



UNIVERSIDAD ALZATE DE OZUMBA.

INCORPORADA A LA UNAM CLAVE 8898-25.

“EL DUELO INFANTIL: PLAN DE INTERVENCIÓN CON ENFOQUE SISTÉMICO, EN NIÑOS DE LA SEGUNDA INFANCIA PARA LA PREVENCIÓN DEL DUELO COMPLICADO.”

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA.

P R E S E N T A

CAMILA SÁNCHEZ ALVAREZ

ASESOR (A) DE TESINA:
LIC. IVONNE CARREÓN CÁZARES

OZUMBA, ESTADO DE MÉXICO

FEBRERO 2023



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.

Dedicada a...

Mi madre **Norma Sánchez** gracias por tantas enseñanzas, gracias por estar conmigo en todo momento, por no dejarme caer cuando he querido tirar la toalla, gracias por jamás cortarme las alas al contrario siempre me has impulsado a luchar por mis metas, pero sobre todo gracias por llenarme de amor.

Mi padre **Manuel Luna** gracias por todo lo que me has enseñado, por estar conmigo en todo momento, gracias por confiar en mí, pero sobre todo gracias por enseñarme que el camino del éxito este forjado por trabajo honesto, gracias por jamás soltarme de la mano y llenarme de amor.

A mi padrino **Juan Sánchez** por ser mi segundo padre, gracias por llenarme de mucho amor, gracias por estar incondicionalmente conmigo y apoyarme en cada decisión que he tomado.

En memoria de...

Mi abuelo **Pedro Sánchez Valencia** gracias por ser el mejor abuelo, gracias por llenarme de amor, enseñarme a luchar por mis sueños y jamás darme por vencida.

Mi abuela **Agustina Alvarez Sánchez** gracias por enseñarme a confiar en mí misma, gracias por enseñarme a florecer a pesar de la adversidad.

AGRADECIMIENTOS

A mis padres

Gracias por su amor y apoyo incondicional, por impulsarme en todo momento, por ser mi guía a lo largo de esta vida, por inculcarme los valores y educación con los que cuento, por enseñarme que sin importar las veces que me caiga ustedes siempre estarán ahí para brindarme su apoyo y nuevamente me levante y continúe luchando por mis sueños como ustedes me han enseñado.

A mis hermanos

Gracias por todo el amor y apoyo que me han brindado, Mau gracias por ser mi inspiración, mi ejemplo a seguir. Manuel gracias por confiar en mí, por estar incondicionalmente. A los dos muchas gracias por cuidarme, protegerme, pero sobre todo gracias por siempre estar conmigo y nunca dejarme caer, gracias por ese amor incondicional.

A mis amigos

Gracias por estar conmigo en las buenas y en las malas, gracias por confiar en mí y recordarme día con día que todo lo que me proponga lo puedo lograr, gracias por tantas carcajadas y tantos momentos vividos, gracias por celebrar mis triunfos y alegrarse como si fueran de ustedes, siempre estarán en mi corazón.

A mi asesora y sinodales

Gracias por su apoyo y confianza en mí y en mi trabajo, gracias por compartirme un poco de sus conocimientos y ser mi guía en la construcción de este proyecto, gracias por el tiempo que dedicaron a este proyecto, de igual manera gracias por los consejos y apoyo que me dieron a lo largo de la carrera.

RESUMEN

El presente trabajo tuvo como propósito diseñar un plan de intervención para trabajar la elaboración del duelo en niños de la segunda infancia desde un enfoque sistémico ya que la participación del grupo familiar primario favorece la elaboración del duelo en el menor logrando se afiancen de mejor manera los aprendizajes adquiridos durante la intervención psicoterapéutica, con la finalidad de evitar el desarrollo de un duelo complicado. Siendo esta propuesta una herramienta específicamente para terapeutas, donde se brindan al infante las herramientas necesarias para desarrollar habilidades que le permiten un buen desarrollo en su proceso de duelo. Es una investigación de tipo documental con un alcance descriptivo, donde se analiza como es el proceso de duelo infantil, permitiendo conocer cuáles son las herramientas con las que cuentan los niños para comprender y afrontar la pérdida de un ser querido. La propuesta de intervención cuenta con actividades psicodramáticas que permiten una mejor identificación y expresión de emociones que favorecen en el desarrollo de la autorregulación emocional en el niño.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	9
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	11
JUSTIFICACIÓN.....	13
OBJETIVOS.....	16
CAPÍTULO I CONCEPCIÓN DE MUERTE EN LA INFANCIA.....	17
1.1 MUERTE; DEFINICIÓN, CONCEPTOS CLAVE Y CONSIDERACIONES POR EDAD.....	17
1.1.1 <i>DEFINICIÓN DE MUERTE.....</i>	17
1.1.2 <i>CONCEPTOS CLAVE PARA COMPRENDER LA MUERTE</i>	18
1.1.3 <i>CONSIDERACIONES POR EDAD.....</i>	19
CAPÍTULO II PROCESO DE DUELO.	22
2.1 DUELO, CONCEPTUALIZACIÓN, TIPOS Y PROCESO.....	22
2.1.1 <i>DEFINICIÓN DE DUELO.....</i>	22
2.1.2 <i>TIPOS DE DUELO.....</i>	25
2.1.2.1 <i>DUELO NORMAL.....</i>	25
2.1.2.2 <i>DUELO COMPLICADO O PATOLÓGICO</i>	27
2.1.3 <i>ETAPAS DEL DUELO</i>	29
2.2 DUELO INFANTIL.....	32
2.2.1 <i>CARACTERÍSTICAS DEL DUELO INFANTIL.....</i>	32
2.2.2 <i>ELABORACIÓN DEL DUELO EN LA INFANCIA.....</i>	34
2.2.3 <i>MANIFESTACIONES DEL DUELO INFANTIL</i>	35
2.2.4 <i>DIFERENCIAS ENTRE EL DUELO EN INFANTES Y ADULTOS.....</i>	37
2.2.5 <i>MITOS SOBRE EL DUELO EN LA INFANCIA</i>	38

2.2.6 DERECHOS DE LOS NIÑOS EN EL DUELO	39
CAPÍTULO III DESARROLLO DE LA SEGUNDA INFANCIA (DE LOS 6 A LOS 12 AÑOS)	42
3.1 DESARROLLO FÍSICO.....	42
3.2 DESARROLLO COGNITIVO	43
3.3 DESARROLLO AFECTIVO.....	44
3.4 DESARROLLO PSICOSOCIAL	46
CAPÍTULO IV ENFOQUE SISTÉMICO	51
4.1 EN QUÉ CONSISTE EL ENFOQUE SISTÉMICO	51
4.1.1 TEORÍA GENERAL DE LOS SISTEMAS	51
4.1.2 LA FAMILIA COMO SISTEMA.....	53
4.2 INTERVENCIÓN SISTÉMICA.....	54
4.3 DUELO FAMILIAR Y EL ENFOQUE SISTÉMICO	54
4.3.1 DUELO FAMILIAR.....	55
4.3.2 TAREAS DEL DUELO EN LA FAMILIA.....	56
4.3.3 ESTRATEGIAS TERAPÉUTICAS DEL ENFOQUE SISTÉMICO ENFOCADAS EN EL DUELO FAMILIAR	57
4.4 RESULTADOS POSITIVOS TRAS LA IMPLEMENTACIÓN DEL ENFOQUE SISTÉMICO EN INTERVENCIONES	59
CAPÍTULO V MÉTODO.....	62
5.1 ENFOQUE Y DISEÑO	62
5.2 DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES	62
5.3 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	64
5.4 HIPÓTESIS.....	64
PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....	65
INTRODUCCIÓN	65

JUSTIFICACIÓN.....	66
OBJETIVO	68
<i>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</i>	68
CARACTERÍSTICAS DEL PLAN DE INTERVENCIÓN	69
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	70
PLAN DE INTERVENCIÓN.....	72
SUGERENCIAS.....	114
CONCLUSIONES	115
ANEXOS PLAN DE INTERVENCIÓN	118
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	140
REFERENCIAS PLAN DE INTERVENCIÓN.....	144

INTRODUCCIÓN

A lo largo de la vida nos enfrentamos a incontables experiencias de duelo, desde una edad temprana hasta la vejez; sin embargo, no se vive de la misma manera en cada una de las etapas de desarrollo. Cada etapa tiene sus propias características y condiciones para que la persona pueda aceptar la pérdida y elaborar su duelo de la mejor manera. Además de que el duelo es un proceso único e individual (Díaz, 2016), donde cada persona lo vive de diferente manera. En la infancia es sumamente significativa la pérdida de un familiar, ya que depende del modo en que se trabaje y elabore el duelo infantil las habilidades y herramientas que adquiera y desarrolle el niño para el afrontamiento de cualquier pérdida.

Un niño en duelo es aquel que experimenta la pérdida de un familiar que tiene un valor significativo en su vida, como lo puede ser el fallecimiento de alguno de sus padres, hermanos o abuelos, incluso el duelo lo llevan a cabo tras el divorcio de los padres o abandono por parte de uno de ellos (Fonnegra citada por Jaramillo, Romero, Tobar 2012). Estas pérdidas implican un cambio y una adaptación tras la ausencia, a pesar de la inmadurez que tiene los niños, a partir de la segunda infancia ya tiene la capacidad de comprender lo que es la muerte y lo que sucede a su alrededor (Espinosa, 2011).

Dentro del duelo infantil un punto importante es que los niños toman a sus referentes como modelos a seguir, por lo que a través de ellos aprenderán cómo afrontar la muerte de un familiar. De aquí parte la importancia del acompañamiento familiar a lo largo del proceso de elaboración del duelo infantil (Tizón, 2004).

Transitar el duelo y poder elaborarlo, a pesar de ser un trabajo complejo es primordial para evitar la aparición de conflictos psíquicos, es por este motivo la importancia de conocer cómo y de qué manera se manifiesta el duelo infantil. Ya que cuando no se logra elaborar un proceso de duelo adecuado en el infante, puede llegar a convertirse en un duelo patológico, perjudicando la manera en la que se enfrenten futuras pérdidas, incluso se podría ver afectada la forma en cómo el infante percibe y enfrenta el mundo.

Desde principios de 2020 estamos experimentando una situación insólita; la aparición de un virus violento el cual se ha extendido por todo el mundo con esta pandemia la muerte ha entrado en acción pues se ha vuelto la protagonista de nuestra actual sociedad. De ahí la importancia de abordar temas como la muerte y el proceso de duelo en infantes, ya que poseen una fuerza interior extraordinaria, sobre todo cuentan con una gran determinación para crecer y seguir hacia adelante. Brindar seguridad no es evitar hablarles de muerte, alejarlos de los rituales que esta misma constra, incluso tapar el sufrimiento, sino simplemente acompañarlos en este proceso.

Debido a la importancia del duelo infantil, se desarrolla la propuesta de un plan de intervención psicoterapéutico construido bajo un enfoque sistémico, para trabajar con niños de la segunda infancia la elaboración de su proceso de duelo, evitando el desarrollo de un duelo complicado o patológico. Siendo este plan de intervención una herramienta para psicoterapeutas.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La inquietud por abordar el tema de duelo infantil, en específico la creación de un plan de intervención, radica en las observaciones y experiencias previas en nuestra sociedad actual, puesto que en el último año nos enfrentamos a una pandemia de nivel mundial, donde la muerte se ha convertido en el pan de cada día viéndose afectadas personas de todas las edades, la población más vulnerable en estos casos son los infantes, puesto que la sociedad vive posicionada a espaldas de la muerte, ya que la muerte es un tabú, un tema que se considera incómodo o difícil, prácticamente una realidad que se oculta, que se niega, por ende no se les enseña a los niños cómo hacer frente a la pérdida. Regularmente la gente no le dice a sus hijos “así es como se hace cuando fallece un ser querido o así es como se llora”; por el contrario evitan llorar delante de ellos y cuando alguien lo hace los alejan, sin tomar en cuenta que ellos aprenden por medio de la experiencia y la observación, el alejarlos traerá como consecuencia problemas al momento de enfrentarse ante futuras pérdidas, que pueden ir desde que el niño no sepa cómo expresar sus emociones o qué hacer ante esta situación, hasta desarrollar un duelo patológico que le impida tener un buen desenvolvimiento en cualquier ámbito.

El duelo es un proceso de adaptación, es un camino que tarde o temprano se va a recorrer, tanto en la población infantil como la adulta, cada que perdemos a alguien o algo importante en nuestras vidas, tenemos que aprender a vivir sin esa persona o sin aquello que hemos perdido, por lo que el duelo y la muerte se convierten en conceptos que debemos tener presentes en los niños, comprendiendo que al momento de permitirles vivir su duelo ante una pérdida significativa les estamos ayudando a prepararse para poder afrontar de una mejor manera cualquier pérdida futura, puesto que cuando no se vive un duelo de la manera adecuada trae consecuencias a nivel físico y psicológico como la manifestación de trastornos tales como la ansiedad, depresión, incluso somatizaciones o en casos llegan a desarrollarse duelos complicados, que tienen gran impacto en distintos entornos como el ambiente educativo, social y primordialmente en lo familiar.

Debido a toda esta situación surge una interrogante ¿Cómo brindarle las herramientas y habilidades necesarias al niño para sobrellevar y afrontar una pérdida

significativa, evitando el desarrollo de un duelo complicado? En la actualidad son pocas las guías que se han creado con respecto a cómo se les puede apoyar y guiar a los niños en la elaboración de un duelo, de ahí la propuesta de crear un plan de intervención basado en el enfoque sistémico, para que los niños trabajen y elaboren su duelo de la mejor manera posible con apoyo de su familia. Especificando que la propuesta está enfocada en ser una herramienta para psicoterapeutas.

JUSTIFICACIÓN

Siendo la muerte el hecho más seguro que todos debemos experimentar, es uno de los temas menos abordados, por la situación actual que se vive en nuestro país a consecuencia de la pandemia, es inevitable hablar de ella. En base al comunicado de prensa Núm. 61/21 publicado el 27 de enero de 2021 por el INEGI, se tiene un exceso de mortalidad; entre enero y agosto de 2020 en México se contabilizaron, mediante los registros administrativos generados a partir de los certificados de defunción suministrados por las oficialías del Registro Civil, los Servicios Médicos Forenses y de los cuadernos estadísticos suministrados por las Agencias del Ministerio Público, un total de 683 823 muertes, considerando las defunciones ocurridas de 2012 a 2019, se esperaba que para enero y agosto 2020 un total de 488 343 defunciones y ocurrieron 683 823, por lo que en base en estos resultados se tiene un exceso de mortalidad, equivalente a un 37.9 por ciento.

Con base a estos resultados es notable que gran parte de la población ha enfrentado mínimo una pérdida significativa; sin embargo, aunque la muerte y el duelo se han convertido en un tema de interés actual y los medios de comunicación como la televisión presentan noticias continuas de personas que mueren, de ninguna manera preparan a la población para afrontar la muerte del algún ser cercano, sino que esta experiencia queda a expensas del mundo privado de cada familia. De acuerdo con Esquerda y Agustí, 2012 (citado por, Moreno, 2014) el hecho de que la sociedad no recibe una educación adecuada que le ayude y prepare ante una futura pérdida afectiva, esto contribuye a que este suceso no se conciba como una fase más de la vida, sino que la población la afronta con miedo, sin experimentar con normalidad las emociones negativas que son propias de la pérdida.

Con respecto a la literatura consultada Lewis 2002 (citado en Lozano y Chaskel, 2009) determina que un 4% de niños han sufrido el fallecimiento de alguno de sus progenitores antes de los 15 años, no obstante, este porcentaje aumentaría considerablemente si se toma en cuenta a los niños que han vivido la pérdida de alguno de los abuelos; tomando en cuenta este porcentaje y comparándolos con la tasa de mortalidad actual la cantidad de niños que han vivido una pérdida significativa ha aumentado de manera abrupta.

Guillen 2013, en su artículo “Crecer con la pérdida: el duelo en la infancia y adolescencia”, publicado en la Revista Internacional de Psicología del Desarrollo y Educación alrededor del 40 % de los niños que viven un duelo suelen padecer un trastorno un año después de la pérdida; de aquí la importancia de la prevención y el trabajo psicoterapéutico en estos casos. Con relación a los datos de casos clínicos, observacionales y experimentales con los que actualmente se cuentan, hablan a favor de que los niños sí pueden experimentar procesos de duelo, evidentemente presentando características diferentes con respecto a los adultos, que, con la ayuda y atención adecuada, pueden evitarse duelos complejos tras pérdidas significativas. Cabodevilla en 2007, determina que las personas durante las primeras etapas de su desarrollo aún no han sido estimuladas y apoyadas para ser personas individuales e independientes, que puedan desarrollar su identidad y así no presentar dificultades para desprenderse de los objetos o personas queridas, resultando difícil la elaboración del duelo. En este mismo sentido, Bowlby (1993) defiende que las pérdidas afectivas significativas en la infancia pueden dar lugar a una baja autoestima o a un mal autoconcepto, a una sobre idealización del fallecido, al establecimiento de relaciones negativas con los otros, de dependencia o sumisión, entre otras. De ahí que es de suma importancia atender los primeros pasos que se dan para afrontar la pérdida de la mejor manera posible, evitando complicaciones que dan como resultado un duelo complicado.

En el artículo “Efectividad de una intervención psicoeducativa enfermera como herramienta de ayuda en la elaboración del duelo infantil” se menciona que el duelo patológico ya sea en niños o adolescentes se caracteriza por la intensificación del dolor que invade al individuo, bloqueando sus mecanismos para la elaboración del duelo, cuyo resultado generalmente se manifiesta en conductas no adaptativas, tales como; alteración en la conducta (31.5%); alteración del rendimiento escolar o el absoluto rechazo a la escuela (20.2%); trastorno depresivo; desinterés y negación prolongada (15.7%); trastorno por ansiedad (15.2%); alteraciones corporales o somatizaciones (14%); alteración en la socialización o en definitivo el aislamiento de sus amigos (3.4%).

Los niños sufren la muerte de sus seres queridos, sienten y se cuestionan muchas cosas; por lo que sus preguntas, temores, comportamientos, inquietudes y

su dolor deben ser atendidos, escuchados y cuidados. Si bien es cierto que a menudo los adultos no están preparados o no tienen los conocimientos suficientes para ofrecer esta atención con calidad, de ahí la importancia de abordar este tema. De las explicaciones que se le den al menor dependerá la forma en que podrá vivir su duelo.

Tras la revisión literaria sobre el tema de interés y la evaluación de la situación actual de nuestro país, surge la elaboración de un plan de intervención que sirva como herramienta para los profesionales de la salud en específico psicoterapeutas para trabajar con los niños de la segunda infancia la elaboración del proceso del duelo, esta propuesta cuenta con actividades que le permitirán al niño adquirir y desarrollar las habilidades y/o herramientas necesarias para el afrontamiento de su duelo, todo esto bajo un enfoque sistémico donde la familia del niño en específico el grupo primario participará en función del bienestar del niño, de modo que logre elaborar su duelo de la manera más sana posible evitando el desarrollo de un duelo complicado.

OBJETIVOS.

Objetivo General: Proponer un plan de intervención para brindarles a los infantes y sus familias las herramientas necesarias para la elaboración de un proceso de duelo sano, previniendo un duelo complicado.

Objetivos específicos:

- Conocer cómo es el proceso de duelo infantil.
- Determinar las herramientas con las que cuentan los infantes para comprender y afrontar de la mejor manera la pérdida de un ser querido.
- Considerar que el apoyo y unión familiar es fundamental para la prevención de un duelo complicado.
- Desarrollar actividades enfocadas a los niños y familiares que estén pasando por esta situación desde un enfoque sistémico.

CAPÍTULO I CONCEPCIÓN DE MUERTE EN LA INFANCIA

1.1 MUERTE: DEFINICIÓN, CONCEPTOS CLAVE Y CONSIDERACIONES POR EDAD.

1.1.1 DEFINICIÓN DE MUERTE

“La muerte es una quimera: porque mientras yo existo, no existe la muerte y cuando la muerte es, nosotros no somos.”

(Antonio Machado)

A través de los años son distintos los autores que han tratado de definir el concepto de muerte, sin embargo, en la actualidad existe una gran variedad de definiciones sobre lo que es la muerte, por su parte Estancanti (1995), define la muerte como la conclusión de la existencia terrena e histórica de una persona, se dan por terminados los procesos biológicos fundamentales, al igual que sus relaciones sociales.

La muerte es un hecho trascendental que pone fin a la vida, es un proceso natural de la vida, puede ocurrir a cualquier edad, repentinamente o a causa de una enfermedad (Kübler-Ross, 2005). A pesar de que todos estamos conscientes de que algún día todos vamos a morir, cuando muere un ser querido resulta un hecho muy difícil de aceptar, que afecta en su totalidad a la persona, cuando se rompe el vínculo con la persona fallecida, aparece el sufrimiento, poniendo a prueba la capacidad del ser humano para afrontar una situación de este tipo.

Esquerda y Agustí (2012), menciona que el concepto es muy complejo y abstracto, que, en los niños, la elaboración de la idea de la muerte sigue un proceso evolutivo congruente con su desarrollo cognitivo y emocional, proporcional a la madurez de su inteligencia y emociones.

En conclusión, la muerte es el fin de la vida, como tal el organismo vivo deja de funcionar, es un hecho inevitable que puede ocurrir a cualquier edad, en ocasiones se debe a accidentes vitales como un infarto, a una enfermedad, a un accidente, a un asesinato o por envejecimiento.

1.1.2 CONCEPTOS CLAVE PARA COMPRENDER LA MUERTE

La comprensión del concepto de muerte es imprescindible para garantizar una buena evolución en el proceso de duelo de los infantes. Santamaria (2010), menciona que hay cuatro conceptos ayudan a los menores a comprender lo que es la muerte.

Irreversibilidad.

El objetivo es que el infante comprenda que la muerte es permanente, que no existe vuelta atrás, se trata de un hecho definitivo. Se deben evitar metáforas como: “se fue”, “está en otro lugar”, “se ha ido”, “ha subido al cielo”, ya que estas pueden contribuir a que el menor crea que va a regresar su ser querido y experimentando frustración, angustia o ira, incluso intentará hacer cosas para que la persona regrese. Es importante asegurar que el niño entienda que nunca más volverá a ver a su ser querido.

Universalidad

El objetivo es que el menor comprenda que la muerte es un fenómeno que puede sucederle a todas las personas (Esquerda y Agustí, 2012). La universalidad puede causar temor en los niños, temor a que más de sus seres queridos mueran o incluso a que él muera. Para controlar esta angustia en los niños, se les debe de brindar la seguridad de que sí llegará el momento en que morirán, pero ya que haya pasado mucho tiempo, cuando ellos sean grandes y puedan cuidarse solos. Al trabajar este concepto con los infantes se les estará facilitando la información necesaria para interiorizarla, de tal manera que ayuda a que se contrarresten sus pensamientos mágicos que pudieran crear en su imaginación, evitando una mala comprensión de la muerte.

El cuerpo deja de funcionar.

El objetivo es que los menores entiendan que después de la muerte todas las funciones del cuerpo dejan de funcionar, debe de quedar claro que cuando las personas fallecen no pueden ver, escuchar, no hablan, no sufren y no sienten dolor. Una vez que los niños entiendan que estas funciones se han interrumpido, se les puede explicar lo que significa que una persona “viva en nuestro recuerdo”, que entienda que esa persona siempre estará en su memoria.

La muerte tiene una explicación y es física.

El objetivo principal es que los menores comprendan que la muerte se produce por una causa, que las personas no mueren de la nada o sin una causa física. Por lo que es fundamental explicarles la causa exacta de la muerte, si fue una falla en el corazón, los pulmones, el cerebro dejó de funcionar o si fue por una infección. Se les debe aclarar que sus pensamientos o sentimientos jamás van a causar la muerte de nadie, deben entender que ellos no son los culpables de lo que ha pasado. Se les debe explicar que la muerte ocurre en un momento determinado, y que es independiente de la bondad o maldad del fallecido, así como su edad o circunstancias.

Los niños necesitan de la ayuda de un adulto para comprender lo que es la muerte, necesitan que se les hable con la verdad, para que puedan elaborar de la mejor manera posible su duelo.

1.1.3 CONSIDERACIONES POR EDAD

Es importante tener en cuenta la etapa de desarrollo, por tanto, la edad cognitiva en que se encuentren los niños para que se dé una buena comprensión de la muerte, además que esto permitirá entender cuál es la mejor manera de explicarles este concepto.

- De los 0 a los 2 años: Lozano (2008), menciona que los niños no son capaces de interpretar las nociones abstractas de lo que está ocurriendo, a esta edad su conocimiento cognitivo es limitado. Aunque no hay una concepción de la

muerte, si hay una percepción de la ausencia de la persona fallecida, siempre y cuando sea una persona significativa, de igual manera llegan a percibir el dolor y el cambio de ánimo de las personas que lo cuidan. A esta edad la muerte equivale en un sentido concreto a la separación, desde que el niño percibe que falta alguien, de este modo la separación es vivida como un abandono, representando una amenaza a su seguridad (Bowlby, 1993).

- De los 3 a los 6 años: Los niños que están en duelo, aún tienen una comprensión limitada sobre la muerte, estas edades están dominadas por el pensamiento mágico donde creen que todo lo que imaginan es posible, por tanto, es importante usar un lenguaje claro y concreto cada vez que ellos expresen alguna curiosidad respecto al tema, evitando por completo las metáforas ya que estas impiden que el niño comprenda las dimensiones reales de la muerte (Bowlby, 1980).

Por su parte Díaz (2016), hace referencia en la importancia de ofrecerles una respuesta sincera y concreta ante las curiosidades que manifiesten los niños, además de ser pacientes con ellos porque será necesario explicar una y otra vez lo ocurrido, para que vayan asimilando que la muerte es irreversible, absoluta y definitiva. En esta etapa los niños pueden llegar a pensar que la muerte o la enfermedad son contagiosas (Tizón, 2004).

- De los 6 a los 10 años: A esta edad es de gran importancia que los niños logren comprender en su totalidad las dimensiones de la muerte; es decir, las circunstancias y los hechos que la rodean (Díaz, 2016). Entre los seis y ocho años van siendo más conscientes de lo que significa el concepto de muerte, comprenden que la muerte es irreversible, de que la muerte es un fenómeno universal, sin embargo, no aceptan la posibilidad de que les ocurra a algún familiar o a ellos mismos (Esquerda y Agustí, 2012).

Díaz (2016), establece que en esta etapa los niños son más temerosos y pueden desarrollar miedos con respecto a la pérdida de otros seres queridos, por lo que hay que aclararles todos los aspectos reales que rodean a la pérdida, para que así su imaginación no incremente esos miedos. Los niños de nueve a diez años comienzan a aceptar que la muerte también puede ocurrirles a ellos, esto incrementa su incertidumbre y fragilidad, por lo que hay que

acompañarlos en todo el proceso de duelo, hablándoles en todo momento con la verdad, explicando lo que está pasando, ya que a estas edades suelen mostrar interés en formar parte de las costumbres y rituales de despedida (Lozano y Chaskel, 2009).

- De los 10 a los 12 años: En esta etapa ya comprenden todas las dimensiones de la muerte y sus causas, siendo conscientes del impacto que genera la pérdida en sí mismos y en terceras personas, preocupándose cómo se verá afectada su vida, por lo que es viable dejarlos participar en los ritos funerarios para que tengan un conocimiento complejo sobre lo que está pasando y logren darle un sentido a la realidad de lo que implica una pérdida (Díaz, 2016). A partir de los once años los niños adquieren una noción similar a la de los adultos con respecto a la muerte; comienzan a desarrollar su propia filosofía de vida, cambiando sus actitudes en relación con la muerte. Aunque ya comprenden la muerte en su totalidad, suelen llegar a sentirse angustiados e incluso parecen obsesionados con el tema (Lozano y Chaskel, 2009). Apraiz (2006) hace mención de que en esta etapa los niños son muy vulnerables, por lo que hay que prestarles bastante atención, ellos suelen expresar su malestar negando la realidad o realizando conductas inadaptadas y agresivas, incluso en algunos casos pueden llegar a creer que expresar sus emociones es un signo de debilidad. Aunque ya comprenden la muerte en su totalidad no están preparados para afrontar solos un proceso de duelo, un adulto debe acompañarlos y guiarlos.

CAPÍTULO II PROCESO DE DUELO.

2.1 DUELO, CONCEPTUALIZACIÓN, TIPOS Y PROCESO.

2.1.1 DEFINICIÓN DE DUELO

Etimológicamente el término duelo proviene del latín *dolos* que significa dolor, lástima, y del latín *duellum* que hace referencia a un combate o pelea entre dos a consecuencia de un reto o desafío. El duelo es una respuesta natural a la pérdida de cualquier persona, cosa o valor con lo que se ha construido un vínculo afectivo, como tal se trata de un proceso natural y humano y no de una enfermedad que haya que evitarse o curarse (Payás, 2007).

El proceso de duelo es el conjunto de emociones, representaciones mentales y conductas vinculadas a la pérdida afectiva, generando una serie de emociones y sentimientos, que van desde la tristeza y el dolor, a la rabia y agresión, desde lo bueno que nos proporcionó hasta el resentimiento por el daño que nos causó o por lo que dejó de darnos o hacernos (Tizón, 2013).

Al ser el duelo uno de los procesos más complejos por los que tarde o temprano se enfrenta una persona Díaz (2016), propone que hay 5 factores esenciales para comprender mejor este proceso, los cuales son los siguientes:

1. El duelo es un proceso. Implica principalmente dos aspectos, tiempo y decisión. Requiere de paciencia, el dolor y/o sufrimiento no terminarán de un día al otro.
2. Es dinámico. Es un proceso cambiante, tomando en cuenta que no es necesario que sea lineal, o en un orden específico.
3. Es normal. Es común que tras una pérdida significativa el duelo aparezca, propiciando un gran dolor, que estará acompañado de distintas reacciones emocionales, cognitivas e incluso físicas.

4. Es un proceso único. Es una experiencia personal, cada pérdida es única, es por esto que cada persona lo vivirá de manera distinta, ya que dependerá de la etapa de desarrollo en la que se encuentre, los recursos personales y sociales con los que cuente.
5. Implica un trabajo personal. Requiere de una elaboración personal, donde se requerirá que el doliente acepte la realidad de la muerte, que trabaje sus emociones asociadas con la pérdida, aprende a vivir en una realidad donde ya no está el fallecido, además de recolocar emocionalmente al fallecido permitiendo que el doliente pueda continuar con su vida.

El duelo conlleva un proceso complejo y multidimensional que se verá determinado por factores físicos, psicológicos, sociales y culturales (Johnson, 2012). La respuesta ante la pérdida y la manera en que una persona afronta el duelo depende de sus comportamientos adaptativos, la personalidad, el carácter, la salud mental, el grado de confianza en sí mismo, el nivel de madurez e inteligencia, la capacidad de expresar sus sentimientos y emociones (Pacheco, 2003).

Los seres humanos necesitan de vínculos para crecer y desarrollarse, cuando se rompe uno de estos vínculos, surge el duelo, un período de gran intensidad emocional, donde todas las dimensiones de la persona (física, emocional, cognitiva, conductual, social y espiritual) se verán afectadas, (Cabodevilla, 2007). Aunque el duelo se considere un proceso adaptativo ante la pérdida de un vínculo significativo, es un acontecimiento vital, estresante prácticamente de primera magnitud, donde la finalidad de este mismo será recuperarse de una manera saludable, permitiéndole al doliente reconstruir y seguir con su vida aceptando la pérdida.

Bowlby (1980), define al duelo como todos aquellos procesos psicológicos que son conscientes e inconscientes, que se ponen en marcha tras la pérdida de una persona significativa. Es una reacción natural ante la pérdida de un ser querido, que

en general conlleva, un largo proceso de elaboración y ajustes, permitiendo que la persona logre adaptarse a su nueva realidad.

El duelo tiene la capacidad de oprimir y dominar la personalidad consciente, de tal manera que las personas afectadas son incapaces de darse cuenta de la realidad que están viviendo al menos durante un tiempo, los efectos perturbadores del duelo continúan hasta que la pérdida pueda ser asimilada emocionalmente, dando lugar a una nueva distribución de la energía psíquica (Savage, 1992). Las pérdidas provocan sufrimiento no sólo por la muerte del ser querido, sino también por el hecho de enfrentarse a la propia fragilidad, a la muerte y a la pérdida de atributos que se comparten con el fallecido.

Según Grinberg (1994), el proceso de duelo implica todo un proceso dinámico complejo que involucra la personalidad total del individuo y abarca ya sea de un modo consciente o inconsciente, todas las funciones del yo, como lo son sus actitudes, sus defensas y en particular las relaciones con los demás. El duelo prácticamente se suma a todo lo que una persona es, y dado que no existe una sola persona que sea igual a la otra, no puede haber dos duelos iguales, por lo que podría considerarse al duelo como una transparencia que se superpone a las características personales de cada individuo, cada peculiaridad modulará el proceso de duelo haciéndolo único.

Para Martínez (2007), el duelo no es un estado sino un proceso activo de duración variable en cada individuo, que vendrá determinado por el tipo de relación con lo perdido, por la propia estructura de la personalidad, las circunstancias que rodean a la pérdida, el apoyo social con el que se cuenta y las experiencias previas que sean similares. Lo importante es señalar que es un proceso dinámico y activo, cambiante tanto en intensidad como en la frecuencia en la presentación de los síntomas, por lo tanto, es un proceso en el que se puede tomar una postura activa con respecto a la herida causada por la pérdida para poder sanar y reconstruir una nueva realidad de vida.

2.1.2 TIPOS DE DUELO

Al ser el duelo uno de los procesos más complejos que tarde o temprano todos los seres humanos han de experimentar, hay una gran diversidad de autores que intentan clasificar y explicar los diversos tipos de duelos que se pueden llegar a manifestar, en esta ocasión se retomarán el duelo normal y el duelo complicado o patológico.

2.1.2.1 DUELO NORMAL

El duelo normal, en ocasiones denominado duelo no complicado, es donde se manifiestan una serie de sentimientos o conductas que se consideran normales que aparecen inmediatamente después de la pérdida, si bien, no hay un tiempo determinado para la elaboración de este proceso según estadísticas, se considera normal cuando éste oscila de los seis a los 24 meses como máximo después de la pérdida, sin embargo es el momento en que la persona puede hablar de su pérdida sin que le provoque aflicción cuando se considera que se ha elaborado de manera adecuada el duelo (Espinosa, 2011).

Sánchez (2008), señala que en el duelo normal existen seis procesos básicos por los que tiene que atravesar el doliente, cabe mencionar que no siguen un orden lineal, sino circular, con avances y retrocesos, estos procesos son los siguientes:

1. Reconocer la pérdida. Generalmente la negación suele ser la primera reacción ante la pérdida, las personas llegan a tener la sensación de que la persona no ha fallecido realmente, que solo es un sueño, siendo estos solo intentos para asimilar la noticia, por ello las primeras tareas del duelo se enfocan en la aceptación de la realidad y la comprensión de la pérdida.
2. Expresar el dolor. Una vez que se acepta que el ser querido ya no está, que ha muerto, es importante que el doliente sienta el dolor, lo experimente, lo identifique, lo acepte y sobre todo que lo exprese.

3. Recordar a la persona pérdida y la relación con ella. Es normal que al doliente repentinamente lo invadan los recuerdos que tiene con o del fallecido, expresar las emociones que tiene en el momento es de vital importancia que las exprese.
4. Renunciar a los vínculos previos con la persona. Aceptar que la persona ya no está, es aceptar que ya no contará con ese vínculo.
5. Hacer reajustes. Para moverse adaptativamente dentro de una nueva realidad donde ya no está el fallecido, readaptando su rutina.
6. Tener afectivamente nuevas relaciones. La persona genera nuevas relaciones, nuevos vínculos ya sea con personas o actividades permitiendo seguir adelante con su vida.

Lacasta y Soler (2004), mencionan que es necesario valorar que el duelo siga su curso normal tomando en cuenta todas las manifestaciones normales posibles, si éstas son adecuadas en duración e intensidad, sin dejar de lado que no todas las personas viven el proceso de duelo de la misma forma. Considerando que las manifestaciones normales del duelo según Latiegi (1999), son las siguientes:

- A. Sentimientos: Tristeza, angustia, apatía, enfado, ira, culpa, soledad, abandono, impotencia, insensibilidad, extrañeza con respecto a sí mismo y ante el mundo habitual.
- B. Cogniciones: Incredulidad, confusión, preocupación, pensamientos e imágenes recurrentes, alucinaciones visuales y/o auditivas, dificultades de atención, concentración y memoria, distorsiones cognitivas.
- C. Sensaciones físicas: Vacío en el estómago y/o boca seca, opresión en tórax/garganta, falta de aire y/o palpitaciones, hipersensibilidad al ruido, sentido de despersonalización, falta de energía/debilidad.
- D. Conductas: Alteraciones del sueño y/o la alimentación, conducta distraída, aislamiento social, llorar y/o suspirar, llevar o atesorar objetos, visitar lugares que frecuentaba el fallecido, llamar y/o hablar del difunto o con él, hiper-hipo actividad, evitar recordatorios del fallecido.

2.1.2.2 DUELO COMPLICADO O PATOLÓGICO

En algunos casos, el proceso de elaboración de duelo puede no seguir un curso normal, complicándose y produciéndose alteraciones significativas en la vida del doliente. Cuando la elaboración de este proceso no se lleva adecuadamente, se le denomina duelo complicado o patológico y éste según Bowlby (1980), puede adoptar tres formas:

1. Duelo crónico. Es donde la depresión es el síntoma predominante, junto con autorreproches, accesos de cólera, ansiedad y ausencia de pena.
2. Ausencia de aflicción. El doliente prácticamente sigue con su vida normalmente, como si nada hubiera pasado, es frecuente que se deshaga de recuerdos y cuide compulsivamente a alguien que haya tenido una pérdida, posteriormente puede manifestar dolencias físicas o psíquicas, finalmente caen en depresión que suele coincidir con fechas o momentos significativos, como lo son el aniversario luctuoso del fallecido, otra pérdida mayor o incluso cuando llega a la edad del fallecido.
3. Euforia. Se manifiesta negando la pérdida o por lo contrario alegrándose de ella.

En todos estos tipos el duelo permanece inconcluso, ya que el deudo sigue creyendo que la pérdida puede repararse, en el duelo patológico es frecuente que quien ha sufrido la pérdida tenga un embotamiento de la sensibilidad, suele concentrar su atención hacia cosas que le son agradables y persiste la creencia de que la pérdida no es definitiva.

Se pueden encontrar distintos tipos de duelo complicado, Cruz y Pérez (2013), hacen la siguiente clasificación:

- A. Duelo crónico. Se caracteriza por una duración excesiva, donde el deudo experimenta durante varios años el dolor de forma intensa, se encuentra invadido por los recuerdos del pasado, no tiene la capacidad de reconstruir su vida.

- B. Duelo retrasado. También nombrado duelo congelado, inhibido o pospuesto, éste se caracteriza por un embotamiento emocional presente en las fases iniciales del duelo, hay una reacción inicial insuficiente, donde los síntomas del duelo se manifiestan bastante tiempo después de la pérdida.
- C. Duelo exagerado o eufórico. Que se caracteriza por una reacción intensa ante la pérdida, aunque se debe de tomar en cuenta las connotaciones culturales, con el objetivo de identificar si las manifestaciones del duelo son excesivas o si se está ante una negación de la realidad, manteniendo la sensación de que el fallecido continúa con vida. Incluso, reconociendo la muerte de éste pero creyendo que la muerte fue en beneficio propio. Este tipo de duelo se relaciona con la depresión, trastornos de ansiedad o la ingesta de sustancias.
- D. Duelo enmascarado. Es donde los síntomas se experimentan sin que el deudo los asocie con la pérdida afectiva que ha experimentado recientemente, en este tipo de duelo, el doliente suele acudir a consulta médica manifestando diferentes molestias sin asociarlas a la pérdida reciente.

Por otra parte, Tizón (2004) y Cabodevilla (2007), describen los siguientes tipos de duelo complicado:

- A. Duelo anticipatorio: Es cuando la elaboración del duelo comienza antes de que la pérdida se produzca, es una forma de adaptarse a una situación futura.
- B. Duelo ambiguo: Es el resultado de la ansiedad que sufre el doliente ante la incertidumbre sobre la situación en la que se encuentra su ser querido. El duelo se puede manifestar de dos formas, en una de ellas el deudo percibe al fallecido ausente en plan físico pero presente en el psicológico, esto es propio de cuando se desconoce si el ser querido ha fallecido o no. Mientras que en el otro caso el deudo percibe a su ser querido ausente psicológicamente, pero presente físicamente, esto es frecuente en personas que han sufrido daño cerebral o presentan demencia en un estado avanzado.
- C. Duelo psico traumático: También denominado desorganizado o desbordante. Este tipo de duelo debe contar con una revisión en sus primeras etapas, ya que el doliente puede llegar a presentar un cuadro clínico típico de un Trastorno de Estrés Post- Traumático.

En la actualidad no se cuenta con una clasificación diagnóstica que haga referencia al duelo complicado y como consecuencia no está incluido en la clasificación del DSM-5.

Lacasta y Soler (2004), consideran que hay determinados predictores del duelo complicado, los cuales son:

- A. Personales: La etapa de desarrollo en que se encuentre el doliente, problemas previos de salud física y/o mental como depresión, ansiedad, intentos de suicidio, entre otros; duelos anteriores no resueltos, valoración subjetiva de falta de recursos para hacer frente a la situación.
- B. Relacionales: Haciendo referencia al tipo de vínculo que se tenía con el fallecido, por ejemplo, si es la pérdida de un hijo, del cónyuge, de alguna figura paterna, de un hermano, tomando en cuenta la dependencia del doliente hacia el fallecido, si había una relación conflictiva o ambivalente.
- C. Circunstanciales: Se relaciona con la edad del fallecido, con el tipo de muerte si fue natural, por enfermedad, accidente, suicidio o incluso es incierta.
- D. Sociales: Si su nivel socioeconómico es bajo, percepción negativa, falta de apoyo sociofamiliar, si se tiene la responsabilidad de hijos o hermanos pequeños.

2.1.3 ETAPAS DEL DUELO

Las etapas o fases del proceso de duelo, dependerá del autor que lo aborde, por su parte Bowlby (1980, 1983), plantea cuatro fases en el duelo:

1. **Aturdimiento:** Es la fase temprana de intensa desesperación, que es caracterizada por el aturdimiento, la negación, la cólera y la no aceptación. Puede durar un momento o varios días y el doliente puede recaer en esta fase varias veces a lo largo del proceso. Prácticamente el doliente queda pasmado ante el impacto de la pérdida.
2. **Anhelo y búsqueda:** Es un periodo de intensa añoranza y de búsqueda de la persona fallecida, se caracteriza por la inquietud física y pensamientos persistentes sobre el fallecido. La persona lucha por lograr que las cosas sean

como eran antes de la pérdida, cuando el dolor y la aflicción sobrepasan la conmoción, se da cuenta de la verdadera magnitud de la pérdida, tomando conciencia de su nueva realidad.

3. **Desorganización y desesperación:** La realidad de la pérdida comienza a establecerse, se produce una sensación dominante de sentirse arrastrado por los acontecimientos y el doliente se comporta apática e indiferentemente, suele padecer síntomas como insomnio, experimentar pérdida de peso y la sensación de que la vida ha perdido el sentido. El deudo revive continuamente los recuerdos del fallecido, la aceptación de que los recuerdos son sólo eso provoca una sensación de desconsuelo.
4. **Reorganización:** Hay una mayor aceptación de la realidad, el deudo comienza a reincorporarse a la vida, buscando el orden de la misma a pesar de que no es la misma, recupera su propia identidad, a la persona fallecida la recuerda con una sensación de alegría combinada con tristeza y se internaliza la imagen del fallecido.

Según Kübler-Roos (2006), menciona que son cinco las etapas del duelo:

1. **Negación:** Es el sentimiento de no poder creer que ya no está la persona que falleció, y fantasear que todo es como antes. La negación ayuda a regular el dolor tras la pérdida, prácticamente es una protección provisional para la persona. El deudo intenta recuperar a la persona fallecida, hablará mucho de que la extraña, y tendrá muy presentes los recuerdos que tiene con la persona fallecida.
2. **Ira:** No suele ser una ira lógica, ya que suele estar fundamentada en pensamientos que tratan de explicar la muerte, pero éstos no tienen una razón lógica. Por lo general, es en contra de una persona en específico, o contra planes o una situación vivida por sentirla injusta, el doliente experimenta una sensación de irritación que se acumula hacía un determinado objetivo. La ira en muchas ocasiones es mal vista, pero es de gran ayuda al ser una fuerza que temporalmente otorga una estructura ante el vacío que deja la pérdida.
3. **Negociación:** En esta etapa el doliente intenta negociar con un ser supremo el regreso de su ser querido, la negociación suele ir acompañada de culpa, los “ojalá” llevan a la persona a auto cuestionarse si pudo haber hecho más.

Siendo éste un intento de pactar con el dolor y hacer todo lo posible por ya no sentirlo. La negociación puede aliviar temporalmente el dolor que conlleva el duelo, ya que al estar pasando de un pensamiento a otro o explorando posibilidades, se da tiempo para que la mente se prepare y logre la paz tras lo sucedido.

4. **Depresión:** Es el momento en que aparece la tristeza profunda y la sensación de vacío, la persona experimenta una sensación de desánimo y desmotivación al realizar cualquier actividad que requiera mucha energía, incluyendo ganas constantes de llorar, sensación de vacío en el pecho. Sin embargo, la depresión suele venir acompañada de otras emociones como lo son la ansiedad y la culpa, incluso el deudo puede llegar a tener pensamientos acerca de que alguien más de la familia o incluso el mismo pudo morir en lugar del fallecido. En esta etapa el doliente tiene la sensación de que va a durar para siempre, pero esto sólo es una emoción necesaria para poder salir de las afectaciones que se producen en el duelo.
5. **Aceptación:** Es el momento de aprobación o de tranquilidad ante la situación vivida, esta etapa no implica que el doliente se siente bien con lo sucedido, sino que permite aceptar lo que ocurre. Hay una sensación de tranquilidad y de tolerancia ante lo que está viviendo, donde el deudo aprende a vivir con el dolor que le generó la pérdida, permitiéndole rescatar el amor, la compañía, los recuerdos y las enseñanzas de la persona fallecida. Prácticamente el doliente retoma el control de su vida así mismo encuentra la sanación.

Worden (1997), explica que para asimilar adecuadamente la muerte de un ser querido es necesario realizar determinadas tareas, ya que al ser una tarea le da al doliente la posibilidad de llevar a cabo una acción de manera activa, las tareas son las siguientes:

1. **Asumir la realidad de la pérdida:** Es una tarea bastante compleja, porque no sólo implica saber a nivel racional que el ser querido está muerto, sino también el doliente debe ser consciente de todo lo que esto implica a nivel emocional, analizando qué implica estar muerto, definir concretamente qué se ha perdido. Esto motiva al doliente a recorrer el camino que le lleva a definir quién era él para la persona que falleció y quien era esa persona para él.

2. **Elaborar las emociones relacionadas con el duelo:** Esta tarea consiste en reconocer y trabajar las emociones que surgen debido a la pérdida. Las emociones y el dolor que conlleva el duelo luchan para salir, y puedan ser atendidas y afrontadas. Conocer las emociones y ponerles nombre ayudarán a que el deudo deje de percibir las como amenazadoras, algunas de estas emociones son el dolor, la tristeza, enfado, ansiedad o culpa.
3. **Aprender a vivir en un mundo donde el fallecido ya no está presente:** Hace referencia a la adaptación que necesita el doliente en relación con todos los cambios que implica dicha muerte. El deudo deberá acostumbrarse a los nuevos cambios, que se irán llevando a cabo poco a poco.
4. **Recolocar emocionalmente al fallecido y seguir viviendo:** Se refiere a que el deudo debe recolocar emocionalmente, a nivel interno al fallecido. A medida que se van elaborando las tareas, el recuerdo e incluso el vínculo va tomando otra forma, poco a poco el doliente se va preparando para afrontar, aceptar y asimilar la realidad. Recolocar al fallecido no consiste en olvidarlo o renegar de su recuerdo, sino en poder convivir con que el deudo pueda convivir con el pasado para vivir y disfrutar del presente. Para elaborar esta tarea es necesario que las anteriores queden bien resueltas.

2.2 DUELO INFANTIL.

Fonnegra (citada por Jaramillo, Romero, Tobar 2012), menciona que un niño en duelo es aquel que experimenta una pérdida reciente con un valor significativo en la vida del infante, como puede ser la falta de alguno de sus padres a causa de la muerte, el divorcio o abandono, la pérdida de algún hermano, de un abuelo o incluso de alguna mascota. Estas pérdidas que son significativas implican un cambio y una adaptación tras su ausencia. A pesar de la inmadurez de los niños, ellos poseen una gran capacidad para saber que algo está sucediendo, prácticamente perciben el clima emocional o si la familia está en crisis (Espinosa, 2011).

2.2.1 CARACTERÍSTICAS DEL DUELO INFANTIL

Los niños sí pueden experimentar emocionalmente el duelo tras una pérdida afectiva significativa, que puede llegar a ser de larga duración, aunque no cuentan

con las capacidades cognitivas necesarias que le posibiliten una comprensión completa sobre el suceso que está ocurriendo. El duelo experimentado en estas etapas de desarrollo es mayoritariamente diferido, siendo finalizado en la etapa adulta (Tizón, 2004).

Esquerda y Agustí (2012), refieren que los infantes suelen expresar su duelo en un plan fisiológico y/o conductual, presentándose principalmente en lugares tales como, la casa o la escuela. Los niños no logran expresarse mediante palabras o sentimientos asociados a la pérdida, pero los exteriorizan a través de las relaciones interpersonales, mediante el juego, los dibujos e incluso la forma en la que tratan sus juguetes.

Tras una pérdida significativa en muchos casos se pueden observar reacciones inadecuadas o sorprendentes por parte de los niños, debido a que su vida psicológica está menos dominada por la lógica tomando en cuenta la etapa evolutiva en la que se encuentren; por ejemplo, se pueden observar cambios en sus estados emocionales a lo largo del día, mostrándose apáticos o tristes, y posteriormente disfrutando de alguna actividad (Tizón 2004).

Gamo y Pazos (2009), mencionan que el malestar que experimenta el menor no puede durar todo el tiempo, debido a que en edades tempranas no pueden soportar una emoción negativa tan intensa durante un largo periodo. Del mismo modo, para los niños, la pérdida de su ser querido puede llegar a provocar cambios en el desarrollo de su identidad, puesto que, al experimentar este suceso de una manera pasiva, pueden llegar a sentirse abandonados y en muchos casos los lleva a sentirse culpables, paralizados o incluso maduran precozmente.

Un punto importante en el duelo infantil es que el niño toma a sus referentes, como un modelo, a través del cual aprenderá cómo afrontar la muerte. Las personas allegadas al infante pasan a tener un papel muy importante en el desarrollo de su duelo, ya que serán sus referentes, quienes les transmitirán seguridad, reduciendo la incertidumbre de los más pequeños, contestando todas las preguntas que manifiesten los niños y estando cerca de ellos explicándoles lo que está ocurriendo.

Tizón (2004), manifiesta que en ocasiones el duelo infantil puede presentar complicaciones, debido a la forma que tienen de afrontar el duelo sus referentes, dando lugar que en algunos casos la intensidad de la pena infantil y la expresividad del dolor del infante se intente negar, esto impedirá el desarrollo emocional del menor y una adecuada adaptación a su nueva realidad.

Kroen (1996), enfatiza que el duelo en los niños presenta rasgos particulares que son determinados por las características propias de la infancia, ya que se trata de una etapa en la que el carácter y los recursos personales del individuo se encuentran en pleno desarrollo y existe una gran dependencia hacia el adulto para afrontar y resolver situaciones problemáticas. En consecuencia, de esto la reacción de un niño frente al duelo, dependerá del momento evolutivo, de las circunstancias externas y en especial de la actitud de los adultos que rodean al niño. Las experiencias de pérdida son parte fundamental del desarrollo infantil y la manera en que resuelven estas circunstancias determinará la capacidad de afrontar y resolver posteriores experiencias de pérdida.

2.2.2 ELABORACIÓN DEL DUELO EN LA INFANCIA

Tizón (2013), menciona que en los niños el proceso de duelo puede dividirse en tres fases:

1. **Fase de protesta.** El infante añora a la persona pérdida, incluso puede creer que la persona no está muerta e intenta recuperarla, llora a gritos protestando para que vuelva la persona.
2. **Fase de desesperanza.** El niño comienza a perder la esperanza de que el fallecido vuelva, por lo que llora constantemente mostrándose apático, una vez que acepta que la persona no va a volver, sentirá de manera abrumadora ira, culpa, soledad y dolor.
3. **Fase de ruptura del vínculo.** Después de un tiempo el niño empieza a renunciar a parte del vínculo emocional que tenía con el fallecido, comenzando a mostrar un mayor interés por el mundo que lo rodea, por lo que de una manera consciente acepta que es capaz de continuar con su vida a pesar de

que su ser querido ya no está, verá las opciones que tiene para su futuro, comenzando a mostrar un mayor interés por sus actividades.

2.2.3 MANIFESTACIONES DEL DUELO INFANTIL

Barreto y Soler (2007), refieren que la pérdida de un ser querido trae consigo una respuesta a nivel emocional, física, comportamental, social y cognitiva. En el caso de los niños se manifiestan mayores complicaciones a nivel somático y conductual.

1. **Manifestaciones Físicas:** Dentro de este plano se pueden manifestar molestias como dolor o sensación de vacío en el estómago, dolor de cabeza, disnea, falta de energía, mareos, alteraciones del sueño, pérdida de peso o negativa a comer y por tanto pérdida de peso.
2. **Manifestaciones emocionales:** Sentimientos de tristeza y desapego, ira, enfado, culpa, miedo, anhedonia, abatimiento, ansiedad, desesperanza, autoestima disminuida.
3. **Manifestaciones cognitivas:** Se experimenta ansiedad ante la separación, fantasías de muerte, miedo a que otro familiar fallezca, dificultades de aprendizaje y de concentración, apatía, confusión, embotamiento mental, ideas repetitivas relacionadas con el fallecido, olvidos frecuentes, inclusive pueden manifestar la sensación de la presencia del familiar fallecido.
4. **Manifestaciones conductuales:** Aparecen comportamientos regresivos, manifestando un retroceso en los estadios de desarrollo, por lo que, deberán reaprender competencias o destrezas ya antes adquiridas (enuresis), o retrasando el lenguaje. Así como retraimiento social, desapego, dependencia excesiva, demandas de atención, berrinches moderados, timidez extrema.

Por su parte Lozano (2008), establece que los niños pueden manifestar distintos síntomas normales durante su proceso de duelo, pero estos síntomas van de acuerdo a su edad:

- De 0 a 2 años: Es normal que el niño muestre irritabilidad normalmente en forma de llantos o protestas, problemas de alimentación donde lo más frecuente es la negativa a comer, alteraciones en el sueño y la vigilia, duermen

menos o duermen más, cambian su patrón de sueño y suelen manifestar regresiones como volver a chuparse el dedo, negativa a dormir solos, descontrol de esfínteres. Pueden llegar a considerarse signos de alarma cuando estos síntomas se prolongan por un largo tiempo y se vuelven muy llamativos.

- De 3 a 6 años: En esta etapa es normal manifestar confusión con respecto al concepto de muerte, presentar conductas para comprobar la realidad de la muerte, como una negativa a comer, rabietas que buscan que el difunto le consuele; dificultad para separarse de las figuras de apego, regresiones y pérdidas de autonomía, pesadillas, sueño interrumpido, miedos relacionados con otras posibles pérdidas. Se consideran signos de alarma si los miedos se vuelven frecuentes e incapacitantes, ansiedad por separación que no cesa e impide reintegrarse a sus actividades cotidianas, síntomas depresivos como apatía, tristeza profunda, negativa a realizar actividades que son de su agrado; negativa a comer o pérdida de peso significativa.
- De 6 a 10 años: los niños pueden reaccionar negando la realidad de la pérdida se muestran más activos o juguetones, intentando estar alegres la mayoría del tiempo, sienten temor o angustia por su propia muerte o de algún integrante de su familia, puede tratar de ocultar su vulnerabilidad, puede llegar a tener sentimientos de culpa, elaboran preguntas relacionadas con la muerte, manifiestan emociones de enfado, confusión e incluso agresividad, tienen problemas de concentración, bajan su rendimiento académico. Se consideran signos de alarma cuando la agresividad, el mal humor, la ansiedad, y el nerviosismo se mantienen constantes; si aparecen somatizaciones que no cesan, dolores repentinos sin causa médica aparente; síntomas depresivos que se mantienen más de lo esperable, problemas de sueño, apatía, pérdida de interés social y por las cosas de su interés; se muestran incapaces de reintegrarse al ámbito académico o presentan miedos prolongados que no son acordes a su edad.
- De 10 a 12 años: a esta edad es normal que desarrollen conductas de búsqueda como conversaciones imaginarias, releer mensajes, escuchar la música favorita del fallecido; se niega a hablar sobre la pérdida, a menudo pueden manifestar cierto interés morboso sobre la muerte y es posible que hagan muchas preguntas sobre los detalles de la muerte para tener una idea

exacta de lo que pasó; pueden fantasear sobre su propia muerte, son frecuentes los sentimientos de añoranza, desesperanza, tristeza, apatía, también puede aparecer por primera vez el pensamiento de que la vida no tiene sentido, hay una falta de concentración, descenso en el rendimiento académico. Los signos de alerta son la incapacidad para reintegrarse a la escuela, aislamiento social extremo, hay una significativa baja en el rendimiento académico, somatizaciones y/o sintomatología médica como dolores de cabeza recurrentes, dolores abdominales, vómitos, dolores musculares que no tienen explicación médica; incapacidad para dormir, aislamiento familiar; tristeza extrema que incapacita su desempeño en actividades cotidianas.

2.2.4 DIFERENCIAS ENTRE EL DUELO EN INFANTES Y ADULTOS

Tomando en cuenta que los niños son especialmente vulnerables ante un proceso de duelo ya que son seres en construcción, que aún carecen de capacidades cognitivas y las estrategias para la asimilación y afrontamiento de un duelo (Santamaria, 2010). De esta manera existen diferencias entre el duelo que vive un adulto al que vive un infante, Díaz (2016), menciona las principales diferencias que se dan las cuales son las siguientes:

- I. El ritmo vital: La vida del niño difícilmente se ve interrumpida tras la muerte de un ser querido, para el infante el duelo no suele implicar una ruptura de la realidad, especialmente cuando se mantienen su rutina, tanto académica como sociales, sus actividades diarias o pasatiempos.
- II. La duración: El proceso de duelo es más corto, precisamente las actividades que realiza le permiten que el niño conecte más rápido con el aquí y ahora.
- III. El mantenimiento de las rutinas: Mantener sus rutinas intactas en la mayoría de los ámbitos les permite conectarse de una mejor manera con la realidad.
- IV. La expresión emocional: La expresión dependerá del espacio y legitimidad que le brinden las personas adultas, los niños suelen expresar más sus emociones con juegos o actividades más que con palabras o conductas específicas.
- V. Afectación en las distintas áreas: El duelo en adultos se manifiesta generalmente en todas las áreas principales de la vida; sin embargo, en niños

suelen preservarse algunas, por ejemplo, puede que el área familiar se vea afectada pero lo académico esté intacto.

- VI. El significado de la pérdida: El significado que le da el niño a la pérdida es concreto, normalmente la atribuye a aquellas cosas que le repercuten directamente, a lo que considera suyo.
- VII. El concepto de muerte: El infante tiene menor comprensión acerca de la muerte a comparación de los adultos, su explicación de la pérdida está dirigida por sus propias interpretaciones que están dominadas por el pensamiento mágico, concreto y literal.
- VIII. La necesidad de comunicarse: El niño suele necesitar un espacio en particular para que pueda preguntar y aclarar todas sus dudas, para que así pueda generar el concepto de muerte; mientras el adulto necesita hablar de la pérdida, mientras que el niño sólo requiere un espacio de conocimiento.
- IX. Los apoyos familiares y sociales: En los niños es fundamental que sus figuras de apego estén presentes y los acompañen durante este proceso, los menores suelen buscar la compañía y cercanía de otros, por lo contrario, los adultos suelen aislarse y evitar las interacciones sociales.
- X. La información que reciben: Los menores suelen recibir la información por medio de un adulto, mismo que decide qué cosas se le van a explicar y cuáles evitar, de igual manera el adulto decide en si el niño participará en los rituales, en cambio los adultos reciben la información de primera mano y no se les excluye de los rituales de despedida.

2.2.5 MITOS SOBRE EL DUELO EN LA INFANCIA

Regularmente al momento de hablar acerca del duelo infantil, existen una serie de creencias erróneas con respecto a este tema, lo que lleva a alejar a los niños del proceso de la muerte con el fin de protegerlos, sin tomar en cuenta que es un proceso normal, y enseñarlos a vivir su duelo de la mejor manera los preparará para afrontar cualquier tipo de pérdida en un futuro (Artaraz, Sierra, González, García, Blanco, Landa, 2017). Algunas de estas creencias son las siguientes:

1. “Los niños no se dan cuenta de lo que sucede tras una pérdida”, los adultos regularmente consideran que por ser menor el infante no tiene la capacidad de

comprender y darse cuenta de lo que sucede a su alrededor, sin embargo, por muy pequeño que sea el niño se da cuenta de todo lo que sucede a su alrededor, lo único que cambia es la manera en que manifiestan y elaboran su duelo (Díaz, 2016).

2. *“Los niños no elaboran el duelo”*, en ocasiones los adultos consideran que los niños no pasan por un proceso de duelo tras la pérdida de un ser querido, sin embargo, si elaboran su proceso de duelo, pero su modo de manifestarlo es diferente al de los adultos, además de que suelen expresar sus emociones de distintas formas que van a depender de su edad y de las condiciones que lo rodean.

3. *“Se debe de proteger a los niños para que no sientan el dolor y el sufrimiento, por lo que es mejor disimular y no mostrar dolor”*, es habitual pensar que protegiéndolos de las situaciones dolorosas se evitará que experimenten el sufrimiento que genera la muerte y de este modo vivan felices, pero es necesario que los niños formen parte de este proceso doloroso que es la muerte, ya que al evitar que vivan este tipo de situaciones se impide un buen desarrollo de habilidades que son necesarias para enfrentarse ante situaciones complicadas, dolorosas o traumáticas que se le presenten en un futuro (Esquerda, Agustí, 2012).

4. *“En la infancia no se comprenden los rituales y además les pueden traumatizar, por lo que es mejor que no asistan a ellos”*, puede llegar a ser de gran beneficio que los niños asistan a los ritos funerarios, ya que les ayuda a hacer real la muerte de su ser querido, además de que se sienten tomados en cuenta, pero sí conviene anticiparles lo que van a ver, cómo será la ceremonia y qué es esperable que suceda, los niños más pequeños necesitan una explicación acorde a su edad y un adulto debe ser su acompañante todo el tiempo, para dar respuesta a todas las dudas que lleguen a manifestar. Tratar la muerte como parte de la vida ayuda a no traumatizar a los niños, sino que les ayudará a crear los recursos externos e internos necesarios para afrontar futuras pérdidas (Díaz, 2016).

2.2.6 DERECHOS DE LOS NIÑOS EN EL DUELO

Es importante considerar que los niños tienen derechos al momento de experimentar un duelo, de este modo, no se verá invadido su espacio personal, ni se

sentirán hostigados, además de que conocer estos derechos pueden servir como una guía para orientar y comprender de una mejor manera sus necesidades.

Díaz (2016), menciona nueve derechos con los que cuentan los niños, los cuales son los siguientes:

- 1) Derecho a tener sus propias emociones y sentimientos sobre la muerte: Cada niño manifiesta emociones y sentimientos únicos, por lo que no se debe comparar el duelo que vive un niño con el de otro, o con el de un adulto.
- 2) Tiene derecho a hablar de su duelo cuando quiera y con quien quiera: Cuando el niño sienta la necesidad de hablar con alguien sobre lo que le está pasando, él buscará a la persona con quien sienta la confianza para expresarse libremente, y que no lo juzguen, No se debe de presionar a los niños a hablar, se deben respetar sus tiempos.
- 3) Derecho a expresar sus sentimientos por el duelo a su manera: Puede que los niños por un tiempo se muestren enfadados y reaccionen de una mala manera, ya que se sienten mal y/o tengan miedo o sea su manera de pedir ayuda.
- 4) Derecho a contar con la ayuda de otros en su duelo, especialmente de las personas que lo cuidan: En estos momentos los niños necesitan de una atención especial, poner cuidado en lo que siente, en lo que hace e incluso en lo que dice. Necesitan de la compañía de un adulto, para poder afrontar y superar su duelo.
- 5) Derecho a estar molesto: Es normal que presenten rabietas o que la mayor parte del día todo les moleste, incluso puede que busque aislarse, que evite por completo el contacto con los demás.
- 6) Derecho a tener explosiones emocionales: Puede que los niños experimenten emociones intensas, o tengan cambios radicales en cuanto a sus emociones, por esto no se les debe de regañar, al contrario, se les debe de acompañar y estar al pendiente de ellos.
- 7) Derecho a entender los motivos que han provocado la muerte de su ser querido: Los niños están en su derecho de preguntar cuáles fueron los motivos por los que falleció la persona, lo ideal es que se les explique lo que sucedió, debe ser una explicación acorde a su edad, de esta manera podrán ir construyendo su concepto de muerte.

- 8) Derecho a hablar de sus recuerdos con la persona fallecida: el hecho de recordar puede que por momentos los haga sentir tristes, pero por otros momentos los harán sentir bien, esos recuerdos les ayudan a mantener vivo a su ser querido, tenerlos presentes en su memoria, no se les debe prohibir expresarse.
- 9) Derecho a avanzar en su duelo hasta que se sienta mejor: Los niños tienen la capacidad de seguir con su vida, comprendiendo que su ser querido ha fallecido, pero requiere de tiempo, es necesario que vivan y sientan su duelo.

CAPÍTULO III DESARROLLO DE LA SEGUNDA INFANCIA (DE LOS 6 A LOS 12 AÑOS)

3.1 DESARROLLO FÍSICO

El crecimiento en estatura y peso durante la segunda infancia se reduce considerablemente en comparación a la niñez temprana, los cambios se comienzan a hacer más notorios a partir de los 11 años.

Papalia, Wendkos y Duskin (2005), establecen que los niños en edad escolar crecen entre 2.5 y 7.5 centímetros cada año y aumentan entre 2.250 y 3.600 kilogramos más, lo que indica que llegan a duplicar su peso.

Malina, Bouchard y Beunen en 1988 (citado en Lefrançois, 2001), mencionan que al final de la segunda infancia ocurre una marcada acentuación en el crecimiento tanto en estatura como en peso, lo que suele tomarse como una señal de que está comenzando la maduración sexual. La edad promedio en que se da el máximo aumento de estatura también llamado velocidad pico de estatura en niños es a los 11 años y a los 13 años en niñas, en consecuencia, durante este periodo son notables las diferencias de estatura entre los niños de la misma edad.

Durante la segunda infancia continúa el progreso de las habilidades motoras, la fuerza y el control muscular aumenta considerablemente de los seis a los doce años, al comienzo de esta etapa el control de sus músculos largos es mejor que el de los músculos pequeños, sin embargo, hacia el final de la segunda infancia mejora considerablemente el control de los músculos pequeños (Lefrançois, 2001).

Estos cambios que se van manifestando varían no solo por la edad de los niños, sino también se presentan diferencias notables entre los sexos. Malma y Bouchard (citado en Papalia et., al 2005), establecen que los niños en estas edades tienen mayor desenvolvimiento que las niñas en actividades como patear, arrojar, atrapar, correr y saltar, en cambio en esta etapa las niñas sobrepasan a los niños en destrezas motrices en las que se requiere flexibilidad muscular, equilibrio o movimientos rítmicos, por ejemplo, saltar la cuerda o gimnasia.

Por otra parte, no se puede hacer a un lado la salud de los niños, puesto que es un factor importante durante este periodo para un buen desarrollo físico y neurológico dado que los niños con una buena alimentación y vida saludable tienen mayor capacidad para participar en actividades ya sean físicas, cognitivas y/o sociales que sean de su agrado o que la sociedad establezca.

3.2 DESARROLLO COGNITIVO

De acuerdo con Piaget alrededor de los siete años los niños entran a la etapa de operaciones concretas, donde el niño es capaz de realizar operaciones mentales, utilizando el razonamiento para resolver problemas concretos, por lo que son capaces de considerar y analizar los múltiples aspectos de una situación. En esta etapa ya hay una mejor comprensión con respecto a los conceptos espaciales, la causalidad, la conservación y los números (Lefrançois, 2001).

- 1. Relaciones espaciales:** Gauvain en 1993, (citado en Papalia et. al., 2005), argumenta que en esta etapa los niños entienden mejor las relaciones espaciales, ya que tienen una idea más clara sobre qué tan lejos está un lugar de otro y cuánto tiempo tardarían en llegar, además desarrollan la capacidad de recordar con facilidad una trayectoria a un punto de referencia.
- 2. Categorización:** Ayuda a los niños a pensar de una manera más lógica, puesto que incluye habilidades como la seriación, siendo la capacidad para ordenar objetos con respecto a una dimensión; la inferencia transitiva que es la comprensión de la relación que hay entre dos objetos conociendo la relación que tiene cada uno con respecto a un tercer objeto; por último, la inclusión de clase siendo esta la comprensión de la relación que existe entre un todo y sus partes.
- 3. Razonamiento inductivo:** es un tipo de razonamiento lógico que parte de las observaciones particulares acerca de los miembros pertenecientes de una clase a una conclusión general acerca de la clase.
- 4. Razonamiento deductivo:** es un razonamiento lógico que surge de una premisa general acerca de una clase a una conclusión de un miembro o miembros particulares de la clase.

- 5. Conservación:** es la capacidad de darse cuenta de que determinados objetos no cambian a menos que se añada o quite algo. Lefrançois incluye tres reglas lógicas que intervienen en esta, la primera es la identidad donde comprenden que un objeto continúa siendo el mismo a pesar de los cambios que presenten en su apariencia; la segunda ley es la reversibilidad donde los niños son capaces de retroceder con el pensamiento y poder relacionar hechos y fenómenos observados anteriormente con hechos presentes y la tercera ley es la clasificación donde ya pueden organizar objetos en relación a las jerarquías de clases, similitudes o diferencias.
- 6. Número:** el cual consiste en descubrir y comprender si un determinado conjunto tiene más o menos elementos en relación a un conjunto. Este concepto se apoya de la seriación siendo la capacidad de organizar objetos siguiendo un orden en específico.

Con la llegada del pensamiento lógico y su uso adecuado ante los problemas, les permitirá tener una interacción y adaptación más objetiva en relación a su entorno y realidad exterior. Asimismo, adquieren la capacidad de razonar de manera lógica sobre las cosas y acontecimientos que observan a su alrededor, desarrollando la capacidad de ponerse en el lugar del otro.

3.3 DESARROLLO AFECTIVO

Conforme van creciendo los niños son más conscientes tanto de sus sentimientos como los de las demás personas, son capaces de expresar y controlar sus emociones ante las situaciones sociales que llegan a presentarse, además de tener la capacidad de responder a las angustias de los demás. En un principio son los padres o cuidadores del niño quienes regulan su expresión emocional, pero con el paso del tiempo los niños desarrollan su capacidad de autorregulación de sus emociones siendo esto el resultado de una maduración en su desarrollo neurofisiológico, cognitivo, del lenguaje y de la autocompasión (Greenberg y Paivo, 2009).

Eisenberg, Fabes y Murphy en 1964 (citado en Papalia, Wedkos y Duskin, 2005), menciona que en la segunda infancia los niños se vuelven más empáticos y tienden a tener un comportamiento prosocial, esta conducta suele ser un indicador de una adaptación positiva; estos niños prosociales suelen tener la capacidad de actuar propiamente ante diversas situaciones sociales, relativamente están libres de emociones negativas y tienen la capacidad de afrontar los problemas de forma constructiva.

Con el paso del tiempo y las experiencias vividas los niños van aprendiendo a controlar sus emociones negativas, lo que ayuda en su crecimiento emocional. En esta etapa aprenden a identificar lo que les enoja, atemoriza o entristece; además desarrollan la capacidad de prestar atención a cómo las personas expresan sus emociones, esto le permite que aprendan a adaptar su conducta ante una situación (Lefrançois, 2001).

Cole, Bruschi y Tamang en 2002 (citados en Papalia et. al., 2005), refieren que en la segunda infancia los niños son conscientes de las “normas” que existen en su cultura con respecto a las manifestaciones emocionales, siendo los padres los encargados de comunicar estas normas y lo hacen por medio de sus reacciones ante los sentimientos que manifiestan sus hijos. Bryant en 1987 (citados en Papalia et. al., 2005), menciona que aquellos padres que son capaces de reconocer y expresar sus emociones promueven la empatía y el desarrollo prosocial en sus hijos; en cambio, los padres que desaprueban las emociones negativas de sus hijos o incluso llegan a castigarlos provocan que los niños aprendan a ocultar sus emociones, lo que llega a afectar su capacidad de adaptación social, además de provocar serios conflictos en la relación padre-hijo.

La segunda infancia es una etapa donde los padres e hijos comparten el poder, los padres son quienes supervisan cómo es que sus hijos ponen en práctica la autorregulación de sus emociones. Para Eisenberg en 1996 (citado en Papalia et. al., 2005), tiene gran relevancia la manera en que padres e hijos resuelven los conflictos, ya que si el conflicto familiar se resuelve de manera constructiva ayuda a que los niños comprendan la necesidad de que existan las normas de comportamiento. De aquí la importancia de establecer una buena comunicación entre padres e hijos, para

que los niños aprendan a manejar y expresar de la mejor manera sus emociones, permitiéndoles tener la capacidad de afrontar y resolver de la mejor manera los conflictos o adversidades que se les presenten.

El niño a partir de los 6 años ya comienza a utilizar estrategias para regular sus emociones, aunque sigue siendo inestable emocionalmente y muy sensible ante las situaciones que lo rodean. A los 8 años ya se espera una mayor estabilidad en cuanto a la regulación de sus emociones, es decir, que ya hay un equilibrio entre la expresión de sus emociones y el control de éstas mismas, prácticamente ya hay una toma de conciencia de la emoción lo que los lleva a tener reacciones y conductas más adaptativas ante cualquier tipo de situación que se le presente. Es a los 10 años que el niño ya habrá aprendido a regularse efectivamente, sin embargo, se debe de tomar en cuenta que es a los 11 años cuando comienza a experimentar cambios propios de la pubertad, por lo que vuelve a existir un poco de inestabilidad emocional (Brioso et. al., 2009).

3.4 DESARROLLO PSICOSOCIAL

Wellman y Gelman en 1992 (citado en Lefrançois, 2001), mencionan que las cogniciones sociales tienen sus raíces en la observación de cómo es la relación entre las personas que los rodean, de este modo los niños pueden comenzar a crear vínculos con sus cuidadores, lo que inicia un proceso de socialización. Por su parte Selman en 1980 establece que hay cinco etapas por las que tiene que pasar un infante para la evolución y desarrollo de la cognición social en específico cómo va manejando su punto de vista y el de los demás, estas etapas son las siguientes:

- 1) **Egocéntrica.** Esta etapa se da desde los cero hasta los seis años, aquí los niños no aceptan otro punto de vista que no sea el suyo. Incluso el infante cree que los demás se sienten igual que él al estar en la misma situación.
- 2) **Social Informativa.** Se da de los seis a los ocho años, el niño comienza a darse cuenta de que los demás tienen un punto de vista que no es igual al de él; sin embargo, consideran que los otros deberían sentirse como ellos ante una misma situación.

- 3) **Reflexiva.** Va de los ocho a los diez años, en esta etapa los niños ya son capaces de aceptar y reconocer que los puntos de vista de los demás pueden ser diferentes a los de él y que no hay nada de malo en ellos.
- 4) **Mutua.** De los diez a los doce años, ya aceptan por completo los puntos de vista de los demás, incluso pueden comenzar a entablar un diálogo con quien no comparte su punto de vista para llegar a la solución de alguna problemática.
- 5) **Social y Convencional.** De los doce años en adelante, ya son conscientes de que sus puntos de vista tienen pros y contras, lo que los lleva a reconocer y aceptar cuando están en un error; esto les permite entablar mejores relaciones sociales en cualquier ámbito.

Un punto importante dentro del desarrollo psicosocial de los niños es la Teoría del Desarrollo Psicosocial de Erikson, la cual consta de ocho etapas, Erikson entiende que la persona a medida que va viviendo y va pasando por las diferentes etapas va desarrollando su conciencia gracias a la interacción social. Un rasgo fundamental de ésta teoría es que cada etapa se ve caracterizada por un conflicto psicosocial, cuando se resuelve cada uno de los conflictos el individuo crece psicológicamente (Erikson, 2000).

A continuación, se describen cada una de las etapas de la Teoría del desarrollo psicosocial de Erikson (2000):

Etapas 1. Confianza vs Desconfianza (0 a 18 meses): En esta etapa los niños aprenden a confiar o no confiar en los demás, la confianza se relaciona con el apego, la gestión de relaciones y la medida en que el niño espera que los demás o en específico sus cuidadores cubran sus necesidades. El desarrollo de la confianza se basa en la confiabilidad y la calidad de los cuidadores del niño, en específico de la madre. Si los padres le brindan al niño una relación de afecto en la que haya confianza, es probable que el pequeño también adopte ésta postura frente a cualquier situación, de lo contrario si no le brindan un ambiente seguro y no satisfacen sus necesidades básicas, es probable que sea desconfiado y esto lo puede llevar a experimentar sentimientos de frustración o insensibilidad por lo que ocurre en un entorno del que espera muy poco o nada.

Etapa 2. Autonomía vs Vergüenza y duda (18 meses a 3 años): Los niños adquieren cierto grado de control sobre su cuerpo, lo que provoca que su autonomía crezca ya que el poder completar tareas por sí mismos con éxito obtienen cierto grado de independencia y autonomía. De este modo al permitir que los niños tomen decisiones los padres pueden ayudar a los niños con el desarrollo de su autonomía. Los niños que completan ésta etapa con éxito suelen contar con una autoestima sana y fuerte, mientras que quienes no lo hacen suelen tener problemas de autoestima, además de que experimentan vergüenza y duda. Erikson creía que al lograr un equilibrio entre autonomía, vergüenza y duda esto llevaría a la voluntad, por lo que los niños pueden actuar con intención, dentro de la razón y los límites.

Etapa 3. Iniciativa vs Culpa (3 a 5 años): Los niños comienzan a afianzar su poder y control sobre el mundo a través del juego, siendo este factor de suma importancia para las relaciones sociales. Aquellos niños que logren tener éxito en esta etapa se sienten con la capacidad de guiar a otros, por el contrario, los que no logran adquirir estas habilidades es probable que se queden con sentimientos de culpa, dudas o incluso falta de iniciativa. Hay que tomar en cuenta que la culpa es buena en sentido de que muestra la capacidad que tienen los niños para reconocer cuándo han hecho algo mal, sin embargo, la culpa excesiva puede hacer que el niño no se anime a afrontar desafíos.

Etapa 4. Laboriosidad vs Inferioridad (5 a 13 años): En esta etapa los niños comienzan a realizar tareas más complicadas, puesto que su cerebro alcanza un alto grado de madurez. Los niños ya reconocen tanto sus habilidades como las de sus compañeros, de hecho, los niños insistirán en realizar tareas más desafiantes y exigentes ya que cuando logren estas tareas esperan obtener un reconocimiento. Por lo que el éxito en esta etapa es que los niños desarrollen confianza en sus habilidades para manejar cualquier tarea que se les presente, incluso son capaces de evaluar de manera realista aquellos desafíos para los cuales están preparados para afrontar y cuáles no. Cuando los niños no pueden desempeñarse tan bien como lo desean en alguna tarea o desafío suelen aparecer en ellos sentimientos de inferioridad, de aquí la importancia de valorar el desempeño al momento de realizar una tarea.

Etapa 5. Identidad vs Difusión de Identidad (13 a 21 años). En esta etapa los niños se convierten en adolescentes, donde se comienzan a formular la pregunta ¿Quién soy? A medida que van creciendo intentan encontrar sus roles y propósitos en la sociedad, para poder consolidar su identidad que es única. Por lo que deben encontrar un equilibrio entre lo que ellos esperan de sí mismos y lo que su entorno espera de ellos, Para Erikson concluir esta etapa con éxito se basa en construir una base sólida y saludable para la vida adulta.

Etapa 6. Intimidad vs Aislamiento (21 a 39 años). Los adolescentes pasan a ser adultos jóvenes donde la persona comienza a priorizar relaciones más íntimas que requieran y ofrezcan un compromiso recíproco, refiriéndose a una intimidad que genera una sensación de seguridad, de compañía y de confianza. Si durante esta etapa las personas no encuentran un compañero posiblemente se lleguen a sentir aisladas y solas. Este aislamiento puede generar inseguridades y sentimientos de inferioridad, incluso estas personas pueden creer que no son lo suficientemente buenas para otras personas y en casos extremos esto puede llevar a tendencias autodestructivas.

Etapa 7. Generatividad vs Estancamiento (40 a 65 años). En la edad adulta las personas continúan construyendo sus vidas, enfocándose en su carrera y familia, la generatividad significa cuidar a las personas más allá de sus seres queridos. En esta etapa las personas reconocen que la vida no se trata de ellos mismos por lo que a través de sus acciones esperan realizar contribuciones que se convierten en legado. Por el contrario, si siente que no ha contribuido puede llegar a pensar que no ha hecho nada o que no está capacitado para hacer algo significativo. Como tal la generatividad no es necesaria para que los adultos vivan, sin embargo, la falta de ella puede robar a una persona un mayor sentido de logro.

Etapa 8. Integridad del ego vs Desesperación (65 años en adelante). En este punto el individuo deja de ser productivo o al menos no produce tanto como anteriormente era capaz. Es una etapa donde la vida y forma de vivir se ven alteradas totalmente puesto que familiares y amigos comienzan a fallecer, por lo que el individuo tendrá que afrontar los duelos a causa de la vejez. Aquí las personas dan una mirada al pasado donde puede nacer la desesperación y la nostalgia o por el contrario la

satisfacción de las huellas que ha dejado, lo logrado y lo compartido han valido la pena. El tener una buena integridad del ego permitirá que las personas acepten y afronten los cambios físicos de la vejez, por lo contrario, cuando no se logra esta integridad aparece la desesperación, es decir, sentir que han fracasado, que no han dejado un buen legado, sienten que todo lo que han hecho no ha valido la pena.

CAPÍTULO IV ENFOQUE SISTÉMICO

4.1 EN QUÉ CONSISTE EL ENFOQUE SISTÉMICO

Este enfoque parte de que las personas interaccionan e interactúan entre sí en diferentes grupos o colectivos entendidos como “sistemas”. Prácticamente este enfoque pasa del estudio del individuo aislado, al estudio del sistema y las relaciones entre los elementos que lo conforman.

En este modelo para entender la conducta y la experiencia de un miembro de un sistema se debe considerar al resto de los miembros. Un sistema es un conjunto de elementos que están estructurados dinámicamente, cuya totalidad genera propiedades que en parte son independientes de aquellos que poseen sus elementos por separado (Feixas y Miró, 1993). Por lo tanto, para poder comprender un sistema se deben considerar sus elementos, las propiedades y comportamientos de éstos, además de la interacción entre los mismos y las propiedades de la totalidad.

4.1.1 TEORÍA GENERAL DE LOS SISTEMAS

Según Bertalanffy (1989), creador de esta teoría, entiende como sistema al conjunto de elementos que cuentan con reglas propias, que se autorregulan con la finalidad de cumplir un objetivo en común. Tomando en cuenta que los sistemas pueden ser abiertos o cerrados esto depende de si intercambian o no energía, materia o información con su entorno; las características de estos sistemas son que funcionan como un **todo** ya que el cambio de un elemento afecta a los demás; presentan la propiedad de **circularidad** ya que debido a la interconexión entre los elementos hace que se dé una influencia recíproca; la **equifinalidad** indica que a partir de determinadas condiciones iniciales pueden darse diversos resultados y que a su vez se puede llegar a una determinada situación a partir de condiciones iniciales muy diferentes; por último la **retroalimentación** ya que es necesario que el sistema regule sus respuestas frente a los estímulos del exterior, de este modo mantendrán su equilibrio interno.

Toda persona se encuentra dentro de un sistema junto con otras personas, donde no son solo simples emisores y receptores de información, sino que están en un proceso continuo de influencia, una vez desencadenado este proceso que es circular ya no existe ni un comienzo ni un fin, sino se convierte en un sistema de influencias recíprocas.

Dentro de los sistemas en que se ve involucrado un individuo se encuentran: **la familia, los amigos, los compañeros de la escuela o del trabajo**. Feixas y Miró (1993) plantean que los sistemas tienen varias propiedades las cuales son:

→ **1. Sistema abierto:** Puesto que intercambian información con el medio exterior, además de que, las normas de funcionamiento en parte son independientes de las que rigen a cada miembro del sistema.

→ **2. Estructura:** En primer lugar, tiene que ver con el grado de claridad, o rigidez de los límites entre los miembros del sistema, este mismo aspecto se compone de varios subsistemas algunos fundamentales como el conyugal, el parental, el de hermanos o el de abuelos y nietos o hijos, entre los que existen límites más o menos definidos que pueden llegar a ser difusos, claros o rígidos. En segundo lugar, el grado en que existe una jerarquía, es decir, quién está a cargo de quién o de qué. Por último, en tercer lugar, el grado de diferenciación o medida en que los miembros de un sistema tienen identidades separadas sin que se deje de mantener el sentido del sistema como un todo.

→ **3. Interdependencia:** Los miembros de un sistema suelen influir mutuamente a través de las interacciones existentes, en concreto mediante mecanismos de retroalimentación ya sea positiva (facilitadora) y negativa (correctora). Se considera que existen relaciones de influencia recíproca o causalidad circular.

→ **4. Regulación:** Refiriéndose a que los patrones de interacción que existen entre los miembros del sistema tienden a ser estables y predecibles. Puesto que los sistemas tienen mecanismos que regulan y mantienen los patrones de interacción, de este modo aumentan las posibilidades de que el sistema se mantenga. Cualquier cambio percibido que amenace al sistema intentará neutralizar ya sea activando sobre la persona desviada para que nuevamente se adopte o de otra manera tendrá que ser expulsada.

→ **5. Adaptación al cambio:** Este se refiere al grado en que un sistema puede cambiar y desarrollar un nuevo equilibrio en respuesta a una crisis o retos con respecto a su estabilidad, dentro de estas crisis están: el nacimiento de un niño, el abandono del hogar por parte de uno de los padres o de un hijo, la muerte de algún familiar, entrada a la adolescencia, un divorcio, el embarazo de la hija adolescente, etc.

→ **6. Comunicación:** Es un aspecto básico, puesto que los miembros de un sistema se tienen que comunicar entre sí, dentro de lo cual se distinguen distintos principios básicos que son de tipo comunicacional los cuales son: 1) Es imposible no comunicarse, puesto que en toda comunicación se distinguen aspectos de contenido que generalmente se expresa por medios verbales y aspectos relacionales que normalmente se refiere al comportamiento no verbal. 2) Se pueden llegar a dar incongruencias entre los niveles de comunicación lo que puede llevar a malentendidos

4.1.2 LA FAMILIA COMO SISTEMA

Uno de los principales sistemas en el que una persona se desenvuelve específicamente desde el nacimiento es la **familia**. La familia como sistema suele mantener una interacción con el entorno, para lograrlo la familia necesita establecer normas, límites y jerarquías que definen la relación entre sus integrantes de este modo se logra mantener una estabilidad necesaria para su supervivencia y sobre todo la preservación de su identidad. En el grupo familiar, el comportamiento de cada miembro está conectado de un modo dinámico con el de los otros miembros y por ende al equilibrio en conjunto, por tanto la familia debe ser completada con una red de comunicación, donde todos los miembros van a influir en la naturaleza del sistema, pero a la vez todos se ven afectados por el mismo sistema; sin dejar de lado que cuando se da una dependencia entre sus miembros se limita la superación y realización personal de éstos, por el contrario cuando la relación es muy abierta y defienden mucho la individualidad tienden a anularse los sentimientos de pertenencia familiar (Walsh, 1998).

Desde el enfoque sistémico el síntoma de una familia se ve reflejado cuando los miembros de este sistema se encuentran en un momento de crisis donde deben

hacer frente a acontecimientos inesperados o estresantes, y que hasta cierto punto sienten que esta situación no tiene solución a pesar de los esfuerzos que hacen por superarlo, prácticamente no encuentran cómo resolver el problema (Bowen, 1991).

4.2 INTERVENCIÓN SISTÉMICA

El objetivo de la terapia sistémica será entender cómo es la relación existente entre los miembros de un sistema, además de analizar las formas de comunicación y el tipo de problemas que llegan a presentarse. Este tipo de terapia suele ser muy utilizado en familias, precisamente para estudiar la comunicación y relaciones entre los miembros de este sistema, incluyendo cualquier tipo de problemática (Minuchin y Fischman, 1984).

Ceberio y Linares (2008), describen las destrezas de intervención más representativas de esta terapia, las cuales son las siguientes:

- 1. Intervenciones emocionales:** Van dirigidas a detectar y cambiar “cómo se sienten los clientes o en su caso la familia frente al problema”, consigo mismos y con relación a los otros miembros.
- 2. Intervenciones cognitivas:** Teniendo como objetivo cambiar la “narrativa”, es decir, la manera en que la persona o la familia dan sentido a su historia o a su situación actual, incluyendo su visión sobre el problema actual.
- 3. Intervenciones conductuales o pragmáticas:** Tienen como objetivo modificar los patrones de interacción entre los miembros de la familia y/o con relación al problema.

4.3 DUELO FAMILIAR Y EL ENFOQUE SISTÉMICO

La muerte tiene un gran efecto en el sistema familiar ya que la muerte se percibe como una amenaza para el objetivo principal de la familia que es la “persistencia”. Ser capaces de afrontar este proceso de duelo tras la muerte de uno

de los integrantes es una de las tareas adaptativas más difíciles de afrontar para la familia (Lebrero, 2008).

4.3.1 DUELO FAMILIAR

Cuando una familia tiene que hacer frente a una pérdida todo el sistema tiene que reestructurarse y volver a establecer un nuevo nivel de funcionamiento, ya que al contar con un miembro menos ya no serán la misma unidad familiar.

Walsh (1998), hace hincapié en los cambios estructurales que se producen en la familia tras una pérdida significativa, tomando en cuenta los sentimientos individuales dentro de la dinámica que se genera ante la necesidad de una nueva reorganización sistémica. Todas las personas forman parte de un sistema familiar, cuando un miembro muere pierden parte de su identidad individual y familiar, pues se ha roto el sistema y prácticamente pasan a ser una “nueva familia”, por lo mismo sus relaciones deben reajustarse para recuperar su identidad y mantener un equilibrio en el sistema.

Bowlby (1980), define el concepto de “duelo familiar” como el proceso que se pone en marcha a raíz de la pérdida de uno de los miembros de la familia, ante dicha situación si el sistema cuenta con suficientes recursos, reaccionará con un cambio adaptativo, en cambio si no los tiene el sistema puede estar en riesgo de desaparecer. La reorganización del sistema familiar necesitará tiempo, además de que es necesario que adopten una conducta de defensa de la integridad de este sistema, como lo es el reagrupamiento de la familia nuclear, la intensificación del contacto con la familia externa o personas que son cercanas afectivamente a la familia, la disminución de comunicación con el exterior, la exigencia de una tregua con respecto a los conflictos familiares. Elaborar el duelo en un sistema familiar significa ponerse en contacto con el vacío que ha dejado la partida, además de valorar su importancia y soportar el sufrimiento y frustración que trae consigo la muerte de un miembro de la familia.

La intensidad y duración del proceso de duelo depende de factores como: tipo de muerte (esperada o repentina, natural o violenta), de la unión con el fallecido, el tipo de relación con la persona fallecida o la edad del fallecido. Worden (2004),

considera que el objetivo del duelo familiar es establecer las bases de un nuevo sistema, para lograr el equilibrio y permanencia del sistema familiar, por lo que el fallecimiento de un miembro de la familia trae consigo la necesidad de vivir las siguientes etapas:

- 1) Aceptación de la pérdida.
- 2) Reagrupamiento y reorganización familiar.
- 3) Reorganización de la relación con el medio externo.
- 4) Reafirmación de un sentimiento de permanencia al nuevo sistema familiar.

4.3.2 TAREAS DEL DUELO EN LA FAMILIA

Walsh y McGoldrick en 1991 (citado en Navarro, 1992) mencionan que la familia al igual que una persona, deben realizar determinadas tareas para resolver de una mejor manera el proceso de elaboración del duelo, estas tareas ayudan a tener una mejor adaptación tras la pérdida, tomando en cuenta que estas tareas se deben de realizar sin seguir un orden en específico, las tareas son las siguientes:

- A. *Reconocimiento compartido de la realidad de la muerte:* aquí se debe confrontar de una manera directa la pérdida, esto se logra fomentando el diálogo entre los miembros de la familia sobre la muerte dejando todo en claro. En esta etapa son de gran ayuda los rituales que hay alrededor de la muerte. Un punto importante para tomar en cuenta es cuando se pretende proteger a los niños con respecto a la realidad de la muerte, lo único que se consigue es bloquear la elaboración de su proceso de duelo, lo que ocasiona una disfunción en el sistema familiar.
- B. *Experiencia compartida del dolor de la pena:* En esta etapa la familia debe aceptar y comprender de manera unida la expresión de sentimientos, es decir, cada miembro tiene derecho a expresar sus sentimientos y todos deben de comprender y respetar los sentimientos que se manifiesten durante el proceso.
- C. *Reorganización del sistema familiar:* En esta etapa las relaciones deben reajustarse, ya que la pérdida provoca que las funciones que realizaba la persona fallecida ya no están cubiertas. Para que se logre un reajuste en el sistema dichas funciones deben ser asumidas por otro miembro de este sistema. En algunos casos cuando no se logra este reajuste se produce un desequilibrio que puede llevar a la familia a realizar conductas disfuncionales

y es necesaria la resiliencia del sistema familiar para lograr de nuevo una estabilidad.

D. Reinvestidura en otras relaciones y metas en la vida: Después de la pérdida, los aniversarios y los días festivos traen consigo pena y dolor, pero esto va cambiando con el paso del tiempo, ya que la familia poco a poco va elaborando el duelo, además de ir incorporando nuevas relaciones que pueden ser de apoyo, sin embargo, se debe de tener cuidado ya que esto puede llegar a provocar en la familia sentimientos de deslealtad y traición hacia la persona fallecida, por lo que pueden aparecer sentimientos de culpa que entorpecen las relaciones entre los miembros de la familia. Estos sentimientos negativos son los que se deben de tomar en cuenta en la práctica clínica, ya que hay que ayudar a la familia a redefinir sus prioridades en la vida, también cómo van a relacionarse con los demás y puedan ser capaces de adaptarse tras la muerte de su ser querido.

Se debe tomar en cuenta que existen familias que no son capaces de llevar a cabo algunas de estas tareas comienzan a tener conductas disfuncionales, es ahí donde entra la importancia de la terapia sistémica, con el fin de que las familias con dificultades para elaborar el duelo no caigan en adaptaciones disfuncionales y puedan llegar a realizar con éxito todas las tareas que involucra la elaboración del duelo (Lebrero, 2018).

4.3.3 ESTRATEGIAS TERAPÉUTICAS DEL ENFOQUE SISTÉMICO ENFOCADAS EN EL DUELO FAMILIAR

El objetivo principal de la terapia sistémica es fortalecer y empoderar a las familias para que logren la elaboración del proceso de duelo y puedan continuar con sus vidas (Worden, 2004).

Dentro del enfoque sistémico existen estrategias que un terapeuta puede utilizar para ayudar y apoyar a una familia a realizar con éxito todas las tareas que son necesarias para la elaboración del duelo, algunas de estas estrategias son las siguientes:

1. *Rituales*: Aquellas familias que hablan sinceramente sobre la muerte y que participan unidos en rituales, son capaces de integrar la muerte de una manera más sencilla. Los rituales fúnebres se basan en tradiciones para afrontar la muerte y que han ido pasando de generación en generación. Estos rituales deben tener tres partes fundamentales, una donde se acepte la muerte, otra donde se logre simbolizar lo que cada miembro incorpora del fallecido y por último una parte donde se simbolice el seguir adelante con su vida (McGoldrick, 1991 citado en Lebrero, 2018).
2. *Preguntas*: Esta es una de las herramientas más útiles para un nuevo y mejor entendimiento de una familia. Ya que cuanto mayor sea la información que tengan los miembros de la familia sobre la muerte de familiar, mayor será su perspectiva y apertura hacia el futuro.
3. *Lenguaje evocador*: Este aspecto es fundamental en terapia ya que la utilización de términos evocadores que permiten que la persona exprese sus sentimientos y sea consciente de la pérdida, este contacto con sus sentimientos permitirá la aceptación de la pérdida. (Pérez, 2006).
4. *Objetos de vinculación*: Estos objetos son aquellos que tienen una carga simbólica que une a la persona con el fallecido, estos objetos pueden ayudar a que los miembros de la familia expresen de una mejor manera sus sentimientos y esto ayude a la elaboración de su duelo o por el contrario dificultar la elaboración del duelo en este caso la persona se tendría que deshacer de este objeto de vinculación.
5. *Genograma y línea de vida*: La elaboración de un genograma o línea de vida, sirve para recopilar información acerca de la historia de la familia, de este modo entender el ciclo de la vida, mientras unos mueren otros nacen, ésto servirá de apoyo para aceptar la muerte y continuar viviendo (Lebrero, 2018).
6. *Técnicas psicodramáticas*: En ocasiones tras la muerte de un familiar pueden quedar asuntos sin resolver, por este motivo la terapia a base del psicodrama debe animar a los miembros de la familia a expresar todos los sentimientos que tiene un aspecto negativo, de esta manera una vez que se expresan, pueden elaborar su duelo de una mejor manera (Pérez, 2006).
7. *Realizar proyectos pendientes*: En ocasiones tras la muerte de uno de los miembros de la familia quedan proyectos o planes sin cumplir, del mismo modo pueden quedar deseos o peticiones del fallecido sin cumplir. Los miembros

restantes de la familia pueden reunirse y poder cumplir con esos deseos como un homenaje al fallecido (Lebrero, 2018).

4.4 RESULTADOS POSITIVOS TRAS LA IMPLEMENTACIÓN DEL ENFOQUE SISTÉMICO EN INTERVENCIONES

En diversas investigaciones se ha implementado el uso del enfoque sistémico para el tratamiento psicoterapéutico donde los pacientes referidos suelen ser niños, a continuación, se presentan tres investigaciones en las que ha resultado favorable la implementación de este enfoque:

En el año 2009, en Quito (Ecuador), Estefanía López llevó a cabo una investigación en la cual el tema fue “Uso de la terapia sistémica en parejas con conflictos matrimoniales y niños con problemas de atención: un estudio de caso.” En la cual el caso que presentó fue el de una niña de 7 años que tenía problemas académicos debido a la falta de atención en clases, incluso llegó a presentar problemas conductuales tanto en la escuela como en su hogar, debido a esto es que los papás deciden acudir a terapia para ayudar a la paciente (la familia se compone de padre, madre, paciente y dos hermanas menores una de 4 años y la menor de año y medio), los datos que se recabaron en la entrevista fue que habían problemas conyugales que se debían a que el padre llegaba a casa en estado de ebriedad lo que provocaba discusiones entre los progenitores que en ocasiones la niña presenciaba, ambos padres trabajaban, sin embargo cuando la madre estaba en casa y le daba alguna orden a sus hijas y no la obedecen les pega. El tratamiento que se siguió fue una terapia familiar sistémica, con una duración de 12 sesiones, una sesión por semana, conforme iban transcurriendo las sesiones se observó la buena cooperación por parte de todos los familiares para la mejora de la paciente, hacia la finalización de la terapia la paciente y su madre mencionaron que en la escuela la felicitaron por cumplir con sus deberes y sacar buenas calificaciones, se observa a la paciente más motivada e interesada por realizar sus deberes además de comportarse de una manera más responsable tanto en la escuela como en su hogar. En cuanto al sistema familiar se observó que comenzaron a valorar más el tiempo que pasan juntos, buscan actividades para realizar en conjunto, juntos resuelven las problemáticas que se le

presenten, la comunicación mejora, los padres ya no pelean por lo que con esto se concluye que los objetivos de la terapia si se cumplieron.

Por su parte, en el 2019 Jhoiner Stick Montes, en Bucaramanga (Colombia) llevó a cabo una investigación a la cual tituló “Intervención psicológica desde el enfoque sistémico en familia monoparental disfuncional.” Donde llevó a cabo el estudio de un caso acude a atención psicológica un sistema familia monoparental conformado por la madre y la paciente de 14 años de edad, acuden a terapia con motivo de mejorar su relación puesto que se observa un sistema relacional enmarcado en límites difusos, roles poco definidos y una jerarquía maternal no reconocida, las consultantes estas conscientes de su situación actual. El proceso terapéutico consistió en 11 sesiones presenciales bajo el enfoque terapia familiar sistémica, cada una con una duración de 60 min, con una frecuencia semanal, los objetivos fueron: identificar las principales dificultades del sistema familiar, intervenir en el funcionamiento familiar mediante la redefinición de la jerarquía, roles, las funciones y límites del sistema, por último, fortalecer los canales de comunicación para la mejora de las interacciones familiares. Ante el proceso terapéutico ambas consultantes presentaron un cumplimiento consecutivo en las sesiones de trabajo, así como disposición y compromiso con las mismas, se evidencio puntualidad a la hora de la llegada y cumplimiento total de las tareas propuestas por el terapeuta. Finalmente con el transcurso del proceso terapéutico fue posible observar cambios en la relación filial, en la que ambas consultantes reconocieron su situación y desarrollaron las estrategias adecuadas para convertirse en un sistema filial funcional, de esta forma, se identifica que cada una reconoce el rol que ejercen dentro de la relación madre-hija y existen los recursos para afrontar las dificultades, de manera que permita convivir y mantener una adecuada relación siempre que exista compromiso de ambas partes, se establecieron canales de comunicación verbal y emocional pertinentes, hay límites claros, una jerarquía definida logrando así promover un estilo de crianza democrático. Con lo que se concluye que si se cumplieron los objetivos planteados.

Del mismo modo, en el año 2022 Jean Antonio Morales Espinosa, en Lima (Perú), realizó una investigación en conjunto con un estudio de caso al cual tituló

“Intervención psicológica bajo el enfoque familiar sistémico en un niño con entorno familiar disfuncional.” Donde la familia (padre, madre y paciente niño de 5 años), acuden a consulta indicando que el niño presenta problemas conductuales, en la entrevista se recabaron datos como que los padres están separados y cada vez que se ven discuten mucho por problemas económicos, en estas discusiones las hacen frente al niño, el padre argumenta que por cuestiones de trabajo en muchas ocasiones no puede visitar al niño con regularidad. La madre argumenta que el paciente llora cuando no puede realizar una tarea por el mismo o también si lo regañan, este comportamiento se observa en casa desde hace 6 meses atrás, no se suele quedar quieto si se le regaña grita y se molesta, el paciente refiere sentirse culpable por las discusiones de sus padres. Para el proceso de intervención se trabajó bajo en enfoque terapia familiar sistémica, el cual constó de 9 sesiones, una por semana. Los objetivos de la intervención fueron reformar la estructura de los miembros de la familia mediante interacciones comunicacionales, previendo las consecuencias derivadas de una familia disfuncional, optimizar los límites en el sistema familiar, las jerarquías y la comunicación en el sistema familiar. Los resultados al concluir esta intervención demostraron que los progenitores tienen mayor participación en la crianza del niño, reconocieron la importancia de incluir al niño al momento de tomar decisiones, se logró la optimización de límites llegando a acordar horarios de estudio, de alimentación, para conservar. En cuanto a la optimización de la jerarquía se logró que durante la intervención los padres tomaran decisiones en conjunto sin contradecirse con respecto a las consecuencias ante conductas inadecuadas realizadas por el paciente. Con respecto a la optimización de la comunicación se cumplió ya que se toman las decisiones en conjunto, el paciente logra comunicar sus pensamientos y emociones hacia los padres, por lo que se concluye que la intervención bajo el enfoque sistémico familiar arrojó resultados positivos en los consultantes.

En base a las investigaciones consultadas, se puede notar que la terapia familiar sistémica ha dado resultados positivos, favoreciendo el fortalecimiento del sistema familiar, y resolviendo los conflictos por los cuales se llega a consulta psicológica, en específico este enfoque suele ser funcional cuando se trabaja con el sistema familiar pero en apoyo a los menores, por esta razón el enfoque sistémico familiar es una de las mejores opciones para trabajar el proceso de duelo en específico en niños.

CAPÍTULO V MÉTODO

5.1 ENFOQUE Y DISEÑO

Esta investigación se trabaja bajo el enfoque cualitativo puesto que se basa en la recolección de datos no estandarizados, utilizando la revisión de literatura para la comprensión de un fenómeno en particular.

De acuerdo con el fenómeno a estudiar y los objetivos, el diseño de investigación es de tipo documental, realizando consultas literarias para la recopilación y selección de información en cuanto al fenómeno de estudio y sus variables.

El alcance de la investigación es descriptivo puesto que sólo se pretende recoger información de manera independiente y conjunta sobre las variables a estudiar en base al fenómeno a estudiar.

5.2 DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES

Variables independientes.

Muerte

La muerte es un hecho trascendental que pone fin a la vida, es un proceso natural de la vida, puede ocurrir a cualquier edad, repentinamente o a causa de una enfermedad (Kübler-Ross, 2005).

Duelo

El duelo es una respuesta natural a la pérdida de cualquier persona, cosa o valor con lo que se ha construido un vínculo afectivo, como tal se trata de un proceso natural y humano y no de una enfermedad que haya que evitarse o curarse (Payás, 2007).

Variables dependientes.

Duelo infantil

Proceso que experimentan los niños como consecuencia de una pérdida reciente de valor significativo en la vida del infante, como lo es la muerte de alguno de los padres, abuelos o hermanos, este proceso implica un cambio y una adaptación tras la ausencia (Fonnegra citada por Jaramillo, Romero, Tobar 2012).

Duelo normal

En ocasiones denominado duelo no complicado, es donde se manifiestan una serie de sentimientos o conductas que se consideran normales que aparecen inmediatamente después de la pérdida, si bien, no hay un tiempo determinado para la elaboración de este proceso, en el momento en que la persona puede hablar de su pérdida sin que le provoqué aflicción cuando se considera que se ha elaborado de manera adecuada el duelo (Espinosa, 2011).

Duelo patológico

Es cuando el proceso de elaboración de duelo no sigue un curso normal, por lo que se complica, produciendo alteraciones significativas en la vida del doliente (Bowlby, 1980).

Enfoque sistémico

Tipo de terapia basada en entender la relación existente entre los miembros de un sistema, además de analizar las formas de comunicación y el tipo de problemas que lleguen a presentarse (Minuchin y Fischman, 1984).

5.3 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cómo brindarle las herramientas necesarias al infante y su familia, para sobrellevar y afrontar una pérdida significativa, previniendo el desarrollo de un duelo complicado?

5.4 HIPÓTESIS

Hipótesis de trabajo: Trabajar el proceso de duelo en niños desde el enfoque sistémico, permite brindarles las herramientas necesarias para afrontar la pérdida de la mejor manera, puesto que su familia será su acompañante a lo largo de este proceso brindándoles el apoyo y la seguridad que necesitan, de manera que logren afianzar de una mejor manera las herramientas y habilidades necesarias para que la elaboración de su duelo se desarrolle de la manera más sana posible, logrando evitar que se desarrolle un duelo patológico.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

INTRODUCCIÓN

En este apartado se presenta la propuesta de un plan de intervención con enfoque sistémico, en niños de la segunda infancia para la prevención de un duelo complicado, este plan de intervención es una guía enfocada en ayudar a los niños que se encuentran en un proceso de duelo, está diseñado desde una perspectiva sistémica puesto que la familia participara en beneficio del niño específicamente en niños de 6 a 12 años.

Este plan de intervención cuenta con actividades que le permitirán al niño desarrollar las habilidades socioemocionales que le brinden las herramientas necesarias para afrontar las circunstancias complicadas que se le presenten en la vida, como es un duelo, refiriéndose específicamente al proceso que surge tras la muerte o la pérdida de un ser querido que tiene un gran valor en la vida del niño.

Desde el enfoque sistémico la pérdida de uno de los miembros del sistema familiar trae consigo una crisis familiar, esta crisis involucra a todos los miembros desde el más grande hasta el más pequeño. Si para los mayores es difícil elaborar el duelo para los niños también lo es, por esto mismo la importancia de guiarlos y apoyarlos en este proceso.

Al brindarle al niño las herramientas y habilidades necesarias para afrontar un duelo se le está preparando para que en un futuro pueda afrontar de una mejor manera cualquier pérdida o situación complicada que se le presente. Al ser niños su modelo a seguir son sus mayores, es por esto que al trabajar desde el enfoque sistémico se permite la intervención de la familia, siendo este el grupo de apoyo para que el niño logre una buena elaboración del proceso de duelo, evitando el desarrollo de un duelo complicado.

JUSTIFICACIÓN

Este plan de intervención está basado en el manual COVID-19 “Un manual de acompañamiento para los niños en proceso de duelo”, creado por Cloud9World México (2021), puesto que una de sus principales prioridades ha sido enseñar sobre la importancia de las habilidades socioemocionales puesto que son herramientas que ayudan a afrontar los procesos que resultan ser difíciles de sobrellevar, desgraciadamente tras la pandemia muchos niños experimentaron la pérdida de un ser querido, por lo que a través de este manual lo que buscan es brindar un acompañamiento mediante distintas actividades que permiten expresar las emociones y sentimientos de los niños y al mismo tiempo trabajar las fases del duelo. Cloud9World es un programa líder en educación socioemocional que tiene presencia en 11 países, cuya implementación permite la formación integral de ciudadanos que contribuyan al bienestar de México y del mundo.

El manual se compone de cuadro bloques que se basan en la Teoría de William Worden (1997), en la que explica que para que un individuo pueda asimilar de manera adecuada la muerte de uno de sus seres queridos es necesario que realice determinadas tareas, ya que él aseguraba que al ser una tarea le daría al doliente la posibilidad de llevar a cabo una acción de una manera más activa. Para este plan de intervención se manejan las mismas etapas que son: aceptar la realidad de la pérdida, la elaboración de las emociones relacionadas con el duelo, la adaptación a la vida sin el ser querido y recolocar emocionalmente al ser querido y continuar viviendo. Pero las actividades de cada bloque están basadas en un enfoque sistémico, es decir, la familia intervendrá en todas las actividades, pero siempre la atención será enfocada en el proceso del niño, en este caso la familia participará en beneficio del niño, puesto que Walsh y McGoldrick en 1991 (citado en Navarro. 1992) refieren que la familia, al experimentar la pérdida de un familiar desarrollan un crisis familiar que exige una nueva reorganización y readaptación del sistema familiar, haciendo énfasis en que al igual que una persona deben realizar determinadas tareas para resolver de una mejor manera el proceso de la elaboración del duelo, estas tareas ayudan a tener una mejor adaptación las la pérdida, estas tareas son las siguientes: reconocimiento compartido de la realidad de la muerte, experiencia compartida del dolor de la pena, reorganización del sistema familia y reinvestidura en otras relaciones y metas en la vida.

En esta propuesta de intervención en tres de los cuatro bloques se agregaron actividades psicodramáticas Jacob Levy Moreno nos dice *“El psicodrama pone al paciente sobre un escenario, donde puede resolver sus problemas con la ayuda de unos pocos actores terapéuticos. Es tanto un método de diagnóstico como de tratamiento”*. El psicodrama es una técnica terapéutica sistémica que integra el cuerpo, las emociones, el pensamiento y la conducta, en él se intensifican los sentimientos y las emociones de manera que el paciente es capaz de revivirlos, pero ya en un contexto protegido y seguro, esto permite que interprete de una manera más adecuada los conflictos de su vida y al mismo tiempo facilita la creación de respuestas nuevas que sean más adaptativas (Pavlovsky, 1979).

Esta propuesta de intervención está diseñada para niños de la segunda infancia puesto que ya son más conscientes de lo que sucede a su alrededor, como tal ya no viven en su pensamiento mágico, a partir de los 6 años es cuando los niños comienzan a implementar estrategias para la regulación de sus emociones, aunque siguen siendo muy sensible e inestables, a los 8 años ya hay una mayor estabilidad en cuanto a la expresión de sus emociones. Es a los 10 años cuando el niño logra una buena regulación de sus emociones, lo que le permite analizar de una mejor manera lo que sucede a su alrededor, y autorregular mejor sus emociones.

Esta intervención debe ser aplicada por un profesional de la salud mental (psicólogo, psicoterapeuta), puesto que de acuerdo con las actividades que se llevarán a cabo, se requiere que el aplicador cuente con conocimientos sobre intervención en crisis, primeros auxilios psicológicos y psicoterapia de apoyo, para poder brindar una contención de emociones en caso que alguno de los participantes llegue a entrar en crisis al momento de realizar alguna de las actividades, puesto que de acuerdo al problema a tratar la mayor parte del trabajo es emocional.

OBJETIVO

Brindar a los niños las habilidades y herramientas necesarias para la elaboración y afrontamiento de un duelo, a través de actividades que desarrollaran en cada bloque, apoyándose durante todo el proceso del acompañamiento de su familia, de modo que su proceso de duelo lo viva de la manera más sana posible para evitar el desarrollo de un duelo complicado en el niño.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Lograr que el niño acepte el fallecimiento de su familiar.
2. Facilitar la expresión, elaboración y regulación de las emociones que surgieron en el niño tras el fallecimiento de su familiar.
3. Trabajar con el niño los aspectos que cambiarán en su vida tras el fallecimiento de su familiar, de modo que logre una buena adaptación a su nueva vida.
4. Conseguir que el niño recolocque emocionalmente a su ser querido, entendiendo que la muerte es parte de la vida, por lo que debe de seguir con su vida y planes a futuro.

CARACTERÍSTICAS DEL PLAN DE INTERVENCIÓN

El plan de intervención consta de 4 bloques principales, donde se trabajarán las diferentes etapas por las que pasa un niño durante el proceso de duelo.

Para una mejor aplicación se recomienda que la familia con la que se trabaje tenga como máximo 6 integrantes, es decir, que solo asista el grupo primario, como lo son papás, hermanos y/o abuelos.

Este plan de intervención consta de 15 sesiones, se aplicará una sesión por semana, las sesiones tendrán una duración de 90 a 120 minutos como máximo.

Un punto importante es que en cada actividad se plantea un tiempo que es el máximo que pueden tardar cada una de las actividades.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

BLOQUE 1 “ACEPTAR LA REALIDAD DE LA PÉRDIDA.”		
ACTIVIDAD	NO. SESIÓN	TIEMPO
Presentación	1	15 min
Animal/superhéroe/Superpoder	1	15 min
La carta	1	45 min
Mundo	1	15min
Mar adentro, mar afuera	2	15min
Ficha informativa	2	45min
Qué cosas cambiaron y cuáles no	2	45min
Los globos	2	15min
La silla comunitaria	3	15min
Qué imaginas que sucede cuando mueren las personas	3	45min
Elaboración de preguntas	3	45min
Abrazos musicales	3	15min
BLOQUE 2 “ELABORAR LAS EMOCIONES RELACIONADAS CON EL DUELO”.		
Caldeamiento	4	15min
Silla vacía	4	60min
Te ofrezco mi corazón	4	15min
El pueblo manda	5	15min
Cuando pienso en ti me siento	5	45min
Lo que más me duele de tu partida es	5	45min
El sol brilla en...	5	15min
Bailando sobre papel	6	15min
Objetos de vinculación	6	60min
Abrazos al azar	6	15min
Animales en pareja	7	15min
El reloj de las emociones	7	30min
Qué me hace sentir mejor	7	30min
La caja mágica	7	15min
BLOQUE 3 “ADAPTARSE A LA VIDA SIN EL SER QUERIDO”.		
Caldeamiento	8	15min
Juego de títeres.	8	60min
Expresión no verbal	8	15min

La telaraña	9	15min
Desde que no está aquí he aprendido que soy una persona	9	45min
Quien me acompaña cuando estoy triste	9	45min
Lo contrario	9	15min
El hombre del tiempo	10	15min
Palabras y actos de amor	10	45min
Árbol Genealógico	10	45min
Caminata dirigida	10	15min
La granja	11	15min
Momentos que agradezco	11	50min
La gran carcajada	11	15min
BLOQUE 4 “RECOLOCAR EMOCIONALMENTE AL SER QUERIDO Y CONTINUAR VIVIENDO”.		
Me pica aquí	12	15min
Cosas en común	12	45min
Recuerdo más bonito	12	45min
El oso dormido	12	15min
El globo y el baile	13	15min
Pirámide de metas	13	45min
Cómo me veo en el futuro	13	45min
Petrificar	13	15min
El rey del silencio	14	15min
Qué he aprendido	14	45min
Carta de agradecimientos	14	45min
Pescar con las manos	14	15min
Caldeamiento	15	15min
Proyección a futuro	15	60min
Burbujas	15	15min

PLAN DE INTERVENCIÓN

BLOQUE I	“ASIMILAR Y ACEPTAR LA REALIDAD DE LA PÉRDIDA.”	
OBJETIVO	Guiar al niño para que poco a poco vaya aceptando y asimilando que su familiar ha fallecido que ya no estará más con él.	
No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
1	Dar una introducción con respecto a en qué consiste el plan de intervención, además de empezar a conocer los sentimientos, emociones y pensamientos que están presentes en el niño tras la muerte de su familiar.	90 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Dar a conocer en que consiste y el objetivo de la intervención.	<p><u>PRESENTACIÓN.</u></p> <p>1. Como inicio de sesión se presentará el terapeuta y dará la bienvenida a la familia, posteriormente se procederá a dar a conocer a través de una plática en qué consiste esta intervención, dejando claro los siguientes puntos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Una breve introducción sobre en qué consiste esta intervención. 2. El objetivo de la intervención. 3. El número de sesiones y su duración aproximada. <p>2. Una vez que se concluya de dar esta información el aplicador podrá responder a cualquier duda que tenga algún integrante del grupo sobre la intervención.</p> <p>3. Una vez que ya no hay dudas se dará inicio con las actividades.</p>	15 min	+ Pizarrón + Marcadores para pizarrón
	Crear un ambiente	<p><u>“ANIMAL/SUPERHÉROE/SUPERPODER.”</u></p> <p>1. El aplicador les pedirá a los integrantes de la familia que formen una media luna.</p>		

DESARROLLO	<p>armonioso y de confianza entre los integrantes del grupo.</p>	<p>2.Una vez que esté formada, dará la indicación de que todos de manera individual piensen en un animal, superhéroe o superpoder con el que se sientan identificados.</p> <p>3.Ya que lo tengan, se le pedirá a cada integrante que comenté con qué se siente identificado y el porqué. Tienen que participar todos los integrantes de la familia.</p> <p>4.Una vez que pasen todos se continuara con la siguiente actividad.</p>	15 min	Ninguno
	<p>Comenzar a trabajar con el niño la expresión de sus sentimientos, pensamientos y emociones que surgieron en el tras la muerte de su familiar.</p>	<p><u>“LA CARTA.”</u></p> <p>1.Se le proporcionará al niño una copia del anexo 1 “¿Qué le dirías?, el aplicador procederá a explicarle este anexo al niño, leerá cada parte del formato y le explicará lo que debe hacer en cada apartado, haciéndole énfasis que en esa carta tiene la libertad de expresar todo lo que siente y piensa a raíz del fallecimiento de su familiar, dándole ideas de que puede escribir ya sea cómo se siente con lo ocurrido, qué le gustaría decirle a su familiar, que le agradece. (El aplicador debe de tener hojas a la mano en caso de que el espacio no le sea suficiente al niño).</p> <p>2.Se le dará su espacio al niño para que pueda expresarse libremente, mientras tanto el aplicador hablará con los familiares para explicarles que ellos serán el soporte emocional del niño, por lo que le podrán brindar palabras de apoyo e incluso pueden brindarle actos de amor como lo es un abrazo, una palmada, etc., para que él se sienta en confianza de expresarse libremente.</p> <p>3.Una vez que el niño concluya su carta procederá a leerla en voz alta, de modo que todos escuchen, de esta manera sus familiares conocerán lo que realmente está sintiendo, de igual manera si mientras está leyendo llega a conmoverse o a llorar los familiares podrán intervenir para mostrarle su apoyo, de modo que termine de leer su carta.</p> <p>4.El aplicador se debe encargar de que el niño vuelva a un estado de tranquilidad, para poder continuar con la siguiente actividad.</p>	45 min	<p>+ Anexo 1 “¿Qué le dirías? + Lápiz + Goma + Sacapuntas + Colores</p>

CIERRE	<p>Lograr que los participantes se relajen de modo que se retiren de la sesión tranquilos y de buen humor.</p>	<p style="text-align: center;"><u>EL MUNDO</u></p> <p>1.El aplicador les pide a los participantes que se levanten de sus asientos y formen un círculo. 2.Una vez que lo hagan el aplicador pasara al centro del círculo con una pelota y les explicará que el mencionara un elemento ya sea tierra/mar/cielo, y arrojará la pelota a uno de los participantes quien deberá decir el nombre de algún animal, por ejemplo “mar: pez espada”, “tierra: caballo”, “aire: águila”. 3.Quien tarde en responder, repita o se equivoque pasa al centro. 4.Cuando uno de los participantes diga la palabra MUNDO al recibir o lanzar la pelota, todos se cambiarán de lugar, y quién se quede con la pelota pasará al centro. 5.Esta dinámica la realizarán por 10 minutos, una vez que se termine ese tiempo el aplicador procederá a ir concluyendo la sesión, puede hacer preguntas con respecto a ¿Cómo se sienten? ¿Tienen alguna duda?, de modo que todos los participantes se vayan tranquilos y calmados de la sesión. 6.Cuando ya no haya nada más por decir se dará por concluida la sesión y se despedirá a la familia sin antes recordarles la fecha de la próxima sesión.</p>	15 min	+ Ninguno
---------------	--	--	---------------	-----------

No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
2	Lograr que el niño tenga claro el motivo de la muerte de su familiar y los aspectos que cambiarán en su vida tras el fallecimiento de su familiar.	120 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Conseguir un ambiente cálido de modo que se facilite trabajar con los participantes.	<p><u>MAR ADENTRO, MAR AFUERA</u></p> <p>1.El aplicador dará la bienvenida a la familia, entablará una pequeña conversación con respecto a cómo están, cómo se han sentido, qué tal ha estado su semana.</p> <p>3.Posteriormente comenzará a dar las indicaciones para realizar esta dinámica, indicará a los participantes que se coloquen en un círculo.</p> <p>3.Les explicará que cuando él les diga ¡Mar afuera! Saltarán o darán un paso hacia afuera, en cambio cuando diga ¡Mar adentro! Van a saltar o dar un paso hacia adentro, esto se va repitiendo, combinándolos de forma repetida.</p> <p>4.Conforme se equivoquen los participantes se van saliendo, hasta que queden uno o dos.</p> <p>5.Al final se les pide que todos le den un aplauso al ganador, para continuar con la siguiente actividad.</p>	15 min	+ Ninguno
	Lograr que el niño tenga claro y entienda el motivo real por el cual falleció su ser querido,	<p><u>“FICHA INFORMATIVA”</u></p> <p>1.Al niño se le proporcionará una copia del anexo 2 “Ficha Informativa”, con la cual se les explicará que en familia deberán responder cada uno de los apartados, siendo el niño quien escriba las respuestas.</p> <p>2.De modo que el aplicador irá leyendo cada uno de los apartados que vienen en el anexo y entre todos dialogarán la respuesta.</p> <p>3.Una vez que tengan clara la respuesta, el niño podrá escribirla en el formato, cabe mencionar que mientras la familia está</p>	45 min	+ Anexo 2: “Ficha Informativa. + Lápiz. + Goma. + Sacapuntas. + Colores.

DESARROLLO	<p>permitiendo que trabajar en la aceptación de la pérdida.</p>	<p>dialogando la respuesta el aplicador puede hacer intervenciones para asegurar que entiendan la pregunta o para que quede clara la respuesta.</p> <p>4.Al momento de ir contestando cada apartado en el niño pueden surgir varias dudas, las cuales deben ser aclaradas por la familia y el aplicador en conjunto, de modo que el niño comprenda todo a la perfección.</p> <p>5.Una vez que terminen está actividad, el aplicador deberá preguntarles cómo se sienten cada uno de los miembros, de modo que pueda ir cerrando el tema, para poder concluir con esta actividad y poder pasar a la siguiente.</p>		
	<p>Que el niño identifique cuales son las actividades y/o aspectos de su vida diaria que cambiarán y cuáles no, tras el fallecimiento de su familiar, ya que una vez que lo tenga claro le será más fácil aceptar los cambios.</p>	<p><u>QUÉ COSAS CAMBIARAN Y CUÁLES NO</u></p> <p>1.Se le proporcionará al niño una copia del anexo 3 “Aceptando los cambios de la vida”.</p> <p>2.El aplicador explicará que en esta actividad en familia deberán dialogar entre todos los participantes para poder identificar cuáles son las actividades o aspectos que cambiaran y cuales no que involucren al niño.</p> <p>3.Una vez identificadas el niño deberá anotarlas en el apartado correspondiente, ya que lo tenga listo, el aplicador intervendrá para analizar con todos los miembros de la familia, como pueden hacer para organizarse y que los aspectos que cambiarán no sean tan bruscos para el niño y logré adaptarse a ellos de una mejor manera.</p> <p>4. Una vez que ya este todo concluido y ha aclarado se dará por terminada la actividad, para continuar con la actividad final de la sesión.</p>	45 min	<p>+ Anexo 3 “Aceptando los cambios de la vida.” + Lápiz. + Goma. + Sacapuntas.</p>
CIERRE	<p>Conseguir que los participantes se</p>	<p style="text-align: center;"><u>LOS GLOBOS</u></p> <p>1.Se les pedirá a los participantes que se levanten de sus asientos y formen un círculo.</p> <p>2.Se les explicara que ésta dinámica consiste en que el aplicador les arrojará al</p>		

	<p>relajen y se retiren de la sesión tranquilos sin afectaciones emocionales.</p>	<p>aire un globo y entre todos tienen que evitar que se caiga y mantenerlo en movimiento.</p> <p>3.Poco a poco el aplicador les ira arrojando más globos de uno en uno, de modo que trabajen en equipo para evitar que se les caigan los globos, mientras lo mantienen en movimiento.</p> <p>4.La dinámica termina cuando se les caiga un globo, cuando suceda eso, el terapeuta les pedirá que se brinden un aplauso por dar su mayor esfuerzo.</p> <p>5.El aplicador procederá a decirles que con esta actividad se concluye la sesión. Por último, despedirá a la familia y les indicará la fecha de la próxima sesión.</p>	<p>15 min</p>	<p>+ 8 globos</p>
--	---	---	----------------------	-------------------

No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
3	Trabajar con el niño la idea que tiene con respecto a lo que es la muerte y todo lo que conlleva de modo que logre construir un concepto real y claro sobre la muerte.	120 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
	Crear un ambiente confortable y armonioso para poder trabajar de una mejor manera.	<p align="center"><u>“LA SILLA COMUNITARIA.”</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.El aplicador dará la bienvenida a los participantes, puede preguntarles ¿cómo han estado?, ¿qué tal su semana? 2.Posteriormente les pedirá que formen un círculo con todo y sus sillas. 3.Dará las instrucciones las cuales consisten en que se pondrá música y bailarán alrededor de las sillas cuando pare la música deberán sentarse, se quitará una silla y continuara la dinámica, así será hasta que quede una sola silla y todos los participantes logren sentarse o acomodarse como puedan. 4.Preguntará si tienen alguna duda, si es así se resolverá y se procederá a iniciar la dinámica. 5.Una vez que se llegue al final, el aplicador pedirá a los participantes que se brinden un aplauso por hacer su mayor esfuerzo y que acomoden sus sillas para continuar con la siguiente actividad. 	15 min	+ Sillas + Bocina + Música
		<p align="center"><u>“QUÉ IMAGINAS QUE SUCEDE CUANDO MUEREN LAS PERSONAS.”</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Al niño se le proporcionará una copia del anexo 4 “¿Qué imaginas que sucede cuando las personas mueren?” 2.El aplicador procederá a explicar que en esa copia el niño de manera individual deberá realizar un dibujo con respecto a lo que piensa que sucede cuando las personas mueren, en 		+ Anexo 4 “Qué imaginas que

DESARROLLO	<p>Trabajar con el niño el concepto que tiene acerca de la muerte y lo que sucede con las personas cuando mueren.</p>	<p>esta parte no podrá recibir ninguna ayuda por parte de su familia.</p> <p>3.Una vez que concluya su dibujo tendrá que explicar para todos lo que dibujo, ya que termine el aplicador tendrá que intervenir y preguntar primero de manera particular al niño qué entiende por muerte.</p> <p>4.Por consiguiente dirigirá la pregunta a los demás integrantes de la familia de manera que se genere un diálogo para llegar a una definición de lo que es la muerte, tomando en cuenta que lo primordial es que el niño tenga claro y comprenda el concepto real de lo que es la muerte y lo que sucede con las personas después de que mueren.</p> <p>5.El aplicador no dejará de participar en esta parte, para que todo quede claro tanto para la familia, pero particularmente quien debe entender el concepto es el niño.</p> <p>6.Una vez que lo tenga entendido se procederá a continuar con la siguiente actividad.</p>	45 min	<p>sucede cuando las personas mueren?</p> <p>+ Lápiz.</p> <p>+ Colores.</p> <p>+ Goma.</p> <p>+Sacapuntas.</p>
	<p>Trabajar con el niño para que logre formular y expresar todas o sino la mayoría de las dudas que tiene con respecto a la muerte en general o de su ser querido.</p>	<p><u>“ELABORACIÓN DE PREGUNTAS”</u></p> <p>1.Esta actividad constará de 2 fases en la primera fase trabajará únicamente el aplicador con el niño, se le proporcionará una copia del anexo 5 “¡¡¡Pregunta!!! Con confianza!!!, la cual responderá con ayuda del aplicador (Un punto importante es que el terapeuta no lo ayudará con la respuesta, sólo lo guiará para motivarlo a que responda de la manera más sincera posible), en esta fase la familia definitivamente no interviene.</p> <p>2.Una vez que terminen se procederá a la siguiente fase.</p> <p>3.En la segunda fase ya interviene la familia, aquí el niño tendrá que expresar ante todas sus respuestas de cada apartado, y en conjunto aplicador-familia deberán darles respuesta a todas sus preguntas, conforme se van respondiendo sus preguntas el aplicador deberá irlos guiando que todas las preguntas tengan respuesta y sobre todo el niño tenga claras las respuestas.</p> <p>4.Una vez que termine esta actividad el aplicador procederá a preguntarle al niño si ya</p>	45 min	<p>+ Anexo 5</p> <p>“¡¡¡Pregunta!!!</p> <p>¡¡¡Con confianza!!!</p> <p>+ Lápiz.</p> <p>+ Goma.</p> <p>+ Sacapuntas.</p>

		no tiene ninguna duda con respecto a la muerte en general o con respecto a de su familiar, si aún tiene dudas es momento de disiparlas si por el contrario ya no hay dudas se procederá a continuar con las siguiente y última actividad.		
CIERRE	Lograr que los participantes y el niño se retiren de la sesión lo mejor posible emocionalmente.	<p style="text-align: center;"><u>“ABRAZOS MUSICALES.”</u></p> <p>1. El aplicador les pedirá a los participantes que se levanten de sus asientos y formen un círculo.</p> <p>2. Dará las indicaciones de la dinámica que consiste en que se pondrá una música que sea animada mientras suena los participantes estarán saltando por todo el espacio, cuando se detenga la música cada participante da un abrazo a otro, nuevamente se pondrá música, para la próxima vez que pare la música el abrazo será de tres personas, así sucesivamente hasta que todos se estén abrazando una vez que estén en ese abrazo grupal se dirán un te quiero.</p> <p>3. Por último, el aplicador les pedirá que se den un aplauso entre todos, y dará por terminada la sesión recordándoles la fecha de la próxima sesión.</p>	15 min	+ Bocina + Música

BLOQUE II	“ELABORAR LAS EMOCIONES RELACIONADAS CON EL DUELO.”	
OBJETIVO	Facilitar la expresión, elaboración y regulación de las emociones que surgieron en el niño tras el fallecimiento de su familiar.	
No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
4	Permitir que el niño confronte los sentimientos, pensamientos, conflictos internos que tenga con respecto a su familiar fallecido.	95 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Crear un ambiente de armonía y empatía para favorecer el contacto entre el niño y sus emociones de modo de irlo preparando para la dramatización.	<p align="center"><u>“CALDEAMIENTO.”</u></p> <p>1.Como inicio de sesión el aplicador saludará a la familia, entablando una pequeña conversación con respecto a ¿Cómo han estado? ¿Ha pasado algo significativo?, esto para ir generando un ambiente de empatía que permita un mejor desenvolvimiento durante la sesión.</p> <p>2.A continuación se iniciará con el caldeamiento que consiste en pedirle a los integrantes del grupo que caminen por todo el salón.</p> <p>3.Ahora sin dejar de caminar que comiencen a girar su cuello, posteriormente, mientras siguen caminando se le pedirá que comiencen a estirar todo su cuerpo, comenzando de arriba hacia abajo, continuamos pidiéndoles que se detengan y ahí en el lugar que quedaron deben cerrar los ojos y realizar 6 respiraciones profundas (el aplicador guiará la respiración diciendo “inhalamos” contará del 1 al 5 y dirá exhalamos, después de la segunda respiración les pedirá que se concentren en su cuerpo, en cómo entra el aire por la nariz, como se inflan y desinflan sus pulmones, una vez que lo diga continuara con las respiraciones restantes).</p> <p>4.Una vez que terminen las respiraciones, se les pedirá que poco a poco abran los ojos y tomen asiento en sus lugares. (Mientras duré el caldeamiento el aplicador debe prestar mayor atención en que el niño lleve a cabo todas las indicaciones que se le dan).</p>	15 min	+ Ninguno

		5. Ya que estén en sus lugares se procederá a continuar con la siguiente actividad.		
DESARROLLO	Permitir que el paciente confronte y exprese aquellos sentimientos o conflictos o aspectos que quedaron inconclusos tras la muerte de su familiar.	<p style="text-align: center;"><u>“SILLA VACÍA”</u></p> <p>1. Ya que estén en sus lugares, se procederá iniciar con una nueva actividad y el aplicador procederá a explicarles en que consiste esta actividad.</p> <p>2. Esta actividad consiste en que aquí tenemos dos sillas vacías que están frente a frente, en una se sentará el niño, quien imaginara que en la otra silla está su familiar fallecido, y podrá decirle todo lo que él quiera, todo lo que sienta ya sea tristeza, enojo, incluyendo todo lo que ya no le pudo decir, ya sea resolver un enojo, un desacuerdo, en sí todo lo que siente, podrá realizarle preguntas o comentarios que ayuden a que el niño pueda sacar todo lo que lleva dentro (Una pequeña guía es que puede decirle al niño que le mencione a su familiar como se sintió con respecto a su muerte, qué es lo que más le duele de su partida, si hay algo que le hubiese gustado decirle pero ya no le dio tiempo, si hay algo que le agradezca, incluso si hay reclamos o está enojado por alguna situación en particular, el punto es que el aplicador deberá de encargarse de que el niño libere lo más que pueda aquello que tiene guardado, de modo que esto le permita sentirse más ligero, más libre, que ya no cargue con tanto).</p> <p>2. El aplicador será el encargado de ir guiando al niño para que pueda sacar todo lo que lleva dentro, mientras tanto la familia estará en silencio permitiendo que el niño se exprese libremente, no podrán hacer nada que interrumpa el discurso del niño, en caso de que el niño lo requiera o lo pida podrá intervenir la familia solamente diciéndole frases de apoyo como: “estamos contigo, no estás solo, di todo lo que sientas”, “Desahógate, aquí estamos”.</p> <p>3. Una vez que termine de desahogarse el niño ahora si puede intervenir la familia con actos y palabras de amor (frases de apoyo, abrazos, besos, etc.), para lograr que el niño se calme ya que muy probablemente termine llorando, el aplicador estará pendiente en todo momento ya que de ser necesario tendrá que intervenir</p>	60 min	+ 2 sillas

		para calmar al niño (ya sea con una intervención en crisis, brindando los primeros auxilios psicológicos o en su caso la psicoterapia de apoyo, el aplicador determinara que es lo mejor en base a las situación que se llegue a presentar) puesto que hasta que no esté tranquilo el niño no se podrá continuar con la siguiente actividad.		
CIERRE	Relajar y calmar al niño y sus familiares de modo que se puedan ir tranquilos, sin crisis emocionales o sentimientos negativos.	<p style="text-align: center;"><u>“TE OFREZCO MI CORAZÓN.”</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.El aplicador invita a toda la familia a ubicarse en un círculo en el centro del salón, a cada integrante de la familia le entregará un corazón de papel y les pedirá que le coloquen su nombre. 2.Les pedirá a los familiares que se observen entre todos y recuerdos todos aquellos buenos momento que han vivido. 3.Posteriormente los familiares uno por uno irá pasando frente al niño, le darán su corazón y le brindarán palabras que le demuestren que cuenta con ellos, que lo acompañan en todo momento. 4.Una vez que hayan pasado todos los familiares el aplicador le hará ver al niño que cuenta con todos sus familiares, que no está solo, y le preguntará si hay algo que les quiera decir, si es así que lo diga y si no hay más que decir, se les pedirá que por último se den un abrazo para finalizar con la sesión, y recordarles la fecha de la próxima sesión. 	20 min	+ 10 corazones de papel. + Marcadores.

No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
5	Trabajar con el niño la identificación y expresión de sus sentimientos en específico los que surgieron tras la muerte de su familiar.	120 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	<p>Crear un ambiente de confianza y empatía que permita un mejor desenvolvimiento a lo largo de la sesión.</p>	<p><u>“EL PUEBLO MANDA.”</u></p> <p>1.El aplicador saludará y dará la bienvenida a la familia, preguntándoles ¿cómo han estado? ¿qué tal su día? ¿ha pasado algo significativo?</p> <p>2.Posteriormente el aplicador les dirá que se va a iniciar con la actividad del día, les pedirá que formen una media luna y les explicará que se les dará una indicación y la deben de seguir, la consigna que deben seguir es “<i>El pueblo manda que...</i> (se pongan de pie, que brinquen solo con el pie derecho, brinquen con el pie izquierdo, que se sienten, que caminen de reversa, etc.) entonces ellos lo deben de realizar.</p> <p>3.El aplicador debe tomar en cuenta que las órdenes deben ser rápidas y alternadas.</p> <p>4.Una vez que se culmine el tiempo se les pedirá que se brinden un aplauso y tomen sus asientos, para continuar con la siguiente actividad.</p>	15 min	+ Sillas
	<p>Lograr que el niño le ponga nombre a lo que siente, además de que</p>	<p><u>“CUANDO PIENSO EN TI ME SIENTO...”</u></p> <p>1.Para iniciar esta actividad se le proporcionará al niño una copia del Anexo 6 “¿Cuándo pienso en ti me siento?”.</p> <p>2.El aplicador procederá a explicarle las instrucciones para realizar la actividad. El niño tendrá que colorear los emojis que representen la emoción que siente al momento de pensar en su familiar fallecido.</p> <p>3.En un principio sólo trabajarán en conjunto niño-aplicador, puesto que, en caso de que el niño no conociera o tuviese dudas con respecto a alguna emoción el terapeuta tendría que</p>		+ Anexo 6 “¿Cuándo

DESARROLLO	<p>expresare libremente los pensamientos que tiene al momento de recordar a su familiar.</p>	<p>aclarar o explicar en qué consiste dicha emoción.</p> <p>4.Mientras tanto la familia no podrá intervenir, una vez que ya haya coloreado todas las emociones que experimenta, se procederá a que comparta con todo, el motivo por el cual coloreo cada emoción, por ejemplo, si tiene algún recuerdo en específico tras determinada emoción; en caso de que el niño no le cueste trabajo expresarse, el aplicador puede intervenir, con preguntas o argumentos que le permitan expresarse de una mejor manera.</p> <p>5.En cuanto termine intervendrá la familia expresando si ellos han notado alguna otra emoción que manifieste y que no ha coloreado, argumentando el porqué. (El aplicador dará la indicación de que pueden intervenir haciéndoles una pregunta ¿Ustedes han notado alguna otra emoción que manifieste y que no ha coloreado? ¿Por qué?).</p> <p>6.Una vez que ya no haya ninguna emoción por agregar o algún comentario se podrá pasar a la siguiente actividad.</p>	45 min	<p>pienso en ti me siento?</p> <p>+ Colores</p> <p>+ Goma</p> <p>+ Sacapuntas</p>
	<p>Trabajar con el niño para pueda identificar y expresar que es lo que más le duele de la muerte de su familiar.</p>	<p style="text-align: center;"><u>LO QUE MÁS ME DUELE DE TU PARTIDA ES...</u></p> <p>1.El aplicador le proporcionará al niño una copia del Anexo 7 “Lo que más me duele de tu partida es...”.</p> <p>2.Le explicara que puede realizar un dibujo o escribir de manera individual aquel aspecto que más le duele de la muerte de su familiar (el aplicador puede intervenir de modo que apoye al niño a expresarse lo mejor posible y de preferencia no se guarde nada).</p> <p>3.Una vez que concluya lo compartirá con su familia de modo que se logre entablar un diálogo reconfortante, puesto que plasmar y hablar de este aspecto puede mover muchas emociones, en todo momento el niño podrá expresar libremente aquellas emociones que siente al recordar y compartir lo que escribió o dibujó.</p> <p>4.El aplicador podrá intervenir si es necesario para guiar ese diálogo reconfortante.</p>	45 min	<p>+ Anexo 7 “Lo que más me duele de tu partida es...”</p> <p>+ Lápiz</p> <p>+ Colores</p> <p>+ Goma</p> <p>+ Sacapuntas</p>

		5.Una vez que ese dialogo llegue a su fin se continuara con la siguiente actividad.		
CIERRE	Trabajar con el niño y sus familiares su estado de ánimo de modo que se retiren de la sesión tranquilos y sin emociones negativas, al contrario, con emociones positivas y unidad familiar.	<p style="text-align: center;"><u>“EL SOL BRILLA EN...”</u></p> <p>1.Se le pide a los participantes que formen un círculo, donde el aplicador estará en el centro, en un principio les explicara que esta dinámica consiste en que aquel que este en el centro dirá “<i>el sol brilla en...</i>” y dirá un color o un artículo de vestir que tenga alguien del grupo, por ejemplo: “el sol brilla en todos los que llevan algo de color negro” o “el sol brilla en todos los que traen calcetines” o “el sol brilla en todos los que tienen ojos cafés”, aquellos participantes que tengan esos atributos o características deben cambiarse de lugares entre sí, quien está en el centro debe tratar de tomar el lugar de alguno de los participantes que se movió, de este modo una nueva persona está en el centro y se repetirá la misma dinámica.</p> <p>2.Una vez que termine de explicar lo que se hará el aplicador preguntará si tiene alguna duda, si es así las disipará si por el contrario no hay dudas se comenzará con la dinámica, inicia el aplicador.</p> <p>3.Ya que transcurran los 15 minutos se dará por concluida la dinámica y la sesión, únicamente se le recordará a la familia la fecha de la próxima sesión.</p> <p>4.De igual manera les pedirá que para la siguiente sesión traigan fotografías de momentos que consideren importantes que hayan compartido con su familiar fallecido, de preferencia que las elija el niño, mínimo 5 fotografías).</p>	15 min	+ Ninguno

No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
6	Trabajar la expresión de sentimientos y emociones al estar recordando y hablando de su familiar fallecido.	90min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	<p>Crear un ambiente cálido, empático, para que el niño y sus familiares se relajen y desarrollarse de una mejor manera en las actividades.</p>	<p><u>“BAILANDO SOBRE PAPEL.”</u></p> <p>1.El aplicador saludará y dará la bienvenida a la familia, entablando una pequeña plática con respecto a ¿Cómo han estado? ¿Qué tal su día?</p> <p>2.A continuación, el aplicador les dirá que es momento de iniciar con las actividades, les pedirá que formen parejas o tríos de modo que nadie se quede sin compañero, a cada pareja les proporcionará una hoja de periódico, la actividad consiste en que las parejas deberán bailar alrededor de sus hojas de papel mientras este sonando la canción y cuando esta pare deberán pararse sobre su respectiva hoja, para la próxima vez que pare la música deberán doblar por la mitad su hoja de papel periódico y así consecutivamente, por lo que cada vez se hará más difícil, las parejas que tengan alguna parte de su cuerpo en el suelo estará fuera, el juego continua hasta que gane una pareja.</p> <p>3.Al final todos les brindarán un aplauso a los ganadores y se procederá a continuar con la siguiente actividad.</p>	15 min	<p>+ Hojas de papel periódico</p> <p>+ Bocina</p> <p>+ Música</p>
DESARROLLO	<p>Establecer una conexión entre el niño y sus experiencias o</p>	<p><u>“OBJETOS DE VÍNCULACIÓN”.</u></p> <p>1.Como inicio de esta actividad el aplicador les pedirá que saquen las fotografías que se les pidieron en la sesión anterior.</p> <p>2.Posteriormente le pedirá al niño que comparta con todos lo que sucede en cada momento que representan las fotografías, el aplicador le hará preguntas, por ejemplo: cómo era la relación con su familiar, cómo se sentía en ese momento, qué recuerdos se le vienen en la mente al momento de observar las fotografías. De este modo se le ira guiando hacia la parte emocional, del mismo</p>	60 min	+ Fotografías

	<p>vivencias compartidas con su ser querido de modo que deje fluir sus emociones.</p>	<p>modo el terapeuta le pedirá a toda la familia que permanezcan un tiempo mirando las fotos y que se dejen llevar por las emociones que van sintiendo en el momento (con esto se espera crear un ambiente de confianza que permita expresar las emociones libremente).</p> <p>3.Al momento de realizar esta actividad puede que el niño llore, de modo que la familia será ese apoyo emocional que lo hará sentir acompañado, incluso se puede crear un dialogo entre toda la familia al momento de estar recordando lo que sucedía en cada fotografía, si es el caso de que lloré se deberá dejar fluir ese llanto, sin embargo, el aplicador les puede decir a los familiares que si gustan le pueden brindar palabras de apoyo pero sin llegar a decirle “ya no llores”, puesto que esto impedirá que el niño se siga expresando, poco a poco el terapeuta irá guiando la actividad para ir la cerrando, si el niño u otros familiares llegan a llorar o entrar en crisis el aplicador deberá brindarle el apoyo que necesite (puede ser intervención en crisis, brindar los primeros auxilios psicológicos o psicoterapia de apoyo). 4.Una vez que todos estén tranquilos se procederá a concluir esta actividad y continuar con la siguiente.</p>		
<p>CIERRE</p>	<p>Conseguir que el niño y sus familiares se retiren de la sesión lo más tranquilos posibles, sin emociones negativas o desbordamientos emocionales.</p>	<p style="text-align: center;"><u>“ABRAZOS AL AZAR.”</u></p> <p>1.El aplicador les pedirá que se pongan de pie y les indicará que pondrá música, mientras esta suena deberán caminar por todo el salón, pero al detener la música se deberán acercar a la persona que esté más próxima y le harán “piedra, papel o tijera”, la persona que gane le preguntará a la otra “¿Sabes lo que es un abrazo?”, a quien le preguntaron deberá contestar “no”, entonces se dan un abrazo, y la persona que respondió que no sabía lo que es un abrazo, volverá a decir “No, no lo he entendido”, ¿Me das otro?”, y se dan otro abrazo, y nuevamente vuelve a sonar la música y se repite la dinámica.</p> <p>2.Una vez que transcurran los 15 minutos se dará por terminada la actividad y la sesión, el aplicador preguntará como se sienten, y dará por concluida la actividad y sesión por lo que</p>	<p>15 min</p>	<p>+ Bocina + Música</p>

		despedirá a la familia sin antes recordarles la fecha de la próxima sesión.		
--	--	---	--	--

No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
7	Seguir trabajando la expresión e identificación de emociones tras el fallecimiento de su familiar, pero al mismo tiempo el niño comience a identificar lo que le hace sentir mejor.	120 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Crear un ambiente cálido y de confianza para un mejor desenvolvimiento de el niño y sus familiares en las actividades de la sesión.	<p align="center"><u>“ANIMALES EN PAREJA.”</u></p> <p>1.Como inicio de sesión el aplicador saludara a la familia, incluso entablar una pequeña conversación con respecto a ¿cómo han estado?, esto con el fin de crear un ambiente de comienza e iniciar con las actividades de la sesión.</p> <p>2.En seguida el aplicador le entregara a cada participante un papel con el nombre de un animal, formando parejas entre los integrantes de la familia.</p> <p>3.Posteriormente se procederá a indicarles que uno por uno deberá representar con mímica el animal que les toco de modo que puedan entrar a su pareja, para hacer esta representación sólo tendrán 1 minutos para hacerlo.</p> <p>4.Ya que todos hayan encontrado sus parejas, se les pedirá que se den un aplauso para todos por el esfuerzo que hicieron, y se concluirá con la actividad, dando paso a la siguiente.</p>	15 min	+ Papelitos con nombres de animales
	Lograr que el niño identifique sus estados de ánimo a lo largo del día en específico con	<p align="center"><u>“EL RELOJ DE LAS EMOCIONES”.</u></p> <p>1.Se le proporcionará al niño una copia del anexo 8 “Reloj de las emociones”, el aplicador deberá explicar las indicaciones que consisten en que el niño deberá colorear todos los emojis que representan diversas emociones, posteriormente deberá recortar las piezas para armar el reloj.</p> <p>2.Una vez que ya tengan las piezas listas deberán armar el reloj para lo que utilizará un broche mariposa, ya listo, el niño con el apoyo de su familia procederá a colocar las emociones que experimenta a lo largo del día, por ejemplo, si en las noches antes de dormir se siente triste</p>	45 min	+ Anexo 9 “Reloj de las emociones” + Tijeras

DESARROLLO	<p>respecto al fallecimiento de su familiar.</p>	<p>deberá colocar el emoji que representa la tristeza en el horario específico en que esto ocurre.</p> <p>3.Su familia será de apoyo porque podrán dar sus opiniones con respecto a las emociones que ellos observan que manifiesta, en esta parte el aplicador podrá intervenir haciendo preguntas sobre ¿Ustedes que emociones observan que manifiesta y no ha colocado?</p> <p>4.Esta actividad ayudará a que el niño sienta que sus emociones si son tomadas en cuenta.</p> <p>5.Una vez que ya no haya más por decir de dará por terminada la actividad y se continuara con la siguiente.</p>		<p>+ Pegamento + Colores + Broche mariposa</p>
	<p>Trabajar con el niño para que reconozca las actividades o acciones que le ayudan a sentirse mejor emocionalmente.</p>	<p style="text-align: center;"><u>“QUÉ ME HACE SENTIR MEJOR”</u></p> <p>1.Al niño se le proporcionará una copia del anexo 9 “¿Qué me hace sentir mejor?, el aplicador deberá explicar las instrucciones para realizar la actividad, éstas son que deberá realizar un dibujo o escribir aquellas actividades (jugar con el niño, ver películas juntos, salir a pasear, etc.), frases (como estoy contigo, yo te apoyo, no estás solo, te quiero, entre otras) y acciones (como una palmada, un abrazo, un beso), que le ayudan a sentirse mejor cuando está triste, en un principio esto lo responderá el niño de manera individual.</p> <p>2.Una vez que termine tendrá que compartirlos con su familia, el aplicador guiará esta parte para que se pueda entablar una plática entre el niño y los familiares, esto lo puede hacer preguntándole a los familiares si han notado alguna actividad que no ha anotado, si es así la pueden compartir, incluso se puede entablar una plática con respecto a nuevos aspectos que podrían hacer como familia para ayudar y apoyar al niño en momentos tristes o difíciles.</p> <p>3.Una vez que ya este todo claro y no haya más por decir, se concluirá la actividad y se continuara con la siguiente.</p>	45 min	<p>+ Anexo 10 “¿Qué me hace sentir mejor?” + Lápiz + Colores + Goma + Sacapuntas</p>
		<p style="text-align: center;"><u>“LA CAJA MÁGICA.”</u></p> <p>1.El aplicador les pedirá a todos que se pongan de pie y formen un círculo, se sienten en el piso,</p>		

CIERRE	<p>Lograr que los participantes se relajen y se retiren de la sesión con estabilidad emocional</p>	<p>se abracen a sí mismos, como en posición fetal, se les explicará que ahora van a imaginar que son que son cajas mágicas, y deberán seguir sus indicaciones, por ejemplo cuando el aplicador diga <i>“Tomen posiciones, se abre la caja mágica y salen motos (trompetas, osos, caballos, etc.”</i>, entonces los participantes imitan las motos en su mismo lugar, luego de unos segundo el aplicador dice <i>“Se cierran las cajas”</i>, entonces todos vuelven a sus posiciones.</p> <p>2.Una vez que el aplicador ya dio las indicaciones les preguntara si quedo todo claro o hay dudas, si las hay deberá disiparlas, cuando ya no haya dudas se dará inicio con la actividad.</p> <p>3.Esta dinámica la repetirán hasta que se concluya el tiempo, una vez que esto ocurra se dará por terminada la sesión, el aplicador despedirá a la familia sin olvidar recordarles la fecha de la próxima sesión.</p>	<p>15 min</p>	<p>+ Ninguno.</p>
---------------	--	--	----------------------	-------------------

BLOQUE III	“ADAPTARSE A LA VIDA CON EL SER QUERIDO.”	
OBJETIVO	Conseguir que el niño logre darse cuenta de los cambios que ha tenido tras la muerte de su familiar, por lo tanto, logre la adaptarse a los nuevos cambios donde ya no está su familiar.	
No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
8	Trabajar con el niño los cambios que conlleva la pérdida de su familiar en específico los roles que serán modificados y cómo serán modificados.	95 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Crear un ambiente cálido y de confianza para ir preparando a los participantes para la dramatización.	<p align="center"><u>“CALDEAMIENTO.”</u></p> <p>1.Como inicio de sesión el aplicador saludará a la familia, puede entablar una pequeña conversación para crear un ambiente de confianza entre la familia y él.</p> <p>2.A continuación, se dará inicio con el caldeoamiento el cual consiste en que el aplicador le pedirá a la familia que comiencen a caminar por todo el salón en la dirección que quieran, mientras estén caminando pueden hacer círculos con el cuello, estirar los brazos, mover la cabeza de un lado al otro de modo que comiencen a relajar su cuerpo.</p> <p>3.Seguidamente se les pide que se queden parados y estiren los brazos como si quisieran alcanzar el techo de la habitación, esto lo intentaran por 10 segundos y después relajaran su cuerpo y nuevamente lo intentarán, tendrán que repetir este ejercicio 5 veces, mientras lo intentan el aplicador les dirá frases como “Vamos pueden conseguirlo”, “Más arriba”, una vez que terminen las 5 repeticiones se les pedirá que tomen asiento, para continuar con la actividad.</p>	15 min	+ Ninguno.
		<p align="center"><u>“JUEGO DE TÍTERES”.</u></p> <p>1.Una vez que ya estén en sus lugares, el aplicador le dará a cada integrante de la familia un títere, y les dirá “vamos a jugar con estos</p>		

DESARROLLO	<p>Trabajar con el niño los aspectos que cambian tras la muerte de su familiar, además de que analice que, aunque su familiar ya no está aún cuenta con un grupo de apoyo que estará con él en momentos difíciles.</p>	<p>títeres”, la situación que se va a plantear es: <i>“El títere que tiene el niño acaba de perder a un familiar que quiere mucho por lo que su vida ha cambiado, y los demás títeres pueden ser sus familiares o incluso amigos que lo apoyan para salir adelante, y pueda adaptarse a su nueva vida, a estos nuevos cambios de roles que surgen tras este fallecimiento, es decir, si antes su familiar hacia determinada actividad con él pequeño o para él, ahora quién lo hará, como serán las cosas en la actualidad”.</i></p> <p>2.Una vez que se les plantea la situación, los demás integrantes de la familia elegirán que personaje quieren ser y todos deben ponerle nombre a su títere, ya que lo tengan, se les deberá aclarar que el dialogo es libre (pueden desenvolverse como quieran), el único propósito es apoyar.</p> <p>3.El aplicador también será parte de este juego, su títere tendrá el papel de ser amigo del títere que perdió a su familiar, de modo que le hará preguntas como pueden ser: ¿Cómo te sientes tras esta pérdida? ¿Cómo ha cambiado o va a cambiar tu vida? ¿Quién te apoya en estos momentos?, este es el tipo de preguntas que realizara para que desenvuelva toda la escena, mientras se va desarrollando la historia los demás personajes deberán entrar en escena.</p> <p>4.El aplicador en todo momento podrá intervenir para ir guiando la historia, tanto en el inicio, el desarrollo y el final de la historia, conforme se vaya desarrollando la historia se irá dando cuenta cuando sea el momento de ir cerrando, esto será cuando el personaje principal se sienta acobijado por todos y este decidió a seguir adelante con su vida, además de que logre aceptar los cambios que tendrá su vida, cuando se dé esto el aplicador podrá ir guiando la puesta en escena para cerrar la historia, poco a poco, no lo puede hacer de golpe.</p> <p>5.Una vez que concluya, el aplicador estará encargado de preguntarles al niño y a la familia como se sienten después de la puesta en escena esto para poder hacer una reflexión en conjunto con toda la familia sobre la situación que representaron y lo que está viviendo en la vida real el niño.</p>	60 min	+ Títeres
-------------------	--	---	---------------	-----------

		<p>6.Ya una vez que se termine esta reflexión se dará por concluida la actividad. (Tomando en cuenta que si en algún momento por la descarga de emociones el niño, o algún miembro de la familia entra en crisis, el aplicador deberá intervenir en cuanto a la contención de emociones, ya sea con una intervención en crisis, brindando los primeros auxilios psicológicos o una psicoterapia de apoyo, de modo que la persona se recupere y vuelva a un estado de tranquilidad, todos los participantes deben estar calmados y tranquilos para poder pasar a la siguiente actividad).</p>		
<p>CIERRE</p>	<p>Asegurarse que todos los participantes se retiren de sesión reconfortados, sin crisis emocionales.</p>	<p style="text-align: center;"><u>“EXPRESIÓN NO VERBAL.”</u></p> <p>1.El aplicador les pedirá a los participantes que se levanten de sus asientos y formen un círculo, de igual manera elegirá a alguno de los familiares (se recomienda elegir de primer lugar al más expresivo) para que se coloque al centro del círculo, esta persona, mirará a quien tiene de frente, se tomará uno o dos minutos para que tome conciencia con respecto a lo que siente hacia esa persona.</p> <p>2.Luego tiene que expresar lo que siente, pero sin palabras, lo tendrá que hacer por medio de algún contacto físico, una vez que lo haga, será el turno de quien recibió la muestra de afecto, y ahora repetirá lo mismo, pero con quien esté a su derecha y así sucesivamente hasta que todos hayan pasado.</p> <p>3.Una vez que lo hagan, el aplicador pedirá que se den un abrazo grupal, preguntará ¿cómo se sienten? De modo que se asegure que todos estén tranquilos.</p> <p>4.Ya estén todos calmados y tranquilos, se podrá dar por concluida la sesión, sin dejar de recordarles la fecha de la próxima sesión.</p>	<p>20 min</p>	<p>+ Ninguno.</p>

No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
9	Trabajar con el niño para que tenga claro quiénes son las personas con las que cuenta en momentos difíciles, y comience a comprender que ha adquirido nuevos aprendizajes y habilidades que le ayudan a ser más fuerte.	120 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Crear un buen ambiente para que haya confianza y se dé un mejor desenvolvimiento en el desarrollo de las actividades.	<p align="center"><u>“LA TELARAÑA.”</u></p> <p>1. Como inicio de sesión el aplicador dará la bienvenida a la familia, entablando una conversación muy pequeña con el niño y sus familiares preguntándoles ¿cómo ha estado su semana o su día?</p> <p>2. En seguida se continuará con el inicio de la actividad, el aplicador les pedirá que formen una fila tomados de la mano, y comiencen a enredarse entre todos, como si estuvieran formando un nudo.</p> <p>3. Una vez que ya lo tengan, tendrán que trabajar en equipo para poder desenredarse, para esto como máximo tendrán 10 minutos para lograrlo, si no lo logran y el tiempo ha culminado el aplicador les pedirá que se suelten y se den un aplauso por esforzarse y si lo logran de igual manera se les pedirá que se den un aplauso por esforzarse y lograr su objetivo.</p> <p>4. Una vez que termine esto, se procederá a continuar con la siguiente actividad.</p>	15 min	+ Ninguno.
	Trabajar con el niño para que logre identificar y reconocer las habilidades con	<p align="center"><u>“DESDE QUE NO ESTAS AQUÍ HE APRENDIDO QUE SOY UNA PERSONA...”</u></p> <p>1. Para iniciar esta actividad el aplicador le proporcionará al niño una copia del anexo 10 “Desde que no estás conmigo he aprendido que soy una persona...”.</p> <p>2. En seguida procederá a explicarle las instrucciones, el niño deberá tachar aquellas habilidades que siente que lo representan o que ha adquirido tras la muerte de su familia, esto lo llevará a cabo de manera individual.</p>	45 min	+ Anexo 11 “Desde que no estás conmigo

DESARROLLO	<p>las que cuenta, además de aquellas que ha desarrollado tras el fallecimiento de su ser querido.</p>	<p>3.Una vez que termine tendrá que compartirlo con todos, al momento si alguno de los familiares considera que le falta tachar alguna habilidad lo podrán decir, claramente argumentando el porqué, para concluir con esta actividad el aplicador les pedirá a los familiares que le brinden comentarios o frases con respecto a lo bien que se sienten o lo orgullosos que están de el niño con respecto a estas habilidades que ha adquirido.</p> <p>4.Ya que terminen podrán pasar a la siguiente actividad.</p>		<p>he aprendido que soy una persona..."</p> <p>+ Colores</p> <p>+ Goma</p> <p>+ Sacapuntas</p>
	<p>Lograr que el niño identifique y reconozca quiénes son las personas que lo apoyan en momentos difíciles, es decir, quienes lo reconfortan cuando pasa por un mal momento, ya que con esto se dará cuenta quienes son su red de apoyo.</p>	<p style="text-align: center;"><u>"QUIÉN ME ACOMPAÑA CUANDO ESTOY TRISTE".</u></p> <p>1.El aplicador le brindará al niño una copia del anexo 11 "Personas Mágicas", le explicará las instrucciones diciéndole que tendrá dibujar y escribir el nombre de las personas que siente que lo apoyan en momentos donde se siente triste, esto lo llevará a cabo de manera individual.</p> <p>2.Una vez que termine, lo compartirá con sus familiares, diciendo el nombre de cada una de las personas que dibujo y por qué lo hizo.</p> <p>3.Ya que termine si alguno de los familiares que están en la sesión no lo dibujo y le hace brindarle su apoyo puede hacerlo, incluso se puede entablar una conversación sobre el porqué no dibujo a alguno de los familiares presente.</p> <p>4.El aplicador debe ir guiando toda la sesión para que no se desvíen del tema o se produzca una discusión, una vez que no haya más por decir se finalizará esta actividad para continuar con la siguiente.</p>	45 min	<p>+ Anexo 12 "Personas Mágicas"</p> <p>+ Lápiz</p> <p>+ Colores</p> <p>+ Goma</p> <p>+ Sacapuntas</p>
CIERRE	<p>Conseguir que todos los participantes se</p>	<p style="text-align: center;"><u>"LO CONTRARIO."</u></p> <p>1.En esta actividad el aplicador les pedirá a los participantes que se pongan de pie, y formen una línea, les explicará que él dará una indicación y ellos tienen que hacer lo contrario, por ejemplo "manos arriba" y tendrán que bajar las manos, "grito", guardan silencio, "brinco hacia adelante" darán un brinco hacia atrás, conforme</p>	15 min	<p>+ Ninguno.</p>

	<p>relajen y se retiren de la sesión lo más tranquilos posible.</p>	<p>va avanzando el juego aquel participante que se equivoque se va saliendo, hasta que sólo quede uno quien será el ganador.</p> <p>2. Si el juego termina demasiado rápido lo podrán repetir hasta que se acabe el tiempo.</p> <p>3. Una vez que terminen se les pedirá que brinden un aplauso para el ganador y para todos, con esto se dará por concluida la sesión sin olvidar recordarles la fecha de la próxima sesión.</p>		
--	---	---	--	--

No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
10	Seguir trabajando con el niño los actos o palabras que le ayudan a sentirse mejor y comprenda que es un proceso natural de la vida.	120 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Crear un ambiente de confianza, de modo que esto permita un mejor desenvolvimiento por parte de los participantes en el desarrollo de las actividades.	<p align="center"><u>“EL HOMBRE DEL TIEMPO.”</u></p> <p>1.Como inicio de sesión el aplicador saludará a la familia y entablara una pequeña charla con respecto a ¿cómo han estado?</p> <p>2.Posteriormente se iniciará con la actividad, por lo que se les dirá “<i>vamos a jugar</i>”, les explicará que este juego consiste en que el aplicador será “el hombre del tiempo”, quien va ir indicando diferentes fenómenos meteorológicos, ellos estarán a su alrededor y tendrán que ir actuando respecto a lo se les va diciendo, por ejemplo les dirá “<i>el hombre del tiempo dice que ha llegado una tormenta con vientos muy fuertes y una gran lluvia, se ha desatado un caos...</i>” ellos deben actuar lo que se les está narrando, pero deben de dramatizar su actuación, se les debe de hacer hincapié en ello, el hombre del tiempo poco a poco irá cambiando sus indicaciones, y los participantes deben seguir las indicaciones.</p> <p>3.Cuando se culmine el tiempo, se les pedirá que se den un aplauso por la gran actuación que han hecho y se procederá a continuar con la siguiente actividad.</p>	15 min	+ Ninguno.
	Trabajar con el niño para que identifique y exprese las palabras, actos y/o frases que le dicen sus seres queridos y que le	<p align="center"><u>“PALABRAS Y ACTOS DE AMOR”.</u></p> <p>1.El aplicador le proporcionará al niño una copia del anexo 12 “Actos y Palabras de amor”, de igual manera mencionará las instrucciones para llevar a cabo esta actividad.</p> <p>2.Las cuales consisten en que el niño en conjunto con su familia en primer lugar deberá entablar un dialogo con respecto a cuáles son las palabras o actos que manifiestan para hacer sentir mejor al niño cuando éste se siente triste, el aplicador podrá intervenir en cualquier</p>	45 min	+ Anexo 13 “Actos y palabras de amor” + Lápiz

DESARROLLO	ayudan a sentirse mejor, que lo impulsan a salir adelante y le levanten el ánimo.	momento, para ir guiando la conversación, incluso puede preguntarle al niño si hay algo más que le gustaría que hiciera su familia y que le ayudara a sentirse mejor. 3. Una vez que ya se tengan claros esos actos y palabras de amor, el niño podrá escribirlas en el apartado correspondiente del anexo. 4. Terminando de escribir lo leerá para todos, y si ya no hay más que decir, se dará por concluida la actividad, para pasar a la siguiente.		+ Goma + Sacapuntas	
	Lograr que el niño comprenda que la vida es un ciclo, que mientras unos mueren otros nacen, él debe entender que la muerte es parte de la vida.	<u>“ÁRBOL GENEALÓGICO”.</u>	1. Para iniciar esta actividad el aplicador le proporcionará al niño una copia del anexo 13 “Mi árbol genealógico”, del mismo modo dará las indicaciones las cuales son que el niño tendrá que dibujar a cada miembro de su familia que se le pide en el formato, al mismo tiempo que lo está dibujando podrá entablar una conversación con su familiares con respecto al recuerdo o recuerdos más presentes que tiene con cada una de los que ha dibujado, en caso de que alguno ya haya fallecido y el niño no llegó a conocerlo sus familiares podrán contarle acerca de cómo era, de igual manera si al momento de estar realizando los dibujos surge alguna duda o inquietud por parte del niño esta debe ser resuelta. 2. El aplicador podrá intervenir en cualquier momento si nota que algo no está claro. 3. Una vez que terminen la conversación y el dibujo esté concluido se dará por terminada la actividad, para continuar con la siguiente.	45 min	+ Anexo 14 “Mi árbol genealógico” + Lápiz + Colores +Goma + Sacapuntas
CIERRE	Conseguir que la familia se retire de sesión lo mejor posible haciendo referencia en	<u>“CAMINATA DIRIGIDA.”</u>	1. Esta actividad consiste en que el aplicador les pedirá a los participantes que caminen libremente por el salón. 2. Les dará las indicaciones que consisten en que mientras caminan, él les dará las indicaciones que deben seguir por ejemplo <i>“Caminen como monos, pero lento... caminen como si estuviesen flotando...caminen en</i>	15 min	+ Ninguno

	específico a lo emocional.	<i>cuclillas...</i> ”, deben hacer caso a la sesión hasta que se concluya el tiempo. 3. Una vez que esto suceda se les pedirá que se brinden un aplauso por hacer las cosas bien y se dará por concluida la sesión sin olvidar recordarles la fecha de la próxima.		
--	----------------------------	--	--	--

No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
11	Trabajar con el niño la gratitud con respecto a que es mejor valorar cada momento significativo que vivió con su familiar a llorarle o recordarlo con tristeza.	120 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Crear un ambiente cálido y de confianza para que los participantes se desenvuelvan de una mejor manera.	<p align="center"><u>“LA GRANJA.”</u></p> <p>1. Al ser el inicio de la sesión el aplicador saludará a la familia, entablando una pequeña charla con respecto a ¿cómo han estado? ¿ha pasado algo importante? De modo que se empiece a crear un ambiente de confianza.</p> <p>2. A continuación, se dará inicio con la actividad que consiste en que el aplicador a cada participante en secreto le asignará un animal (al momento que lo está haciendo debe de ir formando parejas entre los participantes), de modo que todos tendrán que caminar por todo el salón imitando al animal que les toco, hasta encontrar a su pareja.</p> <p>3. Esta actividad llega a su final cuando todos hayan encontrado a su pareja, en ese momento se les pedirá que se brinden un aplauso y regresen a sus asientos para continuar con la siguiente actividad.</p>	15 min	+ Papelitos con nombres de animales.
DESARROLLO	Trabajar con el niño para que logre darse cuenta y valore	<p align="center"><u>“MOMENTOS QUE AGRADEZCO”.</u></p> <p>1. Se le brindará al niño una copia del anexo 14 “Momentos que viví contigo y que agradezco”, el terapeuta deberá explicarle lo que debe de realizar, es decir, deberá realizar un dibujo de aquellos momentos o incluso aprendizajes que agradece haber vivido o aprendido de su familiar fallecido, esto lo llevará a cabo de manera individual.</p> <p>2. Una vez que lo concluya, compartirá los dibujos que realizo con sus familiares, esto con el propósito de que todos los familiares se unan y puedan entablar una plática de los detalles o recuerdos que surgieron en cada uno tras la</p>	60 min	+ Anexo 15 “Momentos que viví contigo y que agradezco” + Lápiz

	<p>los aspectos o habilidades que aprendió de su ser querido.</p>	<p>exposición de los dibujos, de modo que al momento en que estén contando las anécdotas que vivieron con su ser querido fallecido lo hablen con naturalidad, sin un desborde emocional.</p> <p>3.El aplicador podrá intervenir en cualquier momento de modo que motive a participar a todos los miembros de la familia, una vez que el niño termine de exponer sus dibujos el aplicador preguntará si alguien más quisiera expresar algún otro recuerdo, si ya nadie tiene nada por decir el aplicador le preguntará directamente al niño como se siente con las actividades que han realizado.</p> <p>4.Posteriormente le hará la misma pregunta a los demás miembros de la familia de modo que vaya cerrando la sesión, ya que todos hayan respondido podrá dar por terminada la sesión.</p>		<p>+ Colores + Goma + Sacapuntas</p>
<p>CIERRE</p>	<p>Lograr que los participantes se retiren de la sesión con una buena actitud.</p>	<p style="text-align: center;"><u>“LA GRAN CARCAJADA.”</u></p> <p>1.Esta actividad consiste en que el aplicador formara 2 equipos con los participantes y se colocarán frente a frente.</p> <p>2.El aplicador les dará las instrucciones para esta actividad las cuales consiste en que deberán de cumplir un reto, este reto consiste en que uno de los equipos (lo elegirá el aplicador) deberá permanecer serio mientras el otro equipo intenta de todo para hacerlos reír lo que si no pueden hacer en tocar a los integrantes del otro equipo.</p> <p>3.Una vez que lo logren deberán intercambiar los roles, esto lo harán hasta que se termine el tiempo.</p> <p>4.Ya que el tiempo concluya se procederá a dar por terminada la sesión sin dejar de recordarles la fecha de la próxima.</p>	<p>15 min</p>	<p>+ Ninguno.</p>

BLOQUE IV	“RECOLOCAR EMOCIONALMENTE AL SER QUERIDO Y CONTINUAR VIVIENDO.”	
OBJETIVO	Conseguir que el niño recolocque emocionalmente a su ser querido, comprendiendo que su vida tiene que seguir, entendiendo que la muerte es parte de la vida, por ende, tendrá una buena autorregulación de sus emociones ante cualquier pérdida futura.	
No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
12	Que el niño logre analizar si hay aspectos que comparte o tiene en común con su familiar fallecido, pero al momento de hacerlo haya una regulación y contención de sus emociones.	120 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Crear un ambiente de confianza para lograr un mejor desenvolvimiento en las actividades de la sesión.	<p align="center"><u>“ME PICA AQUÍ.”</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Como inicio de sesión el aplicador saludará y dará la bienvenida a la familia entablando una pequeña conversación con respecto a ¿cómo han estas? 2. Posteriormente se dará inicio con la actividad por lo que el aplicador le pedirá a los participantes que se pongan de pie y formen un círculo, les explicara que van a jugar “me pica aquí, lo cual consiste en que el iniciara diciendo “<i>Mi nombre es... y me pica aquí</i>” (Deberá rascarse alguna parte de su cuerpo), entonces el participante que está a su derecha tendrá que decir el nombre del facilitador y dónde le pica y se hará así sucesivamente, hasta que hayan pasado todos. 3. Les preguntará si entendieron lo que se va a hacer o si hay alguna duda, de no ser así, se procederá a realizar la actividad. 4. Una vez que ya pasaron todos se les pedirá que se den un aplauso por haberlo logrado. 5. Posteriormente se dará paso a la siguiente actividad. 	15 min	+ Ninguno.
				+ Anexo 16 “Cosas en común”

DESARROLLO	<p>Lograr que el niño analice y se dé cuenta de los aspectos que comparte con su familiar fallecido, pero esperando haya un mejor control de sus emociones.</p>	<p><u>“COSAS EN COMÚN”.</u></p>	45 min	<p>+ Lápiz + Colores + Goma + Sacapuntas</p>
	<p>Trabajar con el niño para que analice y comprenda que jamás olvidará a su familiar, sino que lo recordará a lo largo del tiempo, pero lo hará con una sonrisa.</p>	<p><u>“RECUERDO MÁS BONITO”.</u></p>		
		<p>1.Se le proporcionará al niño una copia del anexo 15 “Cosas en común”, en la cual primero tendrá que realizar un dibujo de él y de su familiar fallecido.</p> <p>2.En segundo lugar deberá escribir en el apartado correspondiente aquellos aspectos que tiene en común con su ser querido que ha fallecido, esta segunda parte lo hará con apoyo de su familia, podrán entablar una conversación con respecto a lo aspectos que ellos notan que comparte el niño con su familiar.</p> <p>3.El aplicador en todo momento guiará la charla para que todos los aspectos queden claros, es decir, que el niño tenga claros todos los aspectos que comparte con su familiar.</p> <p>4.Una vez que ya tenga todo escrito el niño se podrá finalizar esta actividad y continuar con la siguiente.</p>		
		<p>1.Para esta actividad se le proporcionará al niño una copia del anexo 16 “Mi recuerdo más bonito”, en la que tendrá que realizar un dibujo del recuerdo más bonito o significativo que tiene con su ser querido fallecido, esto lo realizará de manera individual.</p> <p>2.Una vez que termine su dibujo procederá a compartirlo con sus familiares, contando que es lo que estaba sucediendo en ese momento, cómo se sentía en ese momento en específico, el porqué es su recuerdo favorito, si alguno de los familiares que están presentes también vivió este recuerdo puede compartir como lo recuerda él.</p> <p>3.Por último, el aplicador le preguntará al niño cómo se siente al momento de recordar a su familiar, una vez que termine de expresarse el niño, preguntará si alguien tiene algo más por decir de no ser así, se dará por concluida la actividad.</p>	45 min	<p>+ Anexo 17 “Mi recuerdo más bonito” + Lápiz + Colores + Goma + Sacapuntas</p>

CIERRE	<p>Conseguir que los participantes se relajen y se retiren de la sesión lo más tranquilos posible.</p>	<p><u>“EL OSO DORMIDO.”</u></p> <p>1. Esta actividad consiste en que el aplicador elegirá a uno de los participantes (se recomienda que sea en primer lugar al niño) para que se recueste en una colchoneta que estará en el suelo, y los demás estarán caminando a su alrededor para intentar despertarlo, le pueden hacer cosquillas, cogerle una pierna, etc., pero eso si cuando el oso despierte tendrá que levantarse y atrapar a alguien, de modo que ahora será el turno de este participante de ser el oso, se debe procurar que todos los participantes hayan pasado a ser el oso.</p> <p>2. Una vez que esto se consiga, para finalizar la actividad se les pedirá que se den un aplauso por hacer las cosas bien, de este modo se dará por concluida la sesión sin olvidar recordarles la fecha de la próxima.</p>	15 min	+ Colchoneta.
---------------	--	--	---------------	---------------

No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
13	Trabajar con el niño para que tenga una visión clara de que a pesar del dolor que sintió su vida sigue, debe de seguir construyendo sus metas.	120 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Crear un ambiente de armonía y confianza para que los participantes se puedan desenvolver de la mejor manera.	<p align="center"><u>“EL GLOBO Y EL BAILE.”</u></p> <p>1. Al ser inicio de sesión el aplicador saludará y dará la bienvenida al niño y su familia, les puede preguntar ¿cómo han estado? ¿qué tal su día? De modo que se empiece a romper el hielo.</p> <p>2. Posteriormente se dará inicio con la actividad para la cual el aplicador les pedirá que se coloquen en parejas, una vez que ya lo tengan, a cada pareja les proporcionará un globo, el cual tendrán que sujetar con sus frentes y llevar sus manos detrás de su espalda, el aplicador colocará música de distintos géneros y ritmos, las parejas deberán de bailar sin que se les caiga el globo, pierde la pareja que se le haya caído el globo más de 3 veces y gana aquella pareja a la cual no se le cayó ninguna vez el globo, ya que se tenga a los ganadores se pedirá que les brinden un aplauso y se procederá a continuar con la siguiente actividad.</p>	15 min	+ 10 globos + Bocina + Música de diversos géneros
	Orientar al niño a pensar en su futuro, para que comience a construir una idea con respecto a las metas que quiere lograr en ese futuro.	<p align="center"><u>“PIRÁMIDE DE METAS”.</u></p> <p>1. Para esta actividad se le proporcionará al niño una copia del anexo 17 “Pirámide de Metas”, la cual realizará únicamente con el apoyo del aplicador, los familiares no podrán hacer intervenciones, en este formato tendrá que escribir cuales son aquellas metas u objetivos que quiere cumplir.</p> <p>2. El aplicador será un apoyo para guiarlo y sea lo más sincero con respecto a lo que quiere, una vez que termine deberá compartirles a sus familiares las metas que le gustaría cumplir, en este caso la familia solo debe brindarle su apoyo, animándolo, diciéndole comentarios que lo motiven a luchar por alcanzar esas metas.</p>	45 min	+ Anexo 18 “Pirámide de Metas” + Lápiz + Goma + Sacapuntas

DESARROLLO		<p>3.Una vez que ya no haya más que decir, se dará por concluida la actividad y se continuará con la que sigue.</p>		
	<p>Lograr que el niño tenga una idea más clara y firme con respecto a las metas u objetivos que tiene por cumplir, a pesar de que ya no esté su familiar fallecido.</p>	<p style="text-align: center;"><u>“¿CÓMO ME VEO EN EL FUTURO?”</u></p> <p>1.Para iniciar esta actividad el aplicador le deberá proporcionar al niño una copia del anexo 18 “Mi futuro”, en la cual deberá realizar un dibujo con respecto a lo que le gustaría ser de grande, es decir cómo se ve.</p> <p>2.Una vez que lo tenga listo se lo compartirá a sus familiares, una vez que lo comparta el aplicador deberá preguntarle cómo piensa lograr lo que quiere ser, quienes imagina o le gustaría que estén cuando este logrando esa meta, los familiares podrán intervenir solo con comentarios positivos para animar al niño a luchar por lo que quiere.</p> <p>3.Ya que no hay más por decir se dará por concluida la actividad y se continuará con la siguiente.</p>	45 min	<p>+ Anexo 19 “Mi futuro”</p> <p>+ Lápiz</p> <p>+ Colores</p> <p>+ Goma</p> <p>+ Sacapuntas</p>
CIERRE	<p>Conseguir que los participantes se retiren de la sesión lo más calmados y tranquilos posible.</p>	<p style="text-align: center;"><u>“PETRIFICAR.”</u></p> <p>1.El aplicador les pedirá a los participantes que se pongan de pie, y le dirá “<i>vamos a jugar</i>”, les explicará que este juego consiste en que tendrán que caminar por todo el salón, pondrá música y pueden bailar o simplemente caminar, pero cuando la música pare tendrán que colocarse en una posición chistosa, en este punto el aplicador elegirá la postura más chistosa y les pedirá que la imiten para esto sólo tendrán 10 segundos, y nuevamente vuelve a sonar la música y se repite la dinámica.</p> <p>2.Una vez que lo explico preguntara si tienen todo claro, si hay dudas debe resolverlas, de no ser así, podrán comenzar con la actividad, esta dinámica la repetirán las veces que les alcance en los 15 minutos.</p> <p>3.Ya que termine el tiempo, se les brindará un aplauso y se dará por concluida la sesión, sin olvidar decirle la fecha de la próxima sesión.</p>	15 min	<p>+ Bocina</p> <p>+ Música</p>

No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
14	Trabajar con el niño para que logre reconocer los aprendizajes o habilidad que ha adquirido tras la pérdida que tuvo y el apoyo que ha recibido.	120 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Crear un ambiente agradable, cálido y de empatía para que los participantes desarrollen de una mejor manera las actividades.	<p align="center"><u>“EL REY DEL SILENCIO.”</u></p> <p>1. Como inicio de la sesión el aplicador dará la bienvenida y saludará a los participantes, posteriormente se dará inicio con la actividad, donde el aplicador deberá elegir a uno de los participantes como “el rey del silencio”, ya que lo haya elegido le vendará los ojos y lo sentará en el piso justo en frente de él colocará un cascabel, a los demás participantes les dirá que ellos deben estar a su alrededor (permanecerán en silencio) y deberán tratar de quitarle el cascabel sin que el rey se dé cuenta, si en el intento por quitarle el cascabel alguno de los participantes hace ruido y el rey se da cuenta lo señalará y ahora el participante pasará a ser el rey.</p> <p>2. Cuando tengan claro el juego podrán iniciar con la dinámica, si el tiempo está por concluirse y aún no le han quitado el cascabel, aun así, se debe de finalizar la actividad, brindándoles un aplauso por hacer su mayor esfuerzo.</p>	15 min	+ Mascada para tapar los ojos + Un cascabel
	Lograr que el niño analice y acepte que tras la muerte de su familiar ha adquirido nuevas habilidades y aprendizajes que lo han hecho más fuerte.	<p align="center"><u>“QUÉ HE APRENDIDO”.</u></p> <p>1. En esta actividad se utilizará una copia del anexo 19 “Lo que he aprendido”, con la cual el aplicador le explicará al niño que en conjunto con su familia deberá escribir lo que él ha aprendido tras la muerte de su familiar, lo podrán apoyar mencionándole lo que ellos observan que ha cambiado en el niño para bien tras la pérdida que ha tenido.</p> <p>2. El aplicador podrá guiar este diálogo de modo que el niño comprenda los cambios que ha experimentado y que le ayudan a ser una persona más fuerte y/o valiente.</p>	45 min	+ Anexo 20 “Lo que he aprendido” + Lápiz + Goma + Sacapuntas

DESARROLLO		<p>3.En cuanto se concluya dicho dialogo se dará por terminada la actividad, para continuar con la siguiente.</p>		
	<p>Conseguir que el niño reconozca aquellos aspectos que le agradece a su ser querido, entendiendo y aceptando que, aunque la pérdida de un familiar es dolorosa la muerte es parte del ciclo de la vida y lo mejor que puede hacer es agradecer lo vivido su familiar fallecido, recordarlo con cariño y con una sonrisa.</p>	<p style="text-align: center;"><u>“CARTA DE AGRADECIMIENTOS”.</u></p> <p>1.En esta actividad se le proporcionará al niño una copia del anexo 20 “Carta de Agradecimientos” donde podrá escribir todo aquello que le agradece a su ser querido como pueden ser aprendizajes, momentos vividos, etc., o simplemente puede plasmar todo aquello que le quiera decir.</p> <p>2.Una vez que termine de redactar su carta, la compartirá con todos, en esta actividad sus familiares solo escucharan lo que leerá el niño, por último, para concluir esta actividad.</p> <p>3.El aplicador pedirá a cada miembro de la familia que comparta aquello que le agradece a su familiar fallecido, ya que todos se hayan expresado se dará por concluida esta actividad, y se podrá continuar con la siguiente.</p>	45 min	<p>+ Anexo 21 “Carta de Agradecimientos”.</p> <p>+ Lápiz</p> <p>+ Goma</p> <p>+ Sacapuntas</p>
CIERRE	<p>Lograr que los participantes se retiren de la sesión calmados sin alteraciones emocionales.</p>	<p style="text-align: center;"><u>“PESCAR CON LAS MANOS.”</u></p> <p>1.Para esta actividad se requiere que todos los participantes se venden los ojos, la idea es que con cuidado todos caminen por todo el salón, pero con las manos extendidas a media altura para que se puedan topar con la mano de otro integrante y tendrán que darse un abrazo, así lo harán uno por uno hasta que todos ya estén tomados de la mano.</p> <p>2.Mientras realizan esta dinámica no podrán hablar, lo tendrán que hacer en silencio, una vez que ya todos están de la mano sin quitarse la venda de los ojos tendrán que darse un abrazo y decirse “te quiero”, ese abrazo lo mantendrán por 1 minuto, terminado ese minuto podrán quitarse la venda de los ojos y se dará por terminada la sesión.</p> <p>3.Se procederá a despedir a la familia sin olvidar recordarles la fecha de la próxima sesión.</p>	15 min	<p>+ Mascadas para tapar los ojos</p>

No. de sesión	Objetivo de la sesión	Duración
15	Motivar al niño a alcanzar sus metas, sus sueños, y convencerlo que él puede lograr todo lo que se proponga, ya que tiene un grupo de apoyo que no lo dejarán solo.	120 min

	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
INICIO	Crear un ambiente de empatía y confianza, además de preparar a los participantes para la dramatización.	<p align="center"><u>“CALDEAMIENTO.”</u></p> <p>1. Como inicio de esta actividad se llevará a cabo un caldeamiento por lo que el aplicador le pedirá a la familia que se levanten de sus lugares y comiencen a estirar todo su cuerpo, sus brazos, sus piernas, la espalda.</p> <p>2. Por consiguiente, se les pedirá que comiencen a caminar por todo el salón en la dirección que quieran, esto lo harán por tres minutos.</p> <p>3. Una vez que se concluya el tiempo se les pedirá que nuevamente vuelvan a sus lugares para continuar con la siguiente dinámica.</p>	15 min	+ Ninguno.
DESARROLLO	Lograr que el niño tenga clara la idea de que su vida continúa, que debe seguir trabajando por sus metas o sueños y que, si	<p align="center"><u>“PROYECCIÓN A FUTURO”.</u></p> <p>1. Ya que estén en sus lugares se les darán las instrucciones para continuar con la actividad, se le pedirá al niño que pase al frente y le dirá “vamos a jugar”, este juego consiste en que el niño tendrá que hacer una representación con respecto a cómo se ve en un futuro, es decir como imagina que será su vida personal, qué profesión tiene, en qué trabaja, tiene familia, quienes lo apoyan.</p> <p>2. Antes de iniciar la representación, el aplicador deberá realizarle dichas preguntas de modo que tenga claro lo que va a representar en escena, para realizar esta actividad se podrá apoyar de sus mismos familiares explicándoles que papel desempeñaran y lo que deben de hacer o por</p>	60 min	+ Títeres

	<p>duele perder a un familiar, pero se debe superar para continuar viviendo</p>	<p>otra parte se podría apoyar de títeres, esto ya es elección del niño.</p> <p>2.El aplicador podrá intervenir en cualquier momento que considere necesario, por ejemplo, si nota que el niño ya se perdió del propósito de la actividad, o incluso puede intervenir para motivarlo, en caso de que la familia no participe como tal en la representación deberán permanecer en sus asientos y solo podrán expresar palabras o actos que animen al niño (esto puede ser aplaudiendo, diciéndole bravo, estoy orgulloso de ti, entre otras).</p> <p>3.Una vez que el niño termine todos le aplaudirán, incluso sus familiares lo pueden abrazar, por último, el aplicador guiará una reflexión con respecto al propósito de la actividad y al propósito principal de este plan de intervención.</p> <p>4.Ya que termine dicha charla se dará pasa a la siguiente y última actividad del plan de intervención.</p>		
CIERRE	<p>Permitir que los participantes se relajen y diviertan.</p>	<p style="text-align: center;"><u>“BURBUJAS.”</u></p> <p>1.Para culminar esta intervención, se llevará a cabo esta actividad, pidiéndole a los participantes que se levanten de sus asientos, y que disfruten esta actividad que consiste en soplar y reventar burbujas, el aplicador tendrá en sus manos 3 botecitos para soplar burbujas, y les preguntará “<i>quién quiere soplar burbujas</i>”, entonces el mismo aplicador junto con otros dos participantes tendrán que soplar burbujas mientras los demás las revientan.</p> <p>2.El aplicador pondrá música mientras juegan con las burbujas y les debe de dejar claro que la única consigna de esta actividad es “divertirse”.</p> <p>3.Esta actividad la realizarán por 15 minutos. Una vez que este tiempo transcurra se les pedirá que se brinden un aplauso y vuelvan a sus asientos.</p>	15 min	<p>+Botecitos con líquido para burbujas. + Bocina + Música</p>
		<p style="text-align: center;"><u>“DESPEDIDA.”</u></p> <p>Ya una vez que estén en sus asientos se les comentará que esta intervención ha llegado a su</p>		

	Dar por terminada la intervención.	fin, esperando les haya sido de ayuda en cuanto a su proceso de duelo, les preguntará cómo se sienten al respecto, si tiene alguna duda, de no ser así, se dará por terminada la sesión y se procederá a despedir a la familia.	30 min	+ Ninguno.
--	------------------------------------	---	---------------	------------

SUGERENCIAS

Se recomienda que una vez concluidas todas las sesiones del plan de intervención, a los 2 y 4 meses después se reapliquen determinadas actividades, con la finalidad de evaluar los avances que ha tenido el niño en cuanto a su proceso de elaboración de duelo o de lo contrario identificar las áreas donde hay problema y trabajar para poder reforzarlas, de modo que la elaboración de su proceso de duelo sea exitosa.

A 2 MESES	
ACTIVIDAD	BLOQUE
Qué cosas cambiarán y cuáles no	1
Cuando pienso en ti me siento...	2
Desde que no estás aquí he aprendido que soy una persona...	3
Qué he aprendido	4
A 4 MESES	
ACTIVIDAD	BLOQUE
La carta	1
Objetos de vinculación	2
Momentos que agradezco	3
¿Cómo me veo en el futuro?	4

Al reaplicar estas actividades se deberá hacer de la misma manera en que están descritas en el plan de intervención. Se sugiere aplicar solamente dos actividades por sesión.

Queda a consideración del aplicador y del avance del niño la frecuencia con que se llevarán a cabo estas sesiones, ya sea una sesión o las dos sesiones por semana. Del mismo modo será decisión del aplicador una vez que termine la aplicación de las actividades a los 4 meses si es necesario seguir un proceso terapéutico con el niño o se procede al alta definitiva.

CONCLUSIONES

En nuestra sociedad actual, la muerte se ha vivido día con día, en específico tras la pandemia de COVID-19 aumentó radicalmente el número de decesos, ya que hubo casos donde dos o más integrantes de una misma familia fallecían seguidamente y debido a las medidas sanitarias que se debían seguir era imposible llevar a cabo los rituales fúnebres los cuales tiene una gran importancia en el proceso de duelo ya que permiten que los familiares se puedan despedir ayudando esto en su proceso de duelo. Por ende, tras esta pandemia se volvió más complicada la elaboración del duelo en todas las edades, incluyendo a los niños quienes día con día escuchaban noticias relacionadas con la muerte e incluso vivieron la muerte de alguno de sus familiares y debido a las circunstancias les fue más difícil llevar a cabo la elaboración de su duelo, por este motivo se realizó la propuesta de un plan de intervención psicoterapéutico diseñado bajo un enfoque sistémico para trabajar la elaboración del duelo infantil.

Al ser la muerte de un familiar un evento por el que tarde o temprano todos pasarán es de gran importancia comenzar a abordar y trabajar la elaboración del duelo desde la infancia, por esta razón la propuesta de intervención psicoterapéutica está dirigida a niños de la segunda infancia, quienes ya tienen la capacidad de comprender lo que es la muerte y lo que sucede a su alrededor favoreciendo el desarrollo de las habilidades y herramientas necesarias para el afrontamiento del duelo. Del mismo modo en esta etapa trabajan la identificación, expresión y autorregulación de sus emociones lo que ayuda teniendo un mejor desenvolvimiento en el transcurso de la elaboración del duelo.

Tras la investigación documental y el análisis de la información recopilada se ha demostrado que trabajar bajo el enfoque sistémico aumenta la eficacia en el trabajo de elaboración del duelo, puesto que tras la pérdida de un ser querido todo el sistema familiar se ve afectado, desde los más pequeños hasta los más grandes, por lo que esta pérdida trae consigo cambios en todo el sistema, lo que da lugar a una nueva reestructuración del sistema familiar. Aunque si bien hay familias que por sí solas y de acuerdo con la estructuración del sistema que tienen tras la pérdida de un

familiar, realizan actividades que les permiten adaptarse a la pérdida, se ha demostrado que al contar con el apoyo y guía de un especialista aumenta la eficacia en trabajo de elaboración del duelo e incluso que el tiempo de este proceso se acorte, permitiendo que el niño acepte la muerte de su familia, continuando con su vida.

A pesar de que la propuesta está enfocada en niños, en el momento de involucrar a la familia se produce un impacto tanto en el niño como en su familia para dar paso a esta nueva estructuración del sistema, lo que ha provocado que todos los integrantes logren comprender el proceso del duelo del menor, es decir, cómo se siente, qué siente y de este modo se promueve la unión familiar lo que ayuda a que el proceso de duelo sea lo más sano posible en el menor. De este modo, al momento en que el niño logra la elaboración sana de su duelo se le brindan las herramientas necesarias para desarrollar habilidades que le permiten afrontar cualquier pérdida.

Con base en investigaciones que se retomaron fue posible darse cuenta de la factibilidad de trabajar con niños bajo el enfoque sistémico, puesto que los resultados obtenidos han sido positivos tras la implementación de un plan de intervención psicoterapéutico de este enfoque, ya que al trabajar en conjunto con el menor y su familia los cambios que se producen suelen ser duraderos, pues al estar involucrado todo el sistema familiar no sólo se trabaja en la sesión psicoterapéutica sino que se cuenta con la ventaja de que lo aprenden en ésta lo apliquen en el hogar, lo que ayuda a afianzar los nuevos aprendizajes que el niño está adquiriendo. Además, el trabajar con el niño y su familia permite afianzar los lazos afectivos entre el niño y sus familiares.

Se considera que al incluir actividades psicodramáticas que han mostrado permiten una mejor expresión de pensamientos, emociones y sentimientos que surgen en el menor durante su proceso de duelo ayudan a que el trabajo de elaboración de éste se desarrolle de la mejor manera posible.

En el desarrollo de la propuesta se consideró que el plan de intervención que se plantea sea aplicado por un psicoterapeuta, debido a la complejidad del tema y de las actividades ya que se requiere que el aplicador cuente con los conocimientos para el manejo y control de emociones, en específico, tenga claro cómo utilizar los primeros

auxilios psicológicos, psicoterapia de apoyo o intervención en crisis, en los casos en que sea necesario, lo que generaría mejores resultados.

La propuesta que se plantea al estar bajo un enfoque de intervención psicoterapéutico la recomendación de re aplicar test-retest a los dos y cuatro meses de terminar las actividades se basa en que es un proceso de intervención psicológica donde en ocasiones se re aplican determinadas técnicas o actividades que se utilizaron con la finalidad de evaluar los avances. En este caso aplicar test-retest es con la finalidad de evaluar los avances que ha tenido el menor con respecto a la elaboración de su proceso de duelo o por el contrario identificar las áreas donde se presentan problemas y poder reforzarlas, en consecuencia, la resolución de su proceso de duelo del menor sea exitoso.

ANEXOS PLAN DE INTERVENCIÓN

ANEXO 1

“Una manera de sentirme mejor es expresándole unas palabras de despedida a mi ser querido que murió.

¿Qué le dirías?

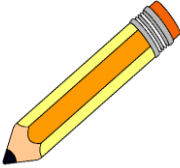
Fecha: _____

Saludo: _____

Desarrollo: _____

Nombre de tu familiar

Tu nombre y tu firma:



FICHA INFORMATIVA

NOMBRE Y EDAD

¿DE QUÉ MURIÓ?

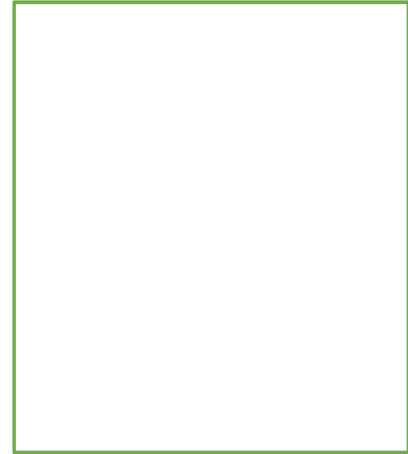


Foto o dibujo con tu familiar

COMIDA FAVORITA

¿QUÉ LE GUSTABA HACER?

¿QUÉ ACTIVIDADES HACIAN JUNTOS?

¿QUÉ ES LO QUE MÁS TE GUSTABA DE TU FAMILIAR?

"ACEPTANDO LOS CAMBIOS DE LA VIDA."



COSAS QUE CAMBIARÁN

COSAS QUE NO CAMBIARÁN

ANEXO 4

¿Qué imaginas que sucede cuando las personas mueren?

Realiza un dibujo





iiiPregunta!!! Con confianza!!!



¿Tienes dudas sobre qué pasa cuando alguien muere? ¿Cuáles?

¿Tienes dudas sobre por qué murió? ¿Cuáles?

¿Hay algo que te gustaría saber para poderte sentir mejor?

¿Quién crees que pueda responderte?

ANEXO 6

¿Cuándo pienso en ti me siento?

Colorea las emociones con que te identifiques.



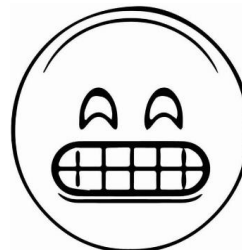
FELIZ



ENOJADO



TRISTE



NERVIOSO



SORPRENDIDO



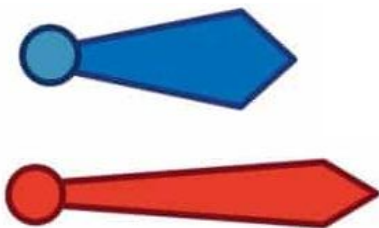
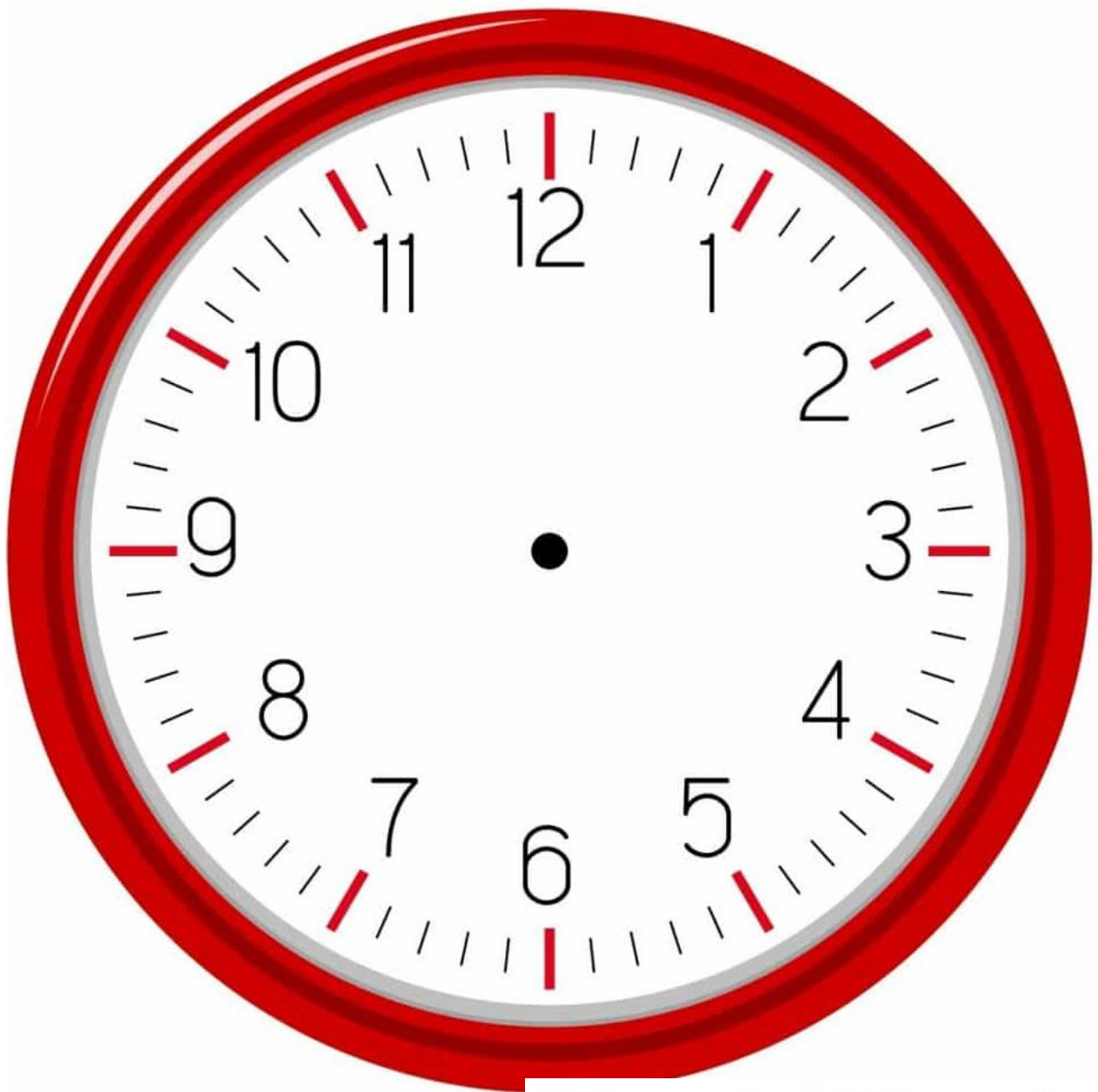
PREOCUPADO

Lo que más me duele de tu partida es...

Escribe o dibuja lo que sientes.



RELOJ DE MIS EMOCIONES



FELIZ



ENOJADO



FELIZ



ENOJADO



TRISTE



NERVIOSO



TRISTE



NERVIOSO



SORPRENDIDO



PREOCUPADO



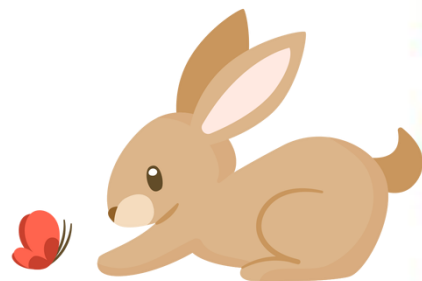
SORPRENDIDO



PREOCUPADO

¿Qué me hace sentir mejor?

Dibuja esas actividades, frases o acciones que te hacen sentir mejor cuando estás triste.



ANEXO 10

Desde que no estás conmigo he aprendido
que soy una persona...

Tacha la habilidad que sientas que te representa.

HONESTA

AMABLE

RESPONSABLE

VALIENTE

FUERTE

INTELIGENTE

AMOROSA

GENEROSA

BONDADOSA

Personas Mágicas

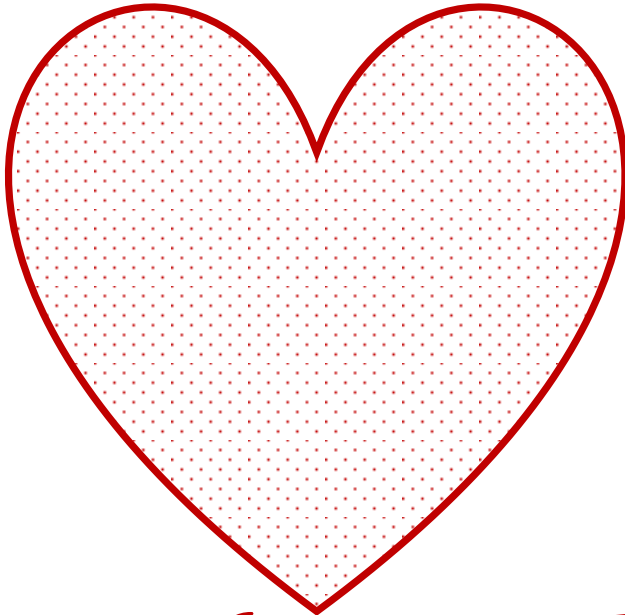


Escribe el nombre y dibuja a las personas que te apoyan cuando te sientes triste.

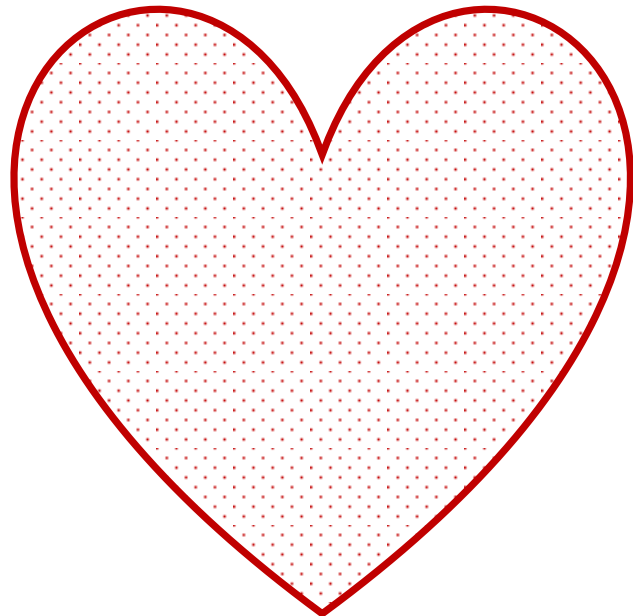
Actos y palabras de amor



Escribe los actos y frases que te ayuden a sentirte mejor.



Actos

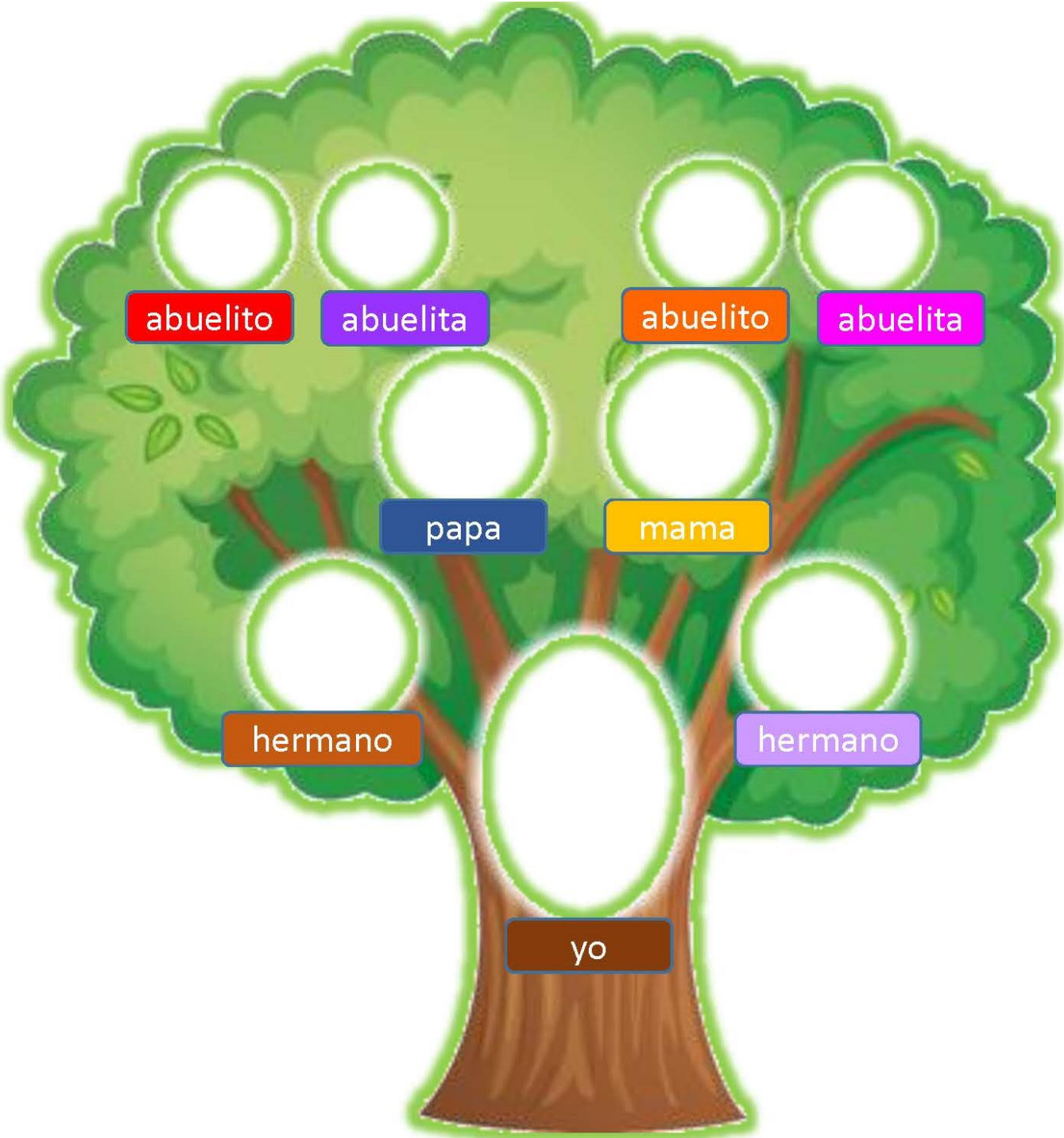


Palabras



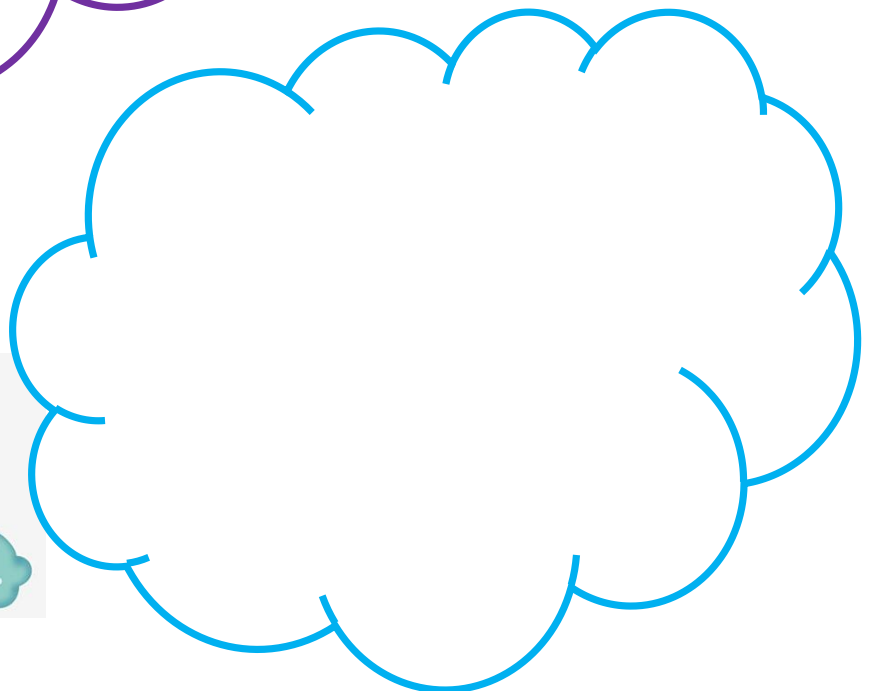
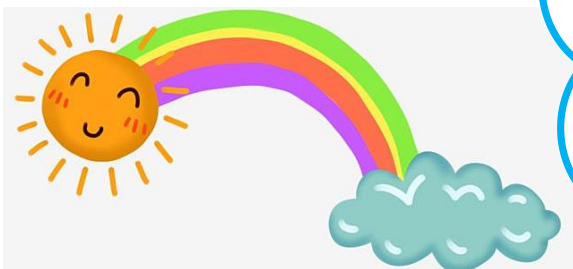
Mi Árbol Genealógico

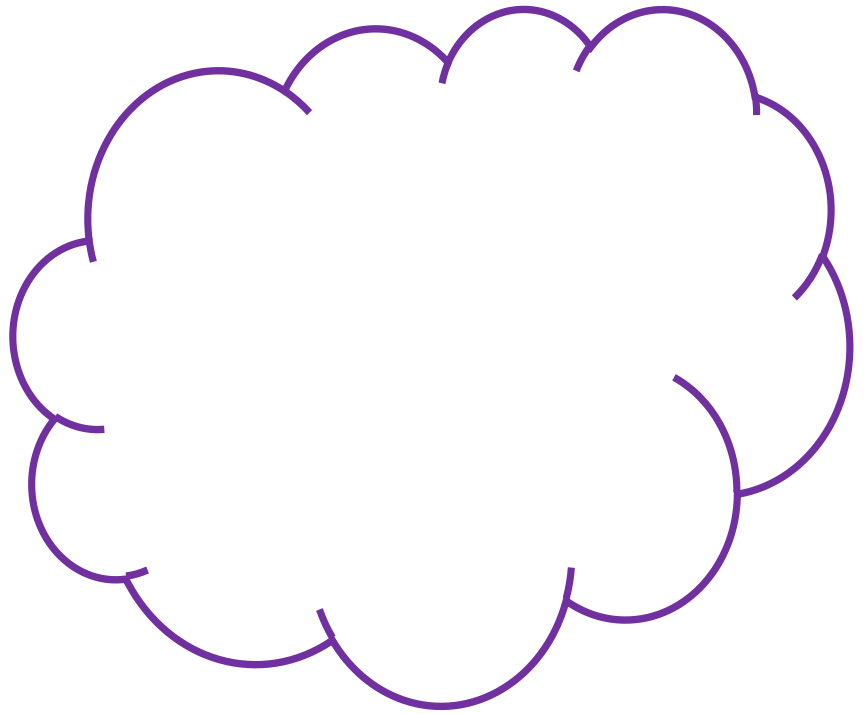
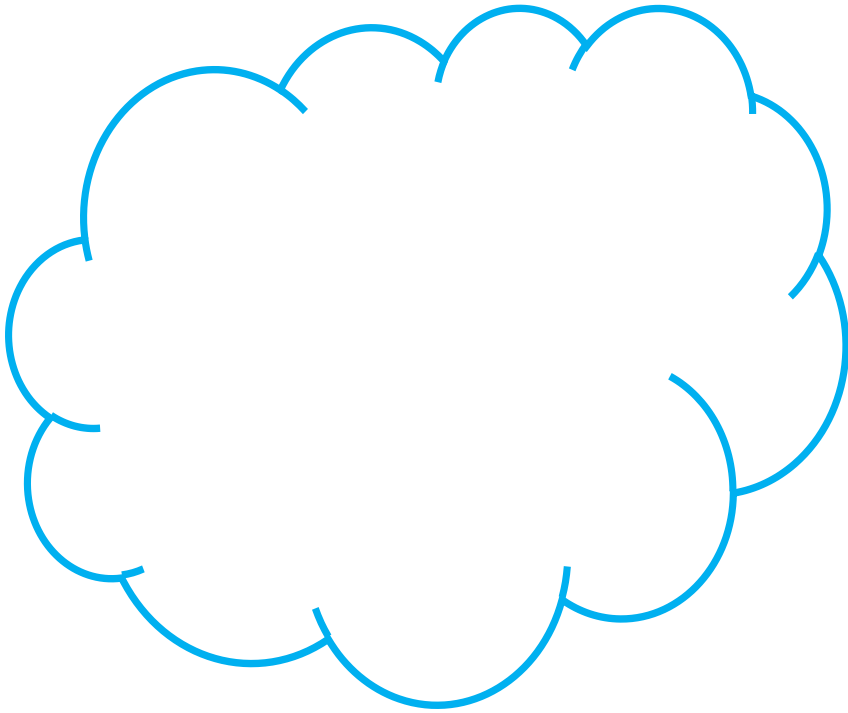
Escribe los nombres de tu familia y dibújalos para completar el árbol.



Momentos que viví contigo y que agradezco

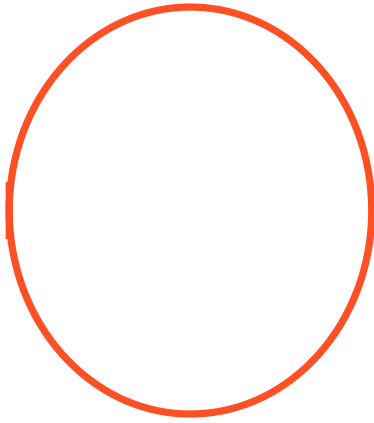
Dibuja en cada nube un recuerdo especial que hayas vivido con tu ser querido.



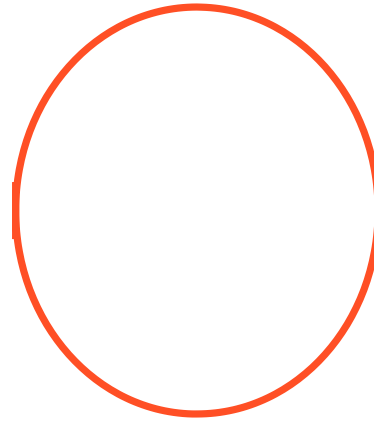


Cosas en común

Dibújate a ti y a tu ser querido, posteriormente anota las cosas que tienen en común.



Tú



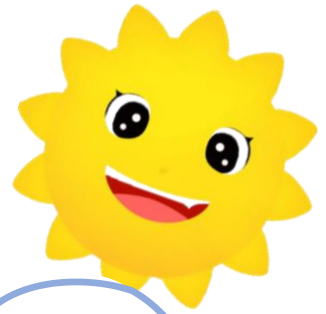
Tu ser querido

Cosas en común



Mi recuerdo más bonito

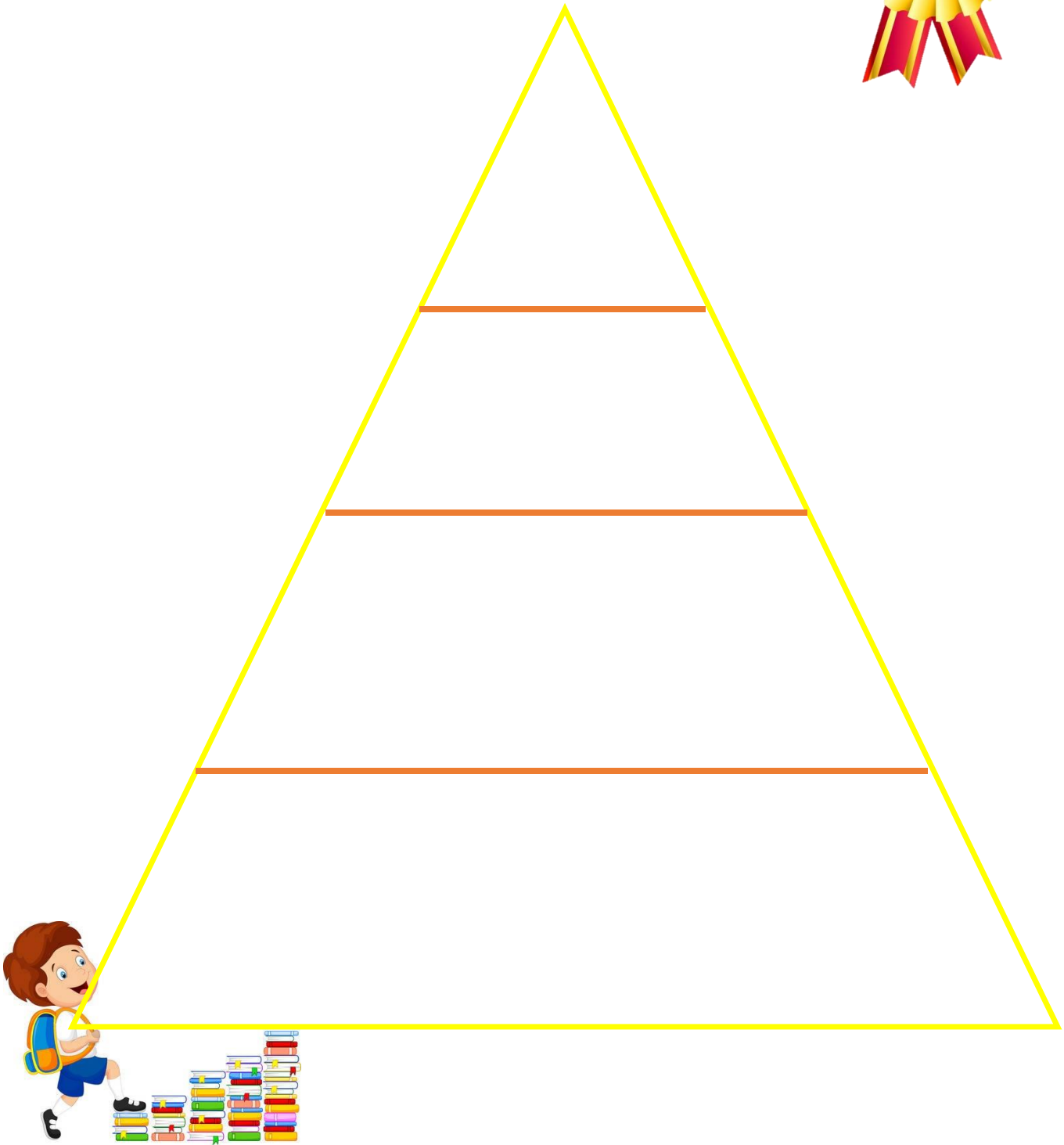
Dibuja el recuerdo más bonito que tengas con tu ser querido.



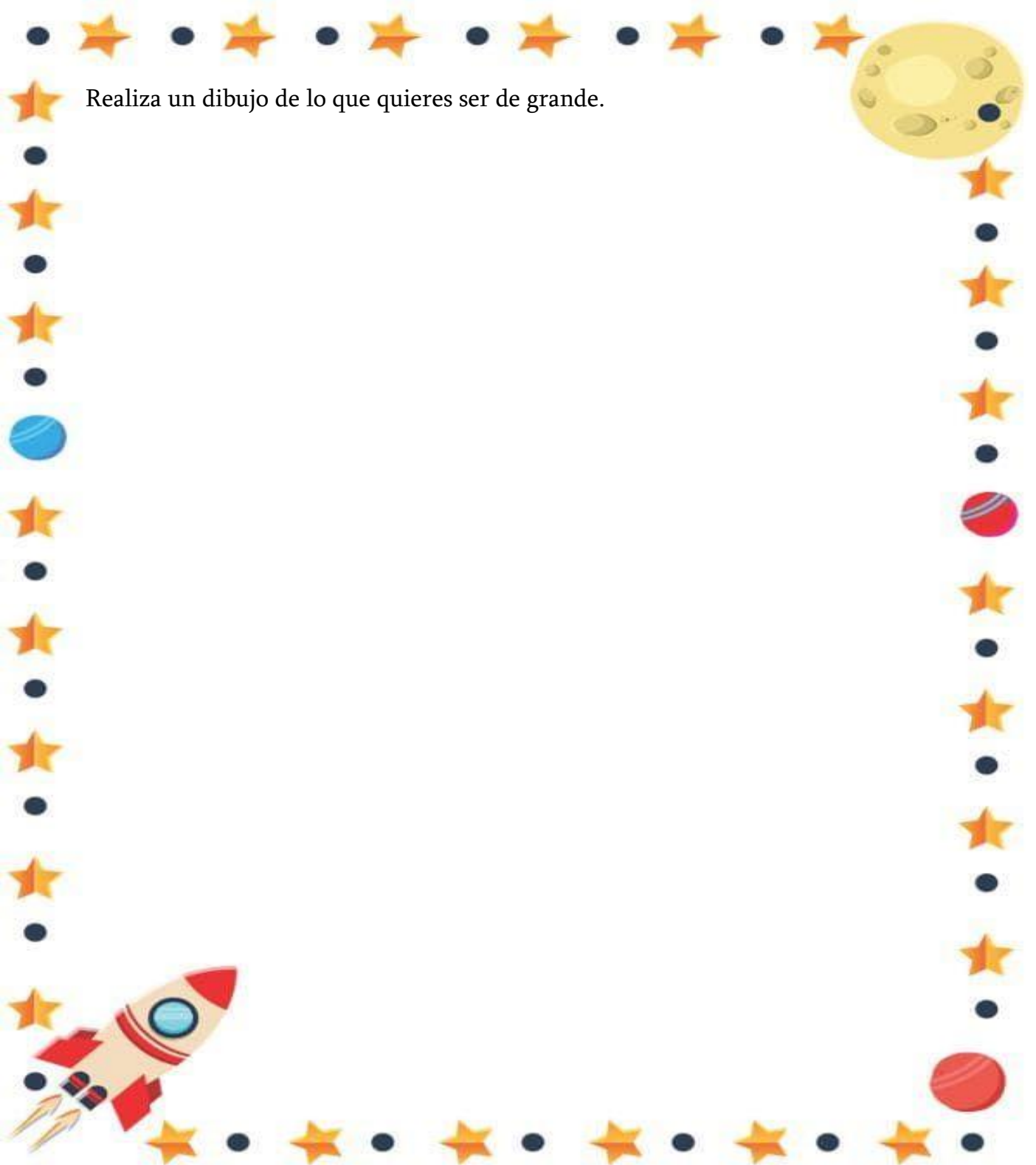
Pirámide de Metas



Escribe las metas que te gustaría cumplir.



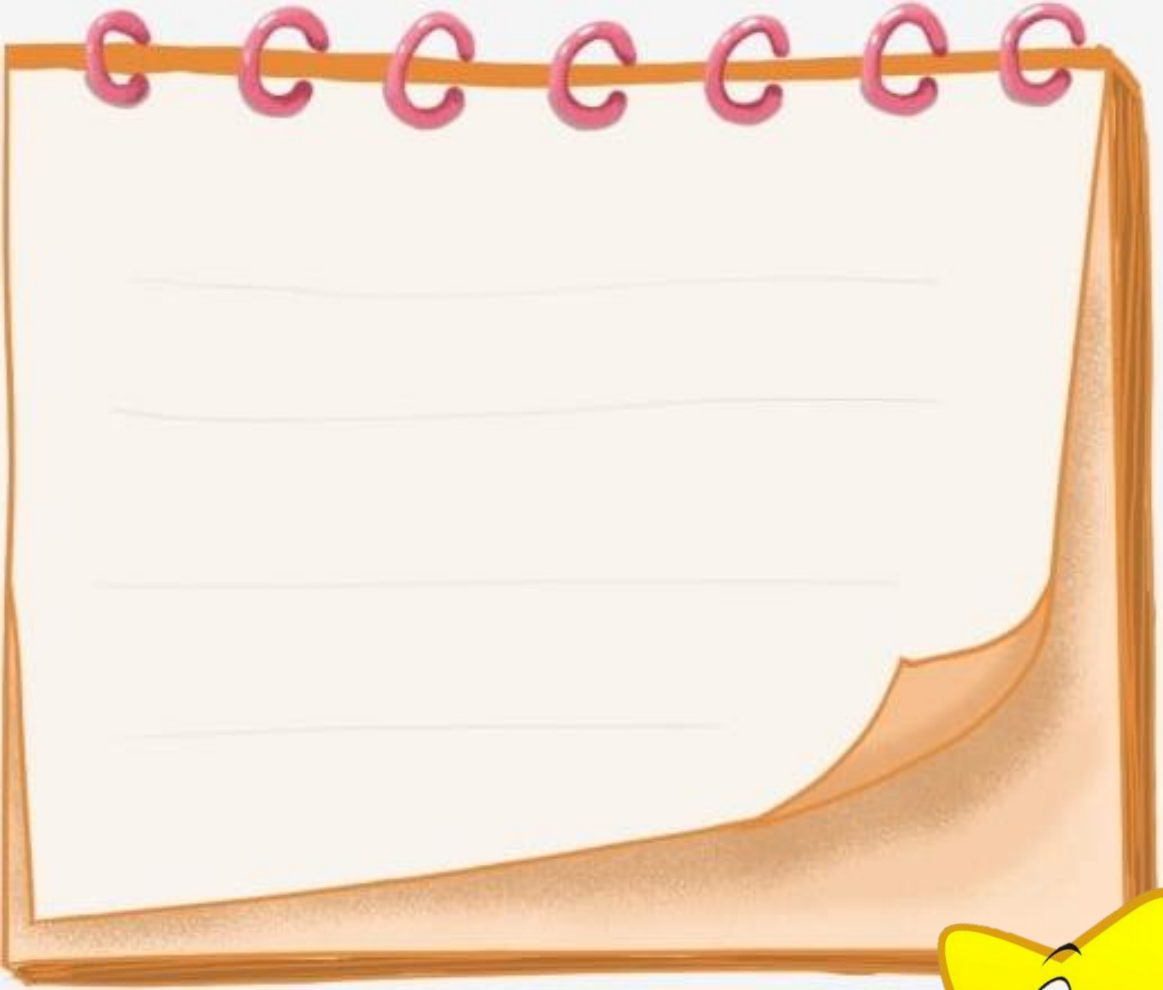
Mi Futuro



Realiza un dibujo de lo que quieres ser de grande.

Lo que he aprendido.

Lo que he aprendido tras tu partida es:



Carta de agradecimientos

Escribe todo lo que le agradezcas a tu ser querido.

Fecha:

Saludo:

Desarrollo:

Tu nombre y tu firma:

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Apraiz, I., (2006). *El duelo: Cómo ayudar a los niños/as a afrontarlo*. Bilbao: Escuela Vasco Navarra de la Terapia Familiar.
- Artaraz, B., Sierra, E., González, F., García, J., Blanco, V., Landa, V. (2017). *Guía sobre el duelo en la infancia y la adolescencia*. Bizkaia: CMB.
- Barreto, P., Soler, M. (2007). *Muerte y duelo*. Madrid: Síntesis.
- Bertalanffy, L. (1989). *Teoría General de los Sistemas, Fundamentos, desarrollo, aplicaciones*. México: Fondo de cultura económico.
- Bowen, M. (1991). *De la familia al individuo: La diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. Barcelona: Paidós.
- Bowlby, J. (1980). *La pérdida afectiva*. Buenos Aires: Paidós.
- Bowlby, J. (1993). *La separación afectiva*. Buenos Aires: Paidós.
- Brioso, A., Conteras, A., Corral, A., Delgado, B., Díaz, C., Giménez, M., Gómez, I., Oliva, A., Sánchez, I. (2009). *Psicología del desarrollo desde la infancia a la vejez*. Vol. 2. España: McGraw Hill.
- Cabodevilla, I. (2007). *Las pérdidas y sus duelos*. Anales del sistema sanitario Navarra, 30 (3), 163-176.
- Ceberio, M., Linares, J. (2005). *Ser y hacer en terapia sistémica*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Cruz, F., Pérez, M. (2013). *Factores emocionales asociados al proceso de fin de vida en las personas: Pérdidas y duelo*. Material de clase - Presentación oral. Universidad de Granada: Facultad de psicología.
- Díaz, P. (2016). *Hablemos de duelo. Manual Práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes*. España: FMLC.
- Erikson, E. (2000). *El ciclo vital completado*. Barcelona: Paidós.
- Espinosa, B. (2011). *Del duelo... un viaje. Estudio de caso*. Tesina para optar al Título Diplomado en Tanatología. Escuela de la Asociación Mexicana de Educación Continua y a Distancia. A. C. México, D.F.
- Esquerda, M., Agustí, A. (2012). *El niño ante la muerte: Cómo acompañar a chicos y adolescentes que han perdido a un ser querido*. Lleida: Milenio.
- Estancanti, T. (1995). *Diccionario Teológico Enciclopédico*. Verbo Divino Navarra: España.

- Feixas, G., Miró, M. (1993). *Aproximaciones a la psicoterapia: Una aproximación a los tratamientos psicológicos*. Barcelona: Paidós.
- Greenberg, L., Pasivo, S. (2009). *Trabajar con las emociones en psicoterapia*. Barcelona: Paidós.
- Grinberg, L. (1994). *Culpa y depresión*. Estudio psicoanalítico. Madrid: Alianza Universidad, 140.
- Jaramillo, L., Romero, S., Tobar, C. (2012). *Intervención grupal terapéutica, focalizada en la elaboración de duelo en niños*. Trabajo de grado de Psicología. Universidad Javeriana. Bogotá, Colombia.
- Kroen, W. (1996). *Cómo ayudar a afrontar la pérdida de un ser querido*. Editorial Paidós.
- Kübler Ross, E. (2005). *Vivir hasta despedirnos*. Barcelona: Luciérnaga.
- Kübler Ross, E., Kessler, D. (2006). *Sobre el duelo y el dolor*. Barcelona: Luciérnaga.
- Lefrançois, G. (2001). *El ciclo de vida*. (6a ed.). México: International Thomson Editores.
- Lacasta M., Soler, M. (2004). *El duelo: prevención y tratamiento del duelo patológico. Cuidados después de la muerte*. Madrid: Dispublic.
- Latregi, A. (1999). *Prevención y tratamiento del duelo patológico*. San Sebastián: Sociedad Vasca de Cuidados Paliativos. 295 - 313.
- Lebrero, A. (2018). *El duelo y la terapia sistémica: La práctica de la terapia sistémica*. España: Descleé de Brouwer.
- López, E. (2009). *Uso de la terapia familiar sistémica en parejas con conflictos matrimoniales y niños con problemas de atención: un estudio de caso*. Tesis de grado para obtener el título de psicóloga clínica. Universidad San Francisco de Quito. Quito, Ecuador.
- Lozano, C. (2008). *El diagnóstico y manejo del duelo en niños y adolescentes en la práctica pediátrica*. Reconocimiento y manejo. CCAP, 8(3), 19 - 32.
- Lozano, L., Chaskel, R. (2009). *El diagnóstico y manejo del duelo en niños y adolescentes en la práctica pediátrica*. Reconocimiento y manejo. CCAP, 8 (3), 20 - 35.
- Martínez, R. (2007). *Focusing y elaboración de procesos de duelo*. Bilbo: Descleé De Brouwer.
- Minuchin, S., Fischman, C. (1984). *Técnicas de Terapia Familiar*. Barcelona: Paidós Ibérica.

- Montes, J. (2019). *Intervención psicológica desde el enfoque sistémico en familia monoparental disfuncional*. Monografía para obtener el título de Especialista en Psicología Clínica. Universidad Pontificia Bolivariana. Bucaramanga, Colombia.
- Morales, J. (2022). *Intervención psicológica bajo el enfoque sistémico en un niño con entorno familiar disfuncional*. Trabajo de suficiencia profesional para optar al título de Licenciado en Psicología. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima, Perú.
- Navarro, J. (1992). *Técnicas y programas en terapia familiar*. Barcelona: Paidós.
- Pacheco, G. (2003). *Perspectiva antropológica y psicosocial de la muerte y el duelo*. Cultura de los cuidados, (VIII)14, 27 - 43.
- Papalia, D., Wendkos, S., Duskin, R. (2005). *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia*. (9a ed). México: McGraw Hill.
- Papalia, D., Wendkos, S., Duskin, R. (2005). *Desarrollo Humano*. (9a. ed). México: McGraw Hill.
- Papalia, D., Wendkos, S., Duskin, R. (2010). *Desarrollo Humano*. (11^o ed). Bogotá: McGraw Hill.
- Payas, A. (2007). *Intervención grupal en el duelo*. Madrid: Sociedad Española de Oncología.
- Pérez, P. (2006). *Trauma, culpa y duelo. Hacia una psicoterapia integradora*. Bilbao: Descleé De Brouwer.
- Plavlovsky, E. (1979). *Psicodrama, cuándo y por qué dramatizar*. Editorial fundamentos.
- Sánchez, J. (2008). *El EMDR en el duelo, tratando el proceso de duelo y de morir*. Madrid: Pirámide.
- Sánchez, L., Calderón, R. (2021). *COVID-19 Un manual de acompañamiento para niños en proceso de duelo*. México: Cloud9World.
- Santamaria C. (2010). *El duelo y los niños*. Santander: Sal Terrae.
- Savage, J. (1992). *Duelo por las vidas no vividas*. Barcelona: Luciérnaga.
- Tizón, L. (2004). *Pérdida, pena, duelo. Vivencias, investigación y asistencia*. Barcelona: Fundación Vldali Barraquer.
- Tizón, L. (2013). *Pérdida, pena, duelo. Vivencias, investigación y asistencia*. (1er ed). Barcelona: Editorial S.L.

Walsh, F. (1998). *Resiliencia Familiar: Estrategias para su fortalecimiento*. Madrid: Amorrortu.

Worden, J. (1997). *El tratamiento del Duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: Paidós.

Worden, J. (2004). *El tratamiento del Duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: Paidós.

REFERENCIAS PLAN DE INTERVENCIÓN

- Gómez, M. (2007). *Manuela de Técnicas y Dinámicas*. Villahermosa: Tabasco.
- López, M., Vizcaya, N. (2013). *Manual de Técnicas y Dinámicas Grupales*. Vol. II. México: Centros de Integración Juvenil A.C.
- Malpica, A. (2018). *Técnicas para la dinámica de grupo*. (1er Ed.). Universidad de Carabobo. Valencia: Venezuela.
- Navarro, J. (1992). *Técnicas y programas en terapia familiar*. Barcelona: Paidós.
- Plavlovsky, E. (1979). *Psicodrama, cuándo y por qué dramatizar*. Editorial fundamentos.
- Ramírez, C. (2014). *Dinámicas grupales para todas y todos*. Chile.
- Sánchez, L., Calderón, R. (2021). *COVID-19 Un manual de acompañamiento para niños en proceso de duelo*. México: Cloud9World.
- Worden, J. (1997). *El tratamiento del Duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: Paidós.