



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS  
COLEGIO DE PEDAGOGÍA

“APORTACIONES PEDAGÓGICAS PARA LA  
ELABORACIÓN DE DUELOS EN LA  
INFANCIA Y ADOLESCENCIA”

TESINA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA  
PRESENTA:

SAMANTHA PAULINA GUZMÁN MUÑOZ

ASESORA: LIC. MARÍA EUGENIA ELIZALDE VELÁZQUEZ

MÉXICO D.F. 2013





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

---

No hay mejores personas por las cuales empezar a agradecer, que aquellas quienes me han dado la vida, mis padres, gracias a ellos y al amor que se han profesado, estoy aquí, gracias a ellos vivo. Ellos me han visto crecer y superarme, si bien no pude elegirlos, pero sé que no pude llegar en una mejor familia, ellos son dignos merecedores de mi amor, porque siempre han hecho lo que mejor saben... Querermé.

Mi Mamá Tina, principal inspiración a la hora de realizar esta tesina, pues su pérdida ha marcado mi vida, no más que sus enseñanzas y aún después de todos estos años anhelo se escape a escucharme y darme su opinión en algunas ocasiones. Gracias a ella mi familia es lo que es, gracias a ella hemos trascendido, siempre ha estado presente en mi mente y corazón desde el día en que ya no pudo tomar mi mano, hasta el día que me reciba nuevamente.

Agradezco a Dios, porque me ha puesto en el camino a más de una mamá, a las que tengo el honor de llamarles tías, ellas son capaces de entender mi locura, regañar mis fallidas hazañas, secar mis lágrimas, darme palabras de aliento y estar cuando más las he llegado a necesitar, siempre conmigo y a mi lado, escuchándome, acompañándome. Además gracias a ellas tengo unos primos maravillosos, que si me detengo a enumerar el por qué cada uno de ellos es tan importante para mí, tendría que escribir otras 100 páginas; cada uno de ellos lo sabe, cada uno sabe el tipo de relación que llevamos y cuanto les agradezco formar parte de mi vida, pues aunque seamos distantes, los vínculos del corazón nunca se han de romper.

Mis tíos, que más de una vez me han guiado en el camino, o me han llevado hasta mi destino, gracias por ser simplemente ustedes, por enseñarme que el que se enoja pierde, a disfrutar la vida con todos sus matices, a demostrar que unidos salimos adelante más fácilmente, a saber que no importa que pase, jamás me darían la espalda.

Gracias a mis papás por el mejor regalo, mis hermanos, quienes me acompañaran aun estando lejos. Mi hermana, porque aunque todo lo destruye,

siempre sabe cómo recoger los restos y convertirlos en cosas maravillosas, conoce tanto de mí que asusta. Mi hermanito, que a pesar de ser el más pequeño nos ha enseñado tantas cosas, porque sé que dentro de su caparazón está un corazón lleno de bondad, dispuesto a amar y a que lo amen, porque a pesar de las adversidades, sigue de pie y con la frente en alto. Sabemos que por muy duros que sean los vientos, por mucho que nos enojemos, siempre nos tenemos los unos a los otros, incondicional y eternamente.

Gracias a mi Beatle por acercarme al acelerado mundo de la Facultad. Él sabe que es el mejor amigo que puedo tener, quien ha estado para mí a pesar de la distancia y el tiempo, nuestra amistad trasciende en el alma, y se lleva en el corazón, porque nuestro lenguaje no siempre es verbal y no siempre se ve ni se escucha, más bien se siente en cada magnifico recuerdo.

A Karen y a la niña de las colitas que se sentaba enfrente de mí en cuarto de prepa, porque a pesar de los años, han llegado a ocupar un lugar muy especial en mi corazón y en mi vida, dos personas a las cuales admiro, respeto y quiero.

Si alguien es responsable de que estudiase Pedagogía, ese es mi Sunshine, pues me enseñó otro mundo totalmente diferente, con su corta edad, es simplemente un rayo de sol y esperanza, que ha venido a iluminar mi destino, que en un momento se volvía turbio, ha venido a demostrarme lo valioso del amor incondicional, y la grandeza dentro de un corazón.

Mi Madrina, Mama Licha y mi Tío Quincho, quienes han fungido como fuente de sabiduría, la edad les ha dado la bendición de la experiencia y la templanza del corazón, son como un libro abierto, una muestra viviente de que no importan las adversidades que hemos de atravesar, siempre se puede salir adelante. Les agradezco el amor que siempre me han profesado, y los conocimientos que me han transmitido, de ellos he aprendido la humildad y la sencillez del alma y del corazón; he aprendido tanto que sería inútil enumerarlo, me han enseñado lo que a ellos les ha costado trabajo aprender, todo por amor.

La gratitud es un acto que resalta lo que una persona nos ha aportado. Por eso abro este espacio para agradecer a mi Sol, porque a lo largo de más de 7 años, ha estado conmigo y a mi lado, desvelándose conmigo para estudiar

funciones trigonométricas, cuidándome sin que se lo pida, acompañándome, secando mis lágrimas, provocando sonrisas, ha sido mi compañero de viaje, convirtiéndose en el amor de mi vida, porque aunque el destino sea incierto, sé que jamás podría amar a alguien de la manera en la que lo he amado, sé que él es un ser imperfecto y lo amo más por eso, porque a pesar de todos sus defectos, me da lo mejor de sí mismo de manera desinteresada. Gracias porque siempre me ha amado incondicionalmente, por lo que soy...

Jamás podría terminar de agradecer a todas las personas que me han ayudado a llegar hasta este momento específico de mi vida, son tantas, y todas y cada una de ellas me han hecho crecer como persona, a saber que siempre puedo dar un poco más de mí, que el límite, no está establecido, y que siempre que uno quiera trascender lo puede lograr, gracias de verdad a todos aquellos que me he encontrado en el camino y me han enseñado algo.

GRACIAS

# Índice

---

<b>Introducción</b>	<b>6</b>
<b>Capítulo I Pérdida, duelo, Infancia...</b>	<b>9</b>
1.1. Pérdida	9
1.2. Duelo	11
1.3. Infancia	14
Desarrollo psicosocial	15
Memoria	22
Lenguaje	23
1.4. Adolescencia	25
Desarrollo psicosocial	27
Etapas	32
1.5. Pérdidas y cambios en la transición infancia- adultez	38
Pérdida del cuerpo de niño... Surgimiento del cuerpo adulto	39
Crisis en la adolescencia	41
Pérdida y duelos patológicos en la adolescencia	45
<b>Capítulo II La familia y sus pérdidas</b>	<b>48</b>
2.1. Familia	49
La familia a través del tiempo	50
Estructura familiar	52
Etapas de la familia	53
2.2. Pérdidas cotidianas en la infancia y adolescencia	60
Cambio de casa	61
Cambio de escuela	63
Pérdida de amigos	64
<b>Capítulo III El divorcio como proceso de duelo</b>	<b>66</b>
3.1. Antes de que todo termine	69
3.2. Cuando el divorcio se convierte en la única salida	70
3.3. Los hijos en el divorcio	74
Como comunicar el divorcio a los hijos	75
Pérdidas y duelo en los hijos después del divorcio	78
<b>Capítulo IV Muerte y niños</b>	<b>82</b>
4.1. Comprensión de los niños ante el significado de la muerte	86
4.2. Comunicando la muerte de un ser querido a un niño o adolescente	93
4.3. El duelo en niños y adolescentes	96
Duelo en niños	97
Duelo en adolescentes	98
4.4. Conveniencia de que los niños asistan a funerales	102
<b>Conclusiones</b>	<b>104</b>
<b>Bibliografía</b>	<b>111</b>

# Introducción

---

El ser humano vive en constante crecimiento desde el momento de la concepción, hasta su muerte, este crecimiento va acompañado de transformaciones, algunas de estas transformaciones u oportunidades de crecimiento, no son tan satisfactorias para los individuos, pero son necesarias y fundamentales para un desarrollo biopsicosocial óptimo.

De la misma manera, el ser humano es por naturaleza un ser social, lo que lo conduce al establecimiento de relaciones. Toda relación lleva implícito el riesgo de separación, exponiéndolo a experimentar diferentes pérdidas. Los niños, aún sin que nos demos cuenta, las sufren, y éstas derivan en procesos de duelo, a muchos de los cuales no les damos la importancia debida,

Mi trabajo de titulación se desarrolla en torno a las pérdidas cotidianas involuntarias por los que atraviesan los seres humanos durante su infancia y adolescencia. Tomando a la familia como escenario central en el que se desarrolla todo ser humano, dentro del cual, se vivirán grandes experiencias que favorecerán al desarrollo de individuos autónomos y libres pensadores.

Actualmente vivimos en un mundo donde la velocidad del cambio aumenta cada segundo un poco más, lo cual ha hecho que los individuos se preocupen y ocupen primero por ellos y si después les queda tiempo, volteen a ver las necesidades del de al lado, llámense hijos, familia, pareja o compañeros de trabajo. Hay momentos en los que los individuos necesitan un acompañamiento, más específicamente cuando se vive un proceso de duelo. La sociedad, comenzando por la familia, debería dar apertura a temas tan importantes y cotidianos como las pérdidas.

La historia de cada familia, es única, se va desarrollando conforme a la cultura en la que se vea envuelta, hoy por hoy, la gama de familias es tan variada, que sería imposible querer encajonarlas en una clasificación, así que pretendo simplemente dar una semblanza de algunos tipos de familia, así como de la historia de una familia "típica". La familia, vive su propia historia, a su propio ritmo, y eso va dictando la manera en la que esta se desenvuelva en la sociedad, cobijando o desprotegiendo a sus miembros. Durante un proceso de duelo, es la familia la primera en cobijar a sus miembros, pero para ello, esta debería estar preparada, e ir abriendo espacios dentro de la sociedad. La familia debiera ser el principal sujeto de acción y "rescate" ante una pérdida, por lo tanto, intento proponer acciones a desarrollar en el caso de que una familia, o uno de sus miembros, estén llevando a cabo un proceso de duelo.

Dentro de las pérdidas que trataré se encuentra la transición infancia-adolescencia, como una pérdida natural, la cual no afecta solo al adolescente en sus cambios hormonales, por ejemplo, sino también el impacto que tiene a nivel psíquico, tanto para el adolescente como para la familia, principalmente para los padres, quienes se vuelven conscientes de que están envejeciendo y que algún día dejarán de existir.

La familia a lo largo de su historia, atraviesa diferentes pérdidas, algunas de ellas afectan más directamente a los hijos, por ejemplo el cambio de escuela, estas pérdidas son casi naturales, pero no menos importantes.

Cuando una pareja decide casarse, nunca lo hace pensando en el divorcio, sin embargo, en ocasiones la convivencia se hace imposible y antes de que cualquier miembro de la pareja salga afectado, quizá el divorcio se aun buena solución. Cabe señalar que el divorcio no solo afecta a la pareja, sino a toda la familia, incluso a la política. Para mi trabajo de titulación, hablaré de cómo afecta a los hijos y como se pueden minimizar los daños.



Todos los seres humanos evitamos pensar en la muerte y aún más en la muerte propia. El hecho de no pensarla, no significa que no vayamos a morir. El objetivo central de mi trabajo de titulación es el de dar apertura a temas tan importantes como lo son las pérdidas y el proceso de duelo que estas desencadenan. En cuanto a la muerte se refiere, sé lo difícil que es perder a un ser querido y supongo que debe ser igual de difícil explicarles a los niños y adolescentes cercanos a la persona fallecida, es por eso que abro este espacio, para puntualizar algunos aspectos en cuanto al proceso de duelo que viven los niños ante la muerte de un familiar.

Como profesional de la educación es mi deber dar apertura a temas importantes para la sociedad, aún más cuando dichos temas son vistos como tabú en la propia sociedad. Pretendo brindar un aporte a las familias que están atravesando un proceso de duelo.

# Capítulo I: Pérdida, duelo, infancia...

---

## 1.1. Pérdida

El establecimiento de vínculos, es algo tan natural como la misma condición humana, así que el ser humano como ser social que es, está expuesto a establecer relaciones de cualquier índole, en este momento me refiero específicamente a las relaciones emocionales. Toda relación, lleva implícito el riesgo de desencadenar una pérdida, ya sea por separación o por muerte; que es también un tipo de separación, solamente que esta es inevitable.

Una pérdida quedaría descrita como el rompimiento de esos vínculos. O como lo explica el diccionario *“Carencia, privación de lo que se poseía. // f. Daño o menoscabo que se recibe en algo. // f. Cantidad o cosa perdida.”*<sup>1</sup>

Pérdida se puede definir como quedar privado de algo que se ha tenido, alguna disminución en los recursos de cualquier persona, ya sean materiales, personales o simbólicos.<sup>2</sup> Dicho de una manera más poética, la pérdida es la sombra de toda posesión que en algún momento se tuvo.

Dado que la pérdida es una separación, y cada persona tiene una forma personalísima de vivirla y de responder ante ella, se puede hablar diferentes de tipos de pérdida, en este caso englobaré las pérdidas en dos:

- **Pérdidas físicas:** me refiero a una pérdida tangible, puede ser una pérdida material, la pérdida de alguna extremidad por ejemplo, e indudablemente es aquí donde se clasifica la muerte de un ser

---

<sup>1</sup> En el *Diccionario de la lengua española*, 2009, recuperado el 10 de enero del 2012 de [http://buscon.rae.es/draef/SrvltConsulta?TIPO\\_BUS=3&LEMA=perdida](http://buscon.rae.es/draef/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=perdida)

<sup>2</sup> CONCEPCIO POCH, Olga Herrero. *La muerte en el contexto educativo*, España, 2003, pág. 58- 60.

querido. Este tipo de pérdidas son tan obvias que las personas se dan cuenta del sufrimiento de quien la padece, acompañándola en su proceso de duelo.

- **Pérdidas psicológicas o simbólicas:** en este caso la pérdida es intangible o de naturaleza psicológica, por ejemplo la pérdida de un sueño, una ilusión, una relación. La persona que padece una pérdida psicológica no siempre se percata de ello, y mucho menos las personas que lo rodean.<sup>3</sup>

Una pérdida física puede llevar implícita pérdidas psicológicas, tal como lo ilustra el siguiente ejemplo:

*“Tomás tiene 22 años y está estudiando el último curso de telecomunicaciones con una beca en un país del extranjero. Es un chico muy inteligente y disfruta mucho con sus estudios. De manera súbita su padre muere de un ataque al corazón, y cuando su madre le comunica la noticia, Tomás regresa a Barcelona para estar con su familia. La muerte de su padre deja a su familia sin ingresos económicos, y Tomás tiene que encargarse de sus dos hermanas pequeñas y de su madre. Todo ello implica que debe dejar los estudios (al menos temporalmente) y ponerse a trabajar para colaborar con la economía familiar. A la vez que sufre el dolor por la pérdida de su padre, Tomás sufre otras pérdidas secundarias muy relevantes para su sentido de identidad”<sup>4</sup>*

La muerte y cualquier otro tipo de pérdida, causan un rompimiento con la cotidianeidad de nuestras vidas desencadenando un proceso de duelo.

---

<sup>3</sup> Ibíd.

<sup>4</sup> Ibíd.

## 1.2. Duelo

La palabra *duelo*, proviene del latín *dolus*, que significa dolor, hace referencia al momento que se vive después de una pérdida, cualquiera que esta sea.<sup>5</sup>

El proceso de duelo, inicia inmediatamente después de una pérdida; responde a la necesidad de reparar la cotidianeidad en la vida de la persona que ha sufrido la pérdida.<sup>6</sup>Se habla de proceso de duelo, debido a que el sujeto experimenta diferentes reacciones ante una pérdida.

El duelo, ha estado presente en la sociedad desde tiempos inmemorables, y cada cultura lo reconoce como un acto social, con sus diversos matices y manifestaciones. Aunque últimamente los ritos fúnebres y sus expresiones de dolor sean motivo de tabú en algunas sociedades.<sup>7</sup>

Cada persona tiene una manera muy personal de expresar su sentir ante una pérdida, pero eso no significa que el duelo no merezca del reconocimiento social, y dependiendo del tipo de pérdida que lo desencadeno, es el impacto que tendrá en la vida del individuo.<sup>8</sup> El proceso de duelo oscila entre lo personal y lo social, debido a la manera personal de llevar a cabo dicho proceso, y de la necesidad de que sea reconocido por los demás.

El duelo merece y necesita del reconocimiento social<sup>9</sup>, el ser humano es social por naturaleza, toda la vida nos desarrollamos, convivimos y vivimos rodeados de los demás, indudablemente los necesitamos a nuestro lado cuando estamos elaborando un proceso de duelo. Cuando las personas comparten la pérdida, pasan a formar parte de un pequeño grupo, de

---

<sup>5</sup> GÓMEZ SANCHO, Marco. *La pérdida de un ser querido. El duelo y el luto*. España, pág. 29

<sup>6</sup> CONCEPCIÓ POCH, Olga Herrero. *Ibid.*

<sup>7</sup> BERMEJO, José Carlos. *La muerte enseña a vivir*, España, 2003, págs. 39- 42.

<sup>8</sup> MUÑOZ, Xavier. *El camino del duelo, aprendiendo a vivir después de una pérdida*. España 2010, pág. 87- 93

<sup>9</sup> CONCEPCIÓ POCH, Olga Herrero. *Op.Cit.* Pág. 67

aquellos que están viviendo la pérdida, o de dolientes, coloquialmente hablando, esto brinda una red de apoyo y acompañamiento. Se debe recalcar que en el caso de que padres e hijos estén compartiendo el proceso de duelo, los primeros deben de ser muy cuidadosos con no dejar de lado los sentimientos y necesidades de los hijos.<sup>10</sup>

El proceso de duelo es normal y se da de manera natural tras una pérdida, se debe hacer hincapié en que un proceso de duelo no es lo mismo a una depresión, si bien comparte similitudes con la depresión o algunos trastornos del sueño o alimenticios, no es igual. Sin embargo cuando un duelo no ha sido bien elaborado, puede convertirse en alguno de los trastornos mencionados con anterioridad.

El duelo no es estático, es decir, la persona experimentará diversos cambios a lo largo del tiempo, como oscilaciones en el buen/ mal humor, el sentimiento de bien estar y mal estar; algunas veces las personas que observan el proceso de duelo desde fuera, creen que la persona doliente ha superado la pérdida, pero no es así, es simplemente un cambio repentino de humor. En el proceso de duelo, hay muchos momentos altos, pero también los hay bajos.<sup>11</sup>

El duelo, incluye algunos componentes físicos, por ejemplo tristeza, insomnio, falta de apetito; psicológicos, como la depresión, ansiedad, ira, etcétera, y sociales tales como la vestimenta que se use, las costumbres en general, la intensidad y duración puede variar de persona a persona, de la sociedad en la que se desenvuelva y de la dimensión y el significado de la pérdida.

---

<sup>10</sup> GÓMEZ SANCHO, Marco. Op. Cit.

<sup>11</sup> CONCEPCIÓ POCH, Olga Herrero. Op.Cit. Págs. 63-64

Ante la muerte o pérdida de alguna persona, los seres humanos tendemos a reacciones muy parecidas, las cuales podrían estar clasificadas de la manera que se presenta a continuación:<sup>12</sup>

- ◆ La *negación*, por lo regular es la respuesta inmediata a la muerte o cualquier tipo de pérdida. Se puede negar la realidad de la situación, e incluso se puede llegar a aparentar ningún dolor.
- ◆ El *dolor*, tal vez las personas no reaccionen de la mejor manera posible ante esta emoción, habrá quienes busquen culpables, quienes se responsabilicen de la pérdida, o quienes quieran demandar al médico por la muerte de la persona.
- ◆ La *negociación*, se manifiesta cuando las personas comienzan a decir cosas tales como “si hubiera hablado con él” “si hubiera pasado más tiempo a su lado”, entre otras tantas
- ◆ La *frustración/ culpa*, esta etapa puede llegar a ser la más peligrosa, el doliente, busca castigarse a sí mismo por la pérdida, en el caso del divorcio, por ejemplo, el niño puede llegar a pensar que la razón de la separación de sus padres es su mal comportamiento, entonces el pequeño tenderá a castigarse psicológicamente por ello, incluso puede llegar a la automutilación.
- ◆ La *aceptación*, para este punto, nos encontramos capacitados para poder manejar las realidades que son inmodificables. Sería la etapa final del duelo.

Cabe señalar que estas etapas no son determinantes, y no siempre se dan en ese orden, una persona puede pasar de una a otra en cuestión de horas y varias veces al día. Esta es la razón por la cual el duelo es un proceso dinámico.

La duración del duelo no se puede establecer, exactamente, sin embargo para que no pase a ser considerado un duelo patológico, el promedio de

---

<sup>12</sup> DODD, Robert. *Ayudar a los niños a enfrentar la muerte*, México, pág. 35-40

duración es de aproximadamente dos años. El duelo puede durar más o menos dependiendo del valor que se le atribuye al objeto de la pérdida.

Otra cosa que es muy importante rescatar, es que las personas que elaboran el proceso de duelo, son responsables de sus sentimientos, de su pesar, es decir, las personas deben de vivir de manera activa su proceso de duelo, buscando darle significado a lo que están viviendo, para llegar a superarlo.<sup>13</sup>

## 1.3. Infancia

*“La infancia es la época en la que los niños y niñas tienen que estar en la escuela y en los lugares de recreo, crecer fuertes y seguros de sí mismos y recibir el amor y el estímulo de sus familias y de una comunidad amplia de adultos. Es una época valiosa en la que los niños y las niñas deben vivir sin miedo, seguros frente a la violencia, protegidos contra los malos tratos y la explotación. Como tal, la infancia significa mucho más que el tiempo que transcurre entre el nacimiento y la edad adulta. Se refiere al estado y la condición de la vida de un niño, a la calidad de esos años.”<sup>14</sup>*

La infancia queda entendida como el periodo del ser humano que comprende de los 0 a los 12 años.

A continuación realizaré unas notas referentes a las características generales de la infancia y al desarrollo emocional del niño, tomando como referencia la teoría del desarrollo psicosocial de Erik Erikson.

---

<sup>13</sup> CONCEPCIÓ POCH, Olga Herrero. Op.Cit. Pág. 68

<sup>14</sup> UNICEF, *Definición de la infancia*. Recuperado el 07 de enero del 2012 de: <http://www.unicef.org/spanish/sowc05/childhooddefined.html>

# Desarrollo psicosocial

Desde muy pequeños, los niños son capaces de demostrar sus emociones, en un principio por medio de expresiones faciales.

Cerca del final del primer año, los niños experimentan un notable cambio en la personalidad, pues comienzan a sentir ansiedad ante los extraños. En cuanto a la sonrisa se refiere, los niños llegan a usarla con el objetivo de comunicar sus emociones alrededor del segundo año de vida.<sup>15</sup>

Los niños adquieren conciencia del *yo* alrededor de los 18 a 24 meses, en todas las culturas, esto es comprobable en la medida en que el niño sea capaz de autoreconocerse en el espejo. La adquisición de la autoconciencia, está íntimamente ligada a la importancia que los padres le dan a la autonomía dentro del desarrollo del niño, siendo los niños que han sido más impulsados a adquirir su autonomía, los primeros en lograr una conciencia de si mismos.

En un principio se creía que el apego se basaba en necesidades biológicas, como por ejemplo la necesidad de alimento, hacía que el niño sintiera apego por su madre. Sin embargo, después de investigaciones desarrolladas alrededor del mundo, se ha llegado a creer, con pruebas bastantes firmes, que las necesidades biológicas no son la base del apego, sino más bien es la necesidad de seguridad que el cuidador, quien por lo general es la madre, le ofrece al niño.<sup>16</sup> La base del apego, se puede hallar en el momento en el que el niño llora, entra la madre a la habitación, lo carga hasta que aparentemente se tranquiliza, cuando lo deja de nuevo en la cuna, vuelve a llorar, como pidiendo que le vuelvan a cargar, la madre regresa, y en este caso ella respondió de manera adecuada, lo cual marcará una buena pauta para que el niño pueda

---

<sup>15</sup> FELDMAN, Robert S. Op. Cit. Pág. 181

<sup>16</sup>BOWLBY, 1951, citado en Feldman, Ibíd.



desarrollar vínculos afectivos, que una madre que ignora el llanto de su hijo no hace.<sup>17</sup>

Durante la etapa preescolar, el niño se ve en la necesidad de volverse más autónomo, para lograrlo requiere el apoyo de sus padres, en los niños de esta edad es frecuente escuchar “yo lo hago”, y cuando fallan en alguna tarea realizada, no se angustian, pues saben que en el futuro lo podrán hacer de una mejor manera, quizá esto se deba a que aún no son capaces de compararse con los demás.

Durante la niñez intermedia, los niños dejan de verse tanto por los atributos físicos, y comienzan a interesarse por los atributos psicológicos que poseen. Así pues, su autoconcepto cambia radicalmente, como resultado de las habilidades cognoscitivas adquiridas.

Los niños, se evalúan en cuatro áreas principalmente, en el ámbito escolar, en el ámbito social, ámbito emocional y ámbito físico, con base en estas evaluaciones, son capaces de construir un autoconcepto.

El concepto de la amistad va evolucionando conforme el niño va creciendo, para un niño de 3 años, la amistad se basa en el disfrute de actividades en conjunto, mientras que para un niño de 5 años, la amistad se basa en conceptos abstractos, tales como confianza, apoyo e intereses compartidos.

---

<sup>17</sup> SHERIDAN, Mary Dorothy. Op. Cit.

*Tabla 1.1 Etapas de la amistad:* adaptado de Feldman<sup>18</sup>

Etapa	Características
<p><b>Amistad basada en el comportamiento de los demás</b></p>	<p>(4- 7 años aproximadamente)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los niños ven a los amigos como alguien con quien comparten juguetes y otras actividades.</li> <li>• No consideran las cualidades personales de los demás.</li> <li>• Los amigos se ven en términos de oportunidades para interacciones placenteras.</li> </ul>
<p><b>Amistad basada en la confianza</b></p>	<p>(8- 10 años aproximadamente)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toman consideración de los rasgos y cualidades personales de los otros, así como recompensas que ofrecen.</li> <li>• La base de la amistad en esta etapa, es la confianza mutua. Y las transgresiones a esta confianza se ven con mucha seriedad.</li> <li>• En caso de que la amistad se vea perjudicada, para restablecerla, no bastará con una convivencia armónica, más bien, el niño esperará disculpas formales y explicaciones.</li> </ul>
<p><b>Amistad basada en la cercanía psicológica</b></p>	<p>(11- 15 años aproximadamente)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La visión de la amistad adquirida en esta etapa por lo regular es la que prevalecerá hasta la adolescencia.</li> <li>• Los criterios principales de la amistad son la intimidad y la lealtad.</li> <li>• Existe un sentimiento de cercanía pues comparten sentimientos y pensamientos personales.</li> </ul>

<sup>18</sup>Op. Cit., págs. 361- 365

## *Erik Erikson*

El desarrollo del ser humano desde la concepción de Erik Erikson, solo se puede entender en el contexto de la sociedad a la cual pertenece, remarcando la relación entre el ego y las fuerzas sociales. Erikson divide la vida en ocho etapas de desarrollo psicosocial, cada etapa se caracteriza por una crisis emocional con dos posibles soluciones, favorable o desfavorable, la manera en la que el individuo resuelva cada una de estas crisis, determinara la etapa de desarrollo posterior.

### **1. Confianza frente a desconfianza, realización de la esperanza. (0 a 12- 18 meses)**

Al nacer, el niño es un ser indefenso, en su naturaleza está depender totalmente de los adultos, el niño desarrollara un sentido de la expectativa, gracias a una mezcla de la confianza y la desconfianza.<sup>19</sup>

En el caso del neonato, la confianza está basada en la comodidad, ya sea física, refiriendo al sistema respiratorio, digestivo etcétera; y una disminución del temor y la incertidumbre. Garantizando estos elementos, se extiende la confianza a las etapas posteriores. En cambio se genera desconfianza cuando no se satisfacen las necesidades físicas y psicológicas del neonato, dándole una sensación de abandono, aislamiento, separación y confusión existencial.<sup>20</sup>

Debido a que todo exceso es malo, es necesario hacer hincapié, en que el hecho de que no siempre se satisfagan las necesidades del neonato, no significa que vaya a ser un niño que crecerá con la sensación de abandono. Si el niño es expuesto a la desconfianza en cantidad prudente, favorecería la formación de la prudencia y la actitud crítica.

---

<sup>19</sup> MAIER, Henry William, *Tres teorías sobre el desarrollo del niño, Erikson, Piaget y Sears*. Argentina, 1976, pág. 39

<sup>20</sup> BORDIGNON, Nelso Antonio, *El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto*, en *Revista Lasallista de Investigación*, año/vol. 2 núm. 002, Colombia, 2002, págs. 50- 63

Cada vez que el niño obtenga buenos resultados de su confianza, tendrá expectativas favorables con respecto a nuevas experiencias; en cierta forma el niño debe aprender a confiar en su desconfianza. Un ejemplo de *Maier*, me parece muy oportuno; El niño tiene desconfianza en lo desconocido, pero tiene la confianza de llevarlo a la boca para explorarlo.

La esperanza nace para poder brindar seguridad al niño de que es capaz de afrontar la vida y dar solución a las situaciones emergentes desconocidas.<sup>21</sup>

## **2. Autonomía, frente a vergüenza y duda, realización de la voluntad. (2 a 3 años)**

Conforme va aumentando la confianza del niño en su mamá, se va dando cuenta de que la conducta que en realidad está desarrollando no es la de su madre, sino la propia. Generando un sentimiento de autonomía, aunque realiza lo que él considere pertinente, aun depende en gran medida de los adultos, lo que le genera la duda, de si en verdad es tan capaz como él cree, sus dudas se ven acentuadas por la vergüenza que le produce el rebelarse a sus padres. *"...El niño debe aprender a querer lo que puede ser y a convencerse de que él quería lo que tuvo que ser..."*<sup>22</sup>

En esta etapa, se nota una acelerada maduración del sistema motor, el niño en sus actividades cotidianas, ya no se desenvuelve tan torpemente como lo hacía con anterioridad, cabe señalar que es en esta etapa donde comienza el control de esfínteres. La maduración física, está íntimamente ligada con un aumento de la libido y con la canalización de esta energía a través de las formas de expresión del ello, el yo y el superyó. Para esta etapa es de vital importancia el desarrollo del yo, debido a que

---

<sup>21</sup> *Ibíd.*

<sup>22</sup> MAIER, Henry William. Op. Cit. Pág. 46

es el que le permite al niño tener conciencia de sí mismo como un ser autónomo, ampliando su sentido de confianza.<sup>23</sup>

### **3. Iniciativa frente a culpa, realización de la finalidad. (3 a 5 años)**

El niño ahora controla esfínteres y sigue avanzando rápidamente el control de su cuerpo en general, es más independiente hacia con sus padres, busca explorar su cuerpo y sus habilidades. Aparece la conciencia, el niño se convierte en su mejor crítico.

En esta etapa, los niños comienzan a explorar su sexualidad, es donde aparece el complejo de Edipo de Freud. Este complejo, solo puede presentarse si el niño se siente en completa confianza dentro de su medio familiar, pero sobre todo, se presenta si y solo si el niño es capaz de brindar afecto de manera intencional. Es entonces cuando el niño orienta su amor hacia la persona que más le ha demostrado su existencia y accesibilidad. El varón siempre tendrá una relación edípica con la madre, pero las niñas, no siempre tendrán esa relación con el padre. Cuando los niños se ven inmersos en la relación edípica, tiende a presentar desconfianza frente a las personas que puedan llegar a amenazar esta relación. El niño poco a poco se percatara de lo imposible de esa relación e ira desplazando al objeto edípico por símiles.<sup>24</sup>

Los niños comienzan a darse cuenta de las diferencias entre los niños y las niñas, sobretodo de la aparente desaparición de los genitales en las niñas, lo que puede generar miedo y confusión.

Hacia esta edad, los niños comienzan a socializar con otros pequeños de la misma edad, desarrollando sus habilidades sociales; ahora el niño es capaz de expresar sus dudas de manera oral. Va adquiriendo un rol en la

---

<sup>23</sup> Ibíd. Págs. 45- 52

<sup>24</sup> Ibíd. Págs. 52- 58

sociedad, primero por medio de juegos que le permiten adueñarse de su género<sup>25</sup>.

#### 4. Industria frente a inferioridad, realización de la competencia (5-6 a 11- 13 años)

El niño se sabe dentro de una sociedad, anhela pertenecer a esta, sin embargo no puede introducirse en el mundo de los adultos, así que procura ser el *mejor* en el mundo en el que se desenvuelve, en el medio escolar, aunque el objetivo es ganar, no significa que el niño anule a sus iguales, al contrario, requiere de ellos para que lo apoyen, para compararse.

Los padres siguen siendo fuente de sustento, tratan de depender de ellos solo en las situaciones más necesarias, pues saben que no pueden ser totalmente autosuficientes. Ahora son capaces de ver los errores de sus padres, de compararlos con otros, de idealizar a otros adultos, de buscar identificación con otras personas que no necesariamente serán los padres.<sup>26</sup>

En la medida en la que esta etapa va avanzando, el juego pierde su significado y poco a poco el niño irá dejando de jugar externamente, para convertirse en el adolescente que interioriza las situaciones que antes expresaba en sus juegos.<sup>27</sup>

---

<sup>25</sup> BORDIGNON, Nelso Antonio. Op. Cit.

<sup>26</sup> MAIER, Henry William. Op. Cit. Págs. 61- 64

<sup>27</sup> BORDIGNON, Nelso Antonio. Op. Cit.

# Memoria

*“... es la habilidad para codificar, almacenar y recuperar la información... Mediante la codificación, el niño registra la información de una manera utilizable para la memoria... La información también se tiene que almacenar...”*<sup>28</sup> Después de registrada y almacenada de manera correcta, el niño es capaz de recuperar la información, llevándola a la conciencia y usándola.

La capacidad de memoria, indudablemente va mejorando con la edad del infante, los infantes son capaces de distinguir entre estímulos nuevos y estímulos anteriores, implicando que algunos recuerdos de estos estímulos estarán presentes.

Durante años la incógnita de si los niños son capaces de recordar lo que han vivido durante los primeros tres años de su infancia, ha estado latente. Recientemente se ha evidenciado que los niños si son capaces de tener recuerdos de los primeros tres años de su vida. Incluso algunas veces son capaces de recordar situaciones o comportamientos que sólo han vivido una vez.<sup>29</sup>En ocasiones, aunque el recuerdo está presente, le es imposible expresarlo a la persona, debido a la carencia de lenguaje que tenía cuando el recuerdo se originó.

Los niños en edad preescolar, no son capaces de recordar todo lo que viven, pues no hacen una recuperación en el momento adecuado. Además cuando una actividad tiende a ser repetitiva, el niño suele perder los detalles de la misma, por ejemplo una ida a la tienda, semanalmente, seguramente el niño recordará que iba a la tienda, pero difícilmente recordará una visita en específico.

---

<sup>28</sup>FELDMAN, Robert S. *Desarrollo en la infancia*. México 2008, pág. 159

<sup>29</sup>MYERS, Clifton y Clarkson. Citado en FELDMAN, Robert S. Op. Cit.

En la edad escolar, el niño comienza a entender el funcionamiento de la memoria, llegando a explorar técnicas para mejorar la misma, por ejemplo, el uso de la repetición como método para mejorar la memoria. Durante la edad escolar, se debe impulsar el mejoramiento de la memoria, mediante técnicas diversas.

## Lenguaje

El desarrollo del lenguaje, se inicia en la medida en que el niño comienza a balbucear, pues es por este medio, que él es capaz de expresarse; este suceso ocurre entre los dos o tres meses de edad<sup>30</sup>. ¿Qué pasa cuando el niño tiene discapacidad auditiva?, el balbuceo no se da por medio de sonidos, sino más bien por medio de movimientos con las manos.

Las primeras palabras aparecen entre los 10 y 14 meses de edad. Alrededor de los 15 meses, el lenguaje promedio del niño se limita a 10 palabras, desarrollándose paulatinamente, entre los 16 y 24 meses de edad, tienen una *explosión* del desarrollo del lenguaje, pues logran pasar de 50 a 400 palabras.<sup>31</sup>

Aproximadamente entre los 8 y los 12 meses después de que el niño pronunció su primera palabra, este da un salto más en su desarrollo, pues logra formar oraciones de dos palabras.

Cuando un adulto le habla a un niño, generalmente cambia su manera de expresión, caracterizándose por oraciones cortas y sencillas; un tono más agudo y con mayor énfasis en la entonación.<sup>32</sup> Sin embargo conforme el niño va creciendo, la manera en la que el adulto se dirige a él se va asemejando a la manera de comunicarse entre adultos.

---

<sup>30</sup>BROCK, Avril. *Communication, lenguaje and literacy, from birth to five*. Estados Unidos de América. 2008, pág. 40

<sup>31</sup>FELDMAN, Robert S. Op. Cit. Pág. 167

<sup>32</sup>SHERIDAN, Mary Dorothy. *From birth to five, children's developmental progress*. Estados Unidos de América, 2008, pág. 50- 55



Durante la etapa preescolar, el lenguaje del niño pasa de ser casi incomprensible, a ser muy similar al de los adultos y eso se debe a las habilidades lingüísticas y racionales que adquieren durante esta etapa.

Para darnos una idea de la aceleración con la que los niños adquieren el vocabulario, ellos aprenden una palabra nueva cada dos horas las 24 horas del día.

El niño promedio de seis años, tiene un vocabulario de 8000- 14000 palabras, mientras que alrededor de los 9-11 años, el niño habrá adquirido 5000 palabras más.<sup>33</sup>

Durante la edad escolar, no sólo mejoran de manera significativa las habilidades lingüísticas, como por ejemplo, el uso de fonemas, los fonemas hacen referencia a la correcta pronunciación de las letras. La habilidad para pronunciar correctamente la *r*, *rr*, puede tardar más en desarrollarse. O bien, el uso de la voz pasiva, por ejemplo, es raro escuchar a un niño decir: "el perro fue paseado por David", es más común que diga: "David paseó al perro". Además, mejoran de manera significativa las habilidades de conversación, siendo capaces de comunicarse con los demás tomando turnos, y respondiendo verdaderamente a lo que se está comentando. Un claro ejemplo es el que ilustra Feldman<sup>34</sup>:

*Conversación de niños de alrededor de los 6 años:*

*Yvonne:* Mi papá maneja un camión de FedEx.

*Max:* el nombre de mi hermana es Molly.

*Yvonne:* Él se levanta muy temprano por las mañanas.

*Max:* Ella mojó su cama anoche.

---

<sup>33</sup>FELDMAN, Robert S. Op. Cit. Pág. 326

<sup>34</sup>Ibídem

### *Conversación de niños de 11 años:*

*Mia:* No sé qué darle a Claire por su cumpleaños.

*Josh:* Yo le voy a dar unos aretes.

*Mia:* Ella ya tiene mucha joyería.

*Josh:* No creo que tenga tanta.

## 1.4. Adolescencia

Dentro de todas las fases de desarrollo que atraviesa el ser humano, la adolescencia es sin duda alguna la más turbulenta de todas, y eso se debe a todos los cambios que se viven dentro de ella, y que ayudan a la transición de la infancia a la edad adulta.

De todas las especies, la humana es la única que presenta esta etapa de *ajuste*, donde el individuo se hace responsable de sus pulsiones sexuales, y busca una separación de la figura parental, en camino de la autosuficiencia e independencia adulta.<sup>35</sup>

Así como cada individuo es diferente, también lo son las manifestaciones de la adolescencia, sin embargo, se puede hacer una clasificación general de los tipos de adolescencia:<sup>36</sup>

- **Adolescencia amputada:** El adolescente se ve limitado o impedido de manifestar de forma directa sus conflictos adolescenciales, pudiendo hacerlo solamente en situaciones límite, por ejemplo la embriaguez, actos delincuenciales, entre otros. Un claro ejemplo de este tipo de adolescencia es el del niño que creció en el campo, y de pronto un día se ve obligado a dejar sus juegos infantiles para empezar a trabajar en el arado del campo, sin pasar por el proceso

---

<sup>35</sup> CARVAJAL Orozco, Guillermo. *Adolecer, la aventura de una metamorfosis*. Colombia, 1993, Pág. 5

<sup>36</sup>Ibíd. Págs. 17- 24

de adolescencia que lo conduciría a adquirir responsabilidades en la edad adulta.

- **Adolescencia en condensación simbólica:** Este tipo de adolescencia, se presenta cuando toda la situación adolescencial se concentra en un solo acto, un ejemplo sería lo que representaba la fiesta de 15 años en la sociedad de hace algunos años, donde la niña lo era hasta los 14 años, 11 meses, 30 días, y mágicamente, se convertía en mujer casadera al cumplir los 15 años.
- **Adolescencia exuberante:** El típico adolescente que actúa lo que le causa conflicto en su mente, un adolescente exuberante, rebelde, contradictorio, creativo, ambivalente, crítico, problemático irreverente, dispuesto a la integración, a la lógica, a la cordura, de carácter narcisista, egolatra, explosivo.
- **Adolescencia abortada:** El término abortada, corresponde a una adolescencia que no se fraguó, y que impidió dar a luz a un adulto más o menos integrado. Este tipo de adolescencia, depende del manejo intrapsíquico que haga el adolescente de sus propios cambios. Se puede observar, cuando un adolescente se estaciona en ciertos comportamientos, característicos de una etapa sin dar paso al resto de procesos que caracterizarían un buen desarrollo. Es frecuente encontrarlo en el primer periodo puberal, donde permanecen fijas conductas de aislamiento e introversión libidinal; existen también patologías severas, como cuadros obsesivos o psicosis, así como duelos no realizados en la infancia que pueden desencadenar una adolescencia abortada.
- **Adolescencia tardía:** Se presenta cuando las típicas manifestaciones de la adolescencia, se presentan en una edad cronológica no correspondiente a lo esperado por el promedio de edad, a pesar de no ser un tipo de adolescencia tan problemático como los anteriores, merece de especial atención para develar la dinámica de su lento progresar adolescencial.

## Desarrollo psicosocial.

Los adolescentes, no solo cambian físicamente, también hay cambios en cosas tan intangibles como lo es el autoconcepto, un adolescente es capaz de distinguir entre las características que él cree que lo identifican y las que los demás piensan que él posee.

A pesar de que el adolescente es capaz de tener un autoconcepto, eso no implica que tenga una buena autoestima, hay mucha diferencia entre saber cómo eres y verdaderamente aceptarte.<sup>37</sup>

Como anteriormente he mencionado, el grupo se vuelve esencial en la vida del adolescente, ayudándolo en la construcción de su personalidad, como fuente de información, apoyo y comparación en aras de formar una propia identidad.

Según el psicólogo James Marcia<sup>38</sup>, existen cuatro categorías de identidad en los adolescentes:

1. *Logro de identidad:* El adolescente ha explorado exitosamente y reflexionado acerca de quién es y qué quiere hacer. Después de un periodo de crisis y la consideración de varias alternativas, el adolescente se compromete con una identidad particular. Quienes llegan a esta categoría, tienden a ser psicológicamente más sanos, con mayor motivación de logro y razonamiento moral.
2. *Exclusión de identidad:* Los adolescentes pertenecientes a esta categoría, se llegan a comprometer con una identidad, sin pasar por el periodo de crisis ni explorar varias alternativas. Por ejemplo, aquellos hijos que pasan a hacerse responsables del negocio familiar, o quienes estudian lo mismo que alguno de sus padres. Si

---

<sup>37</sup> FELDMAN, Robert S. Op. Cit. Págs. 440- 444

<sup>38</sup> Citado en Feldman, Ibíd.

bien no son infelices, si tienen una gran necesidad de aprobación y reconocimiento social.

3. *Moratoria:* Estos adolescentes abusan de la exploración de alternativas, pues a pesar de haber realizado una búsqueda exhaustiva, aún no se comprometen con nada. Esto no significa que no logren asentar una identidad, significa que tardarán más tiempo del esperado.
4. *Difusión de identidad:* Estos adolescentes ni exploran ni se comprometen a considerar varias alternativas. Son inconstantes, cambiando de actividad rápidamente. Con frecuencia son socialmente aislados, pues no cuentan con la habilidad de entablar relaciones cercanas.

## Citas

A lo largo del tiempo, la sociedad ha evolucionado, y lo podemos notar en cosas tan pequeñas y significativas como lo es la manera de relacionarse, en este caso la manera de relacionarse con sus pares para llegar a entablar una relación de pareja.

Hace algunos años, las citas eran consideradas todo un ritual, para el cortejo, envueltas de un romanticismo, que en la actualidad llega a caer casi en la utopía, donde el *caballero galante*, debía conquistar el corazón de la dama. Hoy en día la situación es muy diferente, de hecho ya ni siquiera se les conoce como citas, llegamos a escuchar a los adolescentes decir que *van a salir* con este o aquella. El termino salir, le resta compromiso al acto, y abarca muchas cosas, desde besarse hasta llegar a tener relaciones sexuales, dándole un tinte de informalidad y carencia de compromiso.

A pesar de que las *citas* han cambiado, estas siguen formando parte de la interacción social que puede llevar a la intimidad a un adolescente. Es

decir, las citas ayudan a que el adolescente aprenda como establecer intimidad con otro individuo, fortaleciendo el desarrollo de una identidad propia.<sup>39</sup>

Retomando el desarrollo psicosocial desde la visión de Erik Erikson, abordaré las etapas correspondientes a la adolescencia y adultez.

#### **5. Identidad frente a confusión de roles, realización de la fe y fidelidad. (12 a 20 años)**

Como anteriormente fue necesario un sentimiento de confianza, ahora es necesario un sentido de identidad, para que el adolescente pueda comenzar a tomar decisiones como adulto, pero sobre todo a responsabilizarse de las mismas.

Erikson toma muy en cuenta que la identidad personal, va de la mano con la identidad social, es decir, el individuo no es concebido como un ser solo, nace en una sociedad y se desarrolla en la misma, esto en cierta manera determinara la forma en que se establezca la identidad personal.<sup>40</sup>

La crisis central de la identidad, no está centrada en quien es el adolescente, sino más bien en donde se puede desarrollar. En la búsqueda de la solución de esta crisis, es necesaria la solución de la identidad sexual, esa es la razón principal que el adolescente busque un compañero para experimentar su sexualidad.

La relación con los padres, ya no es edípica, más bien se centra en el futuro del joven, restándoles importancia, pues pasan de ser los padres idealizados, a simplemente unos adultos más a los que se les estima.<sup>41</sup>

---

<sup>39</sup>FELDMAN, Robert S. Op. Cit. Pág. 462

<sup>40</sup> MAIER, Henry William. Op. Cit. Pág. 65

<sup>41</sup> BORDIGNON, Nelso Antonio. Op. Cit.

En la adolescencia, se integran todas las identificaciones anteriores, permitiéndole una identificación más universal e indudablemente, consumando la identidad del yo.

Las siguientes fases, ya no corresponden a la adolescencia, pero no puedo dejar de mencionarlas, para cerrar la teoría de Erikson, así que será de manera breve, sin dejar de lado los aspectos importantes.

#### **6. Intimidad frente aislamiento, realización del amor. (20 a 30 años)**

La madurez psicosexual, del adolescente, tiene su culminación en el momento en que el adolescente es capaz de establecer una relación sexual saludable, con una persona amada, con quien quiera y pueda compartir confianza mutua y regular su vida, procreación, trabajo, ocio. Esto lleva a la persona a que alcance la intimidad<sup>42</sup> la intimidad permite al adulto confiar en alguien como compañero de amor y trabajo, integrándose en afiliaciones sociales, sociales concretas, desarrollando una fuerza y compromisos que a su vez implican ciertos sacrificios.

Sin embargo si la persona no llegase a la intimidad, cae en el aislamiento. Un equilibrio entre la intimidad y el aislamiento, fortalece la capacidad de realización del amor.

#### **7. Generatividad frente a estancamiento, realización del cuidado (30 a 50 años)**

Con base a la unidad de confianza ganada con anterioridad aunada a la intimidad, desemboca en la preparación de un hogar, para comenzar una nueva etapa en la vida del individuo. Desde este punto, el individuo y su pareja se convierten en una unidad. Solo si se consigue una unidad conyugal sana, se garantiza el cuidado y desarrollo satisfactorio de la nueva generación.

---

<sup>42</sup> Ibídem

*“La vida de cada individuo implica una carrera que amalgama el amor... por sus hijos, por su trabajo y sus ideas... cada adulto admite o rechaza el desafío de aceptar a la nueva generación como responsabilidad propia...”<sup>43</sup>*

## **8. Integridad frente a desesperación, realización de la sabiduría (después de los 50 años)**

En la medida en que el adulto va siendo participe del desarrollo de sus hijos, se percata de su mismo ciclo vital, ahora su confianza no depende de la auto seguridad solamente, sino también de la seguridad de la integridad del otro. Es en este momento de la vida, donde el individuo adquiere una plena aceptación de sí mismo, una convicción por su propia vida y estilo.<sup>44</sup>

El individuo ha llevado una vida llena de aprendizajes y es aquí donde los integra todos, siendo capaz de emitir juicios maduros y justos, comprendiendo el significado de la vida y de la forma de ver y mirar en retroceso.

*“Los niños sanos no temerán a la vida, si los padres poseen una integridad suficiente como para no temer a la muerte”<sup>45</sup>*

---

<sup>43</sup> MAIER, Henry William. Op. Cit. Págs. 80- 81

<sup>44</sup> Ibíd. Pág. 81- 82

<sup>45</sup> Ibídem.



# Etapas

## *Puberal*<sup>46</sup>

Coincide con la aparición de los cambios físicos; se puede observar su inicio cuando el chico de 9 a 10 años, quien siempre llegaba a tiempo después de la escuela, simplemente un día no llega, la familia entra en pánico, y lo busca, después de algunas horas, él llega tranquilamente, sorprendido de que la familia haya hecho tanto escándalo porque él simplemente pasó a casa de uno de sus amigos, es ahí donde comienza la ruptura de la incondicionalidad y dependencia infantiles, el niño comienza a percatarse de que sus padres no son tan perfectos como él creía.

- **Terrores nocturnos y miedo a la muerte:** De pronto, el púber comienza a presentar nuevamente terrores nocturnos, como a monstruos, ladrones, etcétera, dejando ver que detrás de esos miedos está la invasión de la excitación genital, de tal manera que el púber busca compañía con el fin de defenderse de su propia invasión; de la misma manera, el púber comienza a presentar un miedo a la muerte, frecuentemente acompañado de fobias y depresión; el temor a la muerte ha sido interpretado como la simbolización de la desaparición de los padres internos infantiles, es muy común que se presente en compañía de la culpa por el parricidio inconsciente. Parricidio es: "...*Muerte dada a un pariente próximo, especialmente al padre o la madre*"<sup>47</sup>
- **La conducta puberal y la reacción angustiosa del adulto:** El púber, comienza a aislarse de los demás, cambia su conducta afectiva, está por lo regular huraño, explosivo, pide que respeten el espacio que considera suyo. El adolescente, demanda que lo consideren

---

<sup>46</sup> CARVAJAL Orozco, Guillermo. Op. Cit. Págs. 48- 57

<sup>47</sup>En el *Diccionario de la lengua española*, 2009, recuperado el 1 de febrero de 2012 de: [http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO\\_BUS=3&LEMA=parricidio](http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=parricidio)

adulto, otra actitud que cabe destacar es que el rendimiento escolar se viene abajo, la desobediencia es indudablemente una de las características esenciales de esta etapa. Es necesario estar atentos, porque la somnolencia aumenta, pero eso no significa que el adolescente deba pasar todo el día en la cama, pues esto podría ser sinónimo de problemas emocionales, tales como depresión. En la mayoría de las ocasiones, ni el mismo adolescente sabe lo que le pasa, pues su cuerpo y mente están en un constante cambio.

El púber tiene sensibilidad a flor de piel, puede caer en actitud de sumo descuido del aseo personal y físico, o bien por el contrario, puede adquirir conductas obsesivas con el aseo. Estos mecanismos se presentan como un intento de controlar la invasión de sus nuevas vivencias. Finalmente, cabe destacar que el adolescente puberal, ahora juega mentalmente lo que antes hacía fuera.

- **El íntimo amigo, un nuevo modelo de relación:** Al iniciar la crisis puberal, el adolescente se siente muy solo, e inmediatamente buscará con quien identificarse, buscando remplazar la figura parental, estableciendo una íntima amistad con esta persona, marcando un nuevo modelo de relación que lo introducirá al grupo.
- **De la responsabilidad parental ante el ataque, denigración y manejos inadecuados por parte de los adultos:** En cuanto el hijo comienza a entrar en la adolescencia, sufre cambios físicos y psíquicos, algunas veces los cambios son tan drásticos, que los padres llegan a fantasear con que los adolescentes que viven con ellos, no son sus hijos, que alguien se los cambie, o bien, pueden hacer responsables a otras personas por el cambio de sus hijos, llegándoles a prohibir que convivan con ciertas personas o grupos de amigos. El adulto debe ser muy cuidadoso en el manejo de la crisis del púber, pues pueden orientarlos a reprimir su crisis adolescente, trasladarla a otros ambientes, llevarla al cuerpo causando enfermedades psicosomáticas, por ejemplo, colitis, gastritis, asma, disfunciones

sexuales;<sup>48</sup> o bien el adolescente en vez de desarrollarse adecuadamente, puede sufrir una regresión. Es aquí donde inicia el *calvario* de los padres que de ser mal manejado, puede producir duelos patológicos en ellos y su hijo. (Las pérdidas y duelos, serán abordados en un apartado posterior).

- **A las puertas de un nuevo erotismo:** En este periodo, aparece la primera excitación, tomando por sorpresa al púber, impulsándolo a alejarse de los adultos, para que estos no se percaten de los cambios que está sufriendo en su cuerpo. Comienza la masturbación, mezclada con culpa, sorpresa y satisfacción; todos los sentimientos negativos que la masturbación llegue a originar en el púber, provienen de una mala orientación y/o de la prohibición de la misma. En este periodo inicia la sexualidad activa, iniciando por la autoexploración.

## *Nuclear*<sup>49</sup>

Se le dice nuclear, porque es el centro de la actividad adolescente. Sus comportamientos y características son las que podríamos llamar típicas de un adolescente.

- **El grupo:** Este pasa a ser el centro de todos los intereses del adolescente, amplificando la importancia del *chisme*, el adolescente tiene una necesidad por compartirlo todo, buscando la preferencia y el liderazgo. Esto no significa que desaparezca el íntimo amigo, el grupo se conformará por varios pares de íntimos amigos. Los pasos para formar el grupo, podrían ser: 1º buscar la aceptación por alguien del grupo, alguien que los acerque. 2º ser admirado, respetado e idealizado dentro del grupo. 3º el grupo

---

<sup>48</sup> En *Investigación y docencia en hipnosis, psicoterapias breves y medicinas psicosomáticas*. Recuperado el 13 de febrero de 2012 de:

[http://www.hipnosisnet.com.ar/enfermedades\\_psicosomaticas\\_7.htm](http://www.hipnosisnet.com.ar/enfermedades_psicosomaticas_7.htm)

<sup>49</sup> CARVAJAL Orozco, Guillermo. Op. Cit. Págs. 57- 65

convierte la íntima amistad y el grupo en una sociedad de elogios mutuos, porque todos los que lo conformen buscan la aceptación de los demás.

Sin embargo, se llega a dar la deformación del fenómeno grupal, derivando en las pandillas, la pandilla es un grupo cuyo fin es un enfrentamiento violento con la autoridad establecida. Es muy riesgosa, debido a que sus integrantes siempre se están desenvolviendo en situaciones límite entre la vida y la muerte. El propósito central de la pandilla es sembrar el caos, y sus acciones siempre tienen tintes delincuenciales. Los pandilleros siempre están haciendo gala de su poder físico, de su capacidad de someter a otros o de hacer daño.

- **De los afectos y relaciones:** El trato heterosexual es un trato grupal, en esta etapa, las visitas a la novia, suelen ser en grupo, y los noviazgos se comparten dentro del grupo, es decir, no existe una intimidad de pareja, alejados del grupo de amigos. Las relaciones son muy poco estables. En esta etapa, aparecen enamoramientos apasionados y casi siempre secretos lo que coloquialmente se conoce como *amor platónico*.

La vida sexual es pobre, con eyaculación precoz, acompañada de un gran sentimiento de culpa. Lejos de llegar a *hacer el amor*, el adolescente establece un *juego sexual*, donde la pareja cambia constantemente y el adolescente debe probar ante el grupo su *poder sexual*.

A finales de este periodo, las amistades son más profundas, cambiando al íntimo amigo del mismo sexo, por uno de sexo opuesto, preparándose para una relación *más madura*, pues estas amistades son tan fuertes que pueden llegar a convertirse en noviazgos o enamoramientos, pero por lo general tienden a mantenerse como amistades a lo largo de los años.

El rechazo a lo homosexual está latente en esta etapa, y no es más que una confusión en la mente del adolescente, pues en ocasiones puede llegar a celar más a su íntimo amigo del mismo sexo, que a las personas de sexo opuesto con quienes se relaciona afectivamente.

- **Moralismo y carácter:** El adolescente se refiere constantemente a la importancia de la personalidad, lo que le da a su pensamiento una mirada filosófica y moralista. Habla de la importancia y necesidad de madurar, rechazando todo lo que le parezca infantil, generando de esta manera, una capacidad de autocrítica. Las creencias y convicciones del adolescente, tienden a ser muy rígidas, no permitiendo a los demás cometer errores, se vuelve en un estricto juez de la moralidad de sus padres, criticándolos de manera severa e irónicamente siendo muy laxo consigo mismo.
- **De la importancia del continente escolar y familiar y de la drogadicción:** El adolescente tiende a graves fracasos escolares, caracterizando esta etapa por las expulsiones escolares por bajo rendimiento académico o por indisciplina.

El adolescente comienza a fantasear con trabajar, autoabastecerse, independizarse, vivir para él y sus amigos. Esto lo puede llevar a la búsqueda del dinero fácil, convirtiéndolo en un blanco para la delincuencia, prostitución, narcotráfico.

La pandilla lo recibe, y es de esta manera como los adolescentes hacen sentir su fuerza y rebeldía ante el rechazo y falta de comprensión en los ambientes escolar y familiar.

Esta etapa es la de mayor peligrosidad, pues la aventura lo puede llevar a situaciones límite, es la época de las borracheras, el robo hormiga, abuso de estupefacientes, embarazo no deseado e irresponsable, desafío a las costumbres, moda estrambótica, deserción escolar.

Es también en esta etapa, donde el adolescente está buscando, sin llegar a expresarlo, que se le establezcan normas justas y flexibles, límites claros y pertinentes.

Dentro de los consumidores de drogas, se han encontrado tres grupos:

- El consumidor adicto: es aquél que posee una personalidad que le conducirá a la adicción, para salir de ella, requerirá ayuda especializada y trabajo terapéutico.
- El consumidor esporádico: el grupo más abundante, es el adolescente que ha probado la droga, le ha gustado, la consume, pero no cae en la adicción, aprovecha solo ciertas ocasiones para consumirla.
- El consumidor imitativo: es en este grupo donde podríamos encontrar a la mayoría de los adolescentes nucleares, pues son consumidores, por necesidad de no ser rechazados por el grupo, en la mayoría de las ocasiones ni siquiera les gusta la droga, pero ve necesario consumirla para no sufrir rechazo.

## Juvenil<sup>50</sup>

Esta es la etapa final de la adolescencia, marca la entrada a la juventud, o inicio de la adultez. Es aquí cuando el adolescente se deslinda del grupo, buscando una individualización y adquiriendo actitudes similares a las de los adultos, por ejemplo, su vestimenta ya no es tan *estrambótica* como en la etapa nuclear, asemejándose más a la vestimenta de los adultos. La relación que el adolescente juvenil establece, tiende a ser más seria, buscando la aceptación no sólo del otro, sino también de la familia del otro, llegando a fantasear con el matrimonio e hijos.

- **Relaciones y afectos:** Aun cuando sus relaciones interpersonales se asemejen demasiado a las de los adultos, no dejan de ser

---

<sup>50</sup>Ibíd. Págs. 65- 69

adolescenciales, pues tienen un alto grado de idealización, y muy poco conocimiento del otro. Aparece la necesidad de una pareja, el deseo de tener alguien con quien compartir y llegar a formar un hogar. Las relaciones con sus amigos son más de camaradería y no de pandillaje.

- **La pareja como personaje integrador:** Ahora el adolescente ya no busca un íntimo amigo, ni mucho menos un grupo al cual pertenecer, ahora lo que el adolescente anhela es una pareja; la ausencia de ella los convierte en solitarios, amargados y con frecuencia deprimidos. Es tan importante para el adolescente encontrar a su pareja, que no hacerlo, puede llegar a caer en regresiones, o estacionarse en la etapa nuclear de la adolescencia, o bien buscar falsas salidas, como por ejemplo el uso de drogas; es en estas circunstancias donde se puede llegar a observar una alta frecuencia de actos suicidas.
- **De las dependencias prolongadas:** Es muy común en culturas como por ejemplo la nuestra, que el adolescente dependa de sus padres por un mayor tiempo; lo cual dificulta el logro de la madurez definitiva, fuera de su hogar primigenio. Estas dependencias prolongadas de manera inapropiada, son causantes de que los padres de ambos, intervengan en la relación de pareja, evitando que esta se consolide como tal.

## 1.5. Pérdidas y cambios en la transición infancia- adultez

A lo largo de la vida del ser humano, este experimenta diversos cambios, mismos que son más notorios en la etapa de la adolescencia, estos cambios lo conducirán a dejar de ser niño, para convertirse en un adulto capaz de vivir en la sociedad que le rodea. El tipo de adulto que surgirá

del niño, además de las bases establecidas en la niñez, dependerá de la manera en que lleve a cabo su adolescencia.

A continuación abordaré algunos de los cambios que se llevan a cabo durante la adolescencia, además de algunas pérdidas intrínsecas dentro de la misma etapa:

## Pérdida del cuerpo de niño... Surgimiento del cuerpo de adulto

Quizá de los cambios más notorios durante la etapa de la adolescencia, son los cambios físicos, a continuación haré mención de dichos cambios y cómo repercuten en la *percepción* del niño.

La *pubertad*, es el periodo durante el cual los órganos sexuales maduran, el brote de crecimiento inicia en diferentes edades según el sexo de la persona, es decir, en las niñas el crecimiento puberal inicia alrededor de los 11 años, mientras que en los varones, inicia alrededor de los 13.<sup>51</sup>

Las características sexuales, se clasificarán en dos:

- Características sexuales primarias: son aquellas que están asociadas con el desarrollo de los órganos sexuales.
- Características sexuales secundarias: Son los signos visibles de madurez sexual, y no implican directamente a los órganos sexuales.

La pubertad en las niñas, la señal más obvia de que la pubertad ha llegado para una niña, es que se presente su primer periodo menstrual. Las características sexuales primarias, implican cambios en la vagina y el útero; mientras que las características sexuales secundarias, implican el desarrollo de los senos, aparición de vello púbico.<sup>52</sup>

---

<sup>51</sup>SANTROCK, Jhon W. *Psicología del desarrollo en la adolescencia*, España, 2004, pág. 56

<sup>52</sup>FELDMAN, Robert S. Op.Cit. Págs. 385- 387



Mientras que en los niños, el crecimiento del pene y el escroto, inicia alrededor de los 12 años, alcanzando el tamaño que tendrán de adultos 3 o 4 años después. Mientras esto sucede, las características sexuales primarias se presentan, tales como el crecimiento de la próstata, y las vesículas seminales; la primera eyaculación del niño ocurre alrededor de los 13 años. Las características sexuales secundarias, son notorias, el vello púbico comienza a crecer alrededor de los 12 años, seguido del vello facial y el de las axilas<sup>53</sup>

Durante la pubertad, la imagen corporal cambia tanto, que los púberes se ven en la constante necesidad de mirarse al espejo, para ver que nuevos cambios han ocurrido en su cuerpo, no solo cambia como se ven físicamente, sino también el concepto que tienen de ellos mismos, pero sobre todo el, concepto que los demás tienen de ellos. A lo largo de esta etapa la mayoría de los púberes no están satisfechos con sus cuerpos, implicando un riesgo latente para su salud física y mental.<sup>54</sup>

La pérdida del cuerpo infantil, no sólo afecta al púber, sino también a los padres del mismo. El púber comienza a percatarse de que todo su cuerpo está en constante cambio, y le gusta, pues siente que está creciendo y que dentro de poco alcanzará su autonomía. El duelo por la pérdida del cuerpo infantil en el púber, puede ser llevado a cabo de una mejor manera, pues es en cierta forma algo que le brindará beneficios a corto plazo. En cambio, para los padres, no es tan sencillo como para los adolescentes; los padres no sólo se enfrentan a la idea de que sus hijos están cambiando y creciendo, sino también se enfrentan a la idea de que ellos están envejeciendo; mientras la hija adolescente cree que su cuerpo está en el apogeo físico y puede llegar a tener a cualquier hombre que ella desee, su madre siente que ya ha perdido toda belleza, que su cuerpo

---

<sup>53</sup>Ibíd.Pág. 387

<sup>54</sup>SANTROCK, Jhon W. Op. Cit. Págs. 61- 63

está en decadencia continua, aun cuando su edad oscile los 40 años, por ejemplo.

Cuando el primer hijo entra en la adolescencia, los padres tienden a caer en crisis, a cuestionarse si en verdad han llegado a tener éxito en sus vidas, si en realidad han cumplido sus metas o interrogantes parecidas. Es momento de sentirse grandes o viejos, pues el adolescente los minimiza intentando anular su figura.

Es de vital importancia que estos duelos sean manejados en familia, pues repercuten en todos los miembros de la misma; los padres necesitarán replantearse su situación de pareja, pues pueden caer en la necesidad de afirmarla, y al no encontrar el apoyo en su pareja, buscarlo externamente, cayendo en la infidelidad. El adolescente necesita unos padres fuertes, que le brinden la seguridad mínima para salir de esta etapa y no caer en el parricidio, del cual he hablado con anterioridad.

## Crisis en la adolescencia<sup>55</sup>

### *Crisis de identidad*

Es la crisis central del cambio durante la adolescencia, es una compleja situación intrapsíquica, algunas veces consciente; sus manifestaciones las veremos a lo largo de las diferentes etapas que he tratado con anterioridad.

Para dar paso a esta crisis, es necesario definir que es la identidad: *"... es la vivencia o sensación que tenemos los seres humanos de ser nosotros mismos, así como todo lo que nos permite ser distintos ante los ojos de otros. Esa sensación de mismidad... tiene un origen y desarrollo desde el recién nacido... Es aquello esencial que distingue una cosa de otra."*<sup>56</sup>

---

<sup>55</sup> CARVAJAL Orozco, Guillermo. Op. Cit. Págs. 70- 103

<sup>56</sup> Ibíd. Pág. 70

El púber ha logrado una identidad en cierta forma precaria a lo largo de su vida, pero al entrar en esta etapa, es de vital importancia que su identidad sea más delimitada, pues en un futuro será él quien se responsabilice de una vida.

Con la aparición de su sexualidad, el púber se ve en la necesidad de aislarse de sus padres. Pasando de ser los padres omnipotentes en la infancia, a ser seres indiferentes a los ojos del púber, lo cual genera crisis en los padres y el púber, sin detenerse hasta volverse una persona con identidad independiente en la adultez.

- *Crisis de identidad puberal:* En esta etapa predomina el rompimiento con las figuras parentales y el intento de separarse de ellos; mientras más unido esté el púber con sus padres, más ardua será la lucha contra ellos. La presencia del íntimo amigo, pasa a ocupar el lugar de la relación con los padres, pues repite el estilo de dependencia infantil, quizá eso justifique los celos y la lucha por conservarlo de manera única y sin rivales.
- *Crisis de identidad nuclear:* Ahora el adolescente depende de sus pares grupales de la misma manera en que el niño dependía de sus padres. El adolescente nuclear es un buscador de identidad, lo que lo hace susceptible de manipulaciones; una educación amorosa en la infancia le ayudaría a no ser tan dependiente, ser crítico del grupo, capaz de manejar su comportamiento.
- *Crisis de identidad juvenil:* Esta crisis llega cuando el adolescente está listo para reconciliarse con sus padres, cuando logra una independencia psicológica real. Inicia un proceso de ruptura con el grupo, algunas veces un poco dolorosa, pero indudablemente necesaria. Ahora el adolescente juvenil está listo para retomar el modelo de comportamiento adulto como algo propio y no impuesto. Aparecen sentimientos de culpa por el padre agredido y destruido, pero sobre todo, una necesidad de reparar el daño

ocasionado. En cuanto a la pareja se refiere, sólo en la medida en que el adolescente disminuya su narcicismo, podrá establecer una relación sana, con otra persona; de la misma manera, para que una relación perdure y sea exitosa, debe llevarse a cabo lejos de la sombra de la familia, mereciendo un trato amoroso de adulto responsable. La adolescencia juvenil es un momento crucial para la formación de ciudadanos adultos responsables de su estar en el mundo.

## *Crisis de autoridad*

Indudablemente, la crisis de autoridad es la más notoria y molesta para los adultos; consiste en una actitud de oposición, de rebeldía, de enfrentamiento contra todo lo que implique autoridad.

Se fundamenta en la oposición a cualquier cosa que pueda llegar a inhibir su independencia; el adolescente se rebelará contra aquello que le parezca impuesto, y no contra aquello que él crea un logro personal, por ejemplo, puede desafiar a la autoridad de sus padres o escolar incumpliendo en la escuela, pero no puede dejar de lavarse los dientes o siempre ser puntual en sus citas.

La crisis de autoridad varía, en gran medida dependiendo de cómo haya sido la educación del niño, mientras más autoritaria, impositiva y violenta haya sido, más arrebatadora será la crisis de autoridad.

- *Crisis de autoridad puberal:* Solo acepta normas internalizadas, comienza la lucha con los padres, pues son vistos como algo que él no es capaz de aceptar. Este periodo es característico de una desobediencia persistente, cargada de burla, ultraje, denigración y un cambio constante de carácter.
- *Crisis de autoridad nuclear:* Al estar inmerso en el grupo, el adolescente se puede adueñar de normas que los integrantes del

mismo ya hayan internalizado, sin llegar a verlas como impositivas. Por eso la necesidad de las buenas compañías durante la adolescencia.

- *Crisis de autoridad juvenil:* Después de la aparición de una identidad propia, cargada de características de adulto; la crisis de autoridad juvenil, tendrá como principal objetivo reparar las relaciones o daños causados principalmente con los padres. Ahora el adolescente centra su energía en el trabajo, la formación universitaria y/o la pareja.

## *Crisis sexual*

Esta crisis es demasiado angustiosa para el adolescente, basada en la reorganización del erotismo, tratando de transformar el funcionamiento erótico infantil en una estructura adulta del mismo.

- *Erotismo puberal:* Debido al rápido desarrollo físico que se lleva a cabo en esta etapa, todo el cuerpo está abierto a nuevas sensaciones, encontrando un cuerpo maduro para ejercer la sexualidad en una persona inmadura para hacerlo. Lentamente todo ese erotismo, se va centrando en la zona genital; el púber tiene especial interés por esta zona, la explora, la investiga, la manipula para poder llegar a un placer controlado e intenso, llegando así al primer orgasmo, y por ende a la masturbación. Para los hombres, el principal interés es el pene, objeto de sus masturbaciones; mientras que para la mujer, lo es todo el cuerpo, llenándose de vanidad y exhibicionismo.
- *Erotismo nuclear:* El erotismo deja de ser personal, el adolescente ahora busca con quien compartirlo, aunque no ha dejado de ser un erotismo narcisista, busca una relación heterosexual, para convertirla en objeto de su sexualidad. Desaparece la idealización, razón por la cual el amor platónico no es expresado. Reaparece en el varón el

miedo a la castración, mezclado con la angustia, provocando eyaculación precoz en las actividades sexuales compartidas, aumentando la angustia y confusión. La sexualidad se pervierte en un acto de narcisista de masturbación con el otro.

- *Erotismo juvenil*: En esta etapa, el ser amado reemplaza al grupo, e indudablemente, se presentan los celos, por temor de perder al objeto. Debido a la integración de su sexualidad, el adolescente es capaz de disfrutarla más, pero sobre todo, que empiece a preocuparse por el placer del otro. La tendencia es reemplazar la conducta masturbadora por una actividad genital compartida. La necesidad exhibicionista de logros personales o físicos del adolescente nuclear, es reemplazada por el exhibir con orgullo al acompañante. El otro se convierte en la posesión más valiosa.

## Pérdida y duelos patológicos en la adolescencia

Durante la adolescencia la persona sufre diversos cambios, algunos de los cuales romperán de manera abrupta con la cotidianeidad; esto desencadena indudablemente, un proceso de duelo.

En la pubertad, se inicia una ruptura con los padres y con las actividades propias de la niñez. Sin embargo de manera oculta, el púber teme dejar los objetos de la infancia. Se llega a sentir culpable por ir abandonando antiguos objetos y reemplazarlos por nuevos.

Un tipo de duelo patológico por parte identificación, podría ser, cuando la madre o padre, están sufriendo la pérdida de su niño, reemplazado por un adolescente, y el púber se identifica como el causante de este dolor;

entorpeciendo el desarrollo normal, y en casos extremos, haciendo necesaria la intervención terapéutica.<sup>57</sup>

Cuando el púber tiene un crecimiento rápido, de alguna parte del cuerpo, pero en cierta manera desproporcional, se queda sin un cuerpo para ser exhibido, considerándose estéticamente no atractivos. Lo que lo lleva a extrañar su cuerpo infantil, comenzando a hacer un duelo por este, pudiendo presentarse un duelo patológico por regresión.<sup>58</sup>

Si bien, los cambios los sufre el adolescente, las personas que lo rodean también se ven involucradas en esta etapa del desarrollo humano, siendo los padres los más afectados, debido a la pérdida del niño amoroso y remplazo por el adolescente rebelde que los minimiza.

Los padres se encuentran en un vaivén de emociones ante la llegada de la adolescencia del primer hijo, por una lado está el duelo por el niño perdido, por otra parte, comienzan a darse cuenta de que su juventud se ha ido, llegando a sentirse viejos, cuestionándose su existencia y logros habidos en ella. Aunado a lo anterior, los padres ven el desarrollo físico de sus hijos, y recuerdan que en algún momento llegaron a verse tan bien como ellos, creando una melancolía por el atractivo físico perdido, aunque en la mayoría de las ocasiones, los padres mantengan una buena condición física, una figura atractiva y por ende una buena salud.

Quizá la adolescencia este plagada de cambios, no sólo para el adolescente, sino también para el sistema que supone su familia; el deseo de todo padre, debiera ser que sus hijos se conviertan en adultos responsables de sí mismos y maduros, para afrontar la vida, para que esto se lleve a cabo, es necesario que se le brinde al adolescente un espacio de crecimiento adecuado, sin llegar a anular su persona, favoreciendo la comunicación y empatía con ellos. Todos los padres indudablemente han

---

<sup>57</sup> *Ibíd.* Pág. 117

<sup>58</sup> *Ibíd.* Pág. 119

pasado por el proceso de la adolescencia, que algunas veces o en la mayoría no deseen recordarlo, es diferente; así que podrían hacer memoria de cómo se sentían ellos en esos momentos, para brindarle un apoyo congruente a su hijo adolescente.



# Capítulo II:

## La familia y sus pérdidas

---

La familia es la cuna de la sociedad, en donde nacen todos los ciudadanos que algún día se han de convertir en libres pensadores, y tomar las riendas de la misma; como tal, en la familia radica la responsabilidad de proteger a ese bebe recién nacido, de brindarle una formación enriquecida con valores éticos, morales, humanos y religiosos que lo lleven a ser un ciudadano universal de bien.

La familia tienen un compromiso con la sociedad, pues a ella se le ha confiado la formación de los cimientos que han de soportar a la persona que cualquiera puede llegar a convertirse; afortunadamente, la familia no está sola en esta labor titánica, se puede apoyar en diversas instituciones, como por ejemplo la escuela, quien también influirá sobremanera en la formación académica de cualquier persona. Desde la familia y hacia la sociedad, se viven diferentes experiencias que indudablemente repercuten, las unas en las otras, los padres tienen la obligación de preparar a sus hijos para enfrentarse a la sociedad en la que se desarrollarán.

El nacimiento de la familia, puede no ser claro, pero un ideal sería en el momento del matrimonio, donde dos seres han decidido voluntariamente unir sus vidas, para vivir en pareja, uno al lado del otro, y crear así una nueva familia que acunara al futuro no solo de su descendencia sino también de la trascendencia de la sociedad.

El panorama del matrimonio en el México actual, así como a nivel mundial, ha evolucionado de manera constante y sin detenimiento, dejando de ser la *típica* familia, de padres que se casaban desde jóvenes y permanecían unidos hasta la muerte. Hoy en día, las parejas contraen matrimonio a una edad mayor, y no con eso se garantiza el éxito del mismo.

## 2.1. La familia

Puede ser definida de muchas maneras, sin embargo la más adecuada para desarrollar mi trabajo, es la brindada por la perspectiva sistémica. Dentro de esta perspectiva, la familia es concebida como *"... un conjunto de elementos, que interactúan entre sí, un grupo de unidades combinadas que forman un todo organizado."*<sup>59</sup> Cuando vemos la convivencia cotidiana de una familia, cualquiera que esta sea, vemos que se comporta de manera similar a esta definición; una familia funciona porque sus miembros, se comunican e interactúan entre ellos, mantienen relaciones, ya sean buenas o malas.

Al considerar a la familia como sistema, se admite que si un miembro de la familia sufre algún cambio o modificación, todo el sistema lo resentirá. La familia no se mantiene estática, está en constante evolución, y crecimiento. Tiene límites internos y externos; los internos se refieren a la separación que hay entre sus miembros, aclarando los roles y reglas familiares; los roles externos hacen referencia a la identificación de la familia en la sociedad.<sup>60</sup>

El contexto en el que se desarrolle la familia determinará la manera en la que esta se desenvuelva, establezca reglas y maneras de relacionarse entre sí.

---

<sup>59</sup>ALBENGOZAR Torres, Ma. Carmen. *Desarrollo familiar aspectos teóricos y prácticos*. España, 1998, pág. 5

<sup>60</sup> Ibídem

## La familia a través del tiempo

Desde tiempos inmemorables, la familia ha sido la base en la que todo ser humano se desenvuelve, sin embargo la familia como institución, ha estado sometida a diferentes cambios, que han favorecido su evolución, hasta llegar a convertirse en el tipo de familia que conocemos hoy en día. Cabe señalar que esta evolución no se frena, y avanza tan rápidamente como la sociedad evolucione.

Históricamente, los antropólogos, han encontrado diferentes maneras de organización dentro de la familia, sin embargo, las que menciono más adelante, son desde mi punto de vista, las más significativas y que pueden llegar a agrupar todos los tipos de familia que han existido a lo largo de la historia, aunque algunos de estos, aún sigan vigentes.

A continuación, haré un breve recorrido histórico por la evolución de la familia, hasta que llegase a ser lo que conocemos hoy en día.<sup>61</sup>

---

<sup>61</sup> Adaptada de SANCHEZ, Azcona, Jorge. *Familia y sociedad*. México, 2008, págs. 5- 14

Tabla 2.1 La familia a través del tiempo

• **Promiscuidad inicial**

- No hay existencia de vínculos permanentes entre el padre y la madre.
- No hay responsabilidad del padre hacia los hijos.
- El parentesco se señala por la línea materna

• **Cenogamia**

- Un grupo específico de mujeres, mantiene relaciones con un grupo específico de hombres
- Existe reglamentación de la relación de los esposos y de la crianza y cuidado de los hijos

• **Poligamia**

- *Poliandria*: Una mujer tiene varios maridos, lo que conduce a un matriarcado, la mujer es el centro de la familia, ella ejerce la autoridad y dicta derechos y obligaciones de los demás miembros
- *Poligenia*: Un hombre tiene varias mujeres, convirtiéndose él en el centro de la familia.

• **Patriarcal monogámica**

- La figura preponderante es el padre
- Conformada, por el padre, hasta que él moría, su mujer, sus hijas, hasta que se casaban, sus hijos junto con sus esposas, los esclavos
- La mujer debía tener un absoluto sometimiento ante la figura del padre

• **Conyugal, moderna**

- Inaugurada en la institución sociojurídica del matrimonio
- Una relación sexual legítima y permanente
- Un conjunto de normas, jurídicas, religiosas o morales, que regulan la relación entre los padres
- Un sistema de nomenclatura que define el parentesco entre los integrantes
- Regulación de las actividades económicas y un espacio físico para vivir

## Estructura familiar

Las familias son tan variadas como las personas que las integran; sin embargo, actualmente las podemos clasificar con base a su estructura y las personas que las integran. Gilberti<sup>62</sup> brinda una clasificación muy breve y general, que a mi parecer abarca las familias que podemos encontrar hoy en día:

- *Familia biológica*, es aquella que está definida según la genealogía, es decir por consanguinidad.
- *Familia nuclear*: está formada por un hombre, una mujer y sus hijos. Actualmente esta es la familia predominante alrededor del mundo.
- *Familia extensa*: formada por ascendientes y descendientes colaterales afines a la familia nuclear.
- *Familia compuesta, reconstituida o ensamblada*: es cuando la estructura familiar se reestructura a partir de varias familias nucleares, por ejemplo el caso de padres divorciados con hijos que vuelven a casarse.
- *Familia conjunta o multigeneracional*: Los más jóvenes de la familia, incorporan a sus cónyuges e hijos, en vez de formar un núcleo familiar independiente; conviviendo simultáneamente varias generaciones.
- *Familia conyugal*: dos personas de diferente sexo, se unen para iniciar una vida en conjunto, es decir, es una familia sin hijos.

---

<sup>62</sup>GILBERTI, Eva. *La familia a pesar de todo*. México, 2005, Págs. 321- 322.

# Etapas de la familia

La familia, al igual que los seres vivos, va atravesando diferentes etapas que van favoreciendo desde su formación hasta su madurez como tal, misma que facilitará acunar a los hijos que llegue a procrear, para conformarlos como individuos plenos partícipes de la sociedad en la que se desenvuelvan.

## *Etapas prenupcial*

*“La elección de un compañero, es un acto en el que se encuentran dos personas, para quienes el futuro se convierte en el deseo de desarrollar un plan de vida común.... Implica elegir a alguien con el cual se entrelazará el propio destino; implica optar por una nueva forma de vida.”<sup>63</sup>*

En la sociedad actual, a esta etapa, se le conoce como noviazgo. Es una época en la que el individuo está buscando un futuro cónyuge con el cual llegará a consolidar una familia.

Incluso dentro del noviazgo con la pareja definitiva, se viven diferentes etapas, que podrían ser: descubrirse y sentirse atraídos; vivir un proceso de conocimiento en que se empiezan a compartir actividades en común y en que uno y otro comienzan a entrever su intimidad; la culminación del proceso para ambos, es la decisión de hacer un compromiso, para unir sus vidas y formar una familia.

Es dentro del noviazgo, donde los futuros esposos deben llegar a conocerse, donde deben decidir de la manera más objetiva posible, la conveniencia de que formen una familia o no. Lamentablemente en la actualidad las personas se ven, hasta cierto punto, limitadas en cuanto a la expresión espontánea de sus emociones se refiere; impidiendo que en

---

<sup>63</sup> ELSNER, Paulina, et. Al. Chile, 2001. Pág. 21

sus relaciones se logre un vínculo real y efectivo; cayendo en la idealización del noviazgo. Llegando a impedir a la pareja, valorar con madurez una serie de prerrequisitos a cubrir todos aquellos, que piensan en casarse, por ejemplo, no basta el amor de pareja, tendría que observarse también si tienen un patrimonio, una casa en la cual comenzar su nueva familia, valorar si ambos cuentan con los recursos emocionales y económicos para satisfacer las necesidades de un nuevo hogar, y de su pareja. Desafortunadamente, aún en la actualidad, las decisiones de matrimonio se ven guiadas por factores externos, como el estatus social, la apariencia física y nivel económico.<sup>64</sup>

En la etapa del compromiso, es en donde deja entrever cómo será la dinámica del nuevo matrimonio, sus preferencias, gustos, la manera en la que se regirá esta nueva familia conformándose. La manera en la que realizan los planes de boda.

## *Recién casados*

También conocida como "Etapa Nupcial", es el momento justo después de que la pareja se casa, y termina con el nacimiento del primer hijo.

El rito de iniciación del matrimonio, da pie al comienzo de esta etapa. Autorizan el cambio, brindan un estatus a la pareja, sella el compromiso previamente adquirido e indudablemente establece nuevas formas de relación tanto entre los cónyuges como con sus familias de origen.<sup>65</sup>

El matrimonio como relación humana, es muy complejo, puede tener momentos de gloria, pero también sus tragos amargos. Nadie ni nada puede asegurar el éxito de un matrimonio, sin embargo, parejas que podrían ser consideradas como exitosas, han destacado la importancia

---

<sup>64</sup> SANCHEZ, Azcona, Jorge. *Familia y sociedad*, México, 2008. Págs. 15- 21

<sup>65</sup> ELSNER, Paulina. Op. Cit. Pág. 41

que tiene el sentirse respetado y amado por el otro, saberse seguros, confiados y cuidados; considerarse afortunados por estar juntos.

Si bien, los momentos de frustración son algo inevitable, no se deben de negar las diferencias individuales, estando siempre de acuerdo en que la pareja desde el momento en que se casan, sino es que antes, forman una unidad que podría denominarse como el “nosotros”, donde dos seres libres y autónomos, han decidido unir sus vidas y compartir metas, sueños, ilusiones, para posteriormente procrear hijos o no. La pareja debería procurar convivir en un ambiente emocional positivo y amoroso, por sobre el conflicto y la rabia. El matrimonio es una labor constante de dos personas, intentando ser felices y satisfaciéndose con la felicidad del otro.<sup>66</sup>

El matrimonio deja un hogar para formar otro. La nueva manera de relacionarse con la familia de origen, se va dando paulatinamente, incluso desde el noviazgo, jerarquizando los afectos, dando pie a que la pareja ocupe el lugar predominante. Iniciar un matrimonio con mayor o menor probabilidad de éxito, depende también de la verdadera separación de las familias de origen, a los matrimonios que se mantienen muy unidos a sus familias de origen, o peor aún, nunca abandonan la casa materna, les es muy difícil conectarse mutuamente, acarreando problemas de la familia de origen a la pareja y viceversa.

Indudablemente el primer año de matrimonio es el más difícil, pues es un año de constantes cambios y ajustes, si bien no hay factores determinantes en el éxito de un matrimonio, quizá podría atreverme a considerar que el factor más importante, es siempre la comunicación, comunicación de los sentimientos, emociones, carencias, necesidades, deseos, sueños, ilusiones, objetivos, planes, integrar a la pareja a nuestra vida, dejando de ser uno y convirtiéndose en dos, formando una familia.

---

<sup>66</sup> Ibíd. Págs. 44- 45



## *La llegada del primer hijo*

Un hijo debe nacer del amor y deseo de trascendencia de una pareja; aunque bien puede ser el resultado de otras necesidades o intereses. Tener un hijo cuando la pareja lleva poco tiempo establecida, indudablemente dificultará el establecimiento de vínculos, de la misma manera, la creación de la identidad de pareja se vera mermada ante la necesidad de atender al hijo.

Un hijo puede ser utilizado de manera inconsciente por un miembro de la pareja, o por ambos. El hombre puede ver en un hijo la afirmación de su virilidad, la mujer puede utilizarlo para incrementar su autoestima, aclarando su capacidad maternal.<sup>67</sup>

En una relación madura, un hijo es entendido como la generación de vida, una manera de trascender el amor de pareja. Mientras que en una relación inmadura, un hijo puede ser simplemente una manera de mantener unido al cónyuge, un medio para solucionar ambigüedades, una manera de crear terreno común, para garantizar la durabilidad del matrimonio.

Si bien, el embarazo es una experiencia principalmente de la mujer, eso no supone que el hombre no pueda llegar a tener mágicas, o no tanto, experiencias durante el embarazo de su pareja. El hombre puede tomar diferentes roles con respecto al embarazo, por ejemplo<sup>68</sup>:

- Puede llegar a ver a su pareja como continente del hijo, desplazándola en su papel de pareja.
- El hombre en su afán de demostrar el amor a su mujer y a su hijo, puede llegar a sobreproteger a la mujer, haciéndola sentir incapaz e inhabilitándola como cuidadora del hijo.

---

<sup>67</sup> *Ibíd.* Págs. 58- 60

<sup>68</sup> *Ibíd.* Pág. 63

- El hombre se puede sentir desplazado, pues la mujer busca apoyo en su familia, amigos, conocidos, excluyendo al cónyuge de la experiencia del embarazo en pareja. Esto a la larga debilitará y dañará la relación del matrimonio.

Quizá el rol ideal, no quedase descrito con anterioridad, pero supondría un equilibrio entre los roles mencionados. El embarazo como experiencia de pareja, sería donde la mujer considere que el hombre es parte de este, y no quede excluido por su mera condición de hombre. El hombre como un ser empático con la mujer, consciente de los cambios que supone el embarazo para su pareja, dispuesto para cubrir oportunamente su rol de hombre, padre, esposo, amante.

Es durante el embarazo donde suele presentarse un mayor índice de infidelidad, debido a los temores de ambos cónyuges de dañar al producto teniendo contacto sexual. Sin embargo, cabe señalar que la actividad sexual solo quedaría suspendida durante el embarazo, con previa prescripción médica.<sup>69</sup>

El hombre como la mujer, requieren de cariño, aprecio y cuidados. Los padres siempre necesitarán de un respiro de la paternidad, con el objetivo de encontrarse los dos como pareja, sin olvidar que son ellos los responsables del desarrollo integral del niño, desde su nacimiento hasta que se convierte en adulto.

## *Formación de los hijos*

La familia debe cumplir con ciertas expectativas, de cada uno de sus miembros:<sup>70</sup>

- Satisfacer las necesidades físicas
- Cubrir las necesidades afectivas

---

<sup>69</sup> SANCHEZ, Azcona. Op. Cit. Pág. 29

<sup>70</sup> Ibíd. Pág. 31

- Fortalecer la personalidad
- Formar los roles sexuales
- Preparar para el mejor desempeño de los papeles sociales
- Estimular las actitudes de aprendizaje y apoyo de creatividad de la iniciativa individual.

Todo lo anterior con el objetivo de cumplir su función en la sociedad, no sólo de perpetuar la especie, sino también de mejorar la cultura y la sociedad.

Dentro de una familia "ideal", su estructura es flexible, sus límites son claros, los cambios no son amenazantes; el desarrollo individual es tan importante como el desarrollo familiar. En estas familias se procura el crecimiento no sólo de los hijos, sino también de los padres, preservando su salud mental, produciendo niños autónomos. Se favorece la autonomía, permitiendo que cada miembro piense, sienta, y actúe individualmente, sin olvidarse que es parte del sistema familiar, y que sus acciones directa o indirectamente repercutirán en todo el sistema.<sup>71</sup>

En las familias ideales o nutritivas, es fácil una expresión abierta del afecto, del humor, la ternura, calidez, esperanza. Las personas pueden trabajar juntas con placer y expresar incluso sus sentimientos negativos, con plena conciencia del otro.

## *Crisis de la mitad de la vida*

Cuando los hijos entran en la adolescencia, por lo regular coincide con que los padres cumplen entre 40 y 50 años, viviendo en la familia una crisis doble, la del hijo adolescente, y la de los padres que se enfrentan finalmente, a su muerte como una realidad palpable. Viéndolo reflejado en que los hijos comienzan a tener mejor condición física que ellos, sus

---

<sup>71</sup> ELSNER, Paulina. Op. Cit. Pág. 90

amigos, comienzan a verse viejos, y los padres, van en decadencia continua.

Es en este punto cuando los padres se percatan de que su proceso de crecimiento ha llegado al final, dando pie al proceso de envejecimiento. Es cuando las personas se “sientan” a meditar sobre como ha sido su vida, si han logrado todas las metas que se han propuesto, o no. Si consideran que han sido exitosos o no.<sup>72</sup>

La crisis de identidad en el adulto, lo lleva a evaluar el tiempo vivido con la pareja, es un periodo de revisión y cuestionamiento, donde pueden salir a relucir conflictos ocultos o del pasado que no han sido superados. Quizá la desilusión matrimonial llegue al grado de ser insoportable, desencadenando un divorcio.

## *Cuando los hijos se van*

Con la partida de los hijos, la responsabilidad de padres, prácticamente se extingue, encontrándose dos adultos, frente a frente, de nuevo en el núcleo original de la familia, el matrimonio, es el momento de redescubrir su intimidad, de encontrarse como pareja, de estar solos, como cuando eran recién casados, pero juntos por mayor tiempo, pues muchos ya se han retirado de la vida laboral.

En esta etapa, también se ha incrementado el porcentaje de divorcios, debido a la necesidad de reajustar los hábitos diarios de la pareja, de crear nuevas maneras de convivir y muchas veces, a las personas, les es más sencillo simplemente iniciar una relación, que trabajar en la relación matrimonial.<sup>73</sup>

Cuando la pareja ha sobrevivido la crisis de la mitad de la vida, de manera tal que cada miembro ha crecido personal y espiritualmente, son capaces

---

<sup>72</sup> *Ibíd.* Págs. 142- 151

<sup>73</sup> *Ibíd.* Pág. 164

de encontrarse no como dos en uno, sino más bien como dos individuos autónomos, capaces de aportar a la vida en pareja, capaces de crecer con su pareja y no a pesar de.

Es en este momento cuando la pareja puede llegar a disfrutar de la auténtica compañía, de compartir actividades, son capaces de darse cuenta de que van a envejecer junto a su pareja, compartiendo amistades, deseos, recuerdos.

El matrimonio se enfrenta a la vejez de los padres, obligándolos a invertir los roles. Ahora los hijos se hacen responsables del cuidado de los padres, no de una forma tal que los ancianos dependan totalmente de ellos, sino más bien como una relación llena de amor y agradecimiento, en la cual los adultos, son capaces de demostrar su madurez, convirtiéndose en un apoyo para sus padres, hasta el momento de su muerte.

Indudablemente con la salida de los hijos del hogar de origen, se amplía la posibilidad de convertirse en abuelos. Este hecho, puede vivirse de manera ambivalente, como un recordatorio de la propia finitud, y como un aseguramiento de la inmortalidad por medio de la línea de descendencia.

Así lentamente, la familia va llegando a su “final” con la muerte del matrimonio original, aunque seguirán viviendo en la continuidad de su descendencia.

## 2.2. Pérdidas cotidianas en la infancia y adolescencia

El universo se rige por el caos, así que no debería de extrañarnos que a lo largo de nuestras vidas suframos diferentes cambios, algunos más trascendentales que otros. Indudablemente, la trayectoria del ser humano se ve marcada por las experiencias significativas que este va acumulando en su paso por el mundo. Quizá muchas personas creen que en la infancia todo es felicidad, pero la mayoría de las veces no les damos la

oportunidad a los niños de expresar sus sentimientos ante las situaciones de cambio que atraviesan, es muy común escuchar que los niños no entienden lo que pasa, o que se acostumbrarán rápidamente, estas ideas son erróneas; como he mencionado con anterioridad, los niños son capaces de comprender desde los pequeños cambios hasta aquellos que implican un giro de 180° en su vida, la manera en que interioricen esos cambios, independientemente de la edad, dependerá en gran medida de la manera en que los adultos los preparen. Por adultos no solo me refiero a los padres o familiares, quienes indudablemente serían los más adecuados, también debería de estar incluido el sistema escolar, y la sociedad en general.

A continuación mencionaré algunos cambios a los que los niños o adolescentes se pueden llegar a enfrentar, y como de alguna manera u otra les afecta en la cotidianeidad de sus vidas, desencadenando un proceso de duelo, algunas veces notorio, doloroso y largo, otras veces apenas deja ver que está en duelo.

## Cambio de casa

Los motivos para un cambio de casa, pueden llegar a ser muchos y muy diversos. Quizá el más común es que a alguno de los padres le ofrezcan un buen empleo lejos de la ciudad de residencia, obligando a toda la familia a mudarse donde sea que se encuentre el nuevo empleo.

El cambio de casa, desencadena cambios trascendentales en la vida de un niño, si la nueva casa a la que se mudan no queda lejos de la antigua, quizá podrán seguir asistiendo a la misma escuela. Un cambio de casa no necesariamente implica que el niño deje de frecuentar a su familia extensa.

Los niños y adolescentes deben ser tomados en cuenta para esta clase de resoluciones, sin olvidar que el que decide es el adulto, pero no puede dejar

de escuchar las opiniones de los hijos, haciéndoles ver siempre las razones por las que se ha tomado la decisión. A niños y adolescentes se les debe hablar de manera franca, sin darles toda una cátedra de las razones por las cuales se han tomado, ciertos acuerdos pero sin dejarles dudas y sin que se sientan ignorados. Cabe señalar que si bien, la opinión de los niños es importante, los responsables de llevar a cabo las decisiones, son los adultos, no hay que darles más poder a los hijos, que el que deben de tener.

Con el cambio de casa, vienen muchos reajustes, quizá la anterior casa era más grande, y ahora se verán obligados a reducir el espacio personal de cada integrante de la familia, lo cual indudablemente traerá conflicto en toda la familia, pero esencialmente en los hijos que se verán obligados a compartir entre ellos el escaso espacio del que disponen.

Por el contrario, si la casa a la que se mudan es más grande que la actual, quizá los problemas a los que se enfrenten sean de otra índole, por ejemplo quien se queda en que habitación, cómo se establecerá la nueva rutina, e incluso en algunas ocasiones los hijos más pequeños se nieguen a dormir solos las primeras noches, es necesario que los padres brinden la seguridad, y medien el terreno para evitar futuros conflictos.

En este nuevo acontecimiento, como en los muchos más que vive la familia, es necesario que todos los miembros se vean involucrados, para disminuir las tensiones que provoca la situación y favorecer la comunicación entre los integrantes de la misma.

## Cambio de escuela

El cambio de escuela es algo tan cotidiano y poco mencionado, se da tan naturalmente que poco nos detenemos a pensar en el impacto que tendrá en los niños y adolescentes que lo sufren.

Una de mis amigas, estudio la primaria y secundaria en la misma escuela religiosa, exclusiva de mujeres, manteniendo sus amigas a lo largo de nueve años, de repente, sus papás decidieron cambiarla de escuela, a una, que también es exclusiva de mujeres, donde la mayoría de las adolescentes que ahí se encontraban estaban desde la secundaria y algunas desde preescolar juntas. Mi amiga se encontró ante un nuevo ambiente, y esto le causó una angustia terrible. Nos encontrábamos en la adolescencia nuclear, ella me platica que se sentía terrible por no saber si le agradaba a las demás chicas, sentía que no encajaba en ningún grupo de amigas (que ya estaban previamente establecidos). Le costó muchísimo trabajo adaptarse al nuevo ambiente, viéndose afectado su rendimiento escolar, lo cual ella consideraba le cerraría aún más las puertas. Finalmente ella logró hacer amistades, y sentirse bien en ese nuevo ambiente, mejorando su desempeño académico.

Si, para ella fue una situación tan angustiante, no quiero imaginar cómo lo sería para un niño. Nueva escuela, implica, nuevos profesores, nuevas costumbres, entablar nuevas amistades, adaptarse a la operatividad del nuevo lugar, no me sorprende que los niños que cambian de escuela disminuyan su rendimiento escolar.

Sin embargo no todos los cambios son malos, en ocasiones los padres toman la decisión de cambiar de escuela a sus hijos por causas de fuerza mayor, quizá en la escuela en la que estaba el niño sufría de maltrato, quizá la nueva escuela les queda más cerca del lugar de trabajo, razones nunca faltan, y cada una de ellas es tan válida como la otra.



Ante este escenario, lo mejor que pueden hacer los padres, es brindarle la mayor seguridad al hijo, y estar al pendiente de la manera en la que se están relacionando en el nuevo sitio al que lleguen. Hablar con el nuevo profesor la razón por la que se realizó el cambio, para que el niño sea lo mejor acogido posible. Hay escuelas que realizan cursos de verano, es una muy buena opción para que el niño se vaya acercando al nuevo ambiente, en caso de que el cambio se vaya a realizar al término de un ciclo escolar e inicio de otro. De ser posible se debe evitar cambiar al niño a mitad de un ciclo escolar, pues esto dificulta aun más su relación con el nuevo grupo, pues aunado a todas los nuevos ajustes que está viviendo, tendrá que ponerse al tanto de lo trabajado en el nuevo salón de clases, y ajustarse a una forma de trabajo impuesta.

## Pérdida de amigos

Quizá nos parezca difícil pensar que los niños pierden a sus amigos, pero basta con hacer memoria, de cuántos amigos nuestros se han ido quedando en el camino, nuestros amigos de la primaria, ¿Aún los frecuentamos? ¿Aún sabemos de nuestro íntimo amigo de la secundaria? ¿Cuántos amigos realmente tenemos? Muchas de las amistades infantiles no perduran a lo largo de los años, debido a múltiples factores, cambio de escuela, simplemente crecieron y se alejaron, pueden ser mil causas.

Los niños ¿Realmente sufrirán cuando su amigo se aleja?, yo creo que depende de la amistad que llevaban, hay niños que entablan relaciones de amistad muy profundas con sus iguales, y quizá esta clase de niños si llegue a sufrir el distanciamiento de sus amigos, pero también, como se mencionó en el capítulo 1, la amistad, al igual que el ser humano va madurando.

La amistad siempre jugará un papel importante en la vida de cualquier individuo y debe de ser tomada como tal, el ser humano, por medio de la

amistad aprende a entablar relaciones y alejarse de las mismas. La amistad siempre es un buen apoyo en la vida de cualquier persona.

# Capítulo III:

## El divorcio como proceso de duelo

---

*“Dicho de un juez competente: Disolver o separar, por sentencia, el matrimonio, con cese efectivo de la convivencia conyugal.”<sup>74</sup>*

Con la anterior definición, abro este espacio donde intento explicar no el proceso de divorcio, pero si la manera en como lo vive la familia; principalmente como lo padecen los niños y adolescentes involucrados en este escenario cada día más común en nuestra sociedad.

Lamentablemente la tasa de divorcios ha ido incrementando anualmente, tal como lo muestra la *Tabla 3.1*, están quedando atrás los tiempos en que el matrimonio era un compromiso vitalicio; hoy muchos jóvenes inician su vida conyugal con la convicción de que si su matrimonio fracasa, tendrán otra oportunidad, convirtiéndose la familia ensamblada en un modelo aún más frecuente en la sociedad.

*Tabla 3.1 Divorcios por cada 100 matrimonios en México*

2000	7.4
2001	8.6
2002	9.8
2003	11
2004	11.3
2005	11.8
2006	12.3
2007	13
2008	13.9
2009	15.1

Fuente: INEGI. Estadísticas de Nupcialidad.  
Fecha de actualización 27 de julio de 2011

---

<sup>74</sup> En el *Diccionario de la lengua española*, 2009, recuperado el 02 de marzo de 2012 de: [http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO\\_BUS=3&LEMA=divorciar](http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=divorciar)

En la obra de Davison<sup>75</sup>, expone algunas de las posibles causas por las que el divorcio se ha incrementado en los últimos años. A continuación daré una semblanza de las variables relacionadas con el incremento de divorcios, que maneja esta autora:

- *Aumento de la longevidad*, y por ende el aumento de la duración del matrimonio, llevando a que la satisfacción de la relación marital cobrara máxima importancia.
- *Independencia económica* de la mujer, brindándole la oportunidad de decidir la continuidad del matrimonio. Anteriormente la falta de medios orillaban a la mujer a continuar en un matrimonio aunque este la hiciera infeliz.
- *Cambio en los valores sociales*. El divorcio dejó de ser una fuente de estigma y victimización de la mujer.
- *Creciente autonomía de la pareja* con respecto a la presión de las normas sociales, conduciendo a que la estabilidad matrimonial dependiera más de la calidad de la relación y menos de factores externos.
- *Falta de compatibilidad en los proyectos* personales de los integrantes del matrimonio, llevándolos a decidir sobre la conveniencia de continuar en el mismo.

Antiguamente, era de vital importancia conservar la unión familiar, aun por encima de los intereses personales. Contrario a lo que sucede en la sociedad actual, donde es más importante la realización personal por sobre la unión familiar. Podríamos hallar sus raíces en el modelo económico actual, un ambiente sumamente competitivo que sólo da cabida a los mejores.

Ahora, esclareceré algunos mitos sobre el divorcio, que Heterington<sup>76</sup> ha expuesto muy oportunamente en su obra:

- *En el divorcio solo hay dos posibilidades, ganar o perder*: Siendo el divorcio un proceso tan complejo, las personas reaccionarán de diversas maneras adaptándose a esta situación de mejor o peor

---

<sup>75</sup>DAVISON, Dora. *Separación y divorcio. Un faro en el camino*. Argentina, 2006. Págs. 63-68

<sup>76</sup>HETERINGTON, E Mavis. Et. Al. *En lo bueno y en lo malo: la experiencia del divorcio, como influye realmente la separación en la vida de padres e hijos*. España, 2005. Págs. 11- 29

forma, cambiando a lo largo del tiempo, así que no se puede hablar de ganadores o perdedores.

- *En un divorcio, los hijos siempre salen perdiendo:* Si bien para un niño el divorcio es un proceso doloroso, generalmente sólo lo sufren a corto plazo; el estudio realizado por Heterington, arrojó datos interesantes: El 25% de los hijos de padres divorciados tenían problemas psicológicos. Sin embargo la mayoría de los hijos de padres divorciados, eran muy semejantes a sus contemporáneos de padres no divorciados. Si bien, recordaban la experiencia como dolorosa, progresaban en sus carreras, establecían relaciones íntimas y tenían una vida satisfactoria y plena.
- *En un divorcio los que ganan son los hombres:* En la vida real, dos de cada tres rupturas se originan porque la mujer abandonó a su marido. Además las mujeres se las arreglan mejor que los hombres, son más capaces de construir una nueva red social de amigos, son menos propensas a lamentarse y compadecerse a si mismas; sin embargo muchas mujeres se empobrecen después de un divorcio.
- *Tras un divorcio, los mayores peligros para los niños son la ausencia del padre y la pobreza consiguiente:* Un niño no será mentalmente sano y bien adaptado sólo dependiendo de la presencia del padre. La vida en una familia monoparental, no tiene influencia negativa perdurable en el desarrollo de un niño. Una madre firme y comprensiva que apoya a sus hijos, suele contrarrestar los efectos adversos de la falta de un padre.
- *La muerte y el divorcio tienen similares consecuencias:* Las viudas tienen más apoyo de su familia, familia política y amigos. Mientras que con una divorciada la actitud en general es *tú te lo buscaste*. Las viudas transmiten una figura idealizada del difunto a sus hijos, mientras que las divorciadas desvirtúan, critican y desprecian al ex marido. El divorcio no da la sensación de final, mientras que en el caso de una muerte, si se brinda esta sensación.

## 3.1. Antes de que todo termine

Hay ocasiones en las que las parejas pueden evitar llegar al divorcio, pero para lograrlo, se debe estar atento a las señales que pueden indicar que algo está tornándose conflictivo en la convivencia dentro del matrimonio.

El bienestar de una pareja no depende tanto de la compatibilidad de los cónyuges, o si son apasionados o distantes, incluso por muy intensas que sean las peleas no son determinantes en la ruptura de un matrimonio, más bien lo que parece determinar si un matrimonio será o no exitoso es la proporción de interacciones positivas por cada negativa. Gottman<sup>77</sup> tenazmente llama los patrones de interacción negativa o indicadores de ruptura "*Los cuatro jinetes del Apocalipsis*" y son descritos a continuación.

1. *Crítica*: Siempre empieza como una queja, y al no ser tomada en cuenta, se convierte en una crítica. Por ejemplo, la mujer reclama al marido porque ha dejado sus calcetines tirados, al no ser tomada en cuenta podremos escuchar "*dejas toda la ropa tirada, eres un vago*". La queja apunta a una manera de proceder, y la crítica apunta al ser.
2. *Actitud defensiva*: Es la respuesta a la crítica, tomando una actitud defensiva. Es una manera de decir, el problema es tuyo, no mío. Probablemente alguno de los dos pegue uno que otro grito, pero no resuelva el problema.
3. *Desprecio*: Lo que vuelve destructivo este ataque no es la ira, sino el insulto y la burla. Se pasa de un comentario sobre una conducta a un comentario sobre un atributo personal. El desprecio es extremadamente corrosivo para la relación. Por ejemplo: "*Ya sé que eres medio burra con las matemáticas, pero no es tan difícil hacer bien una suma o resta*"

---

<sup>77</sup> Citado en DAVISON, Dora. *Separación y divorcio. Un faro en el camino*. Argentina, 2006. Págs. 92- 95

4. *Se levanta la muralla:* Aparece la desconexión física, ignorando al otro, invalidando sus pensamientos y sentimientos. Si bien esta conducta es más masculina, produce en las mujeres desagradables sensaciones. Aunque al principio la muralla parezca proteger al hombre, a la larga genera estrés y la mujer se cansa de topar con pared al intentar acercarse a su marido.

Todas las parejas de una u otra manera ha incurrido en estas conductas, pero no por eso significa que su relación/matrimonio esté destinado al fracaso. Para evitarlo es preciso estar alerta para que no formen parte de la convivencia diaria de la pareja, buscando las mejores técnicas personales de apaciguamiento.

## 3.2. Cuando el divorcio se convierte en la única salida

Cuando una pareja llega al divorcio, es porque en verdad sus conflictos ya no tenían solución, pero, si retrocediéramos el tiempo, a cuando eran recién casados, la mayoría de las parejas eran inmensamente felices y en ningún matrimonio recién establecido aparece la posibilidad del divorcio. Al menos de manera general, porque también hay matrimonios que nunca fueron felices. Quizá la mayoría de las personas que han atravesado un divorcio podrían afirmar que eso no estaba dentro de su plan de vida.

En este apartado analizaré algunas de las posibles causas que conducen a una pareja al divorcio, asumiendo que cada caso es diferente y no se puede hacer una generalización.

Es muy difícil hablar de las causas del divorcio, pues como mencione con anterioridad, cada pareja es diferente; la causa probablemente la encontremos muy antes de que se decida que el divorcio es la única solución; quizá se halle en el surgimiento del conflicto y en la no solución del mismo.

Tabla 3.2 Fases y características del conflicto.<sup>78</sup>

Campo	Fases	Tareas	Características
Paz	Armonización de las diferencias	Promoción de la paz	Esta es la primera fase del conflicto, las diferencias suelen estar incluso antes del nacimiento del conflicto, convirtiéndose en una condición necesaria pero no determinante, pues no siempre conducen al conflicto. Las diferencias pueden constituir una fuente de creatividad y riqueza; siempre tendremos diferencias con las personas que nos rodean, pero debemos armonizarlas, y tratar de rescatar todo lo bueno de una relación.
Conflicto	Nacimiento del conflicto	Prevención	Una relación de colaboración se ve sustituida por una relación de competencia, una de las partes comienza a centrarse más en si misma. Es en esta etapa donde afloran el malestar y las diferencias. Cuanto antes nos pongamos a trabajar para detener la carrera destructiva, mayor posibilidad habrá de conseguirlo. Se trata de prevenir el conflicto no de silenciarlo, para prevenirlo, se debe trabajar doble, identificando las situaciones de emergencia de conflictos, tratando de evitarlas, aprendiendo formas personales de resolución de conflictos.
	Estallido del conflicto	Prevención y asistencia	Una vez que el conflicto ha estallado, suelen presentarse deseos de perjudicar a la otra parte, centrándose cada quien en si mismo; apareciendo los monólogos en paralelo, sustituyendo el diálogo, dejando de escuchar al otro. Las personas que asisten a mediación o terapia, suelen encontrarse en esta fase. La intervención, suele tener como fin, disminuir la tensión del conflicto, generando pautas colaborativas de relación, rescatando las áreas de armonía.
	Guerra	Asistencia	Es en esta fase cuando el conflicto se convierte en destructivo, apareciendo la violencia verbal y ocasionalmente la física. Numerosos conflictos quedan estancados en esta fase.

<sup>78</sup>Adaptada de: SUREDA Camps, María. *Como afrontar el divorcio. Guía para padres y educadores*. España 2007. Págs. 22- 26



Sureda<sup>79</sup> narra las fases del conflicto, que de no ser resueltas oportunamente podrían terminar en un divorcio.

No todos los conflictos siguen todas las fases descritas; a veces, el conflicto se origina repentinamente, otras veces, el conflicto oscila entre fases. Estas secuencias son habituales durante los procesos de separación, donde las peleas y reconciliaciones se alternan en un ciclo que puede volverse eterno, hasta que en algún momento se origina un cambio que puede llevar a la reconciliación definitiva o a la decisión de separarse.

Dependiendo de la manera en la que el divorcio sea llevado a cabo, lo podemos clasificar en *divorcio viable* o *divorcio destructivo*. El divorcio viable, pone fin a la vida conyugal cuando el grado de infelicidad se vuelve insoportable para uno o ambos miembros de la pareja. Las peleas y desacuerdos solo están presentes en la primera parte de la separación, los cónyuges entienden que sus hijos los necesitan a ambos, conservando la coparentalidad, que es una manera de ejercer la paternidad por separado sin llegar a anular un padre al otro. En cambio en el *divorcio destructivo*, los ex cónyuges siguen unidos, por sentimientos de ira, repulsión y deseos de venganza. Se instala la necesidad de ganarle al otro. El enojo tiene que ver con la sensación de haber sido traicionado, el egocentrismo se aumenta desmedidamente en cada miembro de la pareja. Cada progenitor trata de ser un mejor padre por separado, descalificándose mutuamente. En algunos casos los progenitores reclutan a los hijos a su favor; induciéndolos a tomar partido.<sup>80</sup>

El divorcio es, indudablemente una manera de darle fin a un conflicto. Sin, embargo, este fenómeno implica un proceso, del cual hablaré a continuación:

---

<sup>79</sup> Sureda Ibídem.

<sup>80</sup> DAVISON, Dora. Op. Cit. Págs. 81- 84

## *Predivorcio* <sup>81</sup>

Comienza con provocaciones mutuas, pueden llegar a presentarse episodios de gritos y abuso verbal. Caracterizado por desorganización y caos familiar, cargado de sentimientos de negatividad hacia el cónyuge y hacia la relación. Se vuelve muy difícil llegar a ver lo bueno de la relación, llegando a asegurar que todo ha sido negativo. Cada miembro comienza a buscar aliados.

Finalmente la pareja acepta la imposibilidad de resolver sus conflictos y decide la separación. Los padres preparan a sus hijos y toman las decisiones necesarias para su bienestar.

## *Divorcio propiamente dicho* <sup>82</sup>

Esta etapa inicia con la ida de la casa de uno de los cónyuges. Las preocupaciones se centran en las pérdidas, en una revisión obsesiva del pasado y en un sentimiento de incertidumbre con respecto al futuro.

Llega a pasar que las relaciones de proximidad entre los hijos y el padre custodio aumenten, generalmente la primera noche en que el cónyuge se va del hogar, los hijos duermen con el padre custodio. Es muy importante que estas conductas sean superadas y los padres recuperen su lugar y jerarquía en la estructura familiar.

Se modifican prioridades, se redistribuyen responsabilidades. Los abuelos en su deseo de colaborar, pueden llegar a alterar la jerarquía parentofilial y disminuir la competencia del progenitor.

---

<sup>81</sup> *Ibíd.* Págs. 95- 97

<sup>82</sup> *Ibíd.* Págs. 97- 98

Todos los integrantes de la familia realizan el trabajo emocional que implica elaborar el duelo por las pérdidas y renunciar a la fantasía de volver a vivir juntos. Una mezcla de sobrecarga y permisividad en el padre custodio y una mezcla de ansiedad, culpa y excesivo deseo de complacer a los hijos en el padre no custodio son expresiones de un arreglo posdivorcio disfuncional.

En el caso del *divorcio destructivo*, la hostilidad en vez de calmarse, se intensifica día a día.

### *Posdivorcio* <sup>83</sup>

Una vez completado el duelo, la familia alcanza nuevamente su estabilidad. El divorcio debiera ser una oportunidad para que los cónyuges se redefinan. Luego de la separación, por lo general, las mujeres se quedan en el hogar conyugal, corriendo el riesgo frecuente de aislamiento o encierro.

La disolución matrimonial, puede llegar a producir trastornos emocionales en las personas involucradas. Pero como lo he mencionado anteriormente, es un conflicto que envuelve a toda la familia y afecta a sus integrantes de diferente manera.

## 3.3. Los hijos en el divorcio

Como parte del sistema familiar, quiéranlo o no, los hijos se ven necesariamente afectados en el proceso de divorcio, el que tan bien o mal librados salgan de este proceso, dependerá en gran medida de cómo lo lleven a cabo los padres. Anteriormente hablé de dos tipos de divorcios, el viable y el destructivo, como ya mencione, la dependencia de que un

---

<sup>83</sup> *Ibíd.* Pág. 99

divorcio se encasille en uno u otro lado, depende directamente de la manera en como los padres sobrelleven los conflictos que los han orillado al divorcio.

Los niños, me atrevo a decir que en la mayoría de las ocasiones son ignorados por los padres, pues estos piensan que no se dan cuenta de lo que está sucediendo, o que no lo llegarían a entender; quizá sea también porque los adultos han regresado a su narcisismo para protegerse de todo lo que están viviendo, llegando a olvidarse de que son responsables de terceras personas, entiéndase los hijos.

En este apartado, trataré la manera en cómo viven el divorcio los hijos, como se les debe hablar al respecto y algunas medidas que se deben tomar en cuenta para que salgan lo mejor librados posibles, después de los múltiples cambios que supone un divorcio.

## Cómo comunicar el divorcio a los hijos<sup>84</sup>

Indudablemente dar esta noticia a los hijos puede ser una tarea muy difícil, pero debe ser realizada por ambos padres, he aquí algunos consejos de cómo llevar a cabo tan difícil labor:

- Recordemos que los hijos requieren padres amorosos y que los hagan sentir seguros y en confianza.
- Para dar la noticia es necesario que estén los dos padres; dejando de lado las hostilidades que existen entre la pareja.
- Hablar con todos los hijos a la vez, para evitar que el niño crea que su familia no es capaz de hablar abiertamente.
- Siempre ser sinceros y facilitar la información necesaria. Hacerles saber que lo han intentado con todas sus fuerzas y recursos, pero

---

<sup>84</sup>BEYER, Roberta. Et. Al. *Como explicar el divorcio a los niños. Una manual para adultos*. España, 2003. Págs. 18- 29

que la convivencia se ha vuelto imposible. Expresarles cuanto lamentan que el matrimonio haya terminado, pero que están haciendo lo mejor para todos. La verdad que los niños necesitan en esos momentos, es que el matrimonio no dió resultado y que los padres están preocupados y tristes ante tan lamentable final.

- Dejar claro a los hijos que el divorcio no es por su culpa, pues es muy probable que ellos sientan que son los culpables. Necesitan escuchar eso una y otra vez hasta que en realidad lo sientan.
- Reafirmar el amor que los padres tienen hacia los hijos, pues pueden sentir que así como el amor entre ellos terminó puede llegar a terminar el amor que sienten por los hijos. Si sólo uno de los padres está presente, asegurarles que el otro también los ama.
- Hablarles del plan de vida, los cambios que habrá, por ejemplo si el papá se irá a vivir lejos, cuando lo podrán ver, como van a ser los regímenes de visitas. No hay que preguntar con quién quieren vivir o cuánto tiempo desean pasar con uno u otro padre, esas decisiones deben ser tomadas por los adultos.
- Preguntar a los hijos que desean saber. Es muy importante fomentar las preguntas, pues la mayoría de los niños no comprenden el divorcio y tienen innumerables preocupaciones al respecto. Hacerles saber que pueden preguntar cuanto se les antoje y en el momento que lo deseen.
- No hay que hacerse ver como la víctima o al otro como el culpable. Es muy probable que los hijos pregunten la razón del divorcio, los padres deberán responder con sinceridad, sin involucrar a los hijos en problemas de adultos, en las disputas; deben evitar dar la impresión de culpabilizarse mutuamente por el divorcio. Siempre deben tener en cuenta lo importante que es para los hijos sentirse amados por sus padres y saber que los pueden amar. Si la razón del divorcio fuese,

por ejemplo, una relación extramarital, no hay necesidad de hacérselo saber a los niños, se les puede decir que son cosas que dada su edad no entenderían.

- Escuchar y observar a los hijos, pues en muchas ocasiones, no son capaces de expresar oralmente lo que sienten, pero nos lo dicen con su lenguaje corporal. Siempre hay que hacerles saber que estás ahí para cuando ellos lo necesiten.
- Hablar con ellos las veces que sean necesarias. Pues no siempre todo queda esclarecido en la primera plática.

Antes de hablar con los hijos, los padres deben planificar esa conversación, deben estar preparados para las preguntas que les vayan a hacer, saber cómo les van a explicar la situación, tranquilizarse y recordar que son responsables de los hijos, aunque no estén juntos. Y sobre todo, jamás minimizar al otro a los ojos de los hijos.

Algunos de los errores comunes al momento de explicarle al hijo lo que está pasando son:<sup>85</sup>

- Ocultarle la decisión de separarse cuando está ha sido tomada y sobre todo cuando ya están ocurriendo cosas que no puede entender.
- Dejar que se entere de forma circunstancial, o por terceras personas.
- Sólo notificarle los hechos, sin tomarlo en cuenta. Negándose a responder las dudas que surjan.
- No decirle el papel que jugará durante la separación, cómo le afectará y sin asegurarle que no es una separación de él y que ambos padres se mantendrán unidos para ayudarlo incondicionalmente,

---

<sup>85</sup> LÓPEZ Sánchez, Félix. *Separarse sin grietas, sufrir menos y hacerlo bien con los hijos*. España 2010 págs. 58- 59

- Sólo uno de los padres comunica la noticia mientras ataca al otro gravemente y lo minimiza a los ojos del niño.

Al momento de la separación, los niños llegan a sentirse decepcionados de sus padres, pues ya no son como los tenían idealizados, pueden llegar a sentirse culpables de la separación, e inseguros de que los adultos sean capaces de cuidarlos. No hay que olvidar que los hijos dependen de la interpretación que los adultos hagan de los hechos para asimilarlos.

## Pérdidas y duelo en los hijos después del divorcio

Cuando la separación se ha llevado a cabo, se debe buscar que los conflictos terminen con la misma, de lo contrario, se compromete la estabilidad emocional de los ex cónyuges y de los hijos. Los niños pasan a sentirse indefensos y divididos hacia uno de sus padres. Los efectos pueden ser graves y generalizados afectando diferentes esferas como por ejemplo la emocional, la social, conductual, académica entre otras. La continuidad o cese de estos conflictos dependerá en gran medida de los padres quienes indudablemente son los adultos responsables de los menores.

Toda separación encierra en sí una pérdida, y por ende desencadena un proceso de duelo. Sin embargo hay pérdidas secundarias, esas las mencionaré a continuación.

Al momento de la separación, uno de los padres saldrá de la casa, por lo regular es el padre. Esto implica una readaptación total de la familia a la nueva vivienda, pero sobre todo para los niños, quienes tendrán que pasar un tiempo en una u otra casa. La familia debe adquirir conciencia de que los padres viven en diferente lugar y con frecuencia en diferentes

condiciones. Un ejemplo del cambio en el ritmo de vida ocasionado por la separación, es cuando los niños tienen que ir a pasar el fin de semana con el padre, éste, nunca se había hecho responsable totalmente del cuidado de lo de los niños, lo cual restará calidad a la atención que el padre brinde al menor, esto puede acarrear un sentimiento de preocupación y sufrimiento. La casa original no volverá a ser la misma, y por lo regular es un incesante recordatorio de que uno de los progenitores ya no está en ella.<sup>86</sup>

La economía se ve mermada al momento de la separación, a pesar de los esfuerzos que hagan los padres por que los hijos mantengan el modo de vida que tenían antes de la separación, estos de una u otra manera resienten los cambios y limitaciones que están sufriendo. Si alguno de los padres está en mejor posición, puede generar ansiedad u hostilidad en el hijo hacia el padre que tiene más recursos.

Aunado a la desestabilidad económica, viene la necesidad de trabajar más horas, o de buscar un nuevo empleo. Quizá quienes más sufran son las madres que anteriormente no trabajaban y ante el divorcio se ven en la necesidad de laborar, para mejorar su situación económica. La vida laboral además de mejorar la situación económica, fomenta el desarrollo de vínculos, favoreciendo la superación del divorcio. El nuevo trabajo, supone un cambio muy brusco en la vida de la madre y de los hijos, acarreado la pérdida de disponibilidad de una, ante los otros, llegando incluso a incrementar la inseguridad del niño.<sup>87</sup>

La vida de toda la familia sufre transformaciones durante la separación, y no son menos importantes los cambios que sufren en la vida social. Las relaciones con la familia extensa cambian, debido a los conflictos que se hayan generado con la familia del ex cónyuge. En muchas ocasiones, la

---

<sup>86</sup> *Ibíd.* Págs. 61- 63

<sup>87</sup> *Ibíd.* Págs. 64- 66



red de amigos más cercanos al otro miembro de la pareja, se pierden, se presenta dificultad para mantener aquellas amistades compartidas, favoreciendo el sentimiento de soledad. Los hijos no están ajenos a estas pérdidas, pues se ven alejados de primos, amigos, e incluso en algunas ocasiones de los abuelos, debido a la mala relación que ha quedado entre los cónyuges. Se rompen toda una serie de tradiciones, por ejemplo, en donde pasarán navidad, con quien irán de vacaciones, etcétera.

Si bien, todas las pérdidas anteriores generan procesos de duelo, existen algunos factores que pueden llegar a dificultar una sana elaboración del proceso de duelo; esos factores serán enumerados a continuación:<sup>88</sup>

- Los adultos no se percatan de que transmiten a los niños una esperanza de reconciliación. Este factor estaría relacionado con el íntimo anhelo que guarde el adulto por una reconciliación.
- Quizá en el afán de no alterar la rutina de los hijos, los ex cónyuges convivan el mismo tiempo en el hogar, que antes de la separación, confundiendo al niño y evitando que vea la diferencia entre el antes y el después en la separación de sus padres.
- Los conflictos de lealtad hacia los padres, generando sentimientos contradictorios hacia uno o ambos progenitores.
- Evitar que los niños participen en los preparativos para la nueva vida que han de emprender. Por ejemplo, evitándoles que participen en la mudanza. Estas acciones podrían ser equivalentes, simbólicamente, a las ceremonias fúnebres en caso de muerte,
- Caer en el exceso de cambios en su rutina, suponiendo un exceso de pérdidas y la imposibilidad de que sean elaboradas.
- En ocasiones con el afán de proteger a los niños, los adultos cercanos, tienden a actuar como si nada hubiera pasado.

---

<sup>88</sup> SUREDA Campos, María. *Como afrontar el divorcio guía para padres y educadores*. España, 2007, págs. 141- 163

- En caso de que uno o ambos padres estén elaborando un duelo patológico, indudablemente dificultará el proceso de duelo en los hijos.
- Prohibirle a los hijos que demuestren su tristeza.

Los niños indudablemente llevan a cabo un proceso de duelo después de un divorcio, la manera en que elaboren ese proceso de duelo, dependerá en gran medida de la manera en que los padres estén viviendo su propio duelo. Mientras más pequeños, dependen aún más de la interpretación que los adultos realicen del mundo que les rodea. Así que es de vital importancia que los adultos no dejen de lado las emociones de los más pequeños, y les permitan una sana expresión de la tristeza que lleguen a sentir, hay que recordar que el adulto perdió un cónyuge, pero el niño pierde a su mamá o a su papá, dependiendo en gran medida de la manera en que el divorcio sea llevado a cabo y de lo responsables que sean los adultos hacia con los menores en este proceso de acompañamiento.

# Capítulo IV: Muerte y niños

---

La muerte quizá algo que nos parece tan lejano, en realidad está íntimamente ligada a nuestra vida, es algo tan cotidiano, que nos olvidamos que está ahí, lamentablemente la sociedad actual la ha mitificado a tal grado de llegarla a convertir en tabú. Anteriormente las personas podían morir apaciblemente en sus casas, hoy en día lo hacen en hospitales. Las tradiciones fúnebres, se han ido alejando más de las familias y dejándolas en manos de las funerarias, pero eso no significa que la muerte deje de afectar a las personas cercanas al fallecido.

La vida es un vaivén de emociones, un torbellino de acontecimientos, donde cada uno hemos venido a disfrutar, cada quien busca su felicidad, cada uno busca vivir plenamente, sin embargo y afortunadamente, no estamos solos en esta vida, vivimos rodeados de personas que nos aman, personas que nos entregan lo mejor y lo peor de cada uno de ellos, no sabemos cuánto tiempo recorrerán el camino con nosotros, pero si sabemos que llegará un momento en que, nosotros o ellos moriremos. De la misma manera en que nacimos, llegará un día en que dejaremos de existir, en la medida en que aprendamos que no somos eternos, y nos veamos como seres mortales, aprenderemos a vivir plenamente, a perdonar, a dar gracias y a disfrutar las mínimas expresiones de cariño. Ahí radica la importancia de dar a conocer la muerte, de hacerla nuestra compañera de camino, pues indudablemente a lo largo de nuestra vida, nos veremos obligados a despedirnos de más personas de las que deseáramos. Si los adultos, hemos vivido el dolor de perder a alguien, es nuestra obligación moral y humana, preparar a las futuras generaciones

para que sean capaces de afrontar una separación tan radical como lo es la muerte.

Muerte tal como la define el diccionario<sup>89</sup>, hace referencia al cese o término de la vida, en el pensamiento tradicional, es la separación del cuerpo y el alma.

Anteriormente, el fallecimiento de alguna persona dentro de la comunidad, implicaba todo un acompañamiento, incluso antes del deceso, se acompañaba a la familia en la agonía, de la persona.<sup>90</sup> Esto favorecía las muestras de dolor, y pena, así como, el sentimiento de apoyo por parte de la sociedad, a los dolientes.

Las cosas han cambiado, en la actualidad, el trato de la muerte es en secreto, misterioso, oculto, *"... el duelo, hace pensar en la muerte, y por lo tanto, tiene mala prensa"*,<sup>91</sup> *"... atrás queda un duelo que tenía la consideración de un estado social... y las condolencias se limitan a la firma de un registro... perdiendo relevancia social el ceremonial del duelo y tiende a desaparecer en las sociedades más avanzadas."*<sup>92</sup> La organización de la vida, exige pasar la muerte en el anonimato, el modo de vivir en las grandes ciudades impide el acompañamiento que se le daba con anterioridad a la muerte y a los deudos. La muerte y su entorno tenían un lugar propio en las comunidades, el aislamiento de los ritos fúnebres, inevitablemente conducen a una negación de la posibilidad de morir.

La muerte es un hecho natural, y las personas enlutadas, deben, tarde o temprano acostumbrarse a la ausencia del difunto. En la actualidad, aún,

---

<sup>89</sup> En el *Diccionario de la lengua española*, 2009, recuperado el 26 de abril del 2012 de <http://buscon.rae.es/drae/>

<sup>90</sup> GÓMEZ, Sancho. Marco. Op. Cit. Pág. 30

<sup>91</sup> *Ibíd.* Pág. 36

<sup>92</sup> BERMEJO, José Carlos Op. Cit. Pág. 43

se considera la expresión “estar en duelo”, para quienes han sufrido la muerte de algún ser querido, omitiendo en automático cualquier otra pérdida.

El proceso de duelo, a pesar de ser personalísimo, no deja de influir en el entorno social de las personas que lo están viviendo, y como consecuencia en toda la familia, sin olvidar a los niños, estos, requieren de la ayuda de los adultos para poder elaborar su proceso de duelo, de manera adecuada.

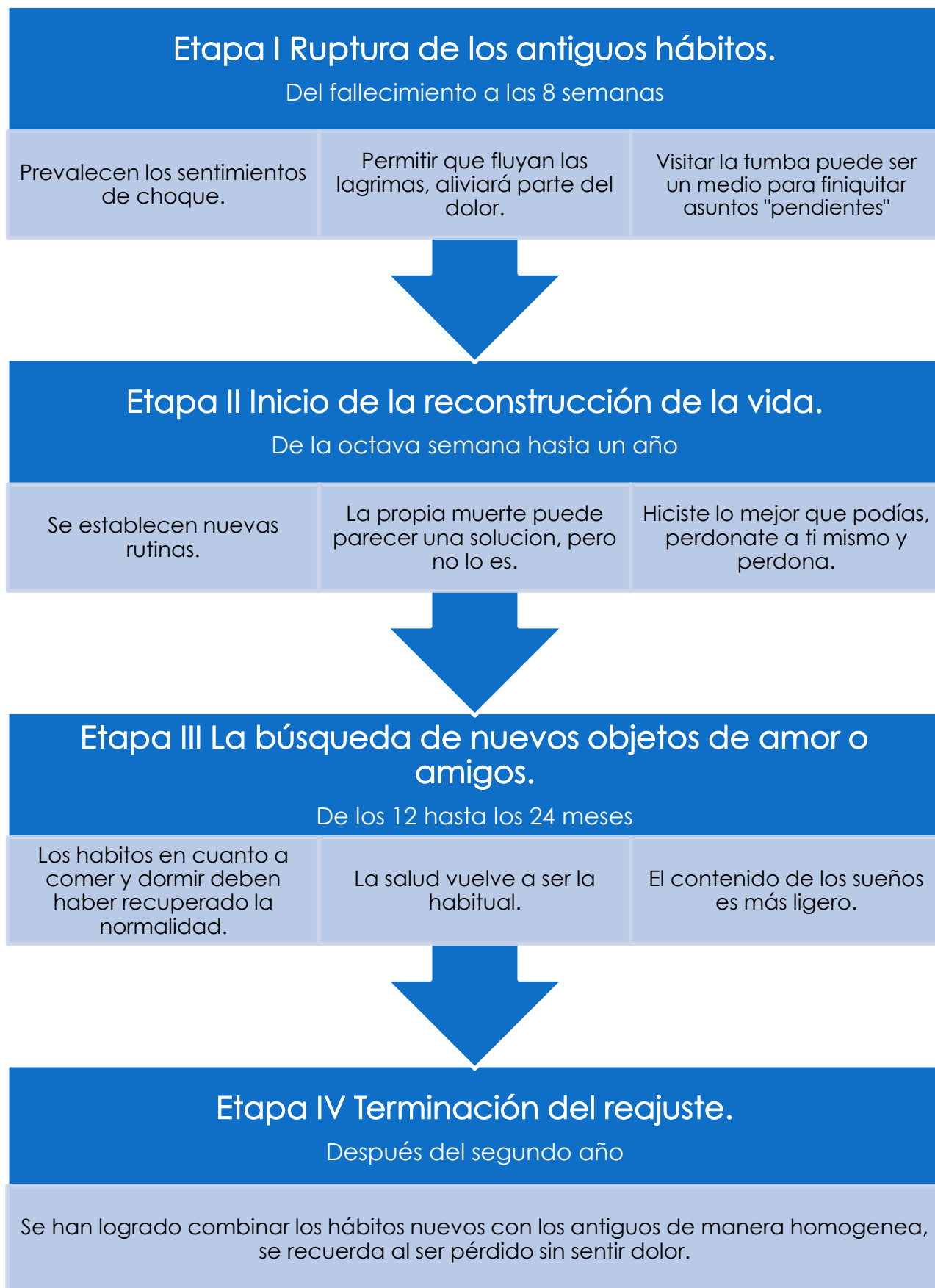
En el primer capítulo, he abordado el proceso de duelo, explicando la manera en la que se lleva a cabo de una manera “adecuada”. Sin embargo, es importante recordar que el proceso de duelo, es cambiante, y podría quedar ilustrado como una espiral, incluso en los niños, en la cual, sería conveniente que todos nos moviéramos de manera ascendente, para lograr superar la pérdida y seguir adelante con nuestras vidas.

En la siguiente ilustración<sup>93</sup>, describo, de manera breve, la manera en la que las personas actúan durante un proceso de duelo. Comenzando desde el momento del fallecimiento, que es en donde se inicia propiamente el proceso de duelo; terminando en el periodo de dos años, que es en donde se supondría que la pérdida ya debería haber sido superada.

---

<sup>93</sup> O'CONNOR, Nancy. *Déjalos ir con amor, la aceptación del duelo*. México, 2007. Págs. 29-50.

Tabla 4.1 Etapas del proceso de duelo



## 4.1. Comprensión de los niños ante el significado de la muerte

Quizá la mayoría de las personas piensen que los niños no comprenden el significado de la muerte, sin embargo, dependiendo de la edad del niño, es la interpretación que se le dé a la misma.

Entre los 0 y los 3 años, los bebés tienen poca habilidad para entender las relaciones causa- efecto. Están aprendiendo a confiar en las personas y el entorno que les rodea. Alrededor de los 8 meses, desarrollan un temor hacia los extraños. Un bebé menor de tres años, no entiende la muerte de una persona cercana, pero indudablemente reacciona ante el comportamiento de los adultos de su entorno.<sup>94</sup>

Cabe señalar, que es en esta etapa donde la figura de la madre es vital y central para los niños, y es alrededor de los 6- 17 meses cuando muestran aflicción cuando la figura de apego, está ausente.

Dentro de los primeros 3 años de vida, las emociones tienden a ser muy exageradas, y a pesar de que aún no hay una plena identificación de las mismas, el niño puede distinguir entre cosas, emociones o acciones que lo entristecen o lo alegran. En la mayoría de las ocasiones en las que un niño se ve involucrado en alguna circunstancia traumática, podría aparentar haberla superado, pero en realidad no sabe cómo expresarla, por eso, podemos observar niños que reviven recuerdos aun cuando ha pasado mucho tiempo después del suceso, ya sea por medio del juego, o porque algún olor le recordó la situación en cuestión.<sup>95</sup>

---

<sup>94</sup> DE VICENTE, Colomina Aída. *Enséñame a decir adiós, el duelo y la pérdida*. España, 2009, págs. 13- 28

<sup>95</sup> RAMOS A. Rodolfo. *Las estrellas fugaces no conceden deseos*. España 2009, pág. 24

Para un niño de tres años, la muerte es una equivalencia a partir, y generalmente el temor a la muerte tiende a estar unido al temor de la separación de los padres. Los niños no perciben la muerte como algo inherente a la vida, más bien la relacionan con hechos violentos, o accidentes. Además para un niño, la muerte sólo se puede dar en las demás personas, pero nunca en ellos mismos.<sup>96</sup>

En el rango de edad de los 3 a los 5 años, la muerte es concebida como algo reversible. Como estar dormidos y despertar, de hecho pueden llegar a asumir que los muertos pueden oír, pero no hablar, y que cuando lo decidan volverán a levantarse.

Después de los tres años, los niños suelen asociar la muerte con la noción de abandono, y perciben la desaparición de una persona adulta, como un castigo por una mala conducta de su parte. Es muy importante mencionar, que en esta etapa, de los 3 a los 5 años aproximadamente, los niños ven a los adultos como seres omnipotentes, capaces de protegerlos de cualquier cosa, incluso de la muerte misma, y a los padres, principalmente, los ven como seres inmortales.<sup>97</sup>

Alrededor de los 4 años, el niño le atribuye vida a cualquier objeto, lo cual despierta su interés en la muerte. De tal forma que si se llegan a encontrar un animal muerto, lo observan y lo estudian a detalle. A esta edad los niños tienden a relacionar la muerte con la edad o con la vejez, y la muerte no es algo definitivo para ellos, es algo así como estar dormidos, quizá es por eso su temor a la oscuridad. Los niños no han desarrollado un pensamiento reversible, por lo tanto no son capaces de comprender que hubo un tiempo en el que ellos no existían y habrá uno donde dejen de existir.<sup>98</sup>

---

<sup>96</sup> DE VICENTE, Colomina Aída. Op. Cit.

<sup>97</sup>BAUM, Heike. *¿Está la abuelita en el cielo?*, España 2003 págs.

<sup>98</sup> Ibídem



De los seis años en adelante, la idea de la muerte se vuelve más real. Los niños tienen más miedo a quedarse solos. Contrario a lo que muchos adultos opinan, los niños de seis años en adelante, viven temerosos de la muerte, secretamente desean morir en sus camas, en su recámara, en su casa.<sup>99</sup>

De los 6 a los 8 años, es la edad de la socialización, les gusta verse involucrados en la sociedad en la que crecen, por lo tanto, no es de extrañar que sientan curiosidad por asistir al funeral de alguna vecina que falleció, quieren saber qué es lo que se hace, que pasa con el cuerpo, que pasa después de la muerte. De la misma manera, es en esta edad cuando le dan a la muerte una forma humana, por ejemplo la de un esqueleto, que favorece a la comprensión del concepto de pérdida permanente.<sup>100</sup>

Los niños adquieren el verdadero significado de la muerte solo hasta los nueve o diez años de edad. Es hasta esta edad donde los niños son capaces de percibir a la muerte como algo irreversible, y es a partir de ese momento, cuando los niños, comienzan a concebir a la muerte como lo hacemos los adultos.

A partir de los 9 años, el niño es capaz de distinguir perfectamente sus emociones, sin embargo, algunas veces le avergüenza demostrarlas. Ante un fallecimiento, es probable que no les crea todo lo que los adultos le dicen y prefiera comentarlos y preguntarle a sus iguales, que recordemos como es el inicio de la pubertad, comienzan a tomar una mayor importancia en sus vidas. Quizá al momento de hablarle de la muerte de alguien, sea preferible hablarle con cosas reales, lejos de la narrativa romántica o mágica que solemos darle al tema de la muerte.<sup>101</sup>

---

<sup>99</sup>GOMEZ, Sancho Marcos Op. Cit. Págs. 344- 347

<sup>100</sup> RAMOS A. Rodolfo Op. Cit. Págs. 25- 26

<sup>101</sup> IBÍDEM.

Es a esta edad cuando son capaces de percibir la muerte como algo irreversible y permanente, destacando que suelen preocuparse por la muerte propia.

En la adolescencia, se presentan problemas para expresar sus miedos e inquietudes, simplemente por el temor de parecer inferior ante sus iguales o ante ellos mismos.

*“Si tomamos de manera conjunta la pubertad y adolescencia, de los 12 a los 18 años, podríamos destacar que los jóvenes en esta etapa son extremadamente vulnerables cuando pierden a alguien querido. Como resultado de un fallecimiento, pueden asumir repentinamente el rol de adultos. Al igual que estos, necesitan darse permiso para el duelo. La información sobre la pérdida así como el apoyo que les ofrezcan los miembros de la familia, los amigos o el colegio facilitarán la expresión del duelo. Aunque generalmente son muy reacios a exponerse a toda situación que suponga expresar sentimientos fuera de sus círculo de amistades, los grupos de autoayuda son muy beneficiosos para la normalización, cuando ellos mismos toman la decisión de acudir.”<sup>102</sup>*

Pero ¿Qué es lo que interviene para que un niño pueda comprender el significado de la muerte?, en primer lugar podríamos referirnos a los padres, pues ellos son los que le van brindando la educación central a los niños, en dado caso, son los que hablan abiertamente de la muerte o la mantienen como un tabú.

A continuación, hare referencia a cuatro conceptos para comprender el concepto de muerte:

- **Universalidad:** Asimilar este concepto, supone la superación del pensamiento mágico. Este concepto implicaría dos ideas; la primera

---

<sup>102</sup> IBÍD. Pág. 27

es que todo ser vivo, muere. Y por último que generalmente la muerte es impredecible.

- **No funcionalidad:** Trata de comprender que una vez que un ser vivo muere, su cuerpo deja de cumplir sus funciones vitales.
- **Causalidad:** Es cuando el niño es capaz de no culparse por la muerte de las personas que lo rodean. Cuando entiende que ni por mucho que lo deseara, es él la causa de la muerte de su padre, por ejemplo.
- **Continuación no corpórea:** Es aquí donde se incorporan las creencias espirituales o religiosas. Es la creencia de la vida después de la muerte, y que a muchos adultos les trae consuelo después de una pérdida.

A continuación, expongo una tabla donde resumo la comprensión de los niños ante el concepto de la muerte:

Tabla 4.2 Los niños y su concepción de la muerte<sup>103</sup>

Grupo de edad	¿Cómo entienden la muerte?	¿Cómo reaccionan ante la pérdida?
Hasta los 2 años	<p><i>No entienden la muerte, pero reaccionan ante:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La separación o ausencia, especialmente tratándose de la madre.</li> <li>• El estrés de los adultos.</li> <li>• Los cambios en su rutina.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agitación, irritabilidad.</li> <li>• Disminución de la actividad, retraimiento, desinterés.</li> <li>• Dificultades de sueño.</li> <li>• Pérdida de apetito y peso.</li> <li>• Miedo a estar solo.</li> <li>• Demanda mayor contacto físico.</li> </ul>
3- 5 años	<p><i>Entienden la muerte como algo temporal.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los muertos sienten las cosas igual que los vivos.</li> <li>• Creen que sus pensamientos o su mala conducta son los causantes de la muerte (pensamiento mágico).</li> <li>• Dan a la muerte una interpretación concreta y literal, por eso creen que es un profundo sueño o un largo viaje.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conductas más infantiles como: mojar la cama, chuparse el dedo, etcétera.</li> <li>• Comportamiento variable: pasa de la aflicción al juego rápidamente.</li> <li>• Dificultades de sueño.</li> <li>• Problemas de alimentación.</li> <li>• Miedo a ser abandonado.</li> <li>• Rabietas y problemas de conducta.</li> <li>• Sentimiento de culpabilidad por la muerte.</li> <li>• Preguntas en torno al ser querido muerto: ¿Pasa frío?, ¿Cómo duerme?, etcétera.</li> </ul>
6- 9 años	<p><i>Saben que la muerte es para siempre</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica la muerte con un monstruo o esqueleto.</li> <li>• Creen que la muerte le sucede a los demás pero no a ellos.</li> <li>• Creen que la muerte puede ser contagiosa.</li> <li>• Creen que los adultos pueden controlarlo todo y no entienden por qué no evitaron la muerte del ser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ansiedad.</li> <li>• Síntomas depresivos.</li> <li>• Quejas físicas: dolores de cabeza, náuseas, etcétera.</li> <li>• Puede sentirse abandonado por el ser querido.</li> <li>• Ira y agresividad.</li> <li>• Rechaza ir a la escuela.</li> </ul>

<sup>103</sup> Adaptada de: DE VICENTE, Colomina Aída. Op. Cit.

	<p>querido.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La muerte les genera curiosidad (pensamiento concreto).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presenta dificultades de aprendizaje que previos a la pérdida no se habían presentado.</li> <li>• Preocupación por la salud de otros miembros del entorno, o por la suya propia.</li> <li>• Retraimiento y dependencia.</li> <li>• Preguntas concretas sobre la muerte, sobre el proceso de descomposición etcétera.</li> </ul>
10- 12 años	<p><i>La muerte es final irreversible y universal, por lo que todo el mundo morirá</i> (noción adulta).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La muerte sigue generando curiosidad.</li> <li>• Creen que solo se muere cuando se es mayor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preguntas sobre detalles físicos del proceso de morir y cuestiones culturales y religiosas.</li> <li>• Ansiedad.</li> <li>• Comportamientos agresivos.</li> <li>• Sentimiento de culpa por no haber mostrado su afecto al ser querido.</li> <li>• Rabia por no poder cambiar la situación.</li> <li>• Miedo a sentirse diferentes en su grupo de amigos.</li> <li>• Cambios de humor.</li> <li>• Dificultades del sueño.</li> </ul>
13 años en adelante	<p><i>Son conscientes de su propia mortalidad.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aparecen inquietudes espirituales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ansiedad sobre la propia muerte.</li> <li>• Cambios de humor.</li> <li>• Conductas agresivas.</li> <li>• Dificultades de sueño.</li> <li>• Trastornos de alimentación.</li> <li>• Retraimiento y aislamiento social.</li> <li>• Conductas de riesgo: escaparse de casa, faltar a clase, consumir drogas.</li> <li>• Sentimiento de culpa por haber sobrevivido (sobretudo cuando se trata de la muerte de un hermano o un compañero de clase).</li> <li>• Rabia y frustración.</li> </ul>

## 4.2. Comunicando la muerte de un ser querido a un niño o adolescente

Así como en el divorcio, depende de la manera en que sea comunicada la separación, lo bien que el menor pueda llevar a cabo su proceso de duelo, lo mismo sucede con la muerte de alguna persona cercano al niño.

### *¿Quién?*

La persona que le comunique la noticia al niño debe ser, indudablemente la más cercana a él, a quien le tenga más confianza. Si esta persona no se siente en la mejor disposición de hacerlo, puede y debe buscar ayuda, pero, sin hacer de lado la responsabilidad que tiene hacia con el niño.<sup>104</sup>

### *¿Cuándo?*

Lo antes posible. Pues con esto le están demostrando al niño la preocupación por él, y no se siente ignorado en el acontecimiento que rodea a la familia. Es preferente hablar con él inmediatamente por cruel que parezca, pues es preferible que se entere por la persona de confianza que por terceras personas, o peor aun que hagan de cuenta que nada está pasando.<sup>105</sup>

### *¿Dónde?*

No es necesario realizar un acto solemne para notificar la muerte, pero si es imprescindible buscar un lugar tranquilo, libre de interrupciones, privado.

### *¿Cómo?*

Aún más importante; que el qué se va a decir, es, el cómo se va a decir, pues los niños al igual que nosotros los adultos, captamos información no

---

<sup>104</sup> BAUM, Heike. Op. Cit.

<sup>105</sup> DE VICENTE, Colomina Aída Op. Cit. Págs. 36- 40

verbal. Lo idóneo sería utilizar un tono de voz tranquila, cálida y afectuosa para poder crear un ambiente favorable y de confianza.

Sin embargo, aunque se trate de mantener la calma, si la persona fallecida fue muy cercana, es muy probable que las emociones afloren, no hay que reprimirlas, será mejor para la persona que notifica y para el niño, ver que se puede estar triste por la muerte, dándole permiso de expresar también sus emociones. Si bien es bueno que el niño conozca las emociones de la persona que le está notificando la noticia, no es conveniente que esta le transmita sus miedos e inseguridades, por medio de frases como “No sé qué vamos a hacer ahora” “Yo también me quiero morir” “No podremos vivir sin él/ ella) <sup>106</sup>

Es muy importante señalar la importancia de decirles a los niños las cosas como son, sin rodeos ni tapujos, pues ellos son capaces de entender la situación, sobre todo si se trata de una persona que falleció después de una larga enfermedad.

## *¿Qué decir?*

Al hablar con un niño de cualquier tema, pero en especial al notificarle la muerte de alguien cercano, nuestras explicaciones deben ser claras, simples y directas. Se debe adaptar nuestro lenguaje a su nivel de comprensión, proporcionándole información.

Hay que estar atentos, pues es muy probable que un niño nos ignore, cambie de tema o lo evite, no hay que insistir, pues esto demuestra que la situación lo ha rebasado, y está interiorizando la información, en este caso, la información se le debe ir dando poco a poco, y siempre estar dispuestos

---

<sup>106</sup> CONCEPCIÓ POCH, Olga Herrero. Op.Cit. Pág. 115- 121

a hablar con ellos en un momento posterior, cuando él nos busque o tenga alguna duda.<sup>107</sup>

Jamás se le debe decir a un niño que la persona que acaba de morir, solo se encuentra durmiendo, esto puede desencadenar un temor en el niño, por la incertidumbre de no saber si al ir a dormir también va a morir.

Tampoco es recomendable decirle al niño que Dios se llevó al difunto, pues no hay necesidad de buscar culpables, las cosas se le deben decir al niño tal y como son. De la misma manera se debe evitar decirle al niño que el difunto se fue de vacaciones con Dios, o que se fue a vivir con él, o cualquier otra historia, pues esto puede crear en el niño un sentimiento de abandono muy grande, que bien podría ir acompañado de un sentimiento de culpa; es necesario hacerle ver a los niños que el finado los amaba, y que no fue su decisión alejarse de su lado.<sup>108</sup>

En la conversación que se tenga con el niño, se le pueden y deben decir los aspectos relacionados con la muerte, como murió, porqué. Además de prepararlo para los acontecimientos que están por venir, por ejemplo ritos fúnebres, expresándole cuál sería el comportamiento esperado.<sup>109</sup>

Por otra parte, a un niño se le debe decir, que la muerte es algo inevitable y ligarlo con que la persona muerta no tenía elección, pero que si la hubiera tenido, muy seguramente no se hubiera querido alejar de nuestro lado.

Es muy importante hacer énfasis en que la persona que ha fallecido, de ninguna manera podrá regresar a vivir con nosotros, pues la muerte ha destruido esa opción. Quizá se le puede mencionar que la persona que ha

---

<sup>107</sup> DE VICENTE, Colomina Aída. Op. Cit.

<sup>108</sup> DODD, Robert. Op. Cit. Págs. 50- 55

<sup>109</sup> DE VICENTE, Colomina Aída. Op. Cit.



fallecido nos extrañará de la misma manera que nosotros le extrañaremos.<sup>110</sup>

No hay una manera diplomática de decirle a un niño que alguno de sus padres, o cualquier otro miembro de la familia, han muerto, quizá la mejor forma es decirlo con comprensión y amor, permitiendo que los niños reaccionen de la manera en que tengan que reaccionar, puede ser con un estado de shock, con la negación, lágrimas, histeria, o aparente indiferencia. Aunque no lo creamos, los niños son muy fuertes, y por eso no podemos (ni debemos) manejar la muerte en su lugar. Ellos deben tratar este tema de la manera que puedan, al ritmo que necesiten, solo nos resta a los adultos, brindarles nuestro apoyo, y favorecerles la expresión de sus sentimientos.<sup>111</sup>

Una vez realizada esta conversación con el niño o adolescente, es necesario dejarles en claro que pueden preguntar lo que deseen en el momento en que lo necesiten, pues es muy probable que de primer momento no expresen todas sus dudas e inseguridades.

### 4.3. El duelo en niños y adolescentes

La muerte es una pérdida que sufre toda la familia, así que como consecuencia, toda la familia deberá afrontar el proceso de duelo

Si bien el proceso de duelo fue detallado previamente, en este apartado solo se darán algunas consideraciones a tomar en cuenta cuando el proceso de duelo lo experimenta un niño o adolescente.

---

<sup>110</sup> *Ibíd*em

<sup>111</sup> CONCEPCIÓ POCH, Olga Herrero. Op.Cit.

Es de vital importancia tratar de mantener los horarios establecidos antes de la pérdida, sobre todo en el caso de que sea un niño el que esté elaborando el proceso de duelo, la importancia de este acto radica en que si bien su mundo necesita una reconfiguración ante la pérdida, no podemos obligarlo a una reconfiguración total de su vida, sería demasiado.<sup>112</sup>

Es poco probable que el niño o adolescente pueda expresar abiertamente sus sentimientos, por lo regular lo hará por medio de acciones, conductas, o cualquier manera en la que ellos sientan la confianza de transmitir sus emociones.

Como adultos, debemos de ser muy precavidos, ya que en nuestro afán de proteger a nuestros hijos, solemos actuar como si nada hubiera sucedido, con esto podemos hacerlos sentir culpables por los sentimientos que tienen tras la pérdida.

## Duelo en niños

La reacción casi inmediata de un niño tras conocer la muerte de un ser querido, gira en torno a tres preguntas: ¿La cause yo? ¿Me puede ocurrir a mí, o a papá o a mamá? ¿Quién cuidara de mí? Por eso es necesario que al hablar con ellos se trate de dar solución a esas preguntas, haciendo hincapié en la diferenciación de la causa real de la muerte y la causa que se imaginan los niños.<sup>113</sup>

Cabe señalar que no hay un patrón establecido de reacciones que los menores pueden tener después de que les comunicasen el deceso, sin

---

<sup>112</sup> DE VICENTE, Colomina Aída. Op. Cit. Págs. 30- 33

<sup>113</sup> CONCEPCIÓ POCH, Olga Herrero. Op.Cit.

embargo, hay una serie de comportamientos que se presentan en la mayoría de las situaciones: <sup>114</sup>

- Comportamientos regresivos: por ejemplo, enuresis o encopresis. Chuparse el pulgar, pedir que se les dé de comer o se les vista.
- No querer perder de vista a sus padres, pedir que los tengan en brazos la mayor parte del tiempo.
- Tener miedo hacia las personas desconocidas, o a estar rodeados de gente.

Todas esas situaciones son normales, son su manera de demostrar la ansiedad que viven frente a la pérdida de un ser cercano

## Duelo en adolescentes<sup>115</sup>

Aunque el adolescente haya entrado en una etapa de independencia, de cierta forma, siguen dependiendo de los adultos.

Ante una pérdida, un adolescente, tiende a “comportarse como adulto”, en su afán de superar solos la pérdida, de verse autosuficientes en el entorno que les rodea.

Pueden llegar a amenazar con la automutilación o con el suicidio. Cualquier conducta relacionada con estos temas, debe ser tomada muy en serio. Los sentimientos de desesperanza, impotencia e inutilidad, son fuertes indicadores de un suicidio, que puede ser expresado de manera verbal o simbólica.

A esta edad, cada sexo tiene diferentes maneras de expresar y vivir el duelo. Los hombres, suelen ser más agresivos, más desafiantes con la autoridad, en el caso de que consuman drogas, pueden llegar a aumentar

---

<sup>114</sup> RAMOS A. Rodolfo. Op. Cit. Págs. 38- 40

<sup>115</sup> Ibíd. Págs. 40- 41

su consumo, con el objetivo de castigar el duelo, de mitigar el dolor. Las mujeres, en cambio, tienden a tomarse más tiempo antes de volver a la normalidad, y muestran una mayor necesidad de ser escuchadas y de hablar de sus emociones.

Dada la etapa de desarrollo en la que se encuentran, a los adolescentes les resulta muy doloroso el compartir y temen no ser comprendidos, o ser juzgados. Los adultos debemos ser muy comprensivos y cuidadosos, favoreciendo el espacio en el que ellos puedan expresar sus sentimientos, invitándolos a vivir el duelo, a no ocultarlo.

Aunque cada persona reacciona de manera personalísima ante una pérdida, se han podido llegar a identificar algunos factores que favorecen a dar un pronóstico sobre la manera en la que se llevará a cabo un duelo.

A continuación se adapta una tabla de cómo es que se podría pronosticar una buena o mala elaboración del duelo en el caso de niños y adolescentes.

*Tabla 4.3 Pronosticando el proceso de duelo*

#### Duelo complicado

- Se puede presentar en las siguientes circunstancias:
- Suicidio u homicidio del progenitor
- Pérdida de la madre en niños menores de 11 años
- Pérdida del padre en varones adolescentes
- Excesiva dependencia del progenitor superviviente
- Relación conflictiva con el fallecido
- Falta de apoyo a nivel familiar o comunitario
- Ambiente familiar inestable
- Segundas nupcias y relación conflictiva con la nueva figura
- Dificultades psicológicas del niño previas al fallecimiento del ser querido

#### Se recomienda valoración psicológica

- Lloro en exceso después de un largo periodo de tiempo transcurrido desde el deceso.
- Pasa el tiempo (2 ó 3 meses) y el menor no mejora, o empeora
- Aparecen cambios bruscos de humor
- Muestra reacciones exageradas de irritación y agresividad. Enfados frecuentes y prolongados
- Quiere estar solo y evita la compañía por largos periodos de tiempo.
- Repetición de las acciones de manera constante
- Descuido de acciones cotidianas
- Cambios extremos en la conducta
- Cambios muy marcados en el desempeño escolar
- Apatía, insensibilidad, falta de interés por la vida
- Pensar negativamente sobre el futuro durante mucho tiempo

#### En caso de adolescentes

- Consumo de drogas
- Ideación suicida
- Realización de actividades de riesgo
- Provocación de conflictos cotidianos
- Conductas agresivas o violentas contra objetos o personas

#### Buena elaboración del duelo

- Buena capacidad cognitiva para entender la pérdida y la experiencia del duelo
- Adecuado sistema familiar de apoyo, que permita expresar sus necesidades emocionales
- Participación en los rituales de despedida (sólo si el niño lo desea)
- Existencia de una relación razonablemente segura y afectuosa con los padres antes de sufrir la pérdida
- Tener suficiente información sobre lo ocurrido
- Que los adultos respondan las preguntas que planteen de manera honesta
- Contar con la presencia de una figura de apego con la que haya suficiente seguridad y confianza para la continuidad de los cuidados

La siguiente tabla, expone algunos de los mitos acerca del duelo en niños y adolescentes, contra una investigación clínica realizada en pequeños que estaban viviendo un proceso de duelo:

*Tabla 4.4 Mitos acerca del duelo en niños y adolescentes, resultados de investigaciones y de la práctica clínica<sup>116</sup>*

Mitos	Investigación y práctica clínica
Los niños no se dan cuenta de lo que sucede tras una pérdida	Se dan cuenta de que algo distinto ha sucedido y no hablar con ellos es convertirlos en "espías" de algo que quizá no alcancen a comprender
Los niños y adolescentes <i>no</i> elaboran el duelo	<i>Sí</i> elaboran el duelo
Los niños y adolescentes <i>no</i> atribuyen significado a los acontecimientos	No sólo atribuyen significado a los sucesos sino que además necesitan hacerlo
Los adultos debemos protegerlos en la medida de lo posible del dolor y el sufrimiento, por lo que es mejor no incorporarlos en los rituales. (La protección puede ser entendida por el niño como exclusión y vivida como abandono)	Los protegemos mejor si les incorporamos en los procesos familiares y los hacemos partícipes en la medida en que ellos deseen y tengan la edad adecuada para decidir (La protección es entendida por el niño como incorporación y vivida como ser parte de/ compañía)
No comprenden los rituales, por lo que es mejor que no asistan a ellos	Podemos ayudarles a comprender (al menos mínimamente) los rituales y permitirles que participen en la medida de lo posible

<sup>116</sup> Extraída de: CONCEPCIÓ POCH. Op.Cit. Pág. 106

## 4.4. Conveniencia de que los niños asistan a funerales

A veces el duelo y el consuelo necesitan ser actuados de manera física, es ahí donde intervienen los ritos de despedida, que son actos de agradecimiento al ser querido, además de que favorecen la aceptación de que la persona ha muerto, favoreciendo la fase de aceptación del duelo.<sup>117</sup>

Se tiene la creencia de que se debe proteger a los niños y adolescentes del dolor apartándolos de los rituales de despedida, esto puede llevar al niño a una falsa interpretación de que no está siendo tomado en cuenta, o está siendo abandonado. Por este motivo es necesario darles la oportunidad de decidir si quieren o no asistir junto con los adultos, y respetar su decisión. Nunca se debe forzar al niño a hacer algo que él no quiera. <sup>118</sup>

Cabe recordar algo que he mencionado con anterioridad, si el niño decide asistir, es necesario prepararle para lo que va acontecer, es decir, en que va a consistir la ceremonia, qué es lo que van a oír y ver, es muy importante que sepan que los adultos que asistan demostraran sus emociones de diferente manera.<sup>119</sup>

Los niños pueden asistir a los funerales, sólo cuando sean lo suficientemente grandes como para participar en un servicio de congregación, esto puede ser una fuente de aprendizaje para el niño, y un impulso a su desarrollo espiritual.

---

<sup>117</sup>KÜBLER- ROSS, Elizabeth. *Una luz que se apaga*. México, 1985. Págs. 187- 195.

<sup>118</sup> DE VICENTE, Colomina Aída. Op. Cit. Págs. 70- 71

<sup>119</sup> CONCEPCIÓ POCH, Olga Herrero. Op.Cit. Págs. 102- 107

En caso de que el niño decida asistir a la ceremonia de despedida, siempre lo debe hacer acompañado de un adulto de su total confianza y que preferentemente no esté demasiado afectado por la pérdida, para poder dedicarle el tiempo y atención necesarios al niño. Dispuesto a contestar todas las preguntas que le puedan surgir, y sobretodo, dispuesto a abandonar el lugar si el niño lo desea.<sup>120</sup>

En cuanto a niños prescolares, simplemente no tienen la edad necesaria para percibir que es lo que está pasando, entonces no tiene mucho sentido que asista.<sup>121</sup>

En caso de que el niño no desee asistir, se le pueden dar las alternativas de quedarse con un vecino o un amigo de confianza, además de preguntarle si quiere que se lea o diga algo en su nombre. En cualquier situación es imprescindible respetar su decisión y no hacerlo sentir culpable por la misma.

Muchas veces las visitas al cementerio favorecen a una aceptación de que la persona ha fallecido y jamás va a volver a nuestro lado, quizá por eso los adultos, cuando recién fallece una persona, visitamos de manera frecuente el cementerio.<sup>122</sup>

Para las visitas al cementerio y la asistencia a funerales, se debe tomar en cuenta el deseo del niño, y las costumbres de los adultos que lo rodean, el niño es libre de decidir si quiere o no asistir a las ceremonias de despedida, o al cementerio, y en la medida de lo posible, se debe respetar su decisión, sin llegar a arriesgar su integridad física ni emocional.

---

<sup>120</sup> DE VICENTE, Colomina Aída. Op. Cit.

<sup>121</sup>DODD, Robert. Op. Cit. Pág. 64

<sup>122</sup>GOMEZ, Sancho Marcos Op. Cit. Págs. 365- 366



# Conclusiones

---

La vida del ser humano es un cúmulo de emociones y experiencias, cada una de las cuales va constituyendo a la persona como un ser integral, incluido en una sociedad.

El hombre comienza a despedirse desde el momento de su nacimiento, cuando se separa de su madre. Y así a lo largo de su vida se va despidiendo de pequeñas cosas. Algunas despedidas son más trascendentales que otras, pero todas *pasan*, en la vida de un ser humano, y este las debe dejar *pasar*, para poder continuar su crecimiento y forjar nuevas experiencias.

El niño, tan inocente, y alejado de las experiencias mundanas, ya debe ir aprendiendo a despedirse, pues en menos de lo que los padres pueden llegar a esperar, éste marchará a la escuela, dejando una casa vacía. Y sin embargo esta despedida es tan natural que no hay ser humano coherente que se resista a que su hijo asista a la escuela, donde aprenderán cosas, adquirirán algo más que conocimientos académicos, conocerán nuevas personas que marcarán de una u otra manera su vida.

Nos encontramos con muchos padres incapaces de darse cuenta de que su hijo está creciendo y demanda nuevas cosas e intereses, pues poco a poco se está convirtiendo en adulto, quizá los padres se nieguen a aceptar esta realidad porque es similar a verse en el espejo y darse cuenta de que la vida se está pasando y llegará un momento en el que ellos dejarán de estar en ella, dejando a sus hijos.

El crecer es una experiencia tan maravillosa como un atardecer, pero tan misteriosa como la noche, nos puede llenar de alegrías, pero también de amarguras. Todos aquellos fuimos bendecidos con unos padres

benevolentes, que aunque no hayan asistido a la *Academia de papás*, nos han amado infinitamente; al recordar nuestra infancia, nos imaginamos siendo las personas más felices del mundo, pero después de la infancia viene la tormentosa adolescencia, aquella donde quizá, llegamos a cometer las locuras más grandes que se nos pueden llegar a ocurrir, aquellas que deseáramos que nuestros hijos jamás supieran. Pero, pensemos en retrospectiva, ¿Acaso sino hubiéramos llegado a hacer todas esas locuras, llegaríamos a ser los adultos que somos hoy en día? Indudablemente no, cada experiencia es única y nos ayuda a forjarnos. La adolescencia también es única, y cada generación ha tenido sus máximas expresiones de rebeldía de diferente manera. Sin embargo la adolescencia es necesaria, así como los cambios que en ella ocurren. Es necesario que el adolescente se dé cuenta de que es responsable de sus acciones, pero es aún más importante que los padres se percaten de que su hijo ya no está más a su cuidado que al cuidado que él mismo se puede dar. El adolescente llegará a ser tan rebelde como autoritarios lleguen a ser los padres. Es en la adolescencia donde se ponen a prueba todos los principios inculcados en la infancia, de ahí la importancia de bien educar a los hijos desde un principio, para evitarnos posteriores disgustos y mayores decepciones.

La pérdida del cuerpo infantil puede ser tan esperada como una mañana de navidad, pero también puede ser tan abrumadora como el primer día de clases. Todo dependerá de la formación que tenga el púber en su casa, y de la apertura que se le puede llegar a dar a temas como la sexualidad. Los padres (repito) deben de ser conscientes de que su hijo está creciendo y que el hecho de negarlo, no lo va a impedir.

La familia como base de la sociedad acuna a los seres humanos, pero actualmente la familia está más inestable, lo que genera inestabilidad en

la sociedad en general. La familia, es capaz de moldear a las personas, aun desde su formación, es en la familia donde los individuos pueden llegar a vivir sus más mágicas y maravillosas experiencias, y es por medio de la familia, por la que los adultos buscamos trascender nuestro legado en la sociedad, podría decirse que como una manera de asegurar nuestra inmortalidad por medio de nuestra descendencia.

Una familia se inicia aun antes de lo que nos imaginamos, cuando los hijos crecen y entran al final de la adolescencia, comenzaran la búsqueda por la persona con la cual establecer una nueva familia, es en donde los padres, deberían percatarse del éxito que han tenido al fraguar seres autónomos e independientes, que tienen una estabilidad emocional y económica como para pensar en formar una nueva familia, que en su ideal, debería ser totalmente independiente de las familias de origen, sin embargo, por cuestiones más bien culturales, eso se logra pocas veces.

No solo los padres se deberían percatar de su éxito, sino también el individuo, además de reconocerse como ser autónomo e independiente, debe defender su intimidad personal y con su pareja, pues ahora ellos son familia, son ellos los que importan y los que deben buscar el uno, el bienestar del otro, adquiriendo compromisos y realizando sacrificios. Un matrimonio no puede (ni debería) pensar en tener hijos sino ha logrado una total y absoluta independencia del hogar de origen, pues es más bien por la salud de la relación conyugal, por la que se debe defender esa intimidad de pareja e independencia; pensémoslo de esta manera, un hijo que se casa y lleva a vivir con sus padres a su cónyuge, no deja de ser hijo, no deja de ser visto y tratado como tal, aun estando casado, cuando estos matrimonios tienen hijos, es muy común que los abuelos le resten autoridad a los padres.

Anteriormente era muy raro llegar a ver matrimonios que se divorciaran, ahora es casi un reto encontrar un matrimonio que lleva más de 10 años conviviendo en armonía.

El divorcio es un escenario común, y cada vez más niños se enfrentan a la situación de tener que vivir con un padre entre semana y con otro los fines de semana, con uno las vacaciones, con otro la navidad. Sin llegar a satanizar el divorcio, pues considero que más vale divorciarse que llevar una mala relación con tu pareja, creo que las parejas deberían trabajar un poco más en sus relaciones como parejas, no como padres, sino más bien como pareja.

Viéndolo de otra manera, las parejas, al menos en el orden esperado, primero se casan y después tienen hijos, es decir, primero son esposo o esposa y después son padres, y es algo que nunca va a cambiar, incluso cuando no se lleguen a casar, primero son pareja y después padres, entonces, se debería establecer esta escala de valores. No estoy diciendo que desatiendan a los hijos por dedicarse a la pareja, pero tampoco por atender a los hijos se debe dejar de lado a la pareja. Siempre hay ocasiones para vivir el romance, para alimentar y fortalecer la relación de pareja.

Para evitar llegar al divorcio, siempre se le tiene que dar a la pareja el lugar que le pertenece, ya no es una persona más, ahora se ha convertido en la nueva familia, incluso sin llegar al matrimonio. Como tu familia, debe tener prioridad por encima de muchas otras cosas, incluso por encima de la familia biológica o de origen, pues siempre habrá opiniones encontradas con respecto a la conveniencia de la relación con la pareja.

Cada familia tendrá sus dificultades, sus momentos de crisis, pero en la medida en que los padres estén en mejores condiciones como pareja, la

familia saldrá adelante, por el simple hecho de que la *cabeza* funciona de manera correcta.

En la mayoría de las ocasiones, nos olvidamos de las necesidades de los niños en nuestro afán de satisfacer nuestra ambición de superación profesional, tal es el caso del momento en el que le ofrecen un trabajo a uno de los padres lejos del lugar de residencia, lo que implicaría un cambio trascendental en la vida de toda la familia. Imaginemos como nos sentiríamos como adultos, si nos dicen que tenemos que dejar todo lo que conocemos y nuestro modo de vida, todo esto en un santiamén y aparentemente sin tomar en cuenta nuestro sentir al respecto. No con esto quiero decir que las decisiones deban ser tomadas por los niños, pues ellos no son capaces de realizar decisiones tan importantes, pero si es conveniente tomarlos en cuenta, y siempre dejarles en claro que lo que se decida siempre será para su beneficio.

Quizá nuestra infancia fue tan tranquila que en realidad nunca nos tuvimos que mudar lejos de nuestra familia biológica, pero en la actualidad, la gente se adapta a los trabajos, no los trabajos a la gente. Lo cual implica que quizá nuestros hijos se tengan que despedir de sus amigos y compañeros de escuela más veces de las que nosotros llegamos a decir adiós.

Lo anterior nos pone en una encrucijada, ante la necesidad de preparar a nuestros niños para decir adiós, para aprender a desprenderse de las personas, sin llegar a minimizar el cariño y la relación que se tiene con ellos, ni mucho menos pensando en convertirlos en personas insensibles, incapaces de encariñarse con otros por miedo a la separación.

La muerte es tan común en la vida como el sexo, y tan necesaria como la vida, me pregunto ¿Por qué si es tan cotidiana la ocultamos a los ojos de

los demás?, a lo largo de nuestras vidas hemos visto morir a varias personas o a algunas pocas (los más afortunados), e indudablemente, alguien nos verá morir. Considero que es tan importante educar a los niños para que ejerzan una sexualidad responsable, como educarlos para que sean capaces de afrontar las pérdidas que sufrirán a lo largo de la vida.

La vida está plagada de matices, de colores, tiene sus días bellos y sus días grises, sus momentos felices y sus momentos de desdicha, si somos capaces de reconocer ambos, entonces seremos capaces de vivirla al máximo, cada momento tienen su espacio, cada experiencia su tiempo, cada llegada su partida, cada, "hola", lleva implícito un, "adiós", y todo es necesario para mantener el equilibrio natural.

Los seres humanos necesitamos expresar nuestros sentimientos, y cuando una persona querida muere, no debe ser la excepción, pues aunque los expresemos al aire con el deseo de que se los lleve lo más lejos posible de nosotros, debemos sacarlos, para no ahogarnos en nuestra amargura y desesperación.

Preparar a los niños para la muerte es una manera de enseñarles a vivir, de demostrarles que todo inicio tiene un final, y que antes de lo que esperamos, nuestra vida se termina, y no hay mejor momento para vivirla que el presente, eso no implicaría dejar de tener esperanza por un futuro, pero si, hacerse responsable de aquello que se puede llegar a hacer, y trazar el camino que nos ha de llevar a nuestras metas, sin olvidar que tenemos un límite establecido. Es como plantearles las reglas del juego, y leerles las letras chiquitas.

Sueña, sueña en grande, nunca dejes de soñar, ni mucho menos de luchar por tus sueños, no tienes nada que te detenga, pero nunca olvides que tu límite es el tiempo que se te ha brindado para vivir, sea un día, un año o 91,

no lo podrás rebasar, y en el camino se irán quedando aquellas personas a las que amas y cuando te vayas dejarás a muchos que aún te amen...

## Bibliografía

- Abengózar Torres, M. C., Cerdá Ferrer, C., & Meléndez Moral, J. C. (1998). *Desarrollo familiar aspectos teóricos y prácticos*. Valencia, España: Promolibro.
- Baum, H. (2003). *¿Está la abuelita en el cielo?* (J. Bravo, Trad.) Barcelona, España: Paidós.
- Bermejo, J. C. (2003). *La muerte enseña a vivir* (2a ed.). Madrid, España: San Pablo.
- Beyer, R., & Winchester, K. (2003). *Como explicar el divorcio a los niños. Un manual para adultos*. (J. C. Guix, Trad.) Barcelona, España: Oniro.
- Brock, A. (2008). *Communication, language and literacy, from birth to five*. Los Ángeles, Estados Unidos de América: SAGE.
- Carvajal Orozco, G. (1993). *Adolecer: la aventura de una metamorfosis*. Bogota, Colombia: Tiresias.
- Concepció Poch, O. H. (2003). *La muerte y el duelo en el contexto educativo*. Barcelona, España: Paidós.
- Davison, D. (2006). *Separación y divorcio. Un faro en el camino*. Buenos Aires, Argentina: Universidad.
- Dodd, R. (1994). *Ayudar a los niños a enfrentar la muerte*. Distrito Federal, México: Centenario.
- Dowling, E. (2008). *Como ayudar a la familia durante la separación y el divorcio: los cambios en la vida de los hijos*. (P. Manzano Bernández, Trad.) Madrid, España: Morata.
- Elsner, P. V., Montero L., M., Reyes V., C., & Zegers P., B. (2001). *La familia: una aventura* (5a ed.). Santiago, Chile: Alfaomega.
- Española, R. A. (2009). *Real Academia Española*. Recuperado el 01 de 10 de 2012, de Diccionario de la Real Academia:  
[http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO\\_BUS=3&LEMA=perdida](http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=perdida)
- Española, R. A. (Julio de 2010). *Diccionario de la lengua española*. Recuperado el 1 de Febrero de 2012, de  
[http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO\\_BUS=3&LEMA=parricidio](http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=parricidio)
- Feldman, R. S. (2008). *Desarrollo en la infancia* (Cuarta ed.). Naucalpan, Estado de México, México: Pearson Educación.



- Flavell, J. H. (1993). *La psicología evolutiva de Jean Piaget*. (M. T. Cevasco, Trad.) México: Paidós.
- Gilberti, E. (2005). *La familia a pesar de todo*. México: Novedades Educativas.
- Gómez, M. S. (2007). *La pérdida de un ser querido. El duelo y el luto*. Madrid, España: Arán.
- Gubel, I. (s.f.). *Investigación y docencia en hipnosis, psicoterapias breves y medicina psicosomática*. Recuperado el 13 de Febrero de 20112, de [http://www.hipnosisnet.com.ar/enfermedades\\_psicosomaticas\\_7.htm](http://www.hipnosisnet.com.ar/enfermedades_psicosomaticas_7.htm)
- Hetherington, E. M., & Kelly, J. (2005). *En lo bueno y en lo malo: la experiencia del divorcio como influye realmente la separación en la vida de padres e hijos*. (A. G. Ribera, Trad.) Barcelona, España: Paidós.
- Jhonson, H. M. (1967). *Sociología y psicología social de la familia*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Kübler- Ross, E. (1985). *Una luz que se apaga*. (P. Angulo, Trad.) Nueva York: Pax .
- Levi- Strauss, C. (1974). *Polémicas sobre el origen de la universalidad de la familia*. Barcelona, España: Anagrama.
- Muñoz, X. (2010). *El camino del duelo, aprendiendo a vivir despues de una pérdida*. Madrid, España: Taranná.
- Ramos Alvarez, R. (2009). *Las estrellas fugaces no conceden deseos*. Madrid, España: Tea .
- Rosas, R. (2008). *Piaget, Vigotsky y Maruranna. Constructivismo a tres voces*. Buenos Aires, Argentina: Aique.
- Sahler, O. J. (1983). *El niño y la muerte*. (M. F. Alvarez, Trad.) Madrid, España: Alhambra.
- Sanchez Azcona, J. (2008). *Familia y sociedad*. Distrito Federal, México: Porrúa.
- Santrock, J. W. (2004). *Psicología del desarrollo en la adolescencia* (Novena ed.). (A. C. Pérez, Trad.) Madrid, España: Mc Graw Hill.
- Sheridan, M. D. (2008). *From birth to five: children's developmental progress*. New York, Estados Unidos de América: Routledge.
- Turner, M. (2004). *Como hablar con niños y juvenes sobre la muerte*. (R. Santandreu, Trad.) Barcelona, España: Paidós.

UNICEF. (2005). *UNICEF*. Recuperado el 7 de Enero de 2012, de <http://www.unicef.org/spanish/sowc05/childhooddefined.html>

Wolfet, A. (2003). *Consejos para niños ante el significado de la muerte*. (M. Terés, Trad.) Barcelona, España: Diagonal.