expresión, vivencia o afrontamiento de su dolor.

---

<sup>1</sup> Roccatagliata, Susana, **Un hijo no puede morir**, op. Cit., Pág. 207

<sup>2</sup> Rice , F. Philip, **Desarrollo humano , estudio del ciclo vital**, op. Cit., Pág. 662

El "sustituto" -ya no como "amortiguador" de su pena y dolor- se convierte en un "distractor" de la realidad que ha observado y que no le permiten considerar y analizar según sus propias posibilidades, pues "hay que evitarles todo dolor".

Los niños por naturaleza tienden a hacer preguntas de las diversas situaciones que han observado, sin embargo, cuando estas preguntas se refieren a la muerte, en lugar de respuestas sencillas y claras, provoca una aprensión indebida en el adulto que reacciona evadiendo las preguntas o bien cambiando de tema llenando al niño de confusión y dudas.

Como lo hemos mencionado anteriormente la forma en que el niño se adapta a la pérdida de un objeto real o imaginario depende de muchos factores entre ellos:

- "Relación particular del niño con el objeto perdido (grado de apego o familiaridad con lo perdido);
- Las características de la pérdida (repentina, lenta o violenta);
- Sensibilidad y ayuda de los miembros supervivientes de la familia ante sus sentimientos y necesidades emocionales;
- Su propia experiencia de pérdidas anteriores;
- Su herencia familiar, enseñanza religiosa y cultural;

- Actitud que ha adquirido (aprendido) a través de la observación de la reacción de sus padres, otros adultos y compañeros ante la muerte de otros (aprendizaje vicario)<sup>3</sup>.

Son, por lo tanto, las condiciones que siguen a la pérdida los más importantes factores para que no se genere una condición patológica - disponer de un sustituto que brinde seguridad, protección, afecto, contención-, como así también la influencia del vínculo con la persona antes de la pérdida, que va a depender más de su calidad que de su duración.

En cuanto a la patología que puede producir la falta de presencia de estas circunstancias frente a una pérdida en la niñez, encontramos como las más benignas reacciones a la vergüenza, la disminución de la autoestima; y como los efectos más perniciosos las depresiones infantiles, los trastornos de conducta y aprendizaje, entre otras.

El dolor y la pena son algunos sentimientos que vienen irremediablemente ligados a la sensación de pérdida; lo que sucede es que a los niños en muchas oportunidades se les aleja de vivir estos sentimientos, con el objetivo de que “no sufran tanto”, condenándolos a sentimientos de irrealidad y fantasía que llevan a cabo el cometido de impedir que el niño se adapte a una nueva situación que merece ser vivida.

---

<sup>3</sup> **El niño y la muerte.** <http://www.homestead.com/montedeoya/nino.html> 22 de Octubre del 2006.

Las pérdidas poseen cuatro niveles, la primera es la muerte de uno mismo o bien un cambio radical en el cuerpo, como puede ser la amputación de un miembro del cuerpo, la pérdida de la vista, una enfermedad crónica que afecte de manera directa la apariencia o la energía de la persona. El segundo nivel de pérdida es la separación de personas significativas en nuestra vida por muerte, divorcio o abandono. En el tercer nivel encontramos aquellas situaciones que requieren de un cambio, estos pueden ser los cambios normales del desarrollo, cambio de residencia o bien la pérdida del empleo. La cuarta área es la pérdida de objetos importantes.

**Tabla 2.** Transiciones psicosociales fundamentales.

---

**En la infancia**

Pérdida o separación de los padres.

Pérdida del contacto con el medio del hogar familiar por acontecimientos tales como, el ingreso en un hospital, en un internado o en una escuela.

**En la adolescencia**

Separación de los padres, del hogar y de la escuela.

**En los adultos jóvenes**

Ruptura matrimonial.

Embarazo (especialmente el primero).

Aborto (más si es de repetición).

Nacimiento de un niño disminuido.

Pérdida del trabajo.

Pérdida de un progenitor.

Emigración.

**En los adultos y ancianos**

Jubilación.

Pérdida de las funciones físicas.

Duelo por familiares o allegados.

Pérdida del ambiente familiar (Ingreso en residencias de ancianos).

Enfermedad o incapacidad en miembros propios de la familia.

---

**Tabla 2.** <sup>4</sup>

---

<sup>4</sup>**Duelo**, <http://www.cfnavarra.es/salud/anales/textos/vol25/sup3/pdf/05.%20Duelo.pdf>  
29 de Octubre del 2006.

En esta tabla se pueden observar algunas de las pérdidas que sufre en ser humano a lo largo de su desarrollo, que pueden variar en tiempo e intensidad.

### **3.2 Tipos de pérdidas en la Infancia**

En la infancia los niños suelen sufrir varios tipos de pérdidas como la pérdida de un diente, de un juguete, de una mascota, de un abuelo hasta la muerte de un padre, estos se afligen por lo que pierden y desean que retorne. Estas pérdidas en la infancia pueden caer en una de las siguientes categorías:

1. Relacional
2. Ambiental
3. Habilidades y destrezas
4. Pérdida de futuro/protección del mundo de los adultos
5. Objetos externos
6. De si mismo
7. Hábitos”<sup>5</sup>

#### **3.2.1 Pérdida de relaciones**

Esta categoría esta relacionada con la muerte o ausencia del padre, madre, abuelo, hermano, amigo, compañero de clase, mascota.

---

<sup>5</sup> **El niño y la muerte.** <http://www.homestead.com/montedeoya/nino.html> 20 de Octubre del 2006.



### 3.2.1.1 Muerte del padre

Cuando muere uno de los padres, la edad del niño influye en la forma en que maneja el dolor. Para un niño, la muerte de un padre es un misterio. El mundo hasta entonces seguro y confiable del niño se estremece y se desploma. Cuando el niño pierde a su padre no solo lo pierde físicamente, sino que también experimenta inseguridad, privación amorosa, desprotección, falta de apoyo. Además de ser privado de la figura del héroe y de la identificación con el padre del mismo sexo. Suele suceder que el otro padre, el que permanece vivo se convierte en blanco de resentimiento, enojo y otros sentimientos violentos.

Durante mucho tiempo les oprimirá un gran temor porque su madre u otros miembros de la familia, abuelos, hermanos, también puedan fallecer. Con frecuencia, “el niño tendrá sentimientos de culpa y pensará que el caso que él causó el fallecimiento con alguna acción mala o perversa, o le puede invadir el temor a ser abandonado o castigado”<sup>6</sup>. El apoyo que les pueda brindar la familia durante esta etapa es muy importante ya que los niños necesitan de apoyo y comprensión para entender lo que están viviendo. “Necesitarán sobre todo la madre que les ofrezca alguna esperanza de vida. Sobre todo si se trata de adolescentes, ya que pueden entrar en abandono y sentimientos de que la vida ya no vale para nada”<sup>7</sup>.

---

<sup>6</sup> Connor O, Nancy, **Déjalos ir con amor**, op. Cit., Pág. 64.

<sup>7</sup> **El duelo el niños/as, adolescentes y jóvenes.**  
<http://www.amad.es/dueloenlosni%C3%B1os.html> 27 de Septiembre del 2006.

Sin embargo, en cualquier edad, un hijo es vulnerable al fallecimiento de un padre. “Si la relación padre-hijo nunca pudo progresar hacia una relación de adulto a adulto, independientemente de la edad del hijo, lo mas probable es que con el deceso se reactivarán todos los sentimientos infantiles a ser abandonado”<sup>8</sup>.

“Las respuestas emocionales cuando fallece un padre, por general son menos agudos que en el caso de otras muertes, y el duelo se resuelve en un plazo mas corto, casi siempre de seis meses a un año”<sup>9</sup>.

“Los niños también pueden verse seriamente afectados por el comportamiento del padre afligido; es especialmente nocivo que el padre sobreviviente se vuelva retraído e inalcanzable. Los niños necesitan hablar, llorar y elaborar su duelo personal”<sup>10</sup>.

### 3.2.1.2 Muerte de la madre

Cuando es la madre quien muere, la familia busca afanosamente personas como tías, niñeras, vecinas o abuelas, que rotan en la vida del niño. “El niño de cinco años que pierde a su madre se culpa a sí mismo por su desaparición y al mismo tiempo se enoja con ella par haberle abandonado y por no satisfacer ya más sus necesidades”<sup>11</sup>. Así la

---

<sup>8</sup> Connor O, Nancy , **Déjalos ir con amor**, op. Cit., Pág. 64

<sup>9</sup> Idem

<sup>10</sup> Idem

<sup>11</sup> Kübler Ross, Elisabeth, **Sobre la muerte y los moribundos**, Ed. De bolsillo, México D.F Julio del 2005. Pág. 17.

persona muerta se convierte en algo que el niño ama y desea mucho, pero que odia con la misma intensidad por lo dura que se le hace su pérdida.

La edad que tiene el niño en el momento en que ocurre la muerte establece importantes diferencias; el bebé que no comprende aún el concepto de pérdida permanente ciertamente responde a la muerte de su figura primaria con reacciones que una persona estable y afectuosa puede ayudar a mitigar.

Perder a la madre es perder lo más amado, lo más afectuoso, la ternura de su pecho y de su amor, el refugio de sus brazos, la protección ante el mundo "... con ella perderá también los cuidados y amor maternal e incondicional que le protegen del mundo exterior"<sup>12</sup>.

"Esta pérdida le producirá gran frustración e ira, porque sentirá que le han arrebatado algo tan profundo y necesario que se convertirá en una afrenta personal contra la muerte, puesto que en su imaginación sentirá que la muerte está contra él. Le costará bastante tiempo y trabajo aceptar la realidad, y su deseo de que vuelva será muy constante"<sup>13</sup>.

---

<sup>12</sup> **El duelo en niños/as, adolescentes y jóvenes.**  
<http://www.amad.es/dueloenlosni%C3%B1os.html> 27 de Septiembre del 2006.

<sup>13</sup> Idem

### 3.2.1.3 Muerte de un hermano

“Cuando muere un hijo, los hermanos quedan además de huérfanos de hermanos, también de padres, porque ellos están alejados de la realidad, incapacitados para reintegrarse al mundo cotidiano con todas sus exigencias y presiones. No son capaces de darse cuenta de lo que pudiese estarle ocurriendo a los que los rodean. Todo esta destruido, se desconoce como se va a rehacer la vida. Se conoce solo el pasado, desde el momento de la muerte hacia atrás”<sup>14</sup>.

“Es común que se sientan culpables de la muerte porque en un momento de enojo seguramente desearon que se muriera o se fuera para siempre ese hermano”<sup>15</sup>.

“Ante la muerte de un hermano, los niños pueden tener diferentes respuestas:

- Miedo a la soledad.
- Ansiedad.
- Enfado con los padres por sentir que le han dejado morir.
- Dolencias somáticas o parecidas a las del hermano/a fallecido -si fue por enfermedad-.
- Rendimiento escolar bajo.
- Sentimiento de culpa.
- Suplantación de la personalidad del hermano/a -para evitar el

---

<sup>14</sup> Roccatagliata, Susana, **Un hijo no puede morir**, op. Cit., Pág. 29

<sup>15</sup> Connor O, Nancy , **Déjalos ir con amor**,op. cit., Pág. 103

sufrimiento que ve en los padres por la pérdida, por un deseo de hacerle revivir.

- Resentimiento hacia los padres por pasar mucho tiempo con el hermano enfermo.
- Miedo a su propia muerte y a que sus padres tampoco puedan evitarlo.
- Depresión<sup>16</sup>.
- “ Trastornos del sueño
- Hiperactividad con arranques agresivos o destructivos”<sup>17</sup>.

“Los hermanos y hermanas tienen el potencial para la relación mas prolongada en el lapso de la vida. Cuando niños pequeños sufren la pérdida de un hermano o hermana, con frecuencia, le resulta un misterio confuso”<sup>18</sup>.

La doctora Betty Davies (1983) es quizás la profesional que con más cuidado y dedicación ha estudiado las secuelas y el impacto emocional que genera la muerte de un hermano o hermana. Ha propuesto y comprobado interesantes hipótesis clínicas al respecto. Los niños se afectan profundamente con la muerte de un hermano, lo cual se refleja en múltiples y evidentes variaciones de la conducta. “Durante los tres años siguientes a la muerte, tanto los niños como sus

---

<sup>16</sup> **El duelo en niños/as, adolescentes y jóvenes.**

<http://www.amad.es/dueloenlosni%C3%B1os.html> 27 de Septiembre del 2006.

<sup>17</sup> Roccatagliata, Susana, **Un hijo no puede morir**, op. Cit., Pág. 209

<sup>18</sup> Connor O, Nancy , **Déjalos ir con amor** , op. Cit., Pág. 103

familiares, profesores y amigos, atribuyen tales alteraciones a la pérdida de su ser querido”<sup>19</sup>.

En los estudios clínicos hemos encontrado que la muerte de un hermano en la infancia tiene implicaciones a largo plazo, hasta por siete y nueve años. La muerte de un hermano no es un hecho aislado que los niños olvidan en poco tiempo. Al contrario, “es un evento destacado que deja secuelas en su desarrollo posterior. Adultos que vivieron la muerte de un hermano en la infancia reportaron que los efectos de la pérdida han sido más o menos permanentes a través de su vida adulta”<sup>20</sup>.

Las respuestas de un niño ante la muerte de su hermano están influenciadas por las características de la relación entre ellos y por las del entorno familiar. “En el 60% de los niños estudiados tres años después de ocurrida la pérdida, se observaron estos tres rasgos de conducta: nerviosismo, preferencia por la soledad y ánimo triste con tendencia a la depresión. También se presentan reacciones de tipo psicosomático como cefalea, cólicos, y quejas frecuentes sobre diversos malestares y dolores, y desordenes en el dormir, incluidos problemas para conciliar el sueño, pesadillas y hablar o caminar dormidos”<sup>21</sup>. “De los niños estudiados, 25% presentaban ansiedad y dificultades en el rendimiento escolar. Entre siete y nueve años mas tarde, los jóvenes reportaban la persistencia de una cierta sensación de soledad asociada a la falta del hermano muerto”<sup>22</sup>. Sin embargo, vale la

---

<sup>19</sup> Fonnegra, De Jaramillo Isa, **De cara a la muerte**, op. Cit., Pág. 269

<sup>20</sup> Idem

<sup>21</sup> Idem Pág. 270

<sup>22</sup> Idem

pena resaltar que el mismo estudio demostró que “experimentar la muerte de un hermano no solo deja como resultado problemas de conducta: muchos reportaron haber crecido emocionalmente y haber adquirido mayor madurez y una visión psicológica de la vida y del sufrimiento mucho mas amplia que la de los jóvenes que no habían sufrido ninguna pena mayor en su infancia”<sup>23</sup>.

#### **3.2.1.4 Ausencia del padre por enfermedad, prisión, divorcio o migración.**

“Enfermedades como el alcoholismo, un derrame cerebral masivo, algunos casos de esclerosis múltiple o patologías psiquiatricas agudas como melancolía o esquizofrenia, obligan al niño a adaptarse a un padre que, aunque vivo, en algunos aspectos ya dejo de vivir: no puede moverse, no habla, no reconoce, no sonrío o se comporta agresivo u hostil, distante o frío, pero no en todo caso muy diferente como era antes”<sup>24</sup>.

Quizás uno de los duelos menos atendidos es el del niño que por alguna circunstancia, en lugar de poder disfrutar de una infancia alegre, segura, confiada y protegida, debe cuidar y proteger a uno de sus padres o seres queridos y además aprender a cuidarse solos. “Estos significa la pérdida de la infancia, el derecho de ser niño y simplemente niño, a jugar y reír, para verse obligado a crecer prematuramente y asumir tareas que no le corresponden, convertirse en seudoadulto y

---

<sup>23</sup> Idem

<sup>24</sup> Idem Pág. 277

afrontar desde muy temprano la crueldad, el abuso y el lado duro de la vida”<sup>25</sup>.

Muchas veces estas pérdidas tempranas dan lugar a personalidades desapegadas afectivamente, que siempre cuidan y protegen, con una exagerada tendencia a tolerar el sufrimiento en la vida.

### **3.2.2 Pérdida de objetos externos**

1. Pérdida del juguete u objeto favorito (cobija, oso de peluche).
2. Pérdida por robo o extravío (diario, regalo especial).
3. Perder cosas de valor puede ser muy doloroso para un niño.

### **3.2.3 Pérdida en el ambiente**

1. Fuego, inundaciones, huracanes y otros desastres naturales.
2. Mudanzas, cambio de escuela, cambio de la estructura familiar.
3. Separación familiar.

### **3.2.4 Pérdida de sí mismo**

1. Pérdida de partes físicas del cuerpo (un diente, un brazo, un ojo).
2. Pérdida de auto-estima; Abuso físico, sexual, emocional o deprivacional.

---

<sup>25</sup> Idem



Los síntomas conductuales del duelo no siempre son pelea, llanto o expresiones exteriores; los niños pueden aislarse, señalar o despersonalizar la vida para escapar de aspectos del duelo muy dolorosos que si no sienten o no hablan son la única forma de sobrevivir.

### **3.2.5 Otros tipos de pérdidas**

- Pérdida relacionada a habilidades y destrezas

1. Retrazarse en la escuela.
2. No ser escogido para el equipo de deportes.
3. Sobrepeso, trauma, enfermedad, incapacidad física.
4. Dislexia, Déficit de atención y otras diferencias del desarrollo.

- Pérdida relacionada a los hábitos

1. Chuparse el dedo, comerse las uñas, enrollarse el pelo en los dedos.
2. Cambio de patrones alimentarios o rutinas diarias.
3. Empezar o terminar la escuela.

- Pérdida de futuro/protección del mundo de los adultos

1. Pérdida del modelo de rol.
2. Miedo de la escuela como un lugar peligroso.
3. Falta de motivación para el trabajo escolar.
4. Elección de la violencia como una forma de solucionar los problemas.

## **CAPÍTULO IV.**

### **DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO**

La forma en que los niños responden a la pérdida de un padre no es muy diferente de la de los adultos. “Las diferencias dependen del hecho de que los niños son más sensibles que los adultos a las condiciones que preceden, rodean y siguen a una pérdida”<sup>1</sup>. Además del estado de dependencia de los niños del mundo que los rodea.

Una muerte vivida en la primera infancia requiere un trabajo psíquico extra. El persistente anhelo por la figura perdida conlleva un dolor inevitable para el niño, como sucede en el duelo por su carácter doloroso.

“Las diferentes etapas del desarrollo cognitivo y emocional de los niños desempeñan un papel fundamental en su percepción, interpretación y comprensión de lo que es la muerte. La habilidad de los niños para entender la muerte se refleja en la habilidad general para entender los conceptos abstractos”<sup>2</sup>.

Por ejemplo, los niños de 4 años aproximadamente, son animistas, y creen que todo, incluso las cosas inanimadas, están vivas, solo entienden la muerte como una especie de separación parecida al sueño. En el caso de la muerte de uno de sus progenitores tienen

---

<sup>1</sup> Villena Aragón, Julio, **El Duelo**, <http://www.herrerros.com.ar/melanco/aragon.htm>  
28 de Octubre del 2006.

<sup>2</sup> Idem

dificultad de imaginárselo sin vida y se refieren a éste como si estuviese durmiendo.

## **4.1 Desarrollo emocional en el niño**

El desarrollo emocional de los niños tiene que ver con la evolución y la expresión de sus sentimientos en relación con ellos mismos, con sus padres, etc.

### **4.1.1 Apego**

Se puede definir a la teoría del apego como una manera de entender porqué los seres humanos tienden a formar vínculos específicos y duraderos con otras personas y cómo las interrupciones y los conflictos en estas relaciones pueden dar lugar a trastornos psicológicos, psicosomáticos y psicosociales.

El desarrollo de la teoría del apego es producto del trabajo conjunto de John Bowlby y Mary Ainsworth donde definen el “apego como el sentimiento que une al padre y a su hijo; es el vínculo emocional que existe entre ellos, el deseo de mantenerse en contacto por medio de la cercanía física, de tocarse, mirarse, sonreírse, escucharse o hablarse”<sup>3</sup>.

La tesis fundamental de la Teoría del Apego es que el estado de seguridad, ansiedad o zozobra de un niño o un adulto es determinado en gran medida por la accesibilidad y capacidad de respuesta de su

---

<sup>3</sup> Rice , F. Philip, **Desarrollo humano , estudio del ciclo vital**, op. Cit., Pág. 232

principal figura de afecto. “Cuando Bowlby se refiere a presencia de la figura de apego quiere decir no tanto presencia real inmediata sino accesibilidad inmediata. La figura de apego no sólo debe estar accesible sino responder de manera apropiada dando protección y consuelo”<sup>4</sup>.

“Todos los infantes necesitan formar un vínculo emocional seguro hacia alguien, la madre, el padre, otro miembro de la familia o un cuidador sustituto. Para sentirse emocionalmente seguros, los niños necesitan una relación cálida, cariñosa y estable con un adulto responsivo del que puedan depender”<sup>5</sup>.

La formación de ese apego es de vital importancia para el desarrollo pleno de los niños pues les proporciona seguridad, permite el desarrollo del sentido del yo y hace posible su socialización. Los niños que logran formar ese apego son menos tímidos e inhibidos en sus relaciones con los demás. El hecho de que los niños puedan formar apegos múltiples no significa que las personas que se encargan de su cuidado puedan cambiar constantemente. La estabilidad del cuidado, sea brindado por uno de los padres, un familiar o niñera, es uno de los elementos más importantes para el mantenimiento de la seguridad emocional.

---

<sup>4</sup> **Teoría del apego, una perspectiva evolucionista**, [http://www.angelfire.com/psy/ansiedaddeseparacion/new\\_page\\_6.htm](http://www.angelfire.com/psy/ansiedaddeseparacion/new_page_6.htm) 23 de Noviembre del 2006.

<sup>5</sup> Rice , F. Philip, **Desarrollo humano , estudio del ciclo vital**, op. Cit., Pág. 232

Algunos niños que han sido rechazados por sus padres son distantes y no emocionales, y ni siquiera parecen percatarse de la llegada de sus padres. Los niños no apegados, los que tienen una demora en su desarrollo del apego, pueden no hacer distinción entre sus padres y otros miembros del hogar o un cuidador.

“En el otro extremo se encuentran los niños con un apego inseguro, que son tan dependientes de sus padres que no toleran siquiera perderlos de vista y estallan en llanto cuando los ven salir”<sup>6</sup>.

Los vínculos de apego son necesarios a lo largo del ciclo vital pero son aún más importantes en la niñez temprana, ya que tienden a influir de manera importante el desarrollo de la personalidad. Como resultado, los niños de esta edad se vuelven a menudo temerosos, confundidos y ansiosos después de sufrir un trauma. Los niños a esta edad pueden también desarrollar síntomas físicos como la pérdida del apetito y quejas físicas múltiples (dolores de estómago, dolores de cabeza y mareos). Son también comunes los problemas relacionados con la escuela, tales como la dificultad para concentrarse, negarse a asistir a la escuela, o un aumento en el desafío, la agresión y la hiperactividad. También es común el miedo prolongado a estar solo, sentimientos de responsabilidad y de culpa, preocupación por la seguridad y por el peligro. Finalmente, los niños de edad escolar pueden perder el interés en las actividades y participar en juegos que repiten o cuentan los detalles del trauma una y otra vez.

---

<sup>6</sup> Idem. Pág. 235

Los niños a esta edad tienden a poner mucha atención a las ansiedades de sus padres. Con frecuencia, los niños se dan cuenta de lo que preocupa a sus padres y en particular son muy sensibles a las reacciones de sus padres a una crisis. El buscar en sus padres las pautas de cómo actuar y reaccionar les ayuda a los niños a conocer cómo enfrentar el peligro. Es muy importante que los padres y otros adultos sean sinceros con sus hijos de edad escolar acerca de sus propios temores y preocupaciones y que enfatizen sus habilidades para enfrentar la situación.

## **4.2 El apego infantil y la muerte**

El niño se encuentra en un estado de dependencia, por eso, lo primero que va a buscar ante la muerte es un sustituto de la persona fallecida (que puede ser el padre sobreviviente, otro familiar, un vecino o amigo de la familia), para no perder la seguridad que le brindaba el objeto perdido. El niño no se va a retraer del mundo externo, sino que se tornará demandante, porque necesita comprobar que existen suministros para la satisfacción de sus necesidades. Cuando las condiciones que rodean a la pérdida no son favorables o cuando la pérdida no es compensada por un sustituto, puede aparecer en el niño una desilusión con respecto al objeto perdido. Es así como puede desarrollarse un desapego defensivo, distancia afectiva, pueden aparecer pensamientos tales como haber sido abandonado, traicionado y desilusionado por el objeto perdido, pérdida de confianza que se va a generalizar en el otro.

John Bowlby ha hecho importantes aportes. Él establece como condiciones favorables en el duelo de los niños de 4 años aproximadamente:

- “El haber mantenido una relación razonablemente segura y afectuosa con sus padres antes de sufrir la pérdida.
- El recibir pronto información precisa sobre lo ocurrido.
- La posibilidad de hacer toda clase de preguntas y que sean contestadas del modo más honesto posible, permitiendo al niño que participe en la aflicción de la familia e incluso en las ceremonias funerarias.
- El hecho de contar con la consoladora presencia de su padre sobreviviente o de un sustituto de confianza, y tener la seguridad de que esa relación habrá de continuar”<sup>7</sup>.

Si se reúnen estas condiciones las respuestas esperables que se observan en los niños son:

- “Anhelo de la presencia de su madre o padre, suele ser expresada a una persona que muestra simpatía.
- Esperanza de que la persona fallecida volverá, lo que lo llevará a ponerse triste o llorar.
- Se lo puede observar buscando a su ser amado perdido, decir que habla con él, fantasear que vive con él por las noches, que juegan juntos, que lo abraza y hasta sentirlo, incluso puede manifestar que lo ve, y tener una viva

---

<sup>7</sup> Villena Aragón, Julio, **El Duelo**, <http://www.herrerros.com.ar/melanco/aragon.htm>  
28 de Octubre del 2006.

sensación de la presencia de éste; puede temer perder también al otro progenitor u otra persona”<sup>8</sup>.

La reacción ante la noticia de la muerte de un ser querido va a depender de la edad y en relación a esta la tendencia al llanto aumenta. Por un lado los niños pueden tener fantasías de destino (de que todo podría haber sido diferente), expresar frases como “Quiero morirme” o bien experimentar un miedo intenso a morir ellos también. “Los niños mantienen la esperanza de que el progenitor que falleció vuelva, y en ocasiones reconocen de mala gana que eso no sucederá y se ponen tristes”<sup>9</sup>. Los niños pueden hacer infinitos intentos para ver y reencontrarse con el progenitor desaparecido, como ir a la recamara de los padres, tener la esperanza de que el padre ira por él a la escuela, etc. La visita al cementerio resulta benéfica para el niño para que pueda distanciarse del progenitor, sustituyéndolo por otra persona significativa del entorno, para comenzar a aceptar la finitud del mismo y la imposibilidad de poder verlo, escucharlo, dialogar y/o jugar con él.

“En un estudio hecho por Kliman vemos que algunos niños en ocasiones tienen vívidas imágenes del padre muerto vinculadas con esperanzas de retorno. Cuando el niño comienza con estas conductas de resurrección y encuentro con el padre o madre muerto las personas que lo rodean no deben impedirlo. Pero también es importante que le

---

<sup>8</sup> Idem

<sup>9</sup> Idem



aclaren que esto no va a dar resultado, que su padre o madre no va a poder volver a la vida”<sup>10</sup>.

“Anna Freud y Dorothy Burlingham sostienen que ningún niño antes de los 2 años tiene un aparato mental con suficientes capacidades como para realizar un trabajo de duelo. Este implica un esfuerzo por aceptar un hecho del mundo externo y efectuar cambios correspondientes en el mundo interno. Autores como el Dr. J. Villena Aragón plantean que el duelo en los niños se pospone y se realiza en la adolescencia o la adultez”<sup>11</sup>.

“Una pérdida temprana no necesariamente conlleva a una patología. Son, por lo tanto, las condiciones que siguen a la pérdida los más importantes factores para que no se genere una condición patológica -disponer de un sustituto que brinde seguridad, protección, afecto, contención-, como así también la influencia del vínculo con la persona antes de la pérdida, que va a depender más de su cualidad que de su duración”<sup>12</sup>.

“Bowlby (1980) llegó a la conclusión que se podía encontrar un sentido continuo de la presencia de la persona fallecida después de su muerte en numerosas personas sanas”<sup>13</sup>.

---

<sup>10</sup> Idem

<sup>11</sup> Idem

<sup>12</sup> Idem

<sup>13</sup> John E. Baker, “**El Duelo y la Transformación de las Relaciones de Objeto. Evidencia de la Persistencia de Apegos Internos**” aparecido en *Psychoanalytic Psychology* 2001, Vol. 18, No. 1, 55-73 <http://www.aperturas.org/16garrigabaker.html> 12 de Noviembre del 2006

Wolfenstein otro teórico ha presentado casos de niños que mantenían fantasías persistentes de que su padre/madre estaba todavía vivo en algún lugar y que algún día volvería, y expone su conclusión de “que los niños no pueden hacer el duelo por la pérdida de un progenitor hasta que se no hayan separado adecuadamente de sus padres durante la adolescencia”<sup>14</sup>. A su vez Furman afirma que los niños poseen una buena capacidad para hacer el duelo.

En una investigación realizada por Silverman & Worden entrevistaron a 125 niños y niñas de 6 a 17 años a los 4 meses y al año de la muerte de un progenitor. Los investigadores se interesaron particularmente por la manera como los niños permanecían conectados con el progenitor muerto, y “descubrieron que la mayoría de ellos mantenían una conexión con el progenitor fallecido mediante sueños, recuerdos diurnos, y la conservación de sus objetos personales. Estos autores encontraron que el 81% de los niños/as se sentían observados desde el cielo por el progenitor fallecido; y que más de la mitad mantenían conversaciones mentales con el progenitor fallecido. Esta observación les llevó a concluir que es adaptativo que los niños afligidos mantengan una conexión interna con el progenitor muerto”<sup>15</sup>.

---

<sup>14</sup> Idem

<sup>15</sup> Idem

## **CAPÍTULO V.**

### **EL CUENTO INFANTIL Y LA MUERTE**

La literatura infantil es un instrumento o recurso educativo de portentosa influencia formativa ya que su aporte se dirige al enriquecimiento de la expresión creadora. “La literatura para los niños esta compuesta por cuentos, fábulas, poesías, obras resumidas y también diálogos, personificaciones y monólogos”<sup>1</sup>.

La mayoría de los niños más pequeños tienen una vivida imaginación y les resulta fácil creer que cualquier incidente desdichado o tragedia que le haya sucedido a otra persona puede acontecerles a ellos también en cualquier momento, idea que los llena de aprensión.

En la etapa pre-escolar el niño se inicia en la literatura pero no por medio de la lectura , sino que mediante la narración, la representación, la dramatización y el juego va tomando contacto con personajes que mas tarde tomaran forma integrando y ampliando el mundo de las emociones y las vivencias infantiles.

#### **5.1 El cuento infantil**

El cuento forma parte de la literatura procedente de la tradición oral, que se ha visto sustituida en los últimos años por la cultura de la TV. “Como cualquier otra herramienta literaria la lectura del cuento

---

<sup>1</sup> Rovira, Jaime, **Cajita de sorpresas, Orientaciones para padres y maestros**, Ed. Océano, España 1987. Pág. 52

desarrolla la capacidad crítica, la empatía, la solidaridad, la mirada introspectiva y el desarrollo emocional del niño”<sup>2</sup>.

“El cuento es una narración literaria breve, generalmente ficticia (imaginaria), cuyo propósito es propiciar el disfrute mediante la lectura. Pero sobre todo, ayuda al niño a aprender y lo educa a través de contenidos y temas específicos, otorgándoles lecciones de vida”<sup>3</sup>.

“Los cuentos infantiles son herramientas mágicas que el maestro ó psicólogo puede usar de múltiples maneras: para interiorizar contenidos -vocabulario, conocimientos, valores, etc.- para generar efectos emotivos, para despertar la afectividad y la creatividad”<sup>4</sup>.

En la práctica clínica hemos observado que el cuento es una herramienta de gran ayuda para elaborar un proceso de duelo así como para explicar de manera clara y sencilla lo que es una pérdida. Tiene el doble aspecto de instrumento lúdico y pre-texto para la reflexión. Intentar comprender la acción y las decisiones de los personajes nos ayuda a tener una actitud más crítica, más creativa, es decir, más reflexiva.

---

<sup>2</sup> Julián Vaquerizo Madrid, **El niño hiperactivo, Cuentos para niños hiperactivos** <http://www.neuroinfancia.com/NoticiasLeer.php?idtema=88&idarticulo=77> 25 de Diciembre del 2006.

<sup>3</sup> Pinacho Cruz, Juan Carlos, **Elaboración de un cuento como instrumento terapéutico para explicar pérdidas y duelo por muerte en niños de 5-7 años.** Tesina, Centro de estudios de Desarrollo Humano y Capacitación s.c. Noviembre del 2005. Pág. 35

<sup>4</sup> **Los cuentos infantiles**, <http://www.bu.edu/wcp/Papers/Chil/ChilDeP2.htm> 1 de diciembre del 2006.

“En el caso de pérdidas o de trauma se considera importante hacer referencia a las técnicas de lectura de historias y cuentos. Una de las técnicas hipnóticas más convencionales, es la narrativa de cuentos que se sirve de la habilidad para la fantasía, la imaginación de los niños, su tendencia natural a apreciar la escucha y creación de historias interesantes y con significado. Estas técnicas son informales, naturales, centradas en el cliente, permisivas, e hipnóticas en tanto que potencian habilidades como la imaginación, la absorción, y la cualidad involuntaria y espontánea del comportamiento y las emociones”<sup>5</sup>.

## 5.2 El cuento cómo instrumento terapéutico

El cuento que puede movilizar a algunas personas puede no serlo para otras. Incluso el mismo cuento, en determinado momento puede resultar muy valioso y no serlo, para ese mismo sujeto, en otro. Leer un cuento puede resultar en sí mismo terapéutico, no sólo en el ámbito indicado para ese fin específico: también en la escuela, o en un lugar no formal como puede ser un teatro, un café literario o una empresa, el cuento puede cumplir esta función. “Es una técnica útil en la evaluación de situaciones especiales, ya que se le puede pedir al niño que cuente una historia sobre algo que directa o indirectamente tenga que ver con la situación traumática”<sup>6</sup>. Cuando un niño vive la pérdida de un familiar no podemos tratarlo de manera igual que un adulto, debido a que los niños suelen expresar su dolor de manera

---

<sup>5</sup> Morales Homar, Guillermo, Gallego Saez Luis Miguel, **Hipnosis y trastorno por estrés postraumático** <http://www.cop.es/colegiados/B-00722/TtoTEPT.html> 25 de Diciembre del 2006.

<sup>6</sup> Esquivel, Fayne, Heredia , Cristina, **Psicodiagnostico clínico en el niño**, Ed. Manual moderno, 2° ed. Pág. 16

diferente. En el ámbito terapéutico debemos obtener toda la información necesaria acerca de cómo se siente el niño con la pérdida y como la esta viviendo esto lo podemos hacer por medio de los cuentos.

“En el fondo, toda la actividad terapéutica consiste en esta especie de ejercicio imaginativo que recupera la tradición oral de contar historias; la terapia dota de historia a la vida. El poder de la metáfora no lo determina el narrador, sino el oyente y lo que su mente inconsciente hace con el relato. La metáfora pertenece al tipo de lenguaje centrado en el universo del oyente, y no en la sabiduría del relator”<sup>7</sup>.

“El efecto terapéutico ha sido resaltado por muchos autores, entre ellos C.Chilaud cuando dice: Los cuentos y los mitos facilitan las elaboraciones mentales: si temer al lobo permite al niño tener menos miedo al padre o a la madre, mejoramos las relaciones cotidianas para el niño”<sup>8</sup>. Bettelheim menciona que las historias de los cuentos ofrecen imágenes que el niño puede incorporar a sus sueños oscuros y que le ayudan a orientar su vida.

En la situación terapéutica es importante elegir el cuento en relación con el conflicto que en él subyace. “Sin embargo, hay ciertos puntos que deben destacarse:

- 1) Elegir cuentos que pertenezcan a la selección del propio terapeuta o maestro.
- 2) Reconocer en la narración del cuento puntos de contacto con la

---

<sup>7</sup> Bernardo Ortín Pérez Trinidad Ballester Monfort, **Cuentos que curan**, <http://elbuscdor.blog.ijijiji.com/cuentos-que-curan/336> 25 de Diciembre del 2006.

<sup>8</sup> Idem

historia del o de los pacientes o del grupo escolar a quien va dirigido en ese momento.

3) Encontrar el momento oportuno”<sup>9</sup>.

Entre los temas importantes a narrar los cuentos que hacen referencia al sentimiento de abandono. Este sentimiento nos acompaña a lo largo de toda nuestra vida. El acto de nacer implica la primera separación, la primera pérdida. El hombre es el ser vivo más indefenso que hay sobre la Tierra. Si un otro no lo sostiene, no lo protege, no lo alimenta, muere. El uso de cuentos que den crédito de esta temática favorece el alivio, sobre todo en el caso de trabajos con sujetos que han sido adoptados y en quienes esta vivencia es doble ya que vivieron un primer abandono real: el de sus padres biológicos.

El abandono se entronca con los sentimientos que generan las pérdidas. Por ello es tan beneficioso el uso de cuentos que aludan a estos temas en los contextos terapéuticos. Al hablar sobre las pérdidas no sólo nos referimos a las relacionadas con los seres queridos; también se puede hablar de pérdida en relación con objetos, países, etc.

La lectura de los cuentos sirve para “desenvolver emociones; para desarrollar la creatividad, la inteligencia, el lenguaje, el crecimiento; para estimular el humor; para discriminar fantasía de

---

<sup>9</sup> Bruder Mónica, **Del Juego al Cuento Terapéutico**, Un camino hacia la Resiliencia. [http://www.infanciaenred.org.ar/elgloborojo/periscopio/2005\\_12/01.asp](http://www.infanciaenred.org.ar/elgloborojo/periscopio/2005_12/01.asp) 3 de Diciembre del 2006.

realidad; aprender a dar y a recibir; incursionar en el mundo artístico; para sublimar, jugar, enfrentar conflictos, etc”<sup>10</sup>.

“Bruno Bettelheim, en su investigación psicoanalítica de los cuentos de hadas, encontró en la trama un alto valor estético y terapéutico, capaz de desencadenar las ataduras neuróticas y ayudar a los niños a solucionar sus angustias y conflictos emocionales”<sup>11</sup>.

### **5.3 Consideraciones sobre el uso del cuento en la psicoterapia infantil**

“El éxito o el fracaso en la atención de un niño depende, no tanto de su capacidad, como de los recursos que tenga el narrador para contar una historia”<sup>12</sup>. En primer lugar, antes de contar un cuento se debe crear el clima idóneo. El niño debe estar concentrado porque a partir de ese momento el narrador será el personaje principal. Sin embargo, el lector debe estar también predispuesto a ello y tener una actitud abierta y comunicativa. Contar una historia cuando se está muy cansado, no se tienen ganas o, simplemente, se muestra desinterés, conduce directamente al fracaso, porque el niño se percatará enseguida de ello.

---

<sup>10</sup> **Desarrollo de la ponencia, 1° parte: teórica,**  
<http://www.psicopedagogia.com/articulos/?articulo=342> 5 de Diciembre del 2006.

<sup>11</sup> Montoya, Víctor, **El poder de la fantasía y la literatura infantil**  
<http://sincronia.cucsh.udg.mx/litinfant.htm> 26 de Diciembre del 2006.

<sup>12</sup> Idem



“Si el narrador conoce los cambios de voz, la gradación de los diferentes timbres o las exclamaciones, le dará seguridad en el momento de la lectura y dará mayor verosimilitud a los personajes y la atmósfera donde se desenvuelve la acción”.

Lo primero que hay que decir es que el cuento tiene que gustar, antes que a nadie, a quien lo cuenta. Nadie puede transmitir más de lo que siente. Contar un cuento no es sino traducir imágenes y emociones en sonidos y movimientos. Para ello contamos con la voz y con el cuerpo.

“Los tonos agudos corresponden a lo pequeño, femenino, elevado, poético, sensible, veloz, ágil, pleno de colores vivos... Los tonos graves inspiran grandeza, profundidad, misterio, amenaza, lentitud, torpeza, miedo, colores oscuros, etc. El volumen alto nos servirá para evocar sentimientos de autoridad, intimidación, sorpresa, alerta, lejanía, apertura... El volumen bajo, por el contrario nos inspira intimidación, miedo, sumisión, misterio, acecho”<sup>13</sup>.

Hemos observado que la posición que adopte el cuerpo transmite un sinnúmero de mensajes acerca de la posición que se tiene hacia el cuento. El cuerpo comunica las actitudes hacia el mundo que nos rodea. Los niños saben captar muy bien este lenguaje. Por tanto, será mejor poseer un creciente dominio del cuerpo para que mientras se relate el cuento no se haga llegar a los niños mensajes contradictorios. Otro elemento importante es que “la historia se adapte a las

---

<sup>13</sup> Idem Pág. 42

necesidades de los niños, debe adecuarse a la edad de quienes la están escuchando”<sup>14</sup>.

Conforme se ha desarrollado la información en los párrafos anteriores, el lector puede percatarse de la importancia y necesidad que conlleva la realización de esta investigación; se ha venido observando que existe una fuerte predisposición de los adultos a relegar al niño de los procesos que implica la muerte de un familiar cercano o de un ser querido.

Es importante que los padres, los profesores, los psicólogos y, en general, las personas adultas se conecten con sus propios miedos ante la muerte, reconozcan la influencia de creencias poco favorecedoras para transmitir información con respecto a ese tema, pero sobre todo, se hagan conscientes de la responsabilidad que tienen en la formación de las emociones y sentimientos de los niños.

---

<sup>14</sup> Idem

## CONCLUSION

Para concluir podemos decir que un niño en cualquier momento de su infancia, percibe y registra la muerte de alguien afectivamente cercano, y sufre por ella. Hemos encontrado que existen diversos factores que determinan cómo un niño vive la pérdida de un ser querido y consideramos que la cultura influye de manera importante en el proceso de duelo. También hemos encontrado que el concepto de muerte esta relacionado con la edad que tiene el niño, siendo este un factor a considerar en la explicación que se le brinda después de una pérdida. Así por ejemplo, el niño de uno a dos años reacciona con ansiedad por la ausencia del progenitor, debido a que aún no es capaz de comprender el concepto de muerte. Encontramos que las pérdidas que vive un niño durante la infancia no siempre van acompañadas de síntomas típicos como la pelea, llanto o expresiones exteriores también pueden aislarse, dejar de jugar así como despersonalizar la vida para escapar de aspectos dolorosos del duelo. Otro factor que desempeña un papel fundamental es el desarrollo cognoscitivo y emocional de los niños en la percepción, interpretación y comprensión de lo que es la muerte. Por lo cual, el apego es el sentimiento y vínculo emocional que existe entre padre, madre e hijo brindándole seguridad y protección siendo uno de los factores importantes durante el proceso del duelo. Y el estado de dependencia en el que viven los niños, los obliga a buscar un sustituto de la persona fallecida, que puede ser el padre sobreviviente u otra persona que le brinde cariño, protección y seguridad. Se ha visto que una herramienta de gran ayuda para elaborar un proceso de duelo es, el cuento, así como para explicar de

manera clara y sencilla lo que es una pérdida. Puesto que cuando el niño es capaz de imaginar las situaciones que presenta el cuento, inconscientemente las incorpora a su vida dándoles un sentido diferente. De ahí que como dice Kübler Ross, “el hecho de que se permita a los niños permanecer en una casa donde se ha vivido una pérdida y se les incluya en las conversaciones, discusiones y temores, les da la sensación de que no están solos con su dolor y les da el consuelo de la responsabilidad compartida y del duelo compartido. Les prepara gradualmente y les ayuda a ver la muerte como parte de la vida. Es una experiencia que puede ayudarles a crecer y a madurar”<sup>1</sup>. Por lo cual creemos pertinente plantear la siguiente propuesta.

---

<sup>1</sup> Kübler Ross, Elisabeth, **Sobre la muerte y los moribundos**, Ed. De bolsillo, México D.F Julio del 2005. Pág. 20.

## PROPUESTA

La propuesta de intervención que se sugiere a partir de la revisión que se desarrollo sobre el tema “El cuento infantil como recurso para la elaboración del duelo en niños: revisión bibliográfica”, es el taller “*Cuéntame un cuento*”, en donde los niños identificarán el proceso de duelo a través de diversos cuentos, las emociones que experimentan, algunas definiciones entorno a la muerte y qué es una pérdida.

El objetivo general del taller es que el niño sea capaz de imaginar las situaciones que presentan los cuentos, incorporándolas inconscientemente a su vida dándole un sentido diferente al proceso de duelo, a través de la lectura.

### **Objetivos específicos:**

- Explicar de manera practica por medio del cuento lo que es una pérdida así como su proceso de duelo.
- Conocer que es un proceso de duelo así como las etapas que lo integran.
- Ampliar la información que tienen los niños acerca de la muerte y lo que conlleva.

## **Participantes**

La población a la que se dirige el taller es a niños de 6 a 8 años. El criterio de inclusión es que tengan dos años de haber vivido la pérdida por muerte de uno de los progenitores, que no requieran de atención médica especializada y que no presenten algún trastorno psicológico que les impida integrarse fácilmente.

Este taller esta enfocado para trabajarse en el contexto escolar o en un hospital que cuente con los materiales disponibles para su aplicación. El número de participantes requeridos por taller es de 6 niños.

## **Instrumentos y métodos**

Este taller es de tipo vivencial, donde se incluyen dinámicas de integración y activación física, visualización, ejercicios de relajación y respiración, lectura de cuentos donde cada uno aborda un tema diferente enfocado al proceso del duelo así como la retroalimentación continúa al término de las sesiones. Creando un espacio de convivencia y apoyo mutuo.

Para evaluar la efectividad del taller “Cuéntame un cuento” se realizara una evaluación al inicio y al final del taller, de manera individual utilizando la Escala visual análoga tipo Lickert (anexo 3) aplicada con imágenes de caras que expresen diferentes estados emocionales. Donde los niños seleccionen la cara que mejor representa

como se sienten con relación a la pérdida, que incluye desde el sentimiento más triste hasta el sentimiento más feliz.

## **Duración, lugar y forma de distribución**

El programa de Taller “*Cuéntame un cuento*” consiste en impartir 5 sesiones con duración de dos horas cada una. Se impartiría una sesión diaria durante una semana.

## **Materiales necesarios**

Los niños deberán vestir ropa cómoda, calcetas (no blancas) y traer consigo una toalla. Los materiales que se utilizaran en las sesiones serán proveídos por el terapeuta al inicio de cada sesión. El material necesario para la aplicación del taller es:

- Sala audiovisual
- Cañón, laptop y pantalla
- Cuentos, música
- Cuestionario de aproximación al concepto de muerte. (J. Montoya Carrasquilla, 2004) (anexo 2). Esta integrado por 15 categorías que incluyen la irreversibilidad, universalidad, inevitabilidad, cese de funciones, causalidad, qué es la muerte, etc.
- Escala visual análoga tipo Lickert. (anexo 3)
- Bolsita rellena de arena o granos.

## **Contenido de las sesiones**

- **Sesión 1**

La primera sesión tiene como objetivo que los niños hablen acerca de la persona que murió. Para la dinámica de presentación se utilizarán ejercicios que los activen mediante el movimiento corporal. Posteriormente se aplicará el Cuestionario de aproximación al concepto de muerte en el niño (J. Montoya Carrasquilla) donde se evaluará el concepto de muerte que cada uno de los niños posee. Se proyectará el cuento de “Bambi” en película donde se puede observar el tema principal de esta sesión, logrando que los niños se identifiquen con el proceso de duelo. Para finalizar esta sesión se realizará un ejercicio de relajación para reducir las manifestaciones físicas, psicológicas y conductuales ante esta situación de tensión.



<b>Sesión 1</b>			
<i>¿Qué paso?</i>			
<b>Tiempo</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Actividad</b>	<b>Material</b>
15 mins	Presentación	Dinámica "Me pica así" <sup>2</sup> . (anexo 1)	Ninguno
10 mins	Conocer el concepto de muerte que tienen los niños.	Aplicar el cuestionario de aproximación a la muerte. (anexo 2)	Cuestionario
5 mins	Conocer el estado de ánimo de los niños.	Aplicar la Escala Visual Análoga tipo Lickert. (anexo 3)	Escala
70 mins	Identificar el proceso de duelo.	Proyección de la película.	Película de Bambi
30 mins	Retroalimentación.	Intercambio de experiencias.	Ninguno
10 mins	Cierre	Ejercicio de relajación <sup>3</sup> . (anexo 4)	Ninguno

---

<sup>2</sup> López Gil, Miguel Ángel, **500 Dinámicas grupales**, Volumen 1°, Gil editores, Colombia. Pág. 43

<sup>3</sup> **Venadito entre tu huerta... : Guía para trabajar con niñas y niños que viven situaciones de desastre.**  
[http://www.crid.or.cr/crid/CD\\_comunitario/pdf/spa/doc14189/doc14189.htm](http://www.crid.or.cr/crid/CD_comunitario/pdf/spa/doc14189/doc14189.htm) Pág. 76.  
20 de Noviembre del 2007.

▪ **Sesión 2.**

Se abordará la definición de duelo, las emociones y sentimientos que se viven durante el proceso así como el intercambio de estas. La expresión de ideas y emociones ligadas a la experiencia traumática debe darse, en lo posible en un ambiente de seguridad y tranquilidad. Mediante los ejercicios de respiración los niños aprenden técnicas para disminuir sus niveles de ansiedad y angustia, debido a que a mayor oxigenación en el cerebro y los músculos todo el cuerpo se relaja. Esta sesión tiene el objetivo de promover la capacidad de explorar sentimientos y emociones en los niños.

<i>¿Qué es el duelo? Sentimientos y emociones</i>			
<b>Tiempo</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Actividad</b>	<b>Material</b>
5 mins	Saludo	Ejercicio de activación corporal	Música
30 mins	Explicar las etapas del duelo y los sentimientos y emociones que conlleva.	Lectura del cuento	Cuento "No es fácil, pequeña ardilla". (anexo 5)
30 mins	Retroalimentación	Lluvia de ideas	Papel bond y plumones.
30 mins	Identificación y expresión de emociones.	Dinámica "Hacer caras" <sup>4</sup> . (anexo 6)	Cartulina con una serie de rostros con diferentes expresiones, hojas blancas, lápices.
10 mins	Cierre	Ejercicio de respiración <sup>5</sup> (anexo 7)	Bolsita rellena de arena o granos.

<sup>4</sup> López Gil, Miguel Ángel, **500 Dinámicas grupales**, Volumen 3, Gil editores, Colombia. Pág. 272.

<sup>5</sup> **Venadito entre tu huerta... : Guía para trabajar con niñas y niños que viven situaciones de desastre.**

--	--	--	--

▪ **Sesión 3.**

En esta sesión se abordarán las dudas que tienen los niños en torno a la vida y la muerte. Muchas veces estas preguntas son incontestables y pueden causar gran confusión y temor en ellos. El objetivo principal es brindar a los niños respuestas sencillas y sinceras, construidas en base a la realidad y en los conocimientos que los niños tienen de la muerte. La dinámica girará entorno a algunas definiciones para familiarizar a los niños con la muerte; como por ejemplo morir, estar muerto, ataúd, cementerio, cremación, entierro o funeral, etc.

---

[http://www.crid.or.cr/crid/CD\\_comunitario/pdf/spa/doc14189/doc14189.htm](http://www.crid.or.cr/crid/CD_comunitario/pdf/spa/doc14189/doc14189.htm) Pág.78. 20 de Noviembre del 2007.

<b>Sesión 3</b>			
<i>Preguntas</i>			
<b>Tiempo</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Actividad</b>	<b>Material</b>
5 mins	Saludo	Ejercicio de activación corporal.	Música
15 mins	Conocer las dudas que los niños tienen en relación a la muerte.	Escribir preguntas acerca de la vida y la muerte.	Hojas blancas, lápices y plumas.
15 mins	Conocer algunas definiciones acerca de la muerte.	Lluvia de ideas.	Papel bond y plumones.
35 mins	Modificar el concepto de muerte.	Lectura del cuento.	Cuento "Cuando se muere alguien que queremos". (anexo 8)
20 mins	Clarificar las ideas o dudas que los niños tienen.	Lluvia de ideas.	Papel bond, plumones y "hoja de conceptos" <sup>6</sup> . (anexo 9)
25 mins	Cierre.	Ejercicio de relajación <sup>7</sup> . (anexo 10)	Ninguno

---

<sup>6</sup> Fonnegra , De Jaramillo Isa, **De cara a la muerte**, Ed. Andrés Bello, 2° ed, México. D.F noviembre del 2001. Pág. 247.

<sup>7</sup> **Venadito entre tu huerta... : Guía para trabajar con niñas y niños que viven situaciones de desastre.**

[http://www.crid.or.cr/crid/CD\\_comunitario/pdf/spa/doc14189/doc14189.htm](http://www.crid.or.cr/crid/CD_comunitario/pdf/spa/doc14189/doc14189.htm) Pág. 77. 20 de Noviembre del 2007.

▪ **Sesión 4**

En esta sesión se tratará el tema relacionado con los cambios en los hábitos y rutinas de los niños después del fallecimiento de uno de los padres. El objetivo principal es que los niños identifiquen como han cambiado ellos y su entorno familiar y social. Mediante la dinámica **Risas y Lagrimas** se busca propiciar un clima de confianza, de comunicación y de ayuda mutua así como mejorar el estado de ánimo de los niños. Se abordarán temas y se desarrollarán dinámicas que cubran aspectos adaptativos de esta nueva situación.

<i>Cambios</i>			
<b>Tiempo</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Actividad</b>	<b>Material</b>
10 mins	Saludo	Ejercicio de activación corporal.	Música
30 mins	Identificar los cambios que se dan después de la muerte de uno de los padres.	Lectura del cuento	Cuento "Te echo de menos" (anexo 11)
20 mins	¿Cómo cambian los cambios, te cambian?	Realizar una lista sobre los cambios que están viviendo los niños.	Hoja de colores, lápices, plumas y plumones.
40 mins	Expresión emocional.	Dinámica "Risas y lagrimas" <sup>8</sup> . (anexo 12)	Hojas, tijeras, colores, cinta adhesiva, papel bond, un reloj de los sentimientos. (anexo 13).
20 mins	Cierre.	Ejercicio de respiración "Respirando dentro del cuerpo" <sup>9</sup> .(anexo 14)	Ninguno

<sup>8</sup> López Gil, Miguel Ángel, **500 Dinámicas grupales**, Volumen 3, Gil editores, Colombia. Pág. 334.

<sup>9</sup> Stevens, John O., **El darse cuenta. Sentir, imaginar, vivenciar.**, Ed. Cuatro vientos, México 2000. Pág. 271.

▪ **Sesión 5**

El niño necesita ayuda y permiso para recordar a quien murió; tanto en sus facetas positivas como en las negativas. Para ello requiere la ayuda comprensiva de los adultos que en lugar de evadir los recuerdos, facilitan ratos amables, aunque tristes, en los que se habla de quien murió. El objetivo de esta sesión es que los niños compartan los recuerdos gratos y tristes que vivieron en compañía del progenitor fallecido. Así como la elaboración de un cuento, siendo la oportunidad idónea de recrear una situación dolorosa y resolverla positivamente. La dinámica “De todo corazón” fomenta el pensamiento positivo hacia los demás reforzando la autoestima de cada niño.

Sesión 5			
<i>Lagrimas y risas</i>			
Tiempo	Objetivo	Actividad	Material
5 mins	Saludo	Ejercicio de activación corporal.	Música
30 mins	Identificar recuerdos gratos con el progenitor fallecido.	Lectura del cuento.	Cuento "Tantos animalitos muertos". (anexo 15).
40 mins	Compartir recuerdos.	Elaborar un cuento	Hojas blancas y de colores, lápices, plumones, colores, crayolas y stickers.
30 mins	Expresión emocional y empatía.	Dinámica "De todo corazón" <sup>10</sup> . (anexo 16)	Cartulinas rojas (según el numero de niños), tarjetas de colores, lapiceros, plumones y cinta adhesiva.
15 mins	Cierre	Ejercicio de relajación "Capullo" <sup>11</sup> . (anexo 17)	Ninguno

<sup>10</sup> López Gil, Miguel Ángel, **500 Dinámicas grupales**, Volumen 3, Gil editores, Colombia. Pág. 303.

<sup>11</sup> Stevens, John O., **El darse cuenta. Sentir, imaginar, vivenciar.**, Ed. Cuatro vientos, México 2000. Pág. 274.

## BIBLIOGRAFIA

### LIBROS:

American Psychiatric Association, DSM-IV-TR. **Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales**. Texto revisado. Barcelona: Masson, S.A., 2001.

Bowlby, John (1993): **"La pérdida afectiva: tristeza y depresión"**. España, Paidós.

Bucay, Jorge , **El camino de las lagrimas**, Ed. Océano, D.F marzo del 2002.

Castellanos Givaudan, Carlos; Givaudan, Martha; dic de Weiss, Susan, **Cuando se muere alguien que queremos**, Ed. Noriega, México D.F.

Connor O, Nancy , **Déjalos ir con amor** , Ed. Trillas , 13° ed México D.F octubre 2005.

Egozcue Romero, Maria Magdalena, **Primeros auxilios psicológicos**, Ed. Paidós, México 2005.

Esquivel, Fayne, Heredia , Cristina, **Psicodiagnostico clínico en el niño**, Ed. Manual moderno, 2° ed.

Fonnegra , De Jaramillo Isa, **De cara a la muerte**, Ed. Andrés Bello, 2° ed, México. D.F noviembre del 2001.

Freud, Sigmund (1996): **"Obras completas"**. Tomo XIV, "Duelo y melancolía". Buenos Aires, Amorrortu.

Herrera Amaya, Mercedes, **Concepto de muerte en niños de 4 a 11 años: una propuesta educativa**, Tesina, Centro de estudios de Desarrollo Humano y Capacitación s.c. Septiembre del 2006.

Kübler Ross, Elisabeth, **Sobre la muerte y los moribundos**, Ed. De bolsillo, México D.F Julio del 2005.



Meece L. Judith , **Desarrollo del niño y del adolescente**, Ed. Mac Graw Hill, Julio del 2001.

Nilsson, Ulf, **Tantos animalitos muertos**, Ed. Castillo, México D.F Enero del 2008.

López Gil, Miguel Ángel, **500 Dinámicas grupales**, Gil editores, Colombia.

Paramjit T. Joshi, M.D, Shulamit M. Lewin, M.H.S, Deborah A. O'Donnell, Ph.D. **Manual de Preguntas Hechas Frecuentemente Cuando Ocurren Eventos Traumáticos: Violencia, Desastres o Terrorismo**, Centro Internacional para sanar nuestros niños: construyendo mentes y futuros saludables.

Pinacho Cruz, Juan Carlos, **Elaboración de un cuento como instrumento terapéutico para explicar pérdidas y duelo por muerte en niños de 5-7 años**, Tesina, Centro de estudios de Desarrollo Humano y Capacitación s.c. Noviembre del 2005.

Ramón, Elisa, Osuna, Rosa, **No es fácil pequeña ardilla**, Ed. Kalandra, Noviembre del 2003.

Rice , F. Philip, **Desarrollo humano , estudio del ciclo vital**, Ed. Prentice Hall, 2° ed, México 1997.

Roccatagliata, Susana, **La otra cara del dolor, hijos que pierden hermanos**, Ed. De bolsillo, México 2007.

Roccatagliata, Susana, **Un hijo no puede morir**, Ed. Grijalbo, México 2005.

Rojas Posada, Santiago, **El manejo del duelo**, Ed. Norma, 19 ed. Colombia 2005.

Stevens, John O., **El darse cuenta. Sentir, imaginar, vivenciar.**, Ed. Cuatro vientos, México 2000.

Verrept, Paul, **Te echo de menos**, Ed. Juventud, España 2001.

## **CONSULTAS ELECTRONICAS:**

Bernardo Ortín Pérez Trinidad Ballester Monfort, **Cuentos que curan**, <http://elbuscdor.blog.ijijiji.com/cuentos-que-curan/336> 25 de Diciembre del 2006.

Bruder Mónica, **Del Juego al Cuento Terapéutico**, Un camino hacia la Resiliencia. [http://www.infanciaenred.org.ar/elglobo-rojo/periscopio/2005\\_12/01.asp](http://www.infanciaenred.org.ar/elglobo-rojo/periscopio/2005_12/01.asp) 3 de Diciembre del 2006.

**Desarrollo de la ponencia ,primera parte: teórica,** <http://www.psicopedagogia.com/articulos/?articulo=342> 5 de Diciembre del 2006.

**El duelo el niños/as, adolescentes y jóvenes.** <http://www.amad.es/dueloenlosni%C3%B1os.html>

**El niño y la muerte.** <http://www.homestead.com/montedeoya/nino.html>

Madrid Vaquerizo, Julián , **El niño hiperactivo, Cuentos para niños hiperactivos** <http://www.neuroinfancia.com/NoticiasLeer.php?idtema=88&idarticulo=77> 25 de Diciembre del 2006.

Montoya, Víctor **El poder de la fantasía y la literatura infantil** <http://sincronia.cucsh.udg.mx/litinfant.htm> 26 de Diciembre del 2006.

Morales Homar, Guillermo, Gallego Saez Luis Miguel, **Hipnosis y trastorno por estrés postraumático** <http://www.cop.es/colegiados/B-00722/TtoTEPT.html> 25 de Diciembre del 2006.

**Los cuentos infantiles,** <http://www.bu.edu/wcp/Papers/Chil/ChilDeP2.htm> 1 de diciembre del 2006.

**Origen del día de muertos** <http://www.acabtu.com.mx/diademueertos/> 11 de Junio del 2007.

**Teoría del apego, una perspectiva evolucionista,**  
[http://www.angelfire.com/psy/ansiedadde separacion/new\\_page\\_6.htm](http://www.angelfire.com/psy/ansiedadde separacion/new_page_6.htm)  
23 de Noviembre del 2006.

**Venadito entre tu huerta... : Guía para trabajar con niñas y niños que viven situaciones de desastre.**  
[http://www.crid.or.cr/crid/CD\\_comunitario/pdf/spa/doc14189/doc14189.htm](http://www.crid.or.cr/crid/CD_comunitario/pdf/spa/doc14189/doc14189.htm)  
20 de Noviembre del 2007.

Artículo I. Villena Aragón, Julio, **El Duelo,**  
<http://www.herrerros.com.ar/melanco/aragon.htm>

## Anexo 1

### **Dinámica “Me pica así”.**

#### Objetivos:

1. Conocimiento entre los participantes.
2. Integración del grupo.
3. Romper el hielo.

#### Desarrollo:

El animador inicia el juego y dice: me llamo Pablo y me pica así. (rascándose por ejemplo, la cabeza). El participante que le sigue debe decir: se llama pablo y le pica así (rascándose la cabeza); yo soy Maria y me pica así (rascándose el brazo). Y así sucesivamente hasta que todos los participantes se hayan presentando.

## Anexo 2

### **CUESTIONARIO DE APROXIMACIÓN AL CONCEPTO DE MUERTE EN EL NIÑO.**

**J. Montoya Carrasquilla, 2004**

Nombre del Niño: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Escolaridad: \_\_\_\_\_

¿Pérdida reciente? (especificar quién y fecha de la pérdida): \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

1. Irreversibilidad de la muerte (la muerte como algo permanente):

- a. Cuando alguien se muere, ¿puede volver? (Si - No)
- b. Cuando alguien muere, ¿volvemos a ver a la persona? (Si - No)
- c. Cuando alguien muere, ¿puede seguir haciendo lo que hacía antes? (Si - No)
- d. ¿Cómo haces que las cosas muertas vuelvan a vivir?:

2. Universalidad de la muerte (la muerte es para todos):

- a. ¿Hay alguien o algo que no muera? (Si – No)
- b. ¿Cuáles personas o cosas no mueren?:
- c. ¿Cuándo morirás?:

3. Inevitabilidad de la muerte (la muerte como algo inevitable):

- a. ¿Te puedes escapar de ella? (Si – No)
- b. ¿También te puede pasar a ti? (Si – No)
- c. ¿También les pasará a tus padres? (Si – No)
- d. ¿Se puede engañar a la muerte? (Si – No)
- e. ¿Como?:

4. Cese de funciones (no funcionalidad de la muerte):

Cuando las personas o animales se mueren:

- a. ¿Siguen sintiendo? (Si – No)

- b. ¿Respirando? (Si – No)
- c. ¿Comiendo? (Si – No)
- d. ¿Durmiendo? (Si – No)
- e. ¿Soñando? (Si – No)
- f. ¿Sintiendo hambre? (Si – No)
- g. ¿Sintiendo frío? (Si – No)
- h. ¿Sintiendo dolor? (Si – No)
- i. ¿Tienen que ir al baño? (Si – No)
- j. ¿Tienen que estudiar? (Si – No)
- k. ¿Pueden seguir jugando? (Si – No)

5. Causalidad de la muerte. ¿Qué hace que las cosas mueran? (¿por qué se muere la gente?):

- a. Por las flechas (Si – No)
- b. Por las balas (Si – No)
- c. Por las explosiones (Si – No)
- d. Por los cuchillos (Si – No)
- e. Son cosas de Dios (Si – No)
- f. Por culpa de los hombres (Si – No)
- g. Por culpa de los médicos (Si – No)
- h. Por culpa de los violentos (Si – No)
- i. Por las guerras (Si – No)
- j. Por el destino (Si – No)
- k. Por los pensamientos que uno tenga (Si – No)
- l. Por los deseos que uno tenga (Si – No)
- m. Por estar o ser muy viejo (Si – No)
- n. Por estar enfermo (Si – No)
- o. Porque el corazón, los pulmones, los riñones (o cualquier otro órgano) deja de funcionar (Si – No)
- p. Para dejar espacio a otros (Si – No)
- q. No se porqué se muere la gente ( )
- r. Otro (especificar):

6. ¿Qué es la muerte? (la muerte es):

- a. Separación (Si – No)
- b. Inmovilidad (Si – No)
- c. Un castigo por malas acciones (Si – No)
- d. Podirse (Si – No)
- e. Un desorden en la casa (Si – No)
- f. Mucho dolor en los adultos (Si – No)
- g. Muchas lágrimas (Si – No)
- h. La gente ya no ríe (Si – No)

- i. Ya no lo cuidan a uno como antes (Si – No)
- j. Algo muy maluco (Si – No)
- k. No ver más a la persona (Si – No)
- l. No sentir más (Si – No)
- m. Es como estar dormido (Si – No)
- n. No se ( )
- o. Otro (especificar):

7. Cuando piensas en la muerte, lo que más sientes es:

- a. Miedo (Si – No)
- b. Dolor (Si – No)
- c. Angustia (Si – No)
- d. Separación (Si – No)
- e. Caos (Si – No)
- f. Desorden (Si – No)
- g. Rabia (Si – No)
- h. Tristeza (Si – No)
- i. Soledad (Si – No)
- j. No siento nada ( )
- k. Otro (especificar):

8. ¿Que crees que pasa cuando uno se muere?

- 1. No pasa nada ( )
- 2. Se va uno donde Dios (Si - No)
- 3. Se queda uno solo (Si - No)
- 4. Se pone uno triste (Si - No)
- 5. Se reúne con otros seres queridos (Si - No)
- 6. Se va para el cielo (Si - No)
- 7. Se va para el infierno si no fue bueno (Si - No)
- 8. Se va uno para el cementerio (Si - No)
- 9. Se va uno de viaje (Si - No)
- 10. Se duerme uno (Si - No)
- 11. Se pudre y se lo comen los gusanos (Si - No)
- 12. Pasa uno a mejor vida (Si - No)
- 13. El cuerpo se detiene del todo (Si - No)
- 14. El cuerpo deja de funcionar (Si - No)
- 15. El cuerpo ya no hará nada de lo que antes hacía (Si - No)
- 16. El cuerpo ya no sentirá dolor (Si - No)
- 17. El cuerpo ya no caminará (Si - No)
- 18. El cuerpo ya no respirará (Si - No)
- 19. El cuerpo ya no comerá (Si - No)
- 20. El cuerpo ya no necesitará dormir (Si - No)

- 21. El cuerpo ya no hablará (Si - No)
- 22. El cuerpo ya no podrá oír (Si - No)
- 23. El cuerpo ya no sentirá frío o calor (Si - No)
- 24. El cuerpo ya no sentirá nada nunca más (Si - No)
- 25. Ya no podrá uno jugar (Si - No)
- 26. No se ( )
- 27. Otro (especificar):

9. Cuándo alguien está muerto, ¿a que se parece?

- a. A un muerto (Si - No)
- b. A un esqueleto (Si - No)
- c. A estar dormido (Si - No)
- d. A un monstruo (Si - No)
- e. No se ( )
- f. Otro (especificar):

10. La muerte está en (personificación):

- a. Las funerarias (Si – No)
- b. Los carros fúnebres (Si – No)
- c. Los cementerios (Si – No)
- d. Los lugares oscuros (Si – No)
- e. Los hospitales (Si – No)
- f. En los cadáveres (Si – No)
- g. En los esqueletos (Si – No)
- h. En ninguna parte (Si – No)
- i. En el hombre del chucho (Si – No)
- j. En el hombre del saco (Si – No)
- k. No se ( )
- l. Otro (especificar):

11. Uno se muere (finalidad de la muerte):

- a. Porque así es la vida (Si – No)
- b. Para destruir el cuerpo (Si – No)
- c. Para poder ir al cielo (Si – No)
- d. Para estar con Dios (Si – No)
- e. Para dejar espacio a otros (Si – No)
- f. No se ( )
- g. Otro (especificar):



12. ¿Has visto alguna vez a una persona muerta?

- a. Si ( )
- b. Si has visto muertos, ¿cuantos has visto hasta hoy? ( )
- c. ¿Qué edad tenías cuando eso ocurrió por primera vez? ( )
- d. No, nunca he visto ninguno ( )
- e. Solo en televisión ( )
- f. Solo en fotos ( )
- g. Solo en revistas o periódicos ( )

13. ¿Se te ha muerto alguien antes?

- a. Si ( ); No ( )
- b. Si has perdido a alguien, ¿a quien fue?:
- c. He perdido una mascota ( )
- d. He perdido varias mascotas (#\_\_\_\_\_)

14. ¿Has participado en algún ritual funerario?

- a. Si ( ); No ( )
- b. Si el niño ha participado en un ritual, ¿en cual ha sido?:
- c. Ha participado en entierros (# de veces):
- d. Ha participado en velaciones (# de veces):
- e. Ha participado en novenas (# de veces):
- f. Ha participado en conmemoraciones (# de veces):
- g. Otro (especificar):

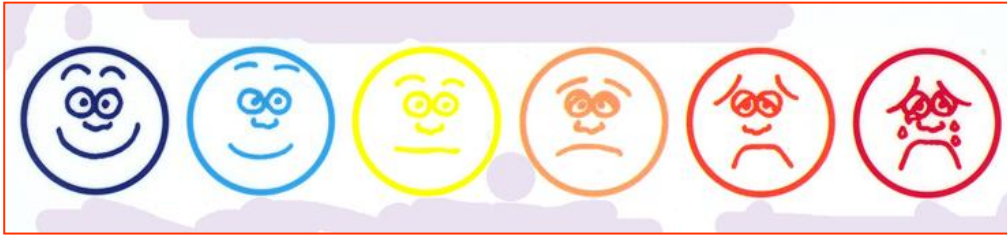
15. ¿Has visto alguna vez un cuerpo muerto en un ataúd?

- a. Si ( ); No ( )
- b. En un entierro ( )
- c. En televisión ( )
- d. En una revista o periódico ( )

16. Pinta una imagen o dibujo que mejor representa la muerte

### Anexo 3

#### Escala visual análoga tipo Lickert



### Anexo 4

#### Ejercicio de relajación 1.

Recuéstate cómodamente... con tus brazos y piernas extendidas..  
cierra tus ojos... ahora te voy a pedir que aprietes todo tu cuerpo ..  
como si quisieran arrugarse como una pasita toda arrugada..  
aguantando la respiración por cuatro segundos... 1, 2, 3, 4.. ahora  
suelta tu cuerpo sacando a la vez también el aire con un sonido  
AAHH!!! Al salir el aire, salen todos los miedos... se repite lo anterior ..  
aahh!! Al salir el aire, fuera todo lo negativo... sale la tristeza de mi  
corazón.. me siento lleno de energía.. que bien me siento... Tomate tu  
tiempo y empieza a abrir tus ojos, a mover tu cuerpo, tus manos, tus  
pies.. y poco a poco ve sentándote.

## Anexo 5

### **Cuento No Es Fácil, Pequeña Ardilla (Elisa Ramón, Rosa Osuna)**

La ardilla roja estaba triste.  
Sentía una pena muy honda porque su madre se había muerto y pensaba que nunca más sería feliz.

Su padre le secaba las lágrimas con ternura, intentando consolarla.  
Mamá siempre estará con nosotros... y se golpeaba el pecho : aquí ¡¡

La ardilla no lograba entender.  
Lo único que veía era que ella ya no estaba.

Una noche se enfado con su mamá por haberla abandonado.  
Tan disgustada estaba que arremetió contra los juguetes.  
Cuando se calmo, su papá la abrazo muy fuerte.  
Aun así no dejo que la arrojara, ni quiso que le contase un cuento.  
No quería que nadie ocupase el lugar de su madre.  
Pero mamá ya no estaba.

Cuando se quedo a solas, miro al cielo, como hacia antes con su madre.  
Busco la estrella que mamá había elegido para protegerla en sus sueños.  
Pero aquella noche no la vio.

Entonces salio de casa y fue a ver a su mejor amigo.  
El búho extendió su enorme ala y la cubrió para que no le entrase frío.  
La ardilla se acurruco y, debajo de las plumas, lloro a sus anchas.

Mientras el búho dormía hecho una bola de plumas, la luz y el calor del sol despertaron a la ardilla, que desde el árbol contemplo el paisaje.  
¡ Era muy hermoso...!

Entonces pensó que su madre no volvería a ver el bosque, que nunca mas correría por él, que no sentiría las caricias del sol ni se alegraría con el canto de los pájaros.  
Los ojos se le llenaron de lágrimas y corrió a esconderse a casa.

Se metió en la cama y se tapo hasta más arriba de la cabeza.  
Su padre se acerco y le acaricio la espalda:  
Quiero que veas algo que te va a gustar...

¡Imposible! – se escucho entre las sabanas –  
Ya no hay nada que me guste  
Esto si, ya veras... - aseguro el padre-  
Y la ardilla, curiosa, asomo el hocico.

¡ Estos son tus abuelos !  
La ardilla roja, aunque no los había conocido, había oído hablar mucho de ellos.  
Los quería mucho. De gustaba estar siempre a su lado.  
Pero se hicieron viejos y se murieron.  
Entonces, también me sentí muy triste.  
La pequeña ardilla escuchaba atenta.  
Aprendí mucho con ellos. Como tu, de mamá y de mi.  
Siempre los recordare...

¿ Y si me olvido de mamá ...?  
- pregunto la ardilla -  
¡ Imposible !  
Ella también te quería mucho.  
Ahora esta en tu corazón.  
La ardilla roja no conseguía entenderlo... Y suspiro.

En su pequeño corazón solo había tristeza.  
¡ No tenia ni ganas de jugar !  
Cuando veía a las mamás de sus amigos, echaba de menos a la suya y se sentía aun mas desanimada.  
Entonces prefería alejarse y andar por el bosque.

Una tarde se paro debajo de un nogal.  
Cogió las nueces más grandes, las frotó entre sus manos y se puso a comerlas.  
Las abría con mucha maña.  
Se lo había enseñado su mamá, para no partirse los dientes.

Después trepo a los árboles.  
Saltando de rama en rama, llego al final del bosque.  
Desde allí contemplo la puesta de sol.  
Y , de repente, noto un cosquilleo por todo el cuerpo.  
Levanto las orejas y ahueco el rabo.  
Miro a un lado, a otro...  
No sabia porque, pero sentía que su madre estaba cerca.

Cuando se hizo de noche, corrió junto su amigo.  
El búho, en lo alto del viejo árbol, le cantaba a la luna.  
Los dos, en silencio, miraron al cielo.

De pronto, la pequeña ardilla se fijo en una estrella:  
¡ Mira ! ¡ La estrella de mamá !  
Hoy brilla como nunca – advirtió el búho , que de aquello sabia mucho.  
¡ Voy a decírselo a papá...!  
Y se fue corriendo.  
La ardilla roja había entendido que mamá estaba con ella, ¡ y que nunca la  
abandonaría !  
Aquella noche dejo que su padre la arropase.  
Y poco antes de dormir, le dijo:  
¡ Papá, cuéntame un cuento...! Como lo hacia mamá

## Anexo 6

### **Dinámica “Hacer caras”.**

Objetivo: Expresión emocional.

Desarrollo:

1. Con anterioridad, el animador dibuja en una cartulina grande una serie de caras con diversas expresiones y pega la cartulina a la pared frente al grupo.
2. Pide a los participantes que digan las características de las expresiones y qué significado les encuentran.
3. Cada participante de su propia interpretación acerca de cada uno de los rostros intercambia ideas de las respectivas interpretaciones de los otros miembros del grupo.
4. Al final del ejercicio el animador propicia la reflexión de cómo nos comunicamos con nuestro cuerpo.

## Anexo 7

### **Ejercicio de respiración 1.**

Todos los niños recostados di *ahora vamos a aprender a respirar profundamente. Pongan una bolsita (calcetín relleno de arena o granos) encima del estomago. Cuando inhalamos la bolsita sube ¡Muy bien! Es como cuando inflamamos un globo. Cuando entra el aire, el globo se infla. Así cuando entra el aire al cuerpo se infla es estomago. A ver el aire entra y se infla el estomago y el pecho ¡Muy bien! El aire sale y la bolsita baja. Muy bien!! Lo están haciendo muy bien. Es necesario ponerles música suave (para que sigan respirando). Así muy bien. Poco a poco vayan abriendo sus ojos y se sientan con calma.*

## Anexo 8

### **Cuando se muere alguien que queremos. (Carlos Castellanos Givaudan, Martha Givaudan, Susan dic de Weiss)**

Era mi tío,  
Murió en un choque.  
Yo lo quería mucho.  
Me siento muy triste,  
A veces sueño con él.

Me llevaba al parque,  
Me prestaba sus juguetes.  
Me gusta acordarme de él.

Le doy unas flores,  
Platico con él un ratito,  
Y me voy a mi casa.

*¿Por qué se muere la gente?*

Todos los seres vivos nacemos, crecemos y algún día nos morimos.  
Los papas y los abuelitos también crecen y aunque ya no se hacen más grandes de tamaño, si se ponen mas viejitos y algún día se mueren.

El abuelito de Tita se murió por estar muy enfermo y viejito. Ella no lo podía creer.

Algunas personas se mueren muy viejitas, otras pueden morir jóvenes, si tienen una enfermedad muy difícil de curar.

Otras veces, las personas pueden morir repentinamente, aunque no sean viejitas, en un accidente por ejemplo como un choque, caer de una azotea o por un asalto.

El hermanito de Federico se murió al nacer. Su mama le explico que hay bebés que son tan chiquitos, que todavía no pueden vivir fuera del vientre de su mama.

*¿Por qué no volvemos a ver a las gentes que se mueren?*

Cuando una persona se muere, ya no siente ningún dolor, ya no respira, ni se mueve.

Entonces, la pueden poner en una caja especial debajo de la tierra, en un lugar que se llama panteón. La familia y los amigos van al entierro.

*¿Cómo nos sentimos?*

Cuando sabemos que se muere alguien que queremos no lo podemos creer, también nos enojamos porque nos dejó.

Otras veces podemos pensar que nosotros tuvimos la culpa, o que nos portamos mal.

Pero las personas no se mueren porque nos hayamos portado mal.

También nos sentimos muy tristes y sin ganas de jugar.

Después de un tiempo, poco a poco, ya no nos sentimos tan tristes y ¿sabes?

Nos podemos acordar de esa persona... siempre.



## Anexo 9

### **Definiciones para familiarizar a los niños con la muerte.**

- **Morirse:** Sucede cuando el cuerpo deja de funcionar. Es dejar de estar vivo.
- **Estar muerto:** Es no poder volver a vivir. Es no respirar, no sentir dolor, no moverse, no hablar, no tener hambre ni frío.
- **Ataúd:** Se trata de una caja especial, usualmente de madera, en la que se coloca el cuerpo del muerto.
- **Cementerio:** Lugar donde se deja el ataúd que tiene el cuerpo del muerto.
- **Cadáver:** Es el cuerpo del muerto.
- **Creación:** Es cuando por la acción del fuego se quema el cuerpo muerto, en un lugar especial, hasta que se vuelve cenizas.
- **Entierro o Funeral:** Es una reunión de familiares y amigos en la casa, iglesia, la sinagoga, el templo o el cementerio, con el fin de recordar a quien murió, hacerle un homenaje, despedirse de él y consolarse unos a otros.
- **Duelo:** Comprende todos los sentimientos y las cosas raras que sentimos después de que alguien importante para nosotros ha muerto. La persona puede sentirse enojada, triste, sola, asustada, con remordimiento o avergonzada, y todo ello es normal.
- **Culpa:** Sentimiento que nos hace creer que de alguna manera somos los causantes de algo que pasó, o que hemos hecho algo malo.

## Anexo 10

### **Ejercicio de relajación 2.**

*Recuéstate cómodamente, vamos a empezar estirando nuestros pies, intentado tocar algo con la punta de nuestros pies (se mantienen par de segundos para sentir la tensión y se bajan). Ahora vamos apretar nuestras pantorrillas unos segundos y las soltamos. Cada parte de realiza igual: se aprieta unos momentos y luego se suelta. Así se hace con los muslos, las caderas, la espalda, el estomago, el pecho, los hombros, los brazos, las manos y los dedos. Luego se pasa a la cara. Vamos a imaginar que una mosca molestosa se para en tu frente y tienes que espantarla sin usar las manos, solo vamos a mover la frente, así los músculos suben y bajan muchas veces. Ahora la mosquita se va ¡uuuffff! Que alivio; pero la mosca es necia y regresa. Así se va parando en cada parte de la cara: la nariz, el cachete, el otro, en la boca (a manera de dar un pico se estira la boca). Ahora se sienten pesados, muy bien, rico ¡aaahhh!! Que tranquilidad. Déjalos descansar un rato diciendo frases que los ayuden a sentirse bien. Para finalizar diles ahora vamos a mover los dedos de las manos, abramos y cerremos las manos, estiremos los brazos hacia arriba para tocar el cielo, estiremos los pies hacia delante. Así muy bien. Poco a poco vayan abriendo sus ojos.. ahora se sientan.*

## Anexo 11

### **Te echo de menos (Paul Verrept)**

Carla era mi mejor amiga.

Siempre estábamos juntos. Decíamos: << Cuando seamos mayores, viviremos en la misma casa >>.

Pero un día, Carla se mudo con su papá y su mamá.

Me sentía raro. – Creo que echas de menos a Carla –dijo mamá.

<< ¿Que quiere decir “echar de menos”? >>

Salí al jardín.

El sol brillaba. Pero yo no era feliz.

Pensaba en Carla y también en la abuela.

La abuela murió.

Cuando una persona está muerta quiere decir que no la vuelves a ver nunca mas. Me lo dijo papá.

La abuela siempre estará muerta.

- Pero ¿Carla también está muerta?

- ¡No, claro que no! –dijo el abuelo.

Fuimos a visitar la tumba de la abuela.

El abuelo se quedó un rato en silencio.

- Todos los días la echo de menos –dijo luego en voz baja.

- ¿Qué quiere decir “echar de menos”?

- Quiere decir que seria más feliz si la abuela estuviera aquí –contestó el abuelo.

Volvimos a casa sin hablar.

Cuando llegamos, el abuelo se sentó a mi lado.

- Echo de menos a Carla –le dije.

- Ven aquí –dijo mamá.  
Echaba de menos a Carla.  
Mamá me abrazaba muy fuerte.  
Me sentía triste y feliz a la vez.

- Un día iremos a visitar a Carla –dijo papá.  
- ¿Cuándo? – pregunté.  
- Muy pronto –me contestó.

-¿También iremos a visitar a la abuela?- pregunté-.  
El abuelo la echa mucho de menos.

- No, eso no es posible –dijo papá-. Cuando alguien ha muerto solamente se puede pensar en él.

Esa noche pensé mucho en la abuela y en Carla.

La abuela se reía conmigo.  
Carla me preguntaba si quería jugar con ella.

Pensé también en el abuelo, que volvía a casa.  
Seguro que él también estaba pensando en ella.

## Anexo 12

### **Dinámica “Risas y Lagrimas”.**

#### Objetivos:

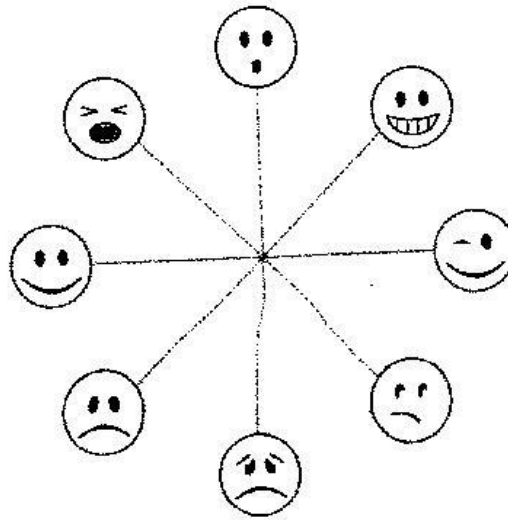
1. Propiciar un clima de confianza, de comunicación y de ayuda mutua.
2. Mejorar el estado de ánimo de los participantes.

#### Desarrollo:

1. Con anterioridad, el animador prepara el reloj de sentimientos y lo pega a la pared. Reparte hojas y lápices e invita a que, con base al ejemplo, todo realicen su propio reloj.
2. Los participantes forman parejas para compartir lo que han dibujado y pensar en acciones que ayuden a mejorar nuestro estado de ánimo.
3. Después de unos minutos para el intercambio, el animador pega la hoja de papel bond, e invita a los equipos a pasar al frente y escribir las acciones o mensajes que han propuesto, referentes a cada uno de los estados de animo.

### Anexo 13

#### Reloj de los sentimientos



### Anexo 14

#### Respirando dentro del cuerpo

Busquen un sitio con mucho espacio alrededor y recuéstense sobre el piso. Cierren los ojos y busquen una posición cómoda... tómense un tiempo en darse cuenta de su cuerpo... ahora dirijan la atención sobre su respiración... noten todos los detalles de su respiración, mientras el aire fluye sin esfuerzo dentro de su cuerpo y luego fuera de él.. sientan el aire mientras se mueve dentro de su nariz o boca, baja por su garganta y expande su pecho y vientre llevando su ofrenda vital... Imaginen ahora que respiran con otras partes del cuerpo. Imaginen que parte del aire que respiran fluye dentro de su estomago, sus piernas y la punta del pie. Imaginen que sus piernas se expanden un poquito mientras respiran este aire y se contraen un poquito cuando lo exhalan.. Hagan esto durante un par de minutos. Ahora intenten respirar con sus brazos y dedos durante un rato... y noten como se siente mientras hacen esto... luego respiren con su cabeza y cuello...

## Anexo 15

### **Tantos animalitos muertos. (Ulf Nilsson)**

Un día, estábamos aburridos. No había nada que hacer y queríamos divertirnos. Entonces Ester encontró un abejorro muerto.

- Mira, aquí hay algo – dijo emocionada -. ¡Algo triste y trágico!

El abejorro tenía rayas, era peludo y estaba muerto. Tenía las patas de fuera y las alas maltratadas. Ester le acarició la espalda.

- Abejorro mío – dijo con voz quebrada -. Te amo.

Ester era muy valiente. Y yo era pequeño.

Le tenía miedo a todo, en especial a la muerte. Ni siquiera conocía a alguien que se hubiera muerto.

- Agarralo – dijo – para que yo pueda cavarle una tumba.

Me hice hacia atrás y escondí las manos tras la espalda.

- ¿No te atreves? – dijo, impaciente.

- Los abejorros pican – conteste.

- ¡Pero si esta completamente muerto! - exclamo.

- Mejor escribo algo – dije -. Puedo escribir un poema sobre lo terrible que es la muerte.

Ester refunfuñó y fue por una pala, unas semillas de flores y una caja de puros para el ataúd. Tomamos el sendero secreto que nos lleva a un claro del bosque que nadie más conocía.

Allí, Ester cavo un agujero profundo y yo me puse a escribir.

Soy bueno para escribir. Pienso mucho y tengo muchas palabras dentro.

- ¡Ja! ¡Poemas! – dijo Ester con una sonrisa burlona.

Enterramos al abejorro en el agujero negro. Sembramos unas semillas de flores azules. Luego decoramos la tumba con flores amarillas y rojas.

*Una vida chiquita en la mano mía.*

*Se pierde para siempre en el fondo de la arcilla.*

Ester se sonó con la mano, y dijo:

- ¡Pequeño abejorro mío! Pero la vida tiene que seguir.

Ester caminaba de un lado al otro del claro, pensando estaba a punto de tener una idea.

- El mundo entero esta lleno de muertos – dijo -. En cada arbusto hay un pájaro, una mariposa, un ratoncito. Alguien debería ser bueno y enterrarlos a todos.

- ¿Quién? – pregunte.

- Nosotros – contestó.

Buscamos entre los arbustos y los matorrales, bajo los árboles y en los campos.

Desgraciadamente, no había tantos muertos como habíamos imaginado.

Pepe, el hermanito de Ester, nos ayudo.

No le dijimos qué buscábamos, así que el no encontró nada.

Era muy pequeño y, en realidad, no contaba.

Por fin encontramos un ratón muerto.

- ¡Que bien! – exclamo Ester -. Ya tenemos trabajo.

- ¿Qué esta haciendo? – pregunto Pepe -. ¿Por qué esta acostado?

- Está muerto – dijo Ester.

- ¿Y que significa eso? – pregunto Pepe.

Le explicamos que, un día, todos moriremos y ya no estaremos aquí. Que es algo doloroso y triste y todos lloran.

Finalmente, Pepe entendió.

- ¿Y yo? – preguntaba -. ¿Me voy a morir?

- No ahora, bobo – dijo Ester.

- Cuando seas un hombre viejo – dije yo.

La barbilla de Pepe empezó a temblar.

- Pero mi mama y mi papa se van a poner muy tristes... - dijo.

- ¡Agarra el ratón! – sonrió Ester, retándome.

Metí las manos en los bolsillos y negué con la cabeza.

- ¡Lo sabia! Te da miedo tocar a los muertos. ¡No sirves para nada!

Le enseñamos a Pepe el sendero secreto y fuimos juntos a enterrar a nuestro querido amigo ratón.

Ester cavo una tumba en medio del claro.

Había encontrado otra caja de puros en la bodega.

Armo unas cruces con martillo y clavos.

Leí mi poema sobre la muerte:

*La muerte dura miles y miles de años.*

*¿Dolerá estar muerto?*

*¿Estarás solo? ¿Tendrás miedo?*

A Pepe le salieron dos grandes lágrimas.

- Yo también, ¿verdad? – sollozaba -.

Mi mama se va a poner muy triste...

Nos sentíamos muy orgullosos de hacernos cargo de los animales muertos.

Seguramente éramos los mejor es niños del mundo.

Nos divertimos mucho ese aburrido día de verano. Abrimos una agencia funeraria llamada Funerales S.A de C.V.



Íbamos a organizar los mejores funerales del mundo para ayudar a todos los pobre animalitos muertos que estaban tirados por ahí.

La tarea de Ester era cavar. A mi me tocaba escribir poemas. Y a Pepe le tocaba llorar.

Preparamos un maletín con todo lo necesario para organizar los mejores funerales:

- Pala
- Palitos de paleta para las crucecitas
- Tablas para las crucezotas
- Martillo
- Clavos
- Cajas de todos los tamaños para los ataúdes
- Piedras bonitas para las lapidas
- Pintura y pincel
- Semillas de las saldrán flores azules
- Flores (amarillas y rojas)

Ester llamo a todos nuestros vecinos. La escuche hablar por teléfono hasta que encontró un hámster muerto.

- ¡Fantástico! Le haremos a Pacho el mejor de los entierros. Muy bien, el sepelio será a las tres. En un claro muy hermoso y sin ruido. ¿Cantamos? Si, claro, ¡un montón de salmos! Solo cobramos cinco pesos, no mejor diez. ¿Qué por cuanto tiempo nos encargaremos de la tumba? ¡Por toda la eternidad! Perfecto, así quedamos...

El pequeño Pacho se veía muy lindo con sus ojos cerrados.

- ¿Y si solo esta dormido? – dijo Pepe, e intento despertarlo.

Ester dijo con voz solemne:

- Ahora Pacho descansara para siempre. Pero nunca lo olvidaremos ¡Porque a nosotros nos darán diez pesos!

Me empezó a doler el estomago, y todo por haber prometido que nos encargaríamos de la tumba para siempre.

Escribí un salmo para Pacho:

*Ya viene el invierno y el frío llegara.*

*Gracias, pequeño Pacho, gracias por todo.*

*Gracias a ti, tarari, tarara.*

*(se canta muy, muy lentamente)*

El solo brillaba y hacia calor. La dueña de Pacho no paraba de llorar. Pepe quiso consolarla:

- Si Pacho se cura. Lo desenterramos. Eso haremos, tarara – siguió canturreando, mientras pintaba la piedra.

El papá de Ester nos dijo que podíamos enterrar a su gallo. Era muy viejo. Estaba cansado y había llegado su hora. Las gallinas nos siguieron por el sendero secreto.

Ester cavo una enorme fosa con la pala grande. Nos dieron al gallo y lo acomodamos en la tumba.

*Un día, a las dos, la muerte vendrá.*

*¿Por qué? ¿Por qué? ¿Por qué será?*

Durante ese momento solemne y triste, las gallinas se dedicaron a escarbar la tierra y a buscar lombrices.

- ¿Qué les pasa, gallinas bobas? – las regañó Ester -. ¡Tienen que estar tristes!

Ester encontró tres pescados muertos en el refrigerador.

- ¡Me encanta pintar piedras! – exclamo Pepe.

*Otro pescadito mas.*

*Peque pescadito bonito.*

*En la vida no siempre vas por el mejor caminito.*

- Deben tener nombres de verdad – dijo Ester -. No podemos poner “Otro pescadito mas” en la lapida.

La abuela nos dio nueve ratones que había atrapado con sus ratoneras. Normalmente se los daba a los gatos. Los ratones también necesitaban nombres, así que empezamos por bautizarlos.

- Yo te bautizo con el nombre de Antonia Ratonía. Y a ti te llamare Esteban Enojón. A

un ratón gordo le pusimos Cerdo el Choncho.

*Tu, Cerdo el Choncho, ahora nos despedimos.*

*Cuídate, siempre recordaremos que te vimos.*

El claro del bosque se estaba convirtiendo en un hermoso panteón. Pero nadie nos había pagado estos funerales. Ester se puso del mal humor.

- ¡Tenemos una funeraria de porquería! – dijo -. Solo hemos enterrado animales pequeños e insignificantes. Al rato estaremos recolectando moscas muertas en el marco de la ventana, u hormigas entre las piedras de la calle.

- Pero estas hormigas están vivas – dijo Pepe -. ¡Están corriendo!

- No importa, igual podemos enterrarlas.

Al ratito seguro se mueren.

Ester estaba de muy mal humor.

- A mi me gustaría encontrar un animal grande, un cerdo bravo – continuo Ester, fantaseando -. Un cerdo enorme, gordo y enojón, cuyo corazón haya reventado de tanta furia.

Hice una rima:

*Un cerdo, una vaca, una gata llamada Frida ya nunca andarán por los caminos de la vida.*

- ¿Caminos? – dijo Pepe, bostezando -. ¿Los atropellaron?

Animales atropellados, ¡que buena idea!  
Ester se puso de buenas otra vez.

Encontramos un puerco espín aplastado. Tenía miles de púas. Ester se puso los guantes de motociclista de su papá.  
Acostamos al puerco espín en su tumba. Parecía pan crudo.  
*En el cielo correrás sobre tus suaves patas y nunca más te arrastraras entre las matas.*

Seguimos nuestra búsqueda por la carretera. Por fin dimos con algo enorme. Nunca habíamos visto una liebre tan grande.  
- ¡Ha de ser la liebre mas grande del mundo! – exclamo Ester, y bailo feliz alrededor del animal muerto.  
- Y a ti que te da asco los animales muertos – se dirigió a mi -, puedes utilizar los guantes.  
Ester le preparo una maleta como ataúd. Bautizamos a la liebre como Ingrid Domínguez.  
La acomodamos con una almohada y una cobija a cuadros.

- ¡Ahora partirás a tu ultimo viaje! – dijo Ester.  
Pepe lloraba.  
- ¿Y a mi? ¿Me van a dar una almohada cuando me muera?  
- Si, cuando te mueras te tocara una almohada – dijo Ester.  
- ¿Y mi cobijita?  
- Si, también tu cobija favorita.  
- ¿Y mi conejo?  
- Pobre conejo. Mejor llevate al osito.  
- ¿Y comida para mi?  
- Puedes llevarte galletas y pan dulce, y jugo, si quieres.  
- Bueno, esta bien... - dijo Pepe y dejo de llorar.  
Ester le limpio la nariz.  
*Descansa en paz, descansa unos momentos, que nos veremos pronto un día, todos contentos.*  
Vi que a Ester se le salían las lágrimas.  
- Léelo otra vez - dijo quedito -. La verdad, escribes muy buenos poemas.

Empezó a anochecer. Había sido un muy buen día. Nos habíamos esforzado mucho y nos sentíamos realmente buenos. Ahora estábamos cansados.  
De repente, vimos que dos mirlos se perseguían entre los árboles.  
Se escucho un ¡pum!, y nos dimos cuenta de que uno de ellos se había estrellado contra ventana.  
Nos hincamos al lado del mirlo. Movié las alas, sacudió sus patas y se quedo totalmente quieto. Todo ocurrió en un breve momento, y después, estaba muerto.

Nunca antes había visto morir a alguien.

- Hay que enterrarlo – dijo Pepe.

- Mirlo, pequeño mirlo, tendrás el mejor entierro del mundo – dijo Ester.

- Si, así se pondrá contento de nuevo – añadió Pepe.

Se me olvido que me daba miedo tocar a los muertos. El mirlo era negro que brillaba. Su pico era amarillo. Lo tome con mis manos; era grande, pero muy ligero. Lo llevamos al claro. Ester no dijo nada.

- A lo mejor tiene bebes. Y una mamá – dijo Pepe.

- Se llamara papito – dije yo.

Preparamos su tumba. En el claro, los árboles formaban una bóveda que parecía la de una iglesia.

Conseguimos una vela y la prendimos. En la piedra más bonita escribimos PAPITO. Lo apreté contra mi pecho y leí el poema. Papito estaba tibio. La tierra estaba fría.

*Termina la canción.*

*La vida se convierte en muerte.*

*Tu cuerpo caliente estará frío.*

*En la oscuridad, nadie podrá verte.*

Escuchamos el canto de otro mirlo. Se me hizo un nudo en la garganta. Ester lloraba. A todos nos invadió una sensación de profundo respeto. La tristeza cubrió el claro con un velo negro.

Finalmente, Pepe se durmió.

Al otro día, hicimos algo completamente distinto.

## Anexo 16

### **Dinámica “De todo corazón”**

#### Objetivos:

1. Fomentar el pensamiento positivo hacia los demás.
2. Estimular la afirmación de cada persona en relación con el grupo.

#### Desarrollo:

1. El animador entrega un corazón en cartulina roja a cada participante. Después cada uno le pone su nombre y lo pega en la pared en donde se colocan los de todos.
2. Sobre una mesa se colocan tarjetas de diferentes colores, los participantes toman una para cada participante y escriben un mensaje positivo y la coloca en el corazón correspondiente.
3. Para finalizar cada quien toma su corazón y lee sus mensajes, el animador invita a una reflexión sobre el significado de la dinámica.

## Anexo 17

### **Capullo**

Plieguen su cuerpo de manera que les resulte cómodo y los haga sentir protegidos del mundo... cierren los ojos y manténganlos así hasta que se les indique abrirlos. Imaginen que están en un capullo, rodeados por una suave y resistente cáscara que los protege... empleen cierto tiempo en explorar su estancia dentro de este capullo... descubran como es este capullo y como se siente allí.. Descubran de cuanto espacio disponen dentro del capullo y cuanto se pueden mover dentro de él.. Luego, lentamente, salgan del capullo... busquen la salida de esa cáscara protectora y dense cuenta cómo se sienten al salir al mundo... Cuando salgan, comiencen a estirar de modo que les resulte mas cómodo... cada vez que se estiren, permitan que sus movimientos fluyan con alguna clase de sonido... ahora conviértanse en ese ruido y dejen que fluya dentro de su movimiento... exploren todas las posibilidades de estirar su cuerpo...

