



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

---

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA**

**La construcción simbólica del duelo: Un análisis de los  
significados y sentidos implicados**

**T E S I S**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:**

**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**PRESENTA**

**Fabiola Perea Salinas**

**Director: Dr. Andrés Mares Miramontes**

**Dictaminadores: Lic. Rodrigo Martínez Llamas**

**Lic. Gonzalo Agamenón Orozco Albarrán**



**Los Reyes Iztacala, Edo. de México, 2016**



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.

## **DEDICATORÍA**

*A mis abuelos Guillermo y María, que aunque ya no están conmigo los llevo en mi corazón.*

*En especial a ti abuelo Guillermo, fuiste como un segundo padre para mí, siempre estuviste a mi lado para motivarme y ayudarme a salir adelante, no recuerdo algún momento de mi vida en el que no hayas estado presente y hoy que cumplo una meta más, me entristece que no estés aquí conmigo para compartirlo. Gracias por todo el amor que me brindaste, tu partida fue uno de los sucesos más dolorosos de mi vida y aunque tú inspiraste este trabajo, desearía que estuvieras a mi lado.*

*A pesar de todo el tiempo que pasamos juntos, no pude decirte cuanto te quería, ni cuanto significabas para mí, espero que en donde estés sepas que Te Amo, que eres y siempre serás mi inspiración y por ello jamás te olvidaré.*

*A mi abuela Agustina, sigues a mi lado y por eso agradezco a la vida que me siga permitiendo estar contigo; terminar esta tesis no sólo dio pie a cumplir una meta académica, sino también me hizo revalorar tu amor y compañía, y aprovechar todos los momentos que podamos compartir y demostrarte lo mucho que Te Amo.*

## **AGRADECIMIENTOS**

*A mi papá: por darme tanto amor, apoyarme y no dejarme caer cuando las situaciones eran más fuertes que yo. Gracias por impulsarme a lograr esta meta, y aunque mi carrera no sea lo que esperabas nunca me forzaste a cambiar mis ideales y mis sueños. Sin ti jamás habría logrado terminar una carrera, sabes que Te Amo Mucho.*

*A mi mamá: por batallar conmigo todas las mañanas para ir a la escuela, por desvelarte y preocuparte por mí, siempre me impulsaste para salir adelante y nunca me dejaste dudar. Sabes que aunque no soy muy afectuosa, Te Amo Mucho y no podría tener una mejor mamá que tú.*

*A mis hermanos Luis y José: Gracias por ser mis cómplices y banco personal, saben que son muy importantes para mí y los Amo, aunque peleemos demasiado.*

*Y a toda mi familia: porque de una u otra forma siempre han estado ahí para mí. ¡Gracias por su apoyo!*

*A mi pequeño Emiliano: jamás pensé amar tanto a alguien hasta que tú naciste; eres mi motorcito de vida y aunque ahora no podamos estar juntos como antes, quiero que cuando seas grande y leas mi tesis, te des cuenta que ni el tiempo ni la distancia cambiaron ni cambiarán el amor tan grande que siento por ti, tú mi pequeño siempre serás el amor de mi vida, Te Amo.*

*Por último pero no menos importantes, quiero agradecer infinitamente a mis asesores.*

*Andrés: Gracias por aceptar ser mi tutor y ayudarme a encontrar un tema que cumplió mis expectativas quizá fue muy tedioso en momentos, pero te agradezco tu paciencia y dedicación, y sobre todo por enseñarme a ver la psicología y la vida más allá de lo simple. Eres uno de los mejores profesores que podía haber encontrado en esta escuela.*

*Rodrigo: Que te puedo decir, eres uno de mis preferidos, Gracias por ser mi maestro, por apoyarme con la tesis cuando no veía una salida, por corregir mis errores y reírte de mis frustraciones, créeme haces mi vida más sencilla, Gracias por todo.*

*Agamenón: Adoraba tus clases, eres un excelente profesor y una gran persona, Gracias por aceptar ser mi asesor, por darme ánimos para terminar y darme serenidad cuando mi tesis me estaba volviendo loca.*

# ÍNDICE DE CONTENIDO

	Pág.
RESUMEN.....	I
INTRODUCCIÓN.....	II
<b>I. MUERTE, PÉRDIDA Y DUELO: CONCEPTOS Y ANTECEDENTES CULTURALES.....</b>	<b>1</b>
1.1 Concepto de muerte y ritos mortuorios.....	1
1.1.2 Ritos prehispánicos y el México actual.....	3
1.2 La pérdida de un ser querido: Definición e implicaciones socioculturales.....	4
1.2.1 Afrontamiento de la pérdidas.....	5
1.3 Proceso de duelo.....	7
1.3.1 Significación psicosocial del duelo.....	8
1.3.2 Etapas del duelo.....	9

<b>II. INTERACCIONISMO SIMBÓLICO.....</b>	<b>11</b>
2.1 La acción humana en la obra de Mead.....	12
2.2 Objeto de estudio.....	14
2.2.1 Presupuestos del Interaccionismo Simbólico.....	15
2.3 Premisas básicas.....	15
2.4 Interacción simbólica y la acción social.....	16
2.4.1 La interacción y la interpretación.....	19
2.5 La estrategia metodológica.....	20
<b>III. ESTRATEGIA METODOLÓGICA.....</b>	<b>24</b>
3.1 Objetivo.....	24
3.1.1 Objetivo general.....	24
3.1.2 Objetivos específicos.....	25
3.2 Participantes.....	25
3.3 Instrumentos y materiales.....	25
3.4 Procedimiento.....	26
3.4.1 Acercamiento a los escenarios y contacto con los participantes.....	26
3.4.1.2 Calendarización de entrevistas.....	26
3.4.2 Aplicación de entrevistas.....	27
3.4.2.1 Transcripción de las entrevistas.....	27
3.4.3 Análisis de la información.....	28

<b>IV. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....</b>	<b>30</b>
<b>4.1 “Preferible pensar en un mal sueño que aceptar haberte perdido”.....</b>	<b>30</b>
<b>4.2 “Ante tú ausencia, ser fuerte es una obligación”.....</b>	<b>34</b>
<b>4.3 “Recordarte, es tenerte a mi lado”.....</b>	<b>37</b>
<b>4.4 “La pérdida por sí misma no es el problema, sino lo que cuesta aprender a vivir, después de ella”.....</b>	<b>39</b>
<b>V. DISCUSIÓN: SENTIDO E INTERPRETACIÓN.....</b>	<b>44</b>
<b>5.1 “La pérdida será reconocida cuando aprendamos a mediar entre nuestros sentimientos y los deseos de otros”.....</b>	<b>45</b>
<b>5.2 “No es la pérdida en sí; sino todo lo que se lleva con ella”.....</b>	<b>46</b>
<b>5.3 “Todos tenemos la capacidad de transformarnos: cuando surge una posibilidad de cambio, hay que cambiar”.....</b>	<b>48</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>53</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>57</b>

## RESUMEN

Vivimos en una sociedad de consumo, socialmente competimos para ser mejores que los demás, sin importar cómo lo logremos; nos sentimos dueños de las personas u objetos y perder no es aceptable. En este contexto, la muerte y las pérdidas, se han convertido en temas tabú; son negados en un intento de protección para no llegar a experimentarlos. Cuando muere un ser amado sentimos su ausencia por el hecho de apropiarnos de la persona, de aquí surge el término pérdida. Vivenciamos este suceso de forma negativa, dolorosa, angustiante; nos enfocamos únicamente en estas emociones, sin considerar la posibilidad de otra perspectiva, donde no sólo sea importante el dolor o el sufrimiento, sino atribuirle a la pérdida un poder de transformación de la identidad. En ese sentido, el propósito del presente trabajo, se orientó al conocimiento del significado y sentido que las personas le dan a la pérdida de un ser querido. Se empleó la entrevista a profundidad como método indagatorio, para dar cuenta de la perspectiva de cada una de las participantes. Posteriormente la información obtenida fue analizada en función de su categorización, tendencia de la perspectiva y los sentidos y significados implicados, utilizando como marco teórico el Interaccionismo Simbólico. Los resultados, evidencian que las participantes a pesar de estar inmersas en un contexto social e influenciadas por su grupo de referencia en la forma que se debe vivenciar la pérdida, las características individuales de éstas, determinan como afrontan este suceso. Se concluye que a partir de una pérdida se pone en juego aquello de nuestra identidad que está sujeta a la vinculación personal que guardamos con la persona amada, la cual sentíamos en riesgo de perder. Proceso que implica, en el caso de nuestras participantes, que el significado otorgado a su pérdida esta mediado por el vínculo creado a partir de su vivencia con el ser amado de tal forma que la persona signa este suceso como una lección de vida que posteriormente le permite entender la dialéctica entre ella y su grupo de referencia más próximo, logrando desarrollar modos de acción, orientados a cambiar su interacción con lo demás en un marco comprensivo.



# INTRODUCCIÓN

En la vida de toda persona existen momentos de felicidad y alegría, pero también otros que nos causan dolor y sufrimiento, como las pérdidas, por ejemplo, el término de la infancia o la juventud, la separación de la pareja, de la familia o la muerte de seres queridos; la mayoría de estas situaciones son vistas de forma natural en la vida, sin embargo, hablar de la muerte de una persona significativa suele ser un tema difícil de tratar. Por esta razón, en algunas ocasiones se considera a la muerte, como la pérdida más grande y trascendental que un ser humano puede experimentar.

Partiendo de este supuesto, es preciso definir y contextualizar a la pérdida y a la muerte considerando la diversidad de significados culturales que se les han otorgado, Martín (2010), ha definido a la muerte como el proceso de culminación de la vida mediante el cese de las funciones vitales y la transición del alma a un plano distinto, esta idea ha regido tanto las concepciones filosóficas y religiosas, como las de la ciencia occidental; no hay otra situación más igualitaria y compartida que la condición de ser “mortales”, sin embargo, nuestro conocimiento acerca de la muerte sólo es intelectual ya que al estar tan aferrados a nuestro cuerpo físico y funcional, ésta se convierte en un proceso que nos provoca angustia y miedo.

Culturalmente, México ha tenido diversas transformaciones en su concepto y la forma en que se vivencia la muerte, originadas de la combinación de la religión católica con las tradiciones prehispánicas; actualmente se vive de forma dual, es decir, con todas sus manifestaciones afectivas y psicológicas como la pérdida y el duelo, pero también como una celebración para honrar y rendir tributo al recuerdo del difunto.

En cuanto a las pérdidas, García (2012), las define como dejar de poseer algo valioso o que esperábamos y no conseguimos. Socialmente suelen ser vistas, como eventos dolorosos y frustrantes, los cuales desencadenan una respuesta emocional donde se supone debemos poner en práctica la capacidad de respuesta y las herramientas de afrontamiento para poder vivenciar la pérdida de una manera “adecuada”; pero dados los antecedentes socio-culturales de omisión de información a manera de protección, no se ha permitido adquirir dichas herramientas, lo cual nos lleva a experimentar estos acontecimientos de forma negativa y buscando una solución en el proceso de duelo. Éste es entendido entonces, como una reacción emocional y de comportamiento en forma de sufrimiento y aflicción cuando un vínculo afectivo se rompe (Ramos, 2013).

A partir de este contexto fue importante considerar una perspectiva que me permitió entender la construcción social que se tiene de las pérdidas, así como los significados que le son atribuidos, y a partir de esta construcción, abrir la posibilidad de vivenciar las pérdidas no sólo de forma dolorosa y como siempre nos han enseñado. Cabe aclarar que no planteó a la pérdida como un hecho positivo o alegre, sino la opción de vivir más allá del sufrimiento, que si bien son cosas que nos duelen, con el paso del tiempo nos ofrecen la posibilidad de reconstruirnos como personas y también la interacción que entablamos con los otros. Por ello el objetivo de la investigación fue, dar cuenta de los significados y sentidos implicados en la pérdida de un ser querido.

Para tal propósito, se realizó una revisión teórica desde una perspectiva psicosocial como lo es el Interaccionismo Simbólico, que permitió tener una perspectiva de los actores, de los sucesos y significados en torno a la pérdida.

En ese sentido, Blumer (1969/1982) postula que las relaciones sociales son creadas y signadas interactivamente por sus participantes, confluendo dialécticamente, en este proceso de acción individual y social.

Se toma como unidad de análisis el acto social y se plantea al símbolo y su significado como inherentes a la interacción. En consecuencia, la persona es el resultado de la actividad social organizada de un sujeto que corresponde con la conducta social de su grupo de referencia, pero puede tener reacciones o manifestaciones diferentes por cada individuo, por ende cada persona se construye a partir de la adopción de actitudes de otros, y esta adopción, afecta la propia conducta (Ritzer, 2001).

Por tales razones y con la intención de dar cuenta de los aspectos teóricos y metodológicos que dieron sustento a la presente investigación, así como de la información y su interpretación, el trabajo se estructuró de la siguiente manera:

En el primer capítulo, se contextualiza y da una definición al concepto de muerte, sus modificaciones al paso del tiempo; así como la definición y los sentidos implicados en las pérdidas, su tipología y su vinculación con el proceso de duelo, para dar pie a una breve explicación sobre dicho proceso y sus etapas.

En el capítulo número dos, se describen los aspectos teóricos-conceptuales y metodológicos del Interaccionismo Simbólico. Partiendo de los postulados básicos planteados por George Mead, y esencialmente de la orientación de Herbert Blumer, comenzando con sus aspectos generales, para continuar con su objeto de estudio y premisas básicas, posteriormente su vinculación con el tema central de esta investigación y finalizando con los aspectos metodológicos.

Se describe en el tercer capítulo la metodología empleada, en éste, se especifica el objetivo general, así como los objetivos específicos, la población e inserción al campo, además de las situaciones y condiciones para el procedimiento. Por último se detalla lo relativo a la recolección y análisis de la información recabada.

Los resultados obtenidos de las participantes a manera de una narrativa, se presentan en el cuarto capítulo donde se evidencia el significado, siendo éste el vínculo que orientó al ordenamiento de la información como la negación, el rol que tuvieron en este suceso, la necesidad de retener a la persona, las actitudes y

acciones emprendidas en el momento de la pérdida, así como la función de los ritos mortuorios y la descripción del vínculo que tenían con su ser amado.

En el capítulo número cinco, se presenta el análisis de los resultados obtenidos a la luz del marco teórico. Se hace una descripción de los sentidos y significados implicados en la perspectiva de las participantes, así como, la construcción social y la reestructuración de su identidad a partir de la pérdida; evidenciando que la propuesta antes expuesta respecto a que este suceso, no sólo implica emociones o sentimientos como el dolor, la frustración y la negación; sino que también da pie a la reconstrucción de la persona.

Para finalizar en las conclusiones, se exponen los hallazgos y alcances de la investigación, dando cuenta de los aspectos esenciales de la pérdida, comprendiendo a ésta, como interacciones sociales; de igual forma se muestra como el proceso de duelo, en ocasiones deriva la dificultad de adquirir medios de acción que permitan vivenciar la pérdida de forma diferente.

# MUERTE, PÉRDIDA Y DUELO: CONCEPTOS Y ANTECEDENTES CULTURALES

En la vida de toda persona existen momentos de felicidad y alegría, pero también momentos inevitables de dolor y sufrimiento como las pérdidas, por ejemplo el término de la infancia o la juventud, la separación de la pareja, de la familia o principalmente la muerte de los seres queridos. La mayoría de estas situaciones son vistas de una manera natural en la vida y logramos adaptarnos; pero hablar de la muerte nos resulta muy difícil de tratar.

De acuerdo con Sherr (1992), lo que le crea problemas al hombre, en sí, es saber que va a morir; el temor a vivir todo un proceso de una enfermedad, el deterioro natural del cuerpo, la agonía, etc. A pesar de conservar la naturaleza animal las emociones, creencias y comportamientos ante la muerte son aprendidos a través de la cultura, principalmente en el contexto familiar. De tal forma que sea cual sea el modo en que se presente, no estamos preparados para la pérdida de un ser querido.

## 1.1 Concepto de muerte y ritos mortuorios

Conceptualmente podríamos decir que hay dos tipos de muerte, la anunciada y la inesperada. La muerte anunciada engloba a las enfermedades terminales o algún padecimiento crónico degenerativo, que en algunos casos permite tanto al paciente como a sus familiares y amigos hacerse conscientes de lo que vendrá. En el caso de la muerte inesperada, a algunos conmociona y hace imposible aceptar la realidad, y para otros representa un parteaguas en sus vidas para transformarse. Sin embargo, una de las principales razones por las cuales se nos

hace tan doloroso y difícil de asimilar y por tanto afrontar la muerte de un ser querido, es la falta de aceptación socio-cultural.

Históricamente se ha intentado descifrar lo que es la muerte, en épocas primitivas los únicos signos que se tomaban en cuenta para determinarla eran la rigidez, el enfriamiento y la putrefacción del cuerpo, no fue hasta el siglo XVII, cuando se investigó la circulación sanguínea y se prueba que la muerte está determinada por el cese de los latidos del corazón; a partir de este momento se considera el concepto de muerte biológica. Klarsfeld y Revah (2002), la define como el cese de las funciones cardiorrespiratorias y encefálicas de una persona; la normativa médica, sólo considera como única causa de muerte, la destrucción cerebral. En la búsqueda de su definición, nos aproximamos a los procesos y prácticas sociales asociadas con el cuerpo muerto, a través de los rituales mortuorios que en cada contexto sociocultural tiene formas muy particulares de percibirla y afrontarla.

Es importante añadir que la muerte no termina sólo con el cese de las funciones vitales, pues el difunto es tratado de modo espiritual dependiendo del contexto cultural, por tanto es importante describir las diferencias en los distintos rituales mortuorios para comprender el significado que cada cultura le otorga.

Aries (2005), afirma que el culto a los muertos es una práctica muy arcaica, se sabe que en la antigua Roma no situaban las sepulturas en un lugar desolado, sino a orillas de las calzadas o las salidas de las ciudades, donde los transeúntes podían contemplarlas. Había sepulturas ostentosas y bellas y otras muy humildes, pero ambas eran adornadas con guirnaldas de flores y en ellas colocaban ofrendas de vino y víveres, porque creían que si los difuntos no eran debidamente enterrados y cuidados sus espíritus se les aparecerían y les llegarían a causar daños, pensaban que sus muertos no eran felices y una manera de alegrarlos era decorar sus tumbas y ofrecer un gran banquete después del sepelio como muestra de solidaridad y respeto hacia el difunto.

En cuanto a la religión católica y partiendo de la creencia sobre la resurrección de Jesucristo, cuando una persona está a punto de morir, un sacerdote puede acompañar al agonizante y a su familia ya que se tiene la creencia de que su alma entrará al cielo. Un funeral católico se compone de: a) La vigilia: normalmente se lleva a cabo la noche antes del funeral; b) El entierro, se considera una manera de no olvidar a los seres queridos, de aquí la costumbre de visitar las tumbas de los difuntos y ofrecer misas para el descanso del alma (Levinas, 1994).

### **1.1.2 Ritos prehispánicos y el México actual**

Por otra parte Salas y Talavera (2010) afirman que en el mundo indígena, los rituales no son una manifestación exterior de tristeza, en realidad constituyen una ayuda a los parientes para asegurar que el alma de su ser amado pueda llegar a su nuevo estado ontológico. En términos generales, no sólo se ayuda al difunto a llegar al lugar que le corresponde, sino que permite una verdadera catarsis para la familia o el grupo, tocado por la muerte de su ser querido. Lo que en el mundo cristiano se realiza mediante la oración, en el mundo indígena se efectúa de manera activa.

Se cree que para los mexicas, la muerte no tenía connotaciones morales, ellos creían que los rumbos destinados a las almas de los muertos estaban determinados por el tipo de muerte que habían tenido, más no por su comportamiento en vida.

Con esta base de pensamientos hacia la muerte, la conquista significó un largo proceso de amalgamamiento de dos culturas: la indígena y la española. De esta fusión, surgió una nueva forma de comprender y realizar las cosas, tal como sucedió con la celebración que se hace a los muertos.

De tal forma que en el México contemporáneo, está sufrió cambios significativos a partir de la conquista española, aunque aún se conservan ciertas creencias y ritos. Así, el culto prehispánico a la muerte se fusionó con la forma católica de honrar a los muertos y terminó celebrándose el 2 de noviembre día en el que se acostumbra visitar la tumba, adornarla con flores etc., como una manera de recordar que la persona, aún sigue presente entre sus seres queridos (Lomnitz-Adler, 2006).

## **1.2 La pérdida de un ser querido: Definición e implicaciones socioculturales**

Bermejo (2005), afirma que en un sentido amplio y subjetivo, la pérdida supone dejar de poseer algo valorado que teníamos o bien deseábamos tener y no obtuvimos, se entiende entonces como una valoración consciente o inconsciente basada en un conjunto de factores racionales, emocionales y socioculturales. La elaboración de las pérdidas es posiblemente un tema central en la existencia humana, nuestra historia personal está llena de datos biográficos, viajamos a lo largo del ciclo de nuestra existencia frecuentemente, en un continuo discurrir de vínculos, pérdidas y separaciones, desde el nacimiento hasta la muerte propia y la de nuestros seres queridos. Todas las pequeñas o grandes separaciones que vamos viviendo, no solamente nos recuerdan la provisionalidad de todo vínculo, sino que nos van preparando para el gran y definitivo adiós.

Tizón (2004), menciona que la biografía de cada persona cuenta con cierto número de pérdidas, que evidencian la fragilidad de la existencia humana; al sufrir una pérdida significativa experimentamos una profunda desolación. Algunas pérdidas las olvidaremos y las integraremos sin dolor ni sufrimiento, pero otras dejarán una huella que no se borrará en toda nuestra vida, pudiendo provocar incluso, auténticas crisis existenciales. Es obvio que un mismo acontecimiento puede tener efectos distintos en las personas, para unas puede ser el hundimiento moral y para otras el logro de un nuevo modo de estar en el mundo. Pocas veces pensamos que para que se dé una ganancia o un éxito ha de darse



necesariamente la posibilidad de fracasar, lo mismo puede suceder con la muerte y las pérdidas, éstas nos dan la oportunidad de cambiar aspectos de nuestra vida.

Para comprender un poco más las dimensiones de la pérdida Pangrazzi (1993), enumera algunos tipos de pérdidas en cinco bloques:

1. *Pérdida de la vida.*
2. *Pérdidas de aspectos de sí mismo.*
3. *Pérdidas materiales.*
4. *Pérdidas emocionales.*
5. *Pérdidas ligadas con el desarrollo.*

Cualquiera que sea el tipo de pérdida la mayoría de las personas tenemos poca preparación para asumirla, sin embargo la que mayor trabajo cuesta aceptar es la pérdida ocasionada por la muerte y hoy en día aún más, debido a que los avances tecnológicos permiten prolongar el promedio de vida de las personas.

Por tal motivo esta aceptación de la realidad en muchos casos se convierte en algo imposible. Ante esto recurrimos a la negación como una forma habitual de protección, negando el significado de la pérdida. De tal forma que ésta, se puede ver cómo menos significativa de lo que realmente es (Jaramillo y Oquendo, 2013).

### **1.2.1 Afrontamiento de la pérdida**

Una de las características de nuestra cultura es que persigue la ausencia de dolor; el dolor está prohibido y muchas veces castigado. Debido a esto es posible que las personas, no hayan conseguido elaborar bien el duelo, porque previamente no han trabajado toda una serie de pérdidas cotidianas que se acumulan en el vivir diario.

Luft (2005), expone las dificultades naturales para enfrentarse a cualquier pérdida:

- ❖ *No queremos perder.* Pero la realidad es otra, experimentamos una alternancia constante de ganancias y pérdidas.
- ❖ *Evitamos sentir dolor:* El duelo y el sufrimiento son importantes para superar las pérdidas futuras.
- ❖ *Necesitamos recursos internos para afrontarlas.* Resulta difícil aprender a abandonar el pensamiento absolutamente racional, a la mayoría de nosotros se nos ha enseñado a ver el mundo como un lugar que debe ser justo, pero, cuando no lo es, no sabemos cómo controlar la arbitrariedad de nuestras propias pérdidas. Los que no se culpan a sí mismos ni a los demás, a menudo atribuyen su infortunio a la mala suerte. Sería bueno entender que no siempre podemos saber por qué pasan las cosas. Enfrentarse a la pérdida dependerá de lo que encontremos en ésta. La tragedia hace surgir fuerzas insospechadas en ciertas personas, para algunos, por más devorador que sea, el sufrimiento que derrumba permite volver a crecer. Para otros, todo es destrucción. Es importante aprender y enseñar a los niños a ganar victorias, pero también a reaccionar positivamente cuando esto no sucede así, y saber que tanto los momentos buenos como los dolorosos son pasajeros y que la vida es dinámica y cambiante.

Otro recurso que solemos utilizar a manera de protección, es la negación, llegar a aceptar la realidad de la pérdida lleva tiempo, porque implica no sólo una aceptación racional sino también emocional. Y siendo tan importantes las relaciones sociales, cuando esos lazos afectivos se rompen por fallecimiento del ser querido, lo que se produce es un estado afectivo de gran intensidad emocional al que llamamos duelo (Rojas, 2005).

### 1.3 Proceso de Duelo

Anteriormente, hemos dado una visión general sobre las definiciones e implicaciones de la muerte y las pérdidas, sin embargo, se puede decir que cada pérdida acarreará un duelo y la intensidad del duelo no dependerá de la naturaleza del objeto perdido, sino del valor que se le atribuye, es decir, de la inversión afectiva invertida en la pérdida.

Teóricamente el duelo es definido según el diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, como “Dolor, lástima, aflicción o sentimiento”. Es una reacción emocional y de comportamiento en forma de sufrimiento y aflicción, cuando un vínculo afectivo se rompe; incluye componentes físicos, psicológicos y sociales con una duración e intensidad proporcionales a la dimensión y significado de la pérdida (Baratas, 2002).

Desde la rama de la psicología, múltiples autores han manejado teorías sobre el duelo y sus implicaciones, por ejemplo, Freud (1917/1984) en su obra “Duelo y Melancolía”, fue el primero en elaborar una teoría del duelo clara y sólida. Afirmaba que el sufrimiento de la persona en duelo es debido a su apego interno con el difunto, en este trabajo, Freud también sostenía que el objetivo del duelo, es separar estos sentimientos y apegos del objeto perdido. Como resultado de un proceso de duelo, el “Yo” queda liberado de sus antiguos apegos y disponible para vincularse de nuevo con otra persona viva. Por su parte, Bowlby (1980), siguiendo la Teoría del Apego, ha realizado aportaciones al estudio del proceso de duelo, llegando a la conclusión de que se podía encontrar un sentido continuo de la presencia de la persona fallecida después de su muerte en numerosas personas sanas.

### 1.3.1 Significación psicosocial del duelo

Según Bowlby (1980), el proceso de duelo cumple diversos objetivos entre los que destacan:

- a) *Aceptar la realidad de la pérdida.*
- b) *Dar expresión al propio duelo:* la consciencia, la comprensión, la aceptación, la expresión, la integración.
- c) *Adaptarse al ambiente en el cual el difunto ya no está presente:* la consternación y el abatimiento que acompañan a una pérdida significativa son reacciones comprensibles, pero el apartarse del mundo, no beneficia en absoluto.
- d) *Invertir la energía emotiva en otras relaciones.*
- e) *La superación del duelo:* en general, se puede afirmar que se ha superado el duelo cuando existe la capacidad de recordar a la persona amada sin llorar ni desconcertarse, y cuando se es capaz de establecer relaciones nuevas y de aceptar los retos de la vida.

En el duelo “normal” que puede durar entre uno y dos años, es frecuente que persista una sensación de que la persona fallecida está presente, ya sea como una compañía constante o en algún lugar específico, también suele percibirse una sensación de soledad que nadie puede mitigar; a diferencia de la soledad fruto del aislamiento social que se puede aliviar con la compañía; mientras que el aislamiento emocional sólo puede ser aliviado con una relación de mutuo compromiso que brinde seguridad (Jaramillo y Oquendo, 2013).

### 1.3.2 Etapas del duelo

Dentro de las múltiples teorías en torno al duelo, se manejan ciertas etapas que se supondría las personas deben vivir para superar la pérdida. En general, dichas etapas son muy similares y dentro de esta investigación se consideraron las etapas propuestas por Bermejo (2005) y Kübler-Ross (2006), a saber:

1. *Negación*: En esta etapa no se acepta lo perdido o no se acepta el propio sufrimiento, que generalmente se expresa en sentimientos de tristeza, enojo o dolor.
2. *Ira/Rabia*: La negación es sustituida por la rabia y el resentimiento. Las personas que afrontan esta etapa suelen quejarse por todo, todo les viene mal y es criticable. Luego pueden responder con dolor y lágrimas, culpa o vergüenza.
3. *Negociación*: Ante la dificultad de afrontar la difícil realidad, más el enojo con la gente, surge la fase donde se pretende intentar llegar a un acuerdo para superar la traumática vivencia. En esta etapa la culpa llega como arrepentimiento posterior a las emociones en la etapa anterior, como la respuesta a la furia que esconde la tristeza.
4. *Depresión/Tristeza*: En esta etapa, se vive un dolor que no encuentra consuelo, esta es una de las etapas más difíciles de superar. Es un estado temporal y preparatorio para la aceptación de la realidad.
5. *Aceptación*: No se debe creer que la aceptación es una etapa feliz. En un principio está casi desprovista de sentimientos, comienza a sentirse una cierta paz, se puede estar bien solo o acompañado, no se tiene tanta necesidad de hablar del propio dolor.

A partir de estas etapas podemos entender al duelo como un proceso con cambios y múltiples posibilidades de expresión y no como un estado estático, que esta mediado por los pensamientos, emociones y sentimientos de las personas respecto a las pérdidas, factores que pueden cambiar sustancialmente este proceso (Rojas, 2005).

Considerando que dentro de la literatura no hay diversidad de trabajos que tomen en cuenta la perspectiva de los actores respecto a la pérdida y únicamente se enfocan en el proceso de duelo a partir de la muerte de un ser querido, la investigación se orientó al entendimiento de los significados y sentidos otorgados a la pérdida, por lo tanto en el siguiente capítulo se expone la teoría que permitió entender este fenómeno social.

## II

# INTERACCIONISMO SIMBÓLICO

El interaccionismo simbólico, como perspectiva psicosocial de la acción humana, debe su nombre a Herbert Blumer, término que acuñó con carácter informal para nombrar un trabajo y fue aceptado por sus seguidores (Blumer, 1969/1982). El objetivo de esta perspectiva lo constituyen los procesos de interacción social, siendo lo principal el intercambio comunicacional entre las personas. Fundamentalmente, el interaccionismo simbólico postula que las relaciones sociales son creadas y signadas interactivamente por sus participantes, confluyendo dialécticamente, en este proceso la acción individual y social.

No obstante que el propósito de este capítulo es dar cuenta de las premisas teórico-conceptuales y metodológicas del interaccionismo simbólico, que son la base del marco de referencia de la presente investigación, es importante señalar que es mediante el enfoque de Herbert Blumer que se aborda dicha tarea. Sin embargo, se utilizarán otros autores para explicar ciertos puntos a tratar que estén implicados en la conformación y desarrollo del interaccionismo simbólico, como perspectiva psicosocial de la acción humana. Consecuentemente, de primera instancia se mencionarán algunos aspectos precursores de esta teoría; posteriormente, se desarrollarán sus premisas y conceptos, y por último se describen los aspectos de orden metodológico enunciados por Blumer.

De orientación pragmática social y fenomenológica, el interaccionismo simbólico tiene su base en autores como William James, Charles Peirce, John Dewey, Robert Park, Aisnton Schütz, y George Mead. Éstos, se ocuparon de realzar la importancia de la acción humana como significativa.

Existen diversos autores que utilizan esta perspectiva, algunos comparten sus principios y otros han construido enfoques propios, sin reducir con ello la consistencia de las bases del interaccionismo simbólico, entre ellos destacan autores como: Anselm Strauss y su enfoque del orden negociado; Erving Goffman y su obra dramaturgica; Becker y su teoría de la etiquetación; la tendencia de Kuhn conocida como la escuela de Iowa; Sheldon Striker y sus planteamientos sobre las estructuras sociales; y por otra parte, también se hallan los que le han dejado atrás, como es el caso de Norman Denzin y su interaccionismo interpretativo.

Algunos de ellos, como Shütz y Mead, pusieron énfasis en el entendimiento de los fenómenos sociales desde la perspectiva del actor, es decir, examinando el modo de experimentar el mundo. Así, del mundo conocido y de las experiencias intersubjetivas, se interpreta la diversidad de los símbolos y a partir de ello, se dilucidan los procesos y organizaciones sociales. El énfasis se pone en el significado de los actores con respecto a su mundo.

## **2.1 La acción humana en la obra de Mead**

Según Charon (1995) el interaccionismo simbólico está muy influenciado por la obra de George Herbert Mead. La propuesta de éste, se funda en la influencia atribuida a los estímulos sobre la conducta humana, mediatizados por el contexto de significados simbólicos en los cuales el comportamiento tiene lugar. En su obra *Espíritu, Persona y Sociedad* (1934/1990), Mead señala la pertenencia de un espacio de realidad en las mediaciones; y un espacio de interacción social percibido en términos de significaciones, pues, el símbolo es un lugar de encuentro.



Mead toma como unidad de análisis el denominado acto social y plantea al símbolo y su significado como inherentes a la interacción. Además, considera que el significado, no está relacionado con la conciencia de la persona, sino, en tanto no se logre la simbolización. En consecuencia, desde su perspectiva, la persona es el resultado de la actividad social organizada, que corresponde con la conducta social de su grupo de referencia, sin embargo, cada individuo tiene reacciones o manifestaciones diferentes. Por ende, cada individuo se construye a partir de la adopción de actitudes de otros y esta adopción, afecta la propia conducta. Para Mead coexisten dos categorías dentro del ser: el Yo y el Mí. El Mí constituido por las actitudes de otros hacia la persona y el Yo, que reacciona convirtiéndose en un objeto para sí mismo. De tal manera que individuo y sociedad están unidos mediante los procesos de interacción, ninguno de los dos es totalmente autónomo, cada uno depende del otro. Este planteamiento fue retomado por Berger y Luckman (1967/1990), para dar cuenta del proceso de socialización en su teoría de la construcción social de la realidad.

En este orden de ideas, se comprende que la sociedad se construye mediante la conducta de las personas; éstas, desempeñan roles activos en el desarrollo de los límites sociales que imponen a su actuar, aunque no hay un sólo camino para comportarse, pues el sujeto se constituye en un proceso activo, mediante el cual cada quien busca su sentido. De esta forma, se advierte a la sociedad como el producto de la conjunción interactiva e intersubjetiva de los individuos, donde lo social afecta a la persona y ésta, actúa sobre lo social.

Mead (1934/1990) explica que el significado que la sociedad, como grupo, impone y atribuye a los objetos y situaciones, se articula con su significación en el contexto de las prácticas sociales, las cuales norman y orientan el sentido de las acciones individuales. De ahí los términos de sentido y significado nos remiten al principio de orden. El sentido, lo hace como principio de orden global y como producto de la reflexión social desembocando en la comprensión de la realidad; el segundo, como principio de orden local, proporciona la comprensión de los hechos sociales situados en una matriz histórico cultural, donde se presentan como parte

del marco global construido por el sentido. Matriz que, representa un proceso formativo, en el cual los sentidos son usados y revisados como instrumento en la guía y formación de acción; donde éstos no se agotan, sino que actúan de una manera dinámica y dialéctica, es decir, se comportan como condicionantes y condicionados dentro del sistema de interrelaciones de la persona, quien puede incluso suprimirlos en función de la situación. De tal manera que, cuando el sentido está en correspondencia con la vivencia de la persona, ello determina la manera en la cual estará preparada para actuar en las situaciones y para hablar sobre éstas, por eso se puede decir que tanto el significado como el sentido son dos elementos de estirpe psicosocial, a razón de que el significado a pesar de surgir en el individuo, lo hace por satisfacer una necesidad social y el sentido es la convergencia de ideas y significados que gestan una realidad social, o en su defecto; la fortalecen o debilitan según sea la necesidad de la mayoría, o de quien la domina.

## **2.2 Objeto de estudio**

El interaccionismo simbólico como perspectiva psicosocial de la acción humana, define como su objeto de estudio a los procesos de interacción social, en el entendido de que lo significativo de éstos es el intercambio comunicacional entre las personas.

En lo fundamental, el interaccionismo simbólico postula que las personas viven en un mundo de objetos y el significado de los mismos, les guía en su orientación y sus actos. Sus objetos, incluyendo los que contienen en sí mismos, se forman, sustentan, debilitan, y trasforman a través de su interacción con otras personas (Charon, 1995).

### 2.2.1 Presupuestos del Interaccionismo Simbólico

Utilizando como base la obra de Mead, Herbert Blumer concibe a los sujetos como actores, protagonistas de comportamientos autoreflexivos, inmersos en un mundo del que deben interpretar el orden para actuar y, en la que los participantes deberán desarrollar líneas de acción ante situaciones que tienen que afrontar.

De esta manera, las personas conforman los objetos que constituyen su mundo; las personas actúan con respecto a sus objetos, partiendo del significado que éstos tienen para ellas. En lugar de ver al individuo como un simple organismo que responde a la acción recíproca de los factores que actúan sobre él o a través de él, el interaccionismo ve al individuo como un organismo que debe reaccionar ante lo que percibe. Estas percepciones las afrontan mediante la autoindicación, dentro de la cual convierte en objeto aquello que percibe, le confiere un significado y utiliza éste, como pauta para orientar su actuar.

### 2.3 Premisas básicas

Blumer (1969/1982) basándose en la obra de Mead ve a los seres humanos como protagonistas de comportamientos autoreflexivos, inmersos en un mundo del cual deben interpretar el orden para actuar y al mismo tiempo desarrollar líneas de acción ante las innumerables situaciones que han de afrontar.

A partir de este hecho enuncia tres premisas básicas:

*Primera: El ser humano orienta sus actos hacia los objetos en función de lo que éstos significan para él. Segunda: El significado de estos objetos se deriva o surge como consecuencia de la interacción social entre los individuos. Tercera: Los significados se manipulan y modifican mediante un proceso interpretativo desarrollado por la persona. La interpretación supone un proceso de autointeracción (Charon, 1995).*

De tal forma se entiende a partir de la primera, que el entendimiento del comportamiento humano debe indagarse en los significados que las personas tienen con respecto a sus propias experiencias. Los objetos existen, pero hasta no ser interpretados por una persona, éstos no tienen significado. La interpretación individual de los objetos es la que crea un significado para los mismos. Este significado es utilizado por el individuo para guiar su conducta. Es por lo anterior que no se puede entender la acción humana si se miran solamente los objetos o la conducta *por sí misma*, se debe concentrar la atención sobre los significados que los individuos atribuyen a los objetos, porque son estos significados los que guían y dan sentido al comportamiento de las personas (Charon, 1995).

La premisa número dos, permite entender que los significados no son inherentes a los objetos, no son parte de la estructura de las cosas, ni habitan solamente en el individuo quien los atribuye. Los significados son productos sociales contruidos a través de la interacción con otros, son parte integral del individuo y en ellos se basa la interpretación del mundo.

Finalmente, la tercer premisa da cuenta que los significados surgen del contexto de las acciones sociales e incorporan los pertenecientes a todas las personas constituyentes de la acción social. La persona deriva el significado de la interacción, así, puede interpretar a los demás y a sus acciones; el significado derivado nunca corresponde exactamente con lo que quiso representar el otro, en este sentido, la interpretación de una persona acerca de las acciones de otra no será idéntica a las atribuidas por el actor de tales acciones (Charon, 1995).

## **2.4 Interacción simbólica y la acción social**

La acción social es aquella en la que el individuo «actúa teniendo en mente a los otros» (Charon, 1995). Es decir, al realizar una acción, las personas tratan al mismo tiempo de medir su influencia sobre los otros actores implicados. Aunque con frecuencia se conducen de manera irreflexiva y habitual, las personas tienen la capacidad de emprender una acción social.

La interacción social, al ser lingüística, posee significación en la medida en que está contextualizada e interrelacionada por lo convencionalmente establecido. De tal manera que posibilita la adaptación del ser humano, dando origen y lugar a lo lingüístico, reconociéndose en el símbolo no sólo la capacidad de sentido, sino también de modificación sobre el mundo.

De esta forma los símbolos significantes de los humanos, posibilitan la interacción simbólica para construir significados. Es mediante las interacciones simbólicas que se adquiere información e ideas, que comprendemos nuestras propias experiencias y las de los demás, así como compartir sentimientos y conocer a la gente. En consecuencia, los sistemas simbólicos no sólo reflejan relaciones sino que contribuyen a construir las por lo tanto, se abre la posibilidad de transformación del mundo social modificando su carácter.

Estas construcciones simbólicas, tal como lo plantean Piña y Seda (2003), remiten a una forma de conocimiento surgido en un contexto social y cultural, ya que son conocimientos de sentido común empleados en la vida cotidiana. Dicho conocimiento, está constituido por un conjunto de referencias asimiladas social e individualmente desde la experiencia de las personas, al responder al acervo de conocimientos de su comunidad o grupo y orientándolo hacia algún suceso, práctica, persona o institución.

Blumer (1969/1982) tomando como base los planteamientos de Mead, considera la interacción social como actividad de comunicación simbólica, y señala que en ésta los actores crean, mantienen y modifican significados sobre los hechos vividos. Así, son creadores de la vida social, sin embargo, para Blumer, a diferencia de Mead, el análisis de la interacción social, como proceso de comunicación simbólica, no se reduce a la relación y a los intercambios inmediatos entre los interactuantes, hace intervenir el contexto en donde se inscribe la interacción, es decir, el campo social; entendido éste, como conjunto de sistemas simbólicos, estructuras y prácticas constituidas.

Argumenta que la experiencia social, hace posible la incorporación del sentido y significación, a la experiencia individual. Ello, a través de la socialización, en donde dicha interacción se lleva a cabo, por lo que esta última, constituye la herramienta de transmisión e incorporación de principios sociales de quienes participan en tal proceso, por ejemplo, como se mencionó en el capítulo anterior, la muerte en nuestra cultura mexicana, es una mezcla de incorporaciones entre el sentido y el significado de experiencias individuales, tanto del mundo prehispánico como del europeo.

Por tanto para Blumer, la acción colectiva, es el resultado de un proceso de interacción interpretativa, entendiendo que toda acción conjunta está vinculada a la acción que la precede. De tal manera que las indicaciones e interpretaciones, mediante las cuales los individuos forman y mantienen sus relaciones organizadas, son siempre y en gran medida, un bagaje de su pasado. Sin embargo, precisa que las formas recurrentes y estables de acción conjunta, no se desarrollan automáticamente en forma fija, sino basándose en los significados atribuidos por los actores al tipo de situación, en donde la acción conjunta se produce de nuevo.

Así, el acto social posee como uno de sus rasgos distintivos, la implicación de más de una persona; es un tipo de acto que requiere de cooperación y tiene como meta un objeto social, es decir, un objeto cuya razón de ser se encuentra en el grupo y no en los individuos separados. Por lo cual, la estructura grupal es, esencialmente, una estructura comunicativa e interactiva, que actúa como indiscutible sostén de los marcos de referencia compartidos, de donde proceden las normas y las actitudes comunes; ya además se definen los roles y se genera la estructura social.

### **2.4.1 La interacción y la interpretación**

La utilización del significado por una persona en el acto que realiza implica un proceso interpretativo, así las personas se ven obligadas a tener en cuenta los actos ajenos, al momento de ejecutar sus propios actos. La realización de los actos implica un doble proceso: el de indicar a los demás el modo en que deben actuar y el de interpretar las indicaciones ajenas, esto es prueba de que no respondemos a los estímulos sin más, sino que actuamos sobre nosotros mismos: discutiendo, evaluando, conteniéndonos o dirigiendo la acción.

Así, el comportamiento se va orientando y transformando a través de procesos de indicación e interpretación, dentro de los cuales se pueden emplear determinadas líneas de acción para iniciar o concluirse, abandonarse o postergarse, limitarse a un mero proyecto o bien modificarse una vez iniciados. La actividad del ser humano consiste en afrontar un caudal de situaciones ante las que se ve obligado a actuar, y que su acción se forja en función de lo que percibe, del modo en que lo enjuicia e interpreta y del tipo de líneas de acción planeadas que se propone realizar (Blumer, 1969/1982).

El proceso de interpretación es un proceso dinámico, debido a que la manera en que un actor interprete algo, dependerá de los significados de que se disponga y de cómo se aprecie y defina una situación. Por ello, la construcción interpretativa de los actores se caracteriza, de acuerdo con González (1997), por una posición activa e irrepetible en la producción de los sentidos de su realidad, sentidos que actúan simultáneamente como condicionantes y condicionados dentro del sistema de interacciones de los actores, lo que, en gran medida, está determinado por el carácter emocional de la experiencia individual.

Asimismo, el hecho de que las personas digan y hagan cosas distintas, se debe a que éstas han tenido diferentes experiencias y han aprendido diferentes significados sociales. Otra razón es que las personas se hallan en situaciones diferentes, en consecuencia, el proceso de interpretación es un proceso dinámico, en el cual la manera en que una persona interprete algo dependerá de los

significados de que disponga y de cómo aprecie la situación. Hecho que realza la posición activa de la persona en la producción de los sentidos de su realidad, y destaca el carácter profundamente psicosocial de este proceso.

## **2.5 La estrategia metodológica**

De acuerdo con Blumer (1969/1982), la posición metodológica del interaccionismo simbólico, es que la acción social debe estudiarse en la forma en que los participantes de la vida social desarrollan líneas de acción ante las situaciones que han de afrontar. Por tal motivo, el actor se toma como agente activo de su acción, y para poder estudiar al individuo, es importante tener en cuenta el hecho de que las personas pertenecen a diferentes grupos, y desempeñan diversos roles. Por eso cada sujeto interacciona con los demás de un modo diferente, vive en un mundo distinto y se guía a sí mismo por medio de un conjunto de significados disímiles. Esta postura implica que el investigador interesado en la acción de un grupo o individuo, o en un tipo concreto de acción social, debe estudiar estos fenómenos desde la perspectiva del autor de la acción. Se debe buscar la comprensión de la acción conjunta en el modo en que los participantes definen, interpretan y afrontan las situaciones a su nivel respectivo.

Blumer plantea que la acción social debe observarse, estudiarse y explicarse a través del proceso de interpretación realizado por los actores participantes, a medida que van afrontando las situaciones desde su posición o rol respectivos en el seno de la organización. Es mediante el acercamiento al mundo social empírico que se puede validar los datos, problemas, relaciones, significados e interpretaciones de una investigación. Sustenta que para que el acercamiento sea eficaz debe existir por parte del investigador un acercamiento, observación y análisis del mundo social, asimismo descubrir las relaciones entre las respectivas categorías de estos datos, formular proposiciones respecto a dichas relaciones, incorporar esas proposiciones a un esquema teórico y verificar los problemas,



datos, relaciones, proposiciones y teoría por medio de un nuevo análisis del mundo empírico.

Desde esta perspectiva se enuncian dos momentos significativos que debe contener toda investigación. Blumer las denomina: exploración e inspección y reconoce que ello es semejante, a descripción y análisis.

La exploración tiene como propósito encaminar al investigador para adquirir un conocimiento acerca de la situación social que desconoce, es una forma de agudizar y desarrollar la investigación de forma que permanezcan arraigadas en el mundo empírico que se quiere estudiar. Es un procedimiento que permite al investigador moverse entre líneas de investigación, adoptando nuevos puntos de observación a medida que va progresando el estudio, se puede desplazar a nuevas direcciones que no habían sido planteadas y modificar el criterio sobre lo que son datos pertinentes conforme va quedando más información y una mayor comprensión. El propósito de la exploración es proporcionar una comprensión más clara del modo en que se plantean los problemas, averiguar qué datos son los adecuados, construir o desarrollar ideas que puedan considerarse líneas de relación significativa, y hacer evolucionar los instrumentos conceptuales que se tienen a raíz de lo que se va aprendiendo sobre esa área del mundo empírico.

Sin embargo, la investigación no puede quedarse en este paso, sino que debe incluir a lo que acontece en una forma teórica, descubrir relaciones genéricas, profundizar en la referencia connotativa de sus conceptos y formular proposiciones al respecto, siendo la inspección el momento siguiente.

De tal forma que es en la inspección donde se incluye el análisis, el investigador le dará a la problemática una connotación teórica y formulará proposiciones teóricas. La inspección consiste en utilizar la imaginación, la creatividad y así tomar nuevos rumbos a examinar el elemento analítico dado, enfocándolo de distintas maneras; observarlo desde diferentes ángulos; plantear más y diversas preguntas, así como examinar nuevamente a la luz de las mismas y comparándola con otros planteamiento teóricos.

De esta manera la propuesta metodológica que plantea Blumer se funda en la premisa de que el hombre se construye como persona en la interacción. En ese sentido, la investigación de esta índole remite al mundo sus problemas, realiza sus estudios en su seno y extrae sus interpretaciones de esos estudios naturalistas. Nos basamos en el hecho de que las personas actúan con respecto a las cosas basándose en el significado que éstas tienen para ellas, y no sobre el que le adjudica el especialista en turno.

El hombre entra en relación con los demás y de ella extrae las orientaciones especialmente importantes para su comportamiento, todo el tiempo está cotejando lo que hace con aquello que esperan de él los otros. Tiene en cuenta sus opiniones, sentimientos y exigencias. Todo lo que el hombre hace para sí lo hace conjuntamente con otros y para otros, y puede ser que en un mayor grado, sea más para otros que para sí mismo. La valoración establecida por la propia persona es resultado de una confrontación permanente de lo que ésta observa en sí misma con lo que ve en otras personas.

De tal forma, el interaccionismo simbólico reconoce la realidad y entiende el conocimiento como una construcción verificable en la realidad misma, define la especificidad de la realidad social como construcción humana que se expresa en sentidos particulares, propios de cada cultura. De ahí que lo real sea concebido como algo que puede ser indicado o referido, por ende, al investigar la realidad, debe hacerse a partir de la perspectiva de los propios actores que la construyen, debe ponerse énfasis en la descripción y conceptualización de los detalles más íntimos, pero significativos de la vida cotidiana. Situación que ayuda a entender de mejor manera, los modos de acción que cada uno de los actores sociales realiza, a partir de las situaciones que experimentan. Desde el interaccionismo, el mundo no es algo que ya este "dado" definitivamente, sino más bien es transformado por cada una de las prácticas de los actores, quienes por medio de sus interacciones le confieren sentido.

Por lo tanto, la muerte y sobretodo las pérdidas son en nuestro contexto construcciones sociales que vamos articulando con las distintas estructuras e interacciones que tiene el individuo con su entorno social. Sudnow (1967), comenta que las pérdidas ocurren dentro de un orden social y los pensamientos, intereses, actividades, proyectos, planes y esperanzas de los otros están más o menos vinculados a la persona que muere y al hecho de su muerte, el carácter de este vínculo esta dado en parte por la ubicaciones de la persona en la diversidad de estructuras sociales, es decir la familia, el trabajo, la económica, la política y la cultura. Dadas estas interacciones sociales y la falta de aceptación de la misma, consideramos a la muerte como una pérdida, la cual solo nos llena de aspectos negativos, y vacíos emocionales que no sabemos cómo reparar.

Una vez descritos los aspectos teóricos que caracterizan al interaccionismo simbólico, es necesario conocer los significados y sentidos que las participantes le dan a la pérdida de un ser querido, para tal propósito se consideró la estrategia metodológica, que permitió evidenciar a la luz del marco teórico los objetivos y alcances de esta investigación, la cual se describe en el siguiente capítulo.

### III

## ESTRATEGIA METODOLÓGICA

Vista la pérdida como un evento doloroso y frustrante que implican dejar de poseer algo valioso o querido, la cual desencadena una respuesta emocional donde se supone, debemos poner en práctica la capacidad de respuesta y las herramientas de afrontamiento para poder vivenciarla; se comprende que el proceso de construcción que las participantes tienen respecto a la pérdida de un ser querido, implica la relación de diversas acciones sociales que se generan a partir de su interacción con los otros, principalmente con su grupo de referencia. De tal forma que para acercarse a su realidad y comprender su perspectiva, es necesario tener en cuenta cuales fueron los aspectos sociales e individuales que contribuyeron a construirla, y como sus acciones ayudaron a reestructurarse después de vivenciar la pérdida.

Por lo anterior, la metodología empleada en la presente investigación, se orientó a indagar y estructurar la información necesaria que permitió comprender los significados y sentidos implicados entorno a la pérdida. A continuación, se describe la estrategia utilizada.

### **3.1 Objetivo**

#### **3.1.1 Objetivo general**

Dar cuenta de los significados y sentidos implicados en la pérdida de un ser querido.

### **3.1.2 Objetivos específicos**

1. Mostrar cual es la construcción social que las participantes tienen respecto a la pérdida y cómo influye en la manera de vivenciarla.
2. Evidenciar que el proceso de duelo en ocasiones deriva una dificultad para signar a la pérdida de forma diferente.
3. Entender que la pérdida no sólo es un suceso doloroso, sino que también nos da pie a una reconstrucción como persona.

### **3.2 Participantes**

4 mujeres de entre 20 y 50 años, con un nivel socioeconómico medio, que tuvieron al menos una pérdida cercana en los últimos diez años, exceptuando la muerte de un hijo. Su participación fue voluntaria, asumiendo que tenían algo que decir respecto a las pérdidas que han tenido.

Para mantener la confidencialidad de las participantes, a cada una se les cambio el nombre, de igual forma se dejó en claro que si en algún momento de las sesiones el tema les genera conflicto tenían el derecho de detener las entrevistas.

### **3.3 Instrumentos y materiales**

A fin de recabar la mayor información disponible, se utilizó una guía temática para hablar de los temas clave, orientados a conocer su vivencia y la perspectiva que adquirieron después de la pérdida.

La guía temática contempló las siguientes áreas: 1) conocimiento de las participantes acerca de la muerte en general, 2) la muerte de su ser querido, 3) el impacto que causó la noticia, 4) el vínculo que tenía con la persona, 5) cómo se comportaba la participante antes y después de la pérdida, 6) cuáles fueron sus actitudes al presentarse la pérdida, 7) más pérdidas.

Grabadora de voz, papel, lápiz y una computadora personal para registrar las entrevistas.

### **3.4 Procedimiento**

#### **3.4.1 Acercamiento a los escenarios y contacto con los participantes**

Se tuvo contacto con las participantes, por medio de compañeros y amigos que tenían familiares o conocidos que cumplieron con los criterios de selección. Se hizo un primer contacto con las participantes, teniendo como propósito acordar una cita para explicarles la investigación.

En el primer encuentro, se expusieron los motivos del estudio; se obtuvo el consentimiento de las participantes, asegurándoles la confidencialidad de su conversación y aclarando que tenían el derecho de detener las entrevistas si el tema les resulta demasiado conflictivo o doloroso.

##### **3.4.1.2 Calendarización de entrevistas**

Se acordaron las fechas y horarios requeridos para llevar a cabo las entrevistas, recordándoles su derecho a detener las entrevistas si éstas le eran incómodas, así como la libertad de expresar su opinión en cualquier momento. Los días que se realizaban las entrevistas, eran los fines de semana por la poca disponibilidad de horario con el que contaban las participantes.

### **3.4.2 Aplicación de entrevistas.**

Se utilizó la entrevista a profundidad, ya que ésta permite relatar de manera amplia sus experiencias, considerando las sugerencias descritas por Taylor y Bogdan (1984). Las entrevistas consistieron en establecer y mantener conversaciones con cada una de las participantes con el propósito de conocer sus creencias, ideas, conceptos, emociones, y como se concebían ellas después de la pérdida de un ser querido, en base a las áreas de interés según la guía de entrevista. Se profundizó en los temas que permitieran evidenciar cuales eran los significados y sentidos que las participantes le otorgaron a su o sus pérdidas.

A fin de conocer dichos significados, se les incitaba a describir detalladamente todos los recuerdos que tuvieran sobre lo sucedido, tomando en cuenta el vínculo que entablaron con la persona y como vivenciaron su pérdida. Las entrevistas se llevaron a cabo en la casa de cada una de ellas.

Todas las entrevistas fueron audiograbadas y tuvieron una duración aproximada de 45 min. Posteriormente, la transcripción de las entrevistas se llevó a cabo con base en un código que se elaboró para tal fin.

#### **3.4.2.1 Transcripción de las entrevistas**

La transcripción de las entrevistas se llevó a cabo con base en el código de aspectos técnicos que se elaboró para éste fin. Debido a que los resultados fueron escritos a modo de narrativa se utilizaron nombres ficticios para referirnos a las participantes.

Para las citas: ( “ “ )

Terminación de ideas o frases: ( . )

Corte y unión de citas: ( ... )

Una vez realizadas las transcripciones se verificaron con sus respectivos audios para identificar y corregir cualquier error.

### **3.4.3 Análisis de la información**

El análisis, consistió en un primer momento en categorizar la información recabada y establecer su tendencia. Se identificaron conceptos, ideas, acontecimientos, emociones, sentimientos, creencias, recuerdos, etc. Después se estableció un vínculo determinado, por el significado que cada una le otorgó a los episodios conversacionales que hacían alguna referencia a cada área explorada.

En cada una de las conversaciones, se consideraron los elementos compartidos y las singularidades de la perspectiva de cada una de las participantes, con base en esto se caracterizaron las áreas a partir de los significados y sentidos esenciales hallados.

Posteriormente a la caracterización, se procedió a realizar un agrupamiento de éstas para establecer, seis categorías, que se titularon de la siguiente manera: 1) causa de muerte, 2) impacto al recibir la noticia, 3) emociones y sentimientos, 4) acciones y actitudes, 5) acciones y actitudes después de la pérdida y 6) situación familiar.

Consecutivamente empleando cada categoría como unidad de análisis, se estableció su relación de contenido, con la intención de dar cuenta de las implicaciones y los significados otorgados; se reajustó la información de las tendencias encontradas en función de las construcciones simbólicas que caracterizan la vivencia de haber afrontado la pérdida de un ser querido. Dicha reorganización la denominamos *Ejes de Análisis*.

Para presentar la información recabada de acuerdo a los Ejes de Análisis, se utilizó el método de narrativa para expresar y mostrar la vivencia de cada una de las participantes y resaltar tanto las singularidades como los aspectos que compartieron entre ellas:



- 1) Negativa ante la muerte
- 2) Las acciones y actitudes que tomaron
- 3) Hacerse conscientes del vínculo con la persona
- 4) La mitificación del ser perdido
- 5) El significado y sentido de la pérdida
- 6) La reconstrucción de identidad

Todo lo descrito anteriormente involucró hacer uso continuo de la información proporcionada por cada actor para ordenar y corroborar la estructura del análisis, para cada uno de los puntos, se consideró el objetivo del estudio. Por último, se asistió al uso del ejercicio interpretativo para analizar y discutir de acuerdo al marco teórico elaborado, el alcance del objetivo general de esta investigación, lo cual se verá detallado en el siguiente capítulo.

## IV

### PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

En este momento de la investigación, se describen las prácticas e interacciones de las participantes, con el fin de dar cuenta de la tendencia de su perspectiva, respecto a la pérdida de un ser querido, considerando para ello los aspectos más significativos de sus vivencias. Para presentar dichos aspectos, se utilizó una narración estructurada de acuerdo a los aspectos en común que se encontraron en cada una de sus experiencias, comenzando con la negativa ante la idea de pensar en la muerte de un ser amado, continuando con las implicaciones que este suceso acarrea, como los recuerdos, la culpa, la mitificación y el significado del ser amado. Debemos tomar en cuenta que tanto la muerte como las pérdidas en general suele ser considerados como temas tabú, y no es muy común hablar sobre ellas y menos aprender a vivenciarlas. Cuando un ser amado muere cuesta mucho aceptarlo, lo vivimos con un suceso doloroso y tratamos de retener a las personas a nuestro lado para no perder algo tan significativo para nosotros.

#### **4.1 “Preferible pensar en un mal sueño que aceptar haberte perdido”**

En este primer apartado se da una visión acerca de la negación que tuvieron las participantes para aceptar que su ser amado había muerto. Para poder realizar una narrativa de las entrevistas realizadas y mostrar algunos de los momentos más significativos que vivimos cuando se presenta una pérdida, utilicé mi experiencia para articular la vivencia de las demás participantes y evidenciar aspectos en común al afrontar una pérdida.

A pesar de haber vivido la muerte de algunos familiares, la pérdida más significativa en mi vida ha sido la de mi abuelo. Mi abuelo tenía cáncer en el pulmón, la noticia me dolió mucho pero me aferré a la esperanza de que sobreviviría a la enfermedad, recuerdo que los médicos le dieron sólo unos meses de vida, era muy difícil verlo morir lentamente, tenía ataques de tos que no lo dejaban comer, ni dormir y sus días de quimioterapia eran aún peor, intentaba no pensar en que era un enfermo terminal, omitía esa palabra, pensaba que estaba enfermo pero se curaría así que me enfoqué en cuidarlo hasta donde podía; estuvo internado tres veces pero la tercera vez fue definitiva, las quimioterapias no habían ayudado a que se recuperara y sus pulmones estaban invadidos y llenos de agua. Sentía mucha desesperación por no verlo de nuevo, no me dejaban entrar al hospital porque era menor de edad y eso hizo que me costara aún más aceptar que no se recuperaría, pero decidí seguir alimentando mi esperanza, sabía que no volvería a verlo pero no fui capaz de aceptarlo y decirle cuán importante era su presencia en mi vida.

Tenía 15 años cuando mi abuelo enfermó, a esa edad no tenía muy claro quién era o que quería hacer de mi vida, lo único que tenía seguro era que personas importaban para mí, y mi abuelo era una de ellas. Esto me hizo pensar en Sara mi compañera, ella me habló sobre la muerte de su abuelo:

*“...Mi abuelo tuvo una embolia, pasó mucho tiempo en cama, tenía la mitad del cuerpo paralizado, era horrible verlo así, ya no podíamos estar juntos, mmmm no recuerdo por qué o qué más tenía yo estaba muy chica, solo sé que fue a raíz de eso que murió...”*

Era muy pequeña cuando ocurrió y a los niños generalmente se les omite este tipo de información para “protegerlos” sin pensar en las consecuencias. Pero independientemente de nuestra edad u otra condición, la pérdida de un ser amado nos resultará difícil y poco creíble, alguna vez conversando con mi vecina la Sra. Velásquez le platiqué lo que había sucedido con mi abuelo, la hice recordar la muerte de su padre, que aunque no fue cuando era niña, le resultó muy difícil aceptar:

*“...Mi papá falleció hace ya casi 30 años, siempre fue muy alcohólico y eso le dañó mucho el hígado, pero dejó muchísimos años de tomar, de hecho dejó de tomar cuando nos vinimos para acá al DF, un día se le ocurrió tomar una cerveza y olvídase eso bastó para que se le desarrollara la cirrosis. Los médicos nos dijeron que no tenía salvación pero yo no quise creerlo, mejor me salí de trabajar para cuidar a mis papás porque yo era la única soltera de mis hermanos...”.*

Ella se negaba a aceptar la enfermedad de su padre, al igual que a mí los médicos le dieron un diagnóstico pero no estaba dispuesta a perderlo, entendía exactamente como se sentía.

Cuando llegué a casa en la noche, mi papá me dijo que nos íbamos al velorio de mi abuelo, estaba muy tranquila parecía que todo era un mal sueño, hasta que entré observé a mi familia destrozada y lo peor, un féretro frente a mí; al principio no me acerqué, mi abuela me ánimo a verlo y ahí fue cuando todo lo que había creado para protegerme se desmoronó, ver a mi abuelo muerto fue como un balde de agua helada, comencé a temblar y a llorar, le supliqué que regresara, todo mi mundo se había derrumbado. Mi familia y sobretodo mi padre, estuvieron siempre conmigo, aunque preferí alejarme de todos, pensaba que a nadie le dolía como a mí, cuando llegamos al panteón fue más duro, todos mis miedos se hacían realidad, nada de lo que pudiera inventarse en ese momento te protege de la realidad, la persona murió y con ella se llevó una parte de ti que jamás podrás recuperar o al menos eso sentía.

La Sra. Velásquez, perdió también a su madre, claro mucho tiempo después y en circunstancias un tanto diferentes; su mamá tuvo que vivir con ella y su familia por muchos años, ya que al morir su padre, ninguno de sus hermanos quiso hacerse responsable de su bienestar. Tiempo después consiguieron unos departamentos, la señora al fin pudo tener su espacio libre de golpes, gritos y peleas, pero al poco tiempo empezó a sentir dolores muy fuertes en los huesos, tan intensos que le impedían siquiera moverse, los cuales se complicaban con su diabetes e hipertensión, afortunadamente ni su hija ni sus nietos se

desentendieron de ella y la cuidaban en la medida de lo posible, hasta que se mudó a un clima más cálido para sus huesos:

*“...Cuando llegamos a los departamentos, mi mamá fue muy feliz porque al fin tenía un lugar propio. Pero después comenzó a sufrir dolores muy fuertes en los huesos, tanto que había días que no se podía ni levantar y tenía que inyectarla para que se le calmaran y luego mi pobre madre también tenía diabetes e hipertensión, pobrecita sufría mucho aquí. Por eso tuvo que irse a Cancún con uno de mis hermanos, el clima le sentó bien a sus huesos pero no sé qué paso, según los médicos fue una úlcera en el estómago lo que provocó que muriera mi mami...”.*

Al platicarme esto me pareció muy curioso que tanto la Sra. Velásquez y su hija vivieran en los departamentos contiguos, así que le pregunté a su hija Ana por qué vivían así, me contó que hace 8 años cuando quedó embarazada, su padre la corrió de la casa y no tenía donde vivir, así que su abuela le permitió quedarse en la recámara que tenía vacía, lo cual en su momento fue de mucha ayuda, Ana podía cuidar aún más a su abuela cuando se sentía mal, estaba al pendiente de ella, llevarla al médico o aplicarle el medicamento, pero por su enfermedad su abuela se fue a Cancún y Ana se quedó habitando el departamento. Pero cuando supo sobre la muerte de su abuelita, ella no consideró que fuera algo físico lo que provocara su fallecimiento:

*“...Según murió de una úlcera mal cuidada, pero no sabemos bien qué fue, yo creo que mi abue murió de una, como te diré, pues como de una depresión, porque la engañaron, la arrumbaron en el cuarto de las cosas viejas allá, cuando se fue a Cancún y para acabarla la única persona que la quería y la cuidaba se fue sin despedirse de ella, yo siempre he sentido que fue por eso más que por algo pues físico...”.*

El hecho de que la salud de su abuela mejorara, hizo que aceptar su pérdida le fuera más difícil de creer, lo que a su vez provocó la necesidad de encontrar un culpable, no había enfermedad a la cual culpar, así que alguien tenía que ser responsable. La Sra. Velásquez no se resignaba a perder a su madre, he hizo hasta lo imposible por corroborar lo que sus hijos le habían dicho:

*“...Pedí prestado dinero para irme a Cancún, yo necesitaba ver a mi madre, no era posible que se hubiera muerto, no pude despedirme de ella, la última vez que la vi, fue cuando se mudó allá, hace un año. Yo le había prometido ir a verla y jamás lo hice, me arrepiento tanto de no haberla visto antes...”.*

Así como a mí me ocurrió, tanto a la Sra. Velásquez y a su hija Ana, les hizo falta tener ese enfrentamiento entre lo que deseamos que ocurra y la realidad para hacer conciencia de lo que tendremos que vivir a partir de ese momento:

*“...Me hizo falta verla muerta para creerlo, duré mucho tiempo pensando que seguía en Cancún, ni siquiera lloré, hasta apenas ahora que hablo de eso lloro, creo que estoy sacando todo lo que tenía guardado...”.*

A pesar de que en ese momento aceptamos su muerte, a veces el que la realidad nos golpee fuerte en la cara, no basta para aceptar que hemos perdido una batalla, en lo personal viví meses pensando que mi abuelo seguía internado en el hospital, quería creer que el regresaría algún día.

#### **4.2 “Ante tú ausencia, ser fuerte es una obligación”**

Este segundo apartado, hará referencia a las actitudes que tomamos cuando perdemos a un ser amado; existen muchas formas de reaccionar ante este suceso. En mi experiencia y en la de las participantes, la fortaleza resulto algo indispensable.

Un día de octubre me preparaba como siempre para ir a la escuela, ese mañana mi mamá llamó para saber cómo estábamos, la notaba un poco extraña, le pregunté que si le pasaba algo y pronunció las palabras más dolorosas que podía escuchar, me dijo que mi abuelo había fallecido, sentí que se me fue la vida, no logré reaccionar, sólo le dije “Sí mamá está bien”; fue uno de los momentos más dolorosos de toda mi vida, no sabía lo que significaba perder a alguien que amo, jamás lo había experimentado en carne propia. Comenzaba a sentir que me faltaba el aire, temblaba y mi corazón parecía salirse del pecho, no podía creer que había muerto, mi papá me abrazó pero no pude calmarme.

Quizá la forma en que nos enteramos puede influir un poco en la reacción que tendremos, en mi caso, mi mamá me llamó por teléfono, al principio no sabía que decirme pero terminó por darme la noticia más terrible de toda mi vida, sinceramente me habría gustado que me lo dijera en persona, que me abrazara y me apoyara aunque supongo que ella esperaba lo mismo, no estoy segura de eso, pero sí tengo la certeza que este momento marco nuestra relación, no sólo perdí a mi abuelo, sino también en cierto modo a mi madre, y las cosas jamás serían igual entre nosotras. Otra de las cosas que no me agradó fue la responsabilidad que delegó en mí, tenía que decirles a mi hermano y a mi primo lo que había sucedido y no sabía cómo hacerlo, tenía que ser fuerte, ellos necesitaban mi apoyo y ahora estábamos más solos que nunca.

En el caso de Ana, su hermano mayor fue quien le dio la noticia:

*“...Mi hermano me habló, me dijo que mi tío había llamado, yo pensé que quería dinero como siempre, pero mi hermano me dijo que no era por eso, que tenía que calmarme. Me sentó en el sillón y me dijo que nuestra abuelita había muerto. Me puse a llorar como loca, no lo podría creer, pero de repente pensé en mi mamá, no sabía cómo íbamos a decirle...”.*

La preocupación de Ana por su madre, la hizo olvidar por un momento su pérdida, para enfocarse en el bienestar de su madre, y en cómo iban a comunicarle algo tan doloroso.

Ana y su hermano tenían que decirle a su madre lo que había pasado:

*“...Llegué a mi casa en la noche y se me hizo raro que mis hijos estuvieran esperándome, les pregunté que si pasaba algo y me dijeron que me calmara, pero que mi hermano les había llamado. Lo primero que pensé fue mi mamá, sí pensé que se había puesto mal de nuevo, pero mi hija me abrazó y me dijo que la abuela había muerto. No lo podía creer, me puse a llorar y le llamé a mi hermano para que me lo confirmara...”.*

Ellos no se dieron la oportunidad de sentir su pérdida, trataron de evitar enfrentarse a ella, pensando en el bienestar de su madre; quizá el pensar en cómo le diremos a alguien más lo sucedido, sea difícil, pero preferible a lidiar con nuestros sentimientos.

Por el contrario está el caso de Sara, a ella nadie le dijo lo que pasaba con su abuelo, nadie le explicó por qué o de que estaba enfermo y cuando falleció mucho menos, ella tuvo que entenderlo y afrontarlo sola:

*“...Jamás me dijeron que mi abuelo estaba enfermo y cuando murió menos, yo lo deduje porque vi a mis papás, a mis tíos y a mi abuela llorando y después llegó una ambulancia y entraron al cuarto de mi abuelo y lo sacaron en una camilla, lo único que hice fue irme a mi cuarto y ponerme a llorar...”.*

Nunca se preocuparon por preguntarle cómo se sentía o explicarle la situación, al morir su abuelo, ella tuvo que deducirlo por el contexto y las acciones de sus familiares, la mayor parte del tiempo no le prestaban atención, la única persona que realmente le dedicaba su atención y amor se había ido y jamás regresaría.



Sea cual sea la forma en que hayan ocurrido las cosas, en algunas circunstancias sentimos la necesidad de ser fuertes ante una situación así, no sólo para nosotros mismos sino para el resto de nuestra familia.

#### **4.3 “Recordarte, es tenerte a mi lado”**

El propósito de este tercer apartado, es mostrar cómo es que los recuerdos que tenemos de nuestro ser amado nos ayudan a comprender el vínculo que formamos con él, y así hacernos conscientes de cuanto de nosotros le otorgamos y perdimos con su muerte. Una vez que comenzamos a asimilar la muerte de nuestro ser amado, empezamos a recordar las cosas que hicimos, que no hicimos o que hubiéramos querido hacer o recibir de ellos; nuestra mente se llena de momentos alegres y momentos tristes, de arrepentimiento y culpa por todo lo que no hicimos.

Mi abuelo siempre fue muy bueno con todos sus nietos, nos consentía y cuidaba mucho, recuerdo que desde muy pequeños nos pasábamos los fines de semana en su casa. Mi madre siempre fomentó el vínculo entre nosotros, pero él no podía ocultar un cierto favoritismo por mis dos primas mayores, ellas vivían más cerca y mi tía nunca fue muy dedicada a sus hijas, así que se responsabilizaron de ellas, supongo que de ahí el origen de su favoritismo, quizá era una manera de protección por su situación familiar, no lo sé, lo que sí sé es que me dolía que fuera así, siempre quise tener lo que ellos les daban y con esto no digo que no me amaran, me amaban y mucho pero no como a ellas, ese era el verdadero problema.

Cuando mi abuelo murió, la familia se desintegró literalmente, él era el líder y la unión para todos y más para mí, nunca he sido muy apegada a mi familia, sentía que no encajaba con ellos, pero mi abuelo me hacía encajar, no importaba cuán diferentes fuéramos, siempre lograba mantenernos unidos. Lo extraño demasiado, imagino que si viviera muchos de los conflictos familiares que hoy en día tenemos, no existirían, o quizá sí, pero le encontraría una solución.

Esto me hizo pensar en Sara, ella recordó que él siempre trató de ser igual con todos sus nietos pero tenía dos nietos con los cuales no podía ocultar su favoritismo.

*“...Pues mis papás nunca fueron muy cariñosos conmigo, sólo pensaban en sus peleas, que si había dinero o no y cosas así, realmente nunca tuvimos una relación así muy cercana, y con mi abuela menos, olvídase ella sí que me ignoraba todo el tiempo y eso que vivíamos en la misma casa imagínate, ¡ay mi abuelo!, era diferente el sí me quería mucho, aunque tenía otros dos nietos que quería más que a mí ¡ash!...”*

Quizá de ahí el deseo de Sara de compartir momentos a solas con él, así no habría preferencias porque ella sería la única y cómo no querer ser la única cuando no se tiene atención ni cariño de nadie, ni siquiera de las personas que “deberían” proporcionarlos.

*“...Recuerdo mucho que mi abuelo nos llevaba a la feria, nos compraba dulces y nos subía a dos juegos a cada uno. Cuando estaba enferma siempre, siempre, iba a mi cuarto a preguntarme cómo me sentía o si necesitaba algo. Pero lo que más pues recuerdo o lo que más me gustaba, era cuando nos subíamos a la azotea a contar aviones, ¡No sabes cómo lo extraño!...”*

Cuando me dijo todo esto, comprendí cuales eran las razones por las cuales se comportaba así en clase y en sus relaciones sentimentales, ella intentaba acaparar la atención de cuanta gente estuviera a su alrededor, así como el amor y la atención que su abuelo le brindaba.

Ana vivió una situación similar, al estar inmersa en un contexto lleno de violencia, su abuela fue lo único que era amoroso:

*“...Yo amaba a mi abuelita, ella siempre nos cuidó y trataba de alegrarnos cuando mi papá nos pegaba o a mi mamá, nos daba de comer, nos llevaba a la escuela y nos defendía cuando mi mamá nos regañaba. Pasamos toda la vida con ella, creo que sin ella ni mi hermano ni yo hubiéramos aguantado toda la violencia que vivimos cuando éramos niños, a pesar de que no escuchaba bien, era con la persona que más comunicación y confianza teníamos...”*

En la vida de Ana, su abuela era la parte bonita de su mundo y cuando es lo único que tienes a tu alrededor te aferras a ello a toda costa, es ahí cuando se nos complica aún más reconocer que ya no tendremos lo único positivo que creíamos poseer y no volveremos a encontrar en nadie más.

#### **4.4 “La pérdida por sí misma no es el problema, sino lo que cuesta aprender a vivir después de ella”**

En este último apartado, se hace referencia a las ideas, acciones y actitudes que tomamos cuando vivimos una pérdida, por una parte recurrimos a la mitificación de la persona para mantener presente a nuestro ser amado. Cuando atravesamos por situaciones de pérdida y empezamos a aceptarlo, generalmente recordamos cosas positivas y negativas de la relación que teníamos con nuestros seres amados, esto en algunas ocasiones nos hace sentir una sensación de vacío, y es en ese momento cuando caemos en cuenta de todo lo que hemos perdido y sobre todo de cuan implicados estamos en ella.

En el caso de la Sra. Velásquez, ella me comentó que su padre, fue una persona ejemplar y maravillosa como papá, aunque fuera un hombre violento con su madre:

*“...Mi padre era un hombre muy bueno, era muy cariñoso con nosotros, nos entendía y siempre nos preguntaba cómo estábamos, era tanta la confianza que yo le tenía que podía hablarle de mis novios así como si nada y él me daba consejos sobre eso, jamás nos puso una mano encima, pero con mi mamá era bien diferente, a ella sí la golpeaba mucho, era muy celoso con ella y como mi mamá era más joven que él y muy bonita pensaba que todo el mundo andaba tras ella...”*

Pero ni esa violencia, fue suficiente para aminorar el dolor que implicó perderlo, al contrario parecería que no le incomodaría que su madre siguiera viviendo con golpes y gritos si pudiera tener a su padre de nuevo:

*“...A pesar de ser así con mi mamá, yo lo extraño mucho, no sabes cuanta falta me hizo, de hecho pienso que si mi papá no hubiera muerto tan pronto, no me hubiera casado con este señor...”*

Me recalcó en todo momento que con ella y sus hermanos fue un hombre ejemplar, atento, preocupado por su bienestar, comprensivo y sobretodo abierto hacia sus relaciones sentimentales, ella no quería perder todo eso y menos reconocer sus errores, así que echó mano de todos los buenos argumentos para omitir la violencia que ejercía hacia su madre. Preferimos aguantar los malos tratos que soportar estar sin ellos y sobretodo vivir sin lo que nos daba.

Con su mamá, la relación era diferente, no era tan cercana como con su padre, el amor que su madre tenía por sus hijos lo expresaba de otras formas, no era tan cariñosa o afectiva con sus hijos, sus demostraciones de amor iban más encaminadas a sus cuidados, protección y manutención:

*“...Con mi mamá pues fue diferente, ella nunca vivió con personas que demostraran su cariño entonces ella tampoco sabía cómo hacerlo. Mi mamá no era de esas, que te dan un beso o un abrazo o que te digan “te quiero”, ella nos demostraba su cariño de otra manera, no sé, por ejemplo, cuidándonos o manteniendo la casa, mandándonos a la escuela y cosas así...”*

Sin embargo, recordar a nuestros seres amados, no sólo nos trae sensaciones positivas o bonitas, también nos hace comprender todo lo negativo o lo que creemos malo para esas personas, por ejemplo la Sra. Velásquez se expresa con mucho dolor de esto, siente que su madre sufrió mucho a lado de su esposo:

*“...Mi esposo siempre ha sido muy violento hasta con mi mamá. Yo me llevé a vivir a mi mamá conmigo porque mis hermanos no quisieron cuidarla, pero mi marido la golpeaba, llegaba bien borracho y comenzaba a tirar todo, pateaba las cosas de mi mamá y la corría para que durmiera en la calle, soy tan tonta, nunca hice algo para defendernos...”*

Y cuando realmente sentimos, que ya no habrá vuelta atrás, la culpa se hace mucho más difícil de sobrellevar:

*“...Cuando llegué a Cancún y vi a mi mamá muerta no sabes lo que sentí, fue como si mmmm todo lo malo que hice por ella me cayera. Le di una muy mala vida a mi pobre madre, primero mi papá la golpeaba y después este señor. No sabes cómo me arrepiento de ser tan débil, ni siquiera para defender a mis hijos pude hacer algo...”*

Lo mismo ocurrió con su marido, no sé si ella buscaba un reemplazo de su padre o fue pura casualidad creía haberse equivocado, su marido no sólo es alcohólico sino también violento con ella, con sus hijos y su madre, con justa razón la Sra. Velásquez dice que le dio una muy mala calidad de vida a su madre.

Lo mismo que Ana hizo con ella, con el embarazo y el rechazo de su padre tuvo que vivir con su abuela como ya lo había comentado, en dicho acuerdo Ana tendría que darle a su abuela una renta cada mes, cosa que jamás hizo y su abuela no le exigió:

*“...Cuando quedé embarazada de Dany, mi papá se puso como loco, casi me golpea, obvio me corrió de la casa y Miguel tampoco tenía a donde llevarnos, entonces le pedí a mi abuelita que nos rentara el cuarto que tenía desocupado de su departamento y nosotros le pagaríamos por vivir ahí, la verdad nunca le dimos nada, pobre de mí abue...”.*

Pero no conforme con invadir su casa y su espacio, hizo que la señora cuando al fin podía tener algo de tranquilidad, tuviera que aguantar ahora los problemas de ella y su marido:

*“...Siento que nos hicieron inútiles, nos dieron todo lo que necesitábamos, y nunca pues sentimos como la necesidad de salir adelante, de buscar algo para nosotros, nos enconchamos la verdad, pero eso sólo provocaba que Miguel y yo peleáramos diario, de verdad no había día que no peleáramos...”.*

Esto fue un grave error ante los ojos de Ana, porque ella considera que tanto su abuelita como su madre los hicieron inútiles en cuanto a su paternidad, les dieron techo, comida y protección sin pedir nada a cambio, y eso los hizo despreocupados por su hija. No conforme con ello, su abuelita tuvo que vivir otra vez malos momentos, peleas y discusiones, pero ahora de su nieta con su nuevo marido.

En mi caso, cuando mi madre me dijo que había pasado con mi abuelo, sentí mucho enojo hacia uno de mis tíos, creía que por su culpa había muerto, aunque realmente él no la tenía, era un paciente desahuciado pero eso es algo que no logré entender en ese momento. Ana y su mamá, me platicaron haber experimentado este sentimiento pero un tanto diferente, ambas culparon por mucho tiempo a su tío por engañar a su madre y tratarla como si fuera un estorbo más, Ana no deja de pensar que su abuela murió de una depresión a causa de la situación, que la obligaron a vivir cuando se fue:

*“...Les tuve mucho coraje a mi tío y a mi prima, de verdad que no se me quita de la cabeza que fue su culpa que mi abuelita muriera, ellos lo provocaron, de hecho dejé de hablarles mucho tiempo, y hasta la fecha eh, sigo sin tener contacto con ellos, ¿para qué?...”.*

Por su parte, la Sra. Velásquez también culpa de la muerte de su madre, a su hermano, ellas por mucho tiempo dejaron de hablarle y se aferraron a la idea de que la muerte de la señora no había sido física, sino por razones emocionales, razones que tanto él como su hija habían provocado. Pero la lucha más fuerte que se tiene son los “sentimientos internos”, la culpa, el enojo, el remordimiento que sentimos al recordar todas las cosas que pasamos con nuestros familiares, de primer momento podemos recordar todas las cosas malas, nos sentimos culpables por no haber hecho cosas para que la persona fuera feliz o nos reprochamos por situaciones que provocamos y fueron dolorosas para ellos.

De tal forma que una vez recabada toda la vivencia de las participantes que nos permitió conocer la perspectiva de éstas, es necesario analizar la información mediante el Interaccionismo Simbólico para evidenciar sus acciones respecto a su pérdida, lo cual se muestra en el siguiente capítulo.

## V

### DISCUSIÓN: SENTIDO E INTERPRETACIÓN

Este capítulo tiene como objetivo, indagar cuales son los significados y sentidos implicados en las pérdidas de los seres queridos de las participantes a partir de un medio social e individual, los cuales, permiten entender las construcciones simbólicas que han hecho las participantes sobre la pérdida, cuáles son los roles que asumieron y cómo se vio afectada su identidad a partir de la pérdida de la persona.

*“Me hizo falta verla muerta para hacerme a la idea”*: Ante la idea de muerte, solemos utilizar como recurso pensar en celebración, días de descanso, disfraces, comida, etc., para evitar que venga a nuestra mente la parte que nos atemoriza; pensar en la muerte como el proceso de culminación de la vida nos resulta un tanto doloroso, y se nos presenta como una complicación para superar y por ende tratamos de evitarla. Por ello, en momentos de tanto estrés como esté, buscamos formas de evadir la realidad, consideramos que es una mentira, casi una broma o consideramos que la persona está enferma, pero la muerte generalmente no será el primer pensamiento que llegué a nuestra mente.

Esta dificultad para considerar a la muerte como un hecho real, más real que cualquier otra cosa que nos rodea podría deberse en un principio a la carencia de herramientas de afrontamiento con las que contamos, la mayoría de las veces no se nos enseña a afrontar situaciones así y si le sumamos el temor que nos han infundido y el tabú que la envuelve, creemos que no hablar sobre el tema nos protegerá de vivirla, no es común escuchar a la gente conversar de la muerte con naturalidad, no es un tema cotidiano en la familia, la escuela, el trabajo, etc., a pesar de que se diga lo contrario, y si a esto le sumamos, la elevación de la expectativa de vida por todos los avances médicos, las posibilidades de estar expuestos a vivirla son muy bajas y cuando se nos presenta solemos dejar de lado el aspecto físico y nos movemos en un plano emocional, sentimos que hemos



perdido una parte esencial de nosotros, experimentamos soledad y nuestra realidad inmediata se desequilibra, entramos en un momento de confusión donde tenemos que interactuar entre nuestro sentir y lo que todas las personas nos dicen, es por ello que hemos utilizado el concepto de “pérdida” para referirnos a este suceso.

### **5.1 “La pérdida será reconocida cuando aprendamos a mediar entre nuestros sentimientos y los deseos de otros”**

Hablar sobre la pérdida, nos lleva a pensar en dolor, sufrimiento, soledad, enojo e indudablemente en sentir que nos hemos quedado incompletos, pero las pérdidas son más que estas emociones. Desde una perspectiva psicológica la pérdida se entiende como una interacción social, es decir, una dialéctica entre la acción social y la acción personal, gracias a la interacción con los otros y a nuestras características individuales, vamos aprendiendo cuál es el significado que le daremos a la pérdida y cómo debemos vivenciarla. Partiendo de esta lógica, debemos tomar en cuenta que las pérdidas son sucesos multifactoriales, en primer lugar está nuestro grupo de referencia, éste es el que dispone la manera en que debemos actuar, pensar, sentir, decir, nos indica cuál es nuestro rol dentro de la familia y al mismo tiempo saber cómo vamos a interpretar y actuar nuestra posición.

Entonces dentro de la acción social, podemos entender dos rasgos importantes, por un lado está el aspecto cultural, las creencias, tradiciones y rituales para honrar a nuestros seres queridos, independientemente de las creencias religiosas que se lleguen a tener; realizamos misas para pedir por el alma de nuestros seres amados, ponemos flores y adornamos sus tumbas, prendemos veladoras, etc., una innumerable cantidad de elementos que sirven para rendirles tributo, los cuales cumplen también con una doble función dentro de la pérdida, que más adelante profundizaremos. Otro de los aspectos está constituido por la parte social, teóricamente sabemos cómo actuar, qué sentir, qué

debemos hacer, cuáles de nuestras emociones debemos mostrar y cuáles no, para evitar juicios sociales.

*“Ya no podíamos estar juntos”*: Aunado al hecho de que nos hemos criado en una sociedad de consumo donde lo que más importa es competir y sentirnos superiores a los demás, consideramos que las personas u objetos a nuestro alrededor son de nuestra propiedad y en lugar de aprender que las pérdidas en general, pueden ser vistas desde otra perspectiva y no necesariamente como sucesos negativos hacia nuestra persona o difíciles de afrontar, resulta casi imposible superarla y sobretodo lidiar con la idea de que jamás volveremos a estar con la persona amada y mucho menos tener todo lo que ella nos daba, es aquí donde nos damos cuenta cual era el verdadero significado que nuestro ser querido tenía para nosotros. Dentro del aspecto social, también está presente nuestro rol en la familia, éste define como vamos a vivenciar la pérdida, si somos muy pequeños, nos hacen sentir que no tenemos la capacidad de entender lo que pasa y se nos excluye de la dinámica familiar; la edad o la condición social, puede llegar a determinar en cierta medida cual será nuestro papel en la pérdida.

## **5.2 “No es la pérdida en sí; sino todo lo que se lleva con ella”**

Debemos considerar también que a pesar de estar inmersos en un mismo contexto, la forma en que vivenciamos todos los acontecimientos a nuestro alrededor siempre estarán mediados por nuestras características individuales, nuestros gustos, cualidades y la forma de expresarnos y relacionarnos con los demás. Esta es una parte fundamental de la interacción social, la comunicación que entablamos con nuestro grupo de referencia es esencial para sentir que nuestras acciones son aprobadas por ellos, pensar que lo que hemos hecho no está bien visto, nos resulta incómodo, por eso tratamos de encajar todas nuestras emociones y pensamientos en lo que está establecido socialmente para obtener la aprobación social de nuestras acciones.

Todo lo anterior nos ayudará a entender cómo es que vivenciamos la pérdida, los aspectos sociales y culturales son fundamentales, pero debemos tomar en cuenta que también dependerá del significado que le hemos otorgado a nuestra relación con el ser amado, "*Mi abuelo me hacía sentir que tenía un lugar en la familia*": empezamos a hacernos conscientes de lo significativa que fue su presencia en nuestra vida, los recuerdos comienzan a llegar a nuestra mente, pensamos en todo lo que la persona nos dio (amor, apoyo, comprensión etc.), y todo lo "bueno" que hizo por nosotros. Se puede percibir entonces, que no sólo es el dolor por la pérdida de la persona lo que se juega en nosotros, sino también la necesidad de conservar todo lo que obteníamos de esa relación y que no volveremos a tener. Y aunque no de manera abierta, pensamos en las cosas que no hizo, lo que nos hubiera gustado recibir o lo que le dimos y no retribuyó, no obstante estos pensamientos no son reconocidos y generalmente se pierden en nuestra necesidad de sentir la aprobación de los demás, por eso en su lugar pensamos en las cosas que no hicimos por la persona, los consejos que no seguimos, las actitudes que tuvimos, o no cumplir las expectativas que tenía de nosotros.

Todas estas situaciones que creemos no haber realizado, nos producen incomodidad, descontento, sentimos que estamos en deuda con la persona y somos conscientes que jamás podremos pagarle o corregir los errores que creemos tener y sobre todo, los que según las personas cometimos; de esta manera, consideraremos entonces que dicha incomodidad es resultado del conflicto entre lo que te dicen (como sentirnos, como actuar, que pensar), y lo que queremos realmente.

Y es aquí donde comenzamos a darle validez a todo lo que nuestro grupo de referencia nos dispuso, utilizamos todos los recursos disponibles para redimirnos frente a todos, y la manera más común de hacerlo es rendir tributo a nuestros seres queridos, estos tributos funcionan como negociadores entre nosotros y la necesidad de que todo el mundo observe y apruebe nuestros esfuerzos por honrar a la persona; recurrimos a las misas, los rezos, las

festividades, y obviamente mostramos nuestro mejor papel, manipulamos nuestras emociones según lo enseñado y esperamos críticas positivas.

*“Mi padre era un hombre muy bueno, con mi mamá era diferente la golpeaba mucho”*: En el plano individual, juzgar o reprochar las conductas que no fueron de nuestro agrado o nos lastimaron en su momento, nos hace ver como una persona insensible ante la muerte, incluso pensar en algún tipo de negativa aunque no lo hagamos evidente nos hace sentir incómodos y preferimos omitir estos pensamientos, recurriendo a la mitificación de la persona; entendiendo esto como justificar cualquier acción que haya ido en contra de las normas sociales o minimizar cualquier “error” cometido, es de cierto modo un recurso para sentirnos en paz con nuestros pensamientos y con los demás, pero también es una forma de pagar un poco de la deuda que adquirimos con ella y por el contrario maximizamos todos sus logros, buenas acciones, atributos, cualidades, etc., *“La llevé a vivir conmigo, mis hermanos no quisieron cuidarla”*. Esto mismo hacemos con nuestros errores, minimizamos todo lo malo que creemos haber cometido y le atribuimos un significado positivo a las cosas que hicimos, todo lo que le dimos a la persona y que fueron de su agrado, la ayuda, las satisfacciones, etc.

### **5.3 “Todos tenemos la capacidad de transformarnos: cuando surge una posibilidad de cambio, hay que cambiar”**

*“Me generaba mucha angustia no verlo de nuevo”*: Imaginar que nuestra vida cambiará genera incertidumbre e inseguridad, tenemos rutinas muy bien establecidas, sabemos qué sentir y cómo actuar de acuerdo a las situaciones, tenemos un itinerario para cada evento de nuestra vida, seguimos la normatividad de nuestro grupo de referencia; esto nos hace sentir cómodos y aceptados, por tal motivo, cuando nos enfrentamos a una pérdida, deseamos e intentamos mantener nuestra estabilidad y aunque no lo reconozcamos sabemos que eso no será posible.

Lo que realmente nos enferma no es el padecimiento físico de la persona como tal, sino la necesidad que tenemos de retener a las personas que amamos a nuestro lado, y con ellas retener la parte de nosotros que vivía en ella.

La mayor parte del tiempo no sabemos vivir sin sentirnos protegidos bajo la cotidianidad y en las situaciones que sabemos exactamente cómo actuar, nos volvemos actores de la realidad, vivimos de acuerdo a una normatividad y una rutina, a lo que está bien visto por los demás, olvidándonos de lo que realmente sentimos o cómo nos gustaría vivenciar las cosas. Podemos entender entonces, que las formas de rendir tributo, fungen como negociadores entre lo que queremos y lo que nos dicen que debemos hacer, para así reafirmar que todo lo que le otorgamos a la persona estuvo en proporción de lo que obtuvimos de ella y así minimizar esa sensación de deuda. Los negociadores también sirven para calmar nuestras emociones, nos ayudan a comprender que a pesar de adoptar las actitudes de los grupos sociales con los que nos identificamos, respondemos de una forma particular ante esta situación. Esto lo podemos entender como una Retención Simbólica, buscamos la manera de mantener a nuestro ser amado cerca y por ende mantener nuestra identidad intacta y así no perdernos a nosotros.

Una vez que logramos entender que cualquier pérdida que se nos presente no es responsabilidad de alguien más sino que son hechos incontrolables, seremos capaces de identificar los cambios que surgen en nosotros a partir de la pérdida de nuestro ser amado. Ana logró cambiar su forma de actuar, su tolerancia y el compromiso con su marido porque eso era lo que su abuela quería que hiciera. Su madre, reconoció el error que cometió al dejar que su marido fuera tan violento con ella, sus hijos y con su propia madre, si bien le gustaría haber tenido la determinación de sacarlo de su vida definitivamente, perder a su mamá le ayudó a tomar la decisión de mejorar su situación familiar, a tomar el control de su vida y no permitir más violencia. Y en mi experiencia, la pérdida de mi abuelo y la separación con mi madre me llevó a ser una persona desapegada, incluso fría pero también independiente, el rol dentro de mi familia cambió, dejé de ser una

hija más para convertirme en la madre de mis padres y mi hermano, me sentía cómoda con esta situación hasta ahora que narro mi experiencia y la de las demás, comprendí que si bien esos cambios en mí han sido benéficos de cierta manera también me han traído ciertas repercusiones por no encontrar un equilibrio entre mis ideales y sentimientos y lo que mi familia quiere que haga, pero ahora que soy consciente de esta situación me permitiré encontrar un equilibrio en mi forma de ser y aunque sea difícil de reconocer, si no hubiéramos atravesado por una pérdida tan significativa no habríamos tenido la posibilidad de cambiar y mejorar ciertos aspectos de nuestra identidad.

Otro punto medular de este análisis es la Identidad, antes de la pérdida tenemos bien definido nuestro rol social, nuestras creencias, la forma en que interpretamos el mundo, los significados que le atribuimos a todo lo que está a nuestro alrededor, etc., pero cuando vivenciamos una pérdida, todo lo que conocemos se rompe, nuestra seguridad, comodidad, estabilidad y el significado de nuestra existencia entran en conflicto, nunca se nos dio la oportunidad de desarraigar modos de acción para enfrentarnos a situaciones así, por ello no sabemos equilibrarnos, pensamos y sentimos una cosa pero expresamos y actuamos de una manera distinta para no corromper nuestra realidad social, aunque individualmente estemos en constante conflicto. De ahí la necesidad de utilizar como negociadores entre la acción social y la individual, a los rituales y la mitificación de la persona, para así, tratar de encontrar un equilibrio sin actuar en contra de lo que se nos ha enseñado que debemos hacer.

Una vez que entendemos esta dinámica de interacción social y la comunicación simbólica como acción fundamental dentro del comportamiento humano, conjugamos nuestro actuar con el de los demás, comprendemos que ya no necesitamos expresar de forma abierta nuestro sentir, ni rendirle tributo para obtener aprobación; comenzamos a interiorizar nuestros sentimientos, entramos en un proceso de reflexión, dejamos de aferrarnos a mantener nuestra identidad intacta, de querer tener todo lo que teníamos cuando la persona vivía,

reconocemos que los cambios son inevitables y que lo que tuvimos jamás regresará y que toda nuestra realidad también cambió y nosotros con ella.

Es así como dejamos de tener la necesidad de mostrarnos a los demás, comprendemos que la pérdida es un suceso más individual, y con esto no expreso que todo lo que se ha vivido antes no sea necesario, al contrario, necesitamos afrontar todas estas situaciones para llegar a un equilibrio de nuestra identidad, gracias a que interiorizamos los ideales, deseos, creencias y expectativas de la persona y utilizamos nuestra capacidad para transformar el medio donde vivimos, para reconstruir nuestra identidad, resignificamos la realidad y todo lo que hemos vivenciado en ella. Desarrollamos modos de acción que nos permiten vivenciar nuestras pérdidas, nos sentimos capaces de superar obstáculos difíciles ante los demás por el simple hecho de haber logrado reestructurarnos y superar un suceso que socialmente era de los más complicados de enfrentar.

En ese sentido esta investigación, no sólo nos muestra la influencia que tiene nuestra interacción con los demás, los aprendizajes que nos proporcionan o las carencias que nos hacen tener, al impedirnos y censurarnos las cosas o los acontecimientos que desde su perspectiva sólo nos provocarían algún daño físico o emocional, sino también, da pie a considerar que tenemos la libertad de sentir o pensar diferente a todas las personas a nuestro alrededor, somos entes individuales y pensar de distinta forma no es motivo suficiente para ser señalados por los demás. Debido a esto el objetivo principal de esta investigación fue dar cuenta de los significados y sentidos implicados en las pérdidas, los cuales no son sólo negativos, dolorosos o difíciles, ya que aunque nunca le hemos atribuido los cambios que podemos tener en nuestra identidad a las pérdidas que hemos vivido, es de suma importancia comenzar a hacernos conscientes de este poder de transformación, dejar de creer que perder algo o a alguien sólo nos trae cosas y sensaciones negativas, comprender que el estar en conflicto con nuestra realidad no necesariamente debe causarnos incomodidad, juzgar y dudar lo que nos han enseñado no es ir en contra de las normas sociales, ni nos hace mejores ni peores personas, simplemente son situaciones que tenemos que vivir para resignificar

nuestra existencia y poder mejorar nuestras relaciones con otros, y así aprender que cuando existe la posibilidad de transformar nuestra identidad sea cuál sea la circunstancia, tenemos la opción de cambiar y adaptarnos a esas nuevas condiciones de vida.



## CONCLUSIONES

Esta investigación, me permitió conocer la perspectiva de las participantes respecto a la pérdida de un ser querido, esto a partir del análisis interpretativo de su propia experiencia. De esta manera se logró dar cuenta de los significados y sentidos implicados en este suceso, pero también de la reestructuración de su identidad. Así mismo, se mostró una perspectiva diferente a la ya estudiada.

A partir de los hallazgos encontrados, se puede puntualizar que:

- Las pérdidas son entendidas como interacciones sociales, que conllevan una dialéctica entre la acción social y la acción personal.
- Los grupos de referencia, establecen la forma de vivenciar las pérdidas sin considerar las características individuales.
- Estos grupos, limitan la capacidad de desarrollar modos de acción para vivenciar las pérdidas.
- Nos hacemos conscientes de todo lo que obteníamos del ser amado, y saber qué jamás lo tendremos nos genera incomodidad.
- Tratamos de negar la muerte para evitar dicha incomodidad y mantener nuestra realidad intacta.
- La pérdida no sólo es significado de dolor, sino de la pérdida de gran parte de nuestra identidad.
- Utilizamos los rituales mortuorios y la mitificación del ser amado como negociadores entre nosotros y los demás.

- Estos negociadores funcionan como una forma de retención simbólica, ante la necesidad de conservar intacta nuestra identidad y todo lo que nos es conocido.
- El significado de la pérdida, dependerá de cuanto de nosotros le otorgamos a la persona.
- La pérdida de un ser querido sólo es pensada como un suceso doloroso, sin considerar que ofrece una posibilidad de resignificar todo lo que somos para lograr una reestructuración de nuestra identidad.
- Esta resignificación se logra a partir de la interiorización de los deseos y expectativas de la persona fallecida, conjugados con nuestras características, deseos y expectativas.

Todos estos hallazgos permiten dar cuenta de cuál es la perspectiva de las participantes respecto a las pérdidas y que significados y sentidos le otorgan. Lo cual nos permite entender que tenemos muy bien definido como debemos vivenciar una pérdida, que sentir, que hacer y que no hacer. Vivimos en una sociedad donde la palabra “felicidad” implica evitar a toda costa momentos de dolor, angustia, ira o decepción, en fin, todo lo que pueda causarnos incomodidad; por ello las pérdidas por la muerte de un ser amado son vistas de forma negativa, dolorosa, de ahí que se inevitable hablar de ellas, sin caer en el llamado proceso de duelo, el cual, teóricamente nos llevara a atravesar diversas etapas, que van desde el dolor y el enojo, hasta la resignación.

Pero esta concepción sobre las pérdidas y el duelo, más que ofrecernos apoyo para “superar nuestro dolor”, nos ha obligado a vivir de acuerdo a lo que socialmente está bien visto; nos obliga a demostrar emociones o afectos por las personas, que no sentimos y reprimimos los que verdaderamente están presentes.

Por tal motivo, solemos pensar que para vivir después de la pérdida del ser querido, es indispensable atravesar por todas las etapas del duelo, y no necesariamente tendríamos que pensar de tal manera. Nos enfocamos en afrontar todas las etapas de dicho duelo sin considerar que la ausencia del ser amado, puede ofrecernos otra forma de ver las pérdidas. Con esto no quiero decir que el proceso de duelo no sea válido, o no debemos sentir cualquiera de sus etapas como dolor, angustia, enojo, negación, etc., por el contrario, el realizar esta investigación me permitió evidenciar que si bien llegamos a experimentar ciertas etapas; la concepción social que se tiene del duelo, nos encasilla a considerar a este proceso como único medio para vivenciar la pérdida.

Es aquí donde cobra relevancia esta investigación, es evidente que nunca podremos ser las personas que éramos antes de una pérdida, toda nuestra realidad es alterada, sentimos emociones que quizá jamás habríamos experimentado a no ser por ese motivo, nos damos cuenta de las pequeñas cosas que nuestro ser amado hacía por nosotros y que nos ayudaban a vivir de cierta manera, las rutinas y cotidianidades se rompen, sentimos la necesidad de buscar maneras de retenerla a nuestro lado en un intento de mantenernos intactos, y echamos mano de todo lo que tenemos a nuestro alcance para mantener el equilibrio que se ha roto y esto sólo nos lleva a vivir en constante conflicto.

Somos seres sociales, y por tanto necesitamos la interacción con los otros para poder construir nuestra identidad y darle significado a todos los sucesos que pasan a nuestro alrededor, pero las pérdidas y en especial las pérdidas por muerte son temas muy complicados de hablar, hemos aprendido que únicamente traen consigo sufrimiento y sensaciones desagradables, creemos que vivir las etapas del duelo es suficiente para adaptarnos a nuestra nueva vida, pero si aprendiéramos que la muerte es un hecho inevitable y que perder a un ser amado implica perdersenos a nosotros mismos, podríamos considerar que aunque de primer momento nos duele, nos enoja, etc., y nos es imposible creerlo, vivenciar este suceso trae consigo cambios a nivel social; la forma de interacción con los otros se ve modificada y los significados que teníamos de las cosas y las personas

cambian, así mismo, a nivel individual da pauta a una reconstrucción de identidad conjugando nuestra identidad original con los ideales y las expectativas de nuestro ser amado.

Como psicólogos debemos comenzar a crear conciencia sobre este tema, no se puede lucrar con las personas ni con sus emociones. Se supone que la psicología no sólo sirve para comprender la psique humana sino también para facilitar a las personas la adquisición de modos de acción necesarios para vivenciar cualquier situación que se le presente, sin necesidad de recurrir a medicamentos o sesiones terapéuticas que sólo tienen como meta regresar al paciente a su “estado original”, es decir, la mayoría de los psicólogos actualmente considera que su labor es ayudar a la persona a regresar a sus conductas y rutinas antes de la pérdida sin entender que las pérdidas son situaciones que nos dan pie a transformar nuestra identidad. No podemos ser iguales que antes de la muerte de nuestro ser amado, simple y sencillamente porque esa persona no está y con ella se fue todo lo que le otorgamos de nuestra identidad.

## BIBLIOGRAFÍA

- Aries, P. (2005). *Historia de la muerte en occidente: desde la edad media hasta nuestros días*. Barcelona: El Acantilado.
- Baratas, D. M. (2002). El duelo: una perspectiva general. *Revista Cuadernos de Terapia Familiar*, (51), 85-95.
- Berger, P. y Luckmann, T. (1990). *La construcción social de la realidad*. Barcelona: Amorrortu. (Trabajo original publicado en 1967).
- Bermejo, J.C. (2005). *Estoy en duelo*. Madrid: PPC.
- Blumer, H. (1982). *El Interaccionismo Simbólico: Perspectiva y método*. Barcelona: Hera. (Trabajo original publicado en 1969).
- Bowlby, J. (1980). *La pérdida afectiva*. Buenos Aires: Paidós.
- Charon, J. M. (1995). *Symbolic Interactionism: An introduction, an interpretation, an integration*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Freud, S. (1917/1984). *Duelo y melancolía*. Obras Completas. Vol. XIV, Buenos Aires: Amorrortu.
- García, A. M. (2012). *La pérdida y el duelo: una experiencia compartida*. Madrid: Budok Publishing.
- Jaramillo, J.A. y Oquendo, A.M. (2013). El duelo como fenómeno psicosocial: Una breve revisión teórica. *Poiésis, Revista Electrónica de Psicología Social*, (25), 1-9.
- Klarsfeld, A. y Revah, F. (2002). *Biología de la muerte*. España: Complutense.
- Kübler-Ross, E. (2006). *El duelo y el Dolor*. España: Luciérnaga.
- Lévinas, E. (1994). *Dios, la muerte y el tiempo*. Madrid: Cátedra.

- Lomnitz-Adler, C. (2006). *Idea de muerte en México*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Luft, L. (2005). *Pérdidas y Ganancias*. España: Aguilar España.
- Martín, M. (2010). *Ganar perdiendo. Los procesos de duelo y las experiencias de pérdida: Muerte-Divorcio-Migración*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Mead, G. H. (1990). *Espíritu, persona y sociedad. Desde el punto de vista del conductismo social*. México: Paidós. (Trabajo original publicado en 1934).
- Pangrazzi, A. (1993). *La pérdida de un ser querido. Un viaje dentro de la vida*. Madrid: San Pablo.
- Piña, J. & Seda, I. (2003). Perspectiva de análisis. En J. Piña, A. Furlan, & L. Sañudo. (coord.). *Acciones, actores y prácticas educativas. La investigación educativa en México 1992-2002*. (31-42). México: Grupo Ideograma Editores.
- Ritzer, G. (2001). *Teoría sociológica moderna*. España: McGraw-Hill.
- Rojas, S. (2005). *El manejo del duelo*. Barcelona: Granica.
- Ramos, C. M. (2013). *Duelo ante una muerte inesperada*. Tesina, Amecyd. Asociación Mexicana de Tanatología. México, D.F.
- Salas, M.E y Talavera, J.A. (2010). Una visión de la vida y la muerte. En *Revista de Arqueología Mexicana*, 17 (102), 18-23.
- Sherr, L. (1992). *Agonía, muerte y duelo*. México: Manual Moderno.
- Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1984). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Nueva York: John Wiley and Sons.
- Tizón, J.L. (2004). *Pérdida, pena, duelo*. Barcelona: Paidós.