

**EXPERIENCIA DE PÉRDIDA DE UNA FIGURA PARENTAL EN  
ADOLESCENTES**

**LAURA CATALINA ESTRADA PÉREZ**

**MARITSA FERNANDA TABARES GUTIÉRREZ**

**Trabajo de grado para optar al título de Psicólogas**

**Asesor**

**LEÓN DARÍO BOTERO BOTERO**

**Psicólogo**

**UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS**

**DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**

**MEDELLÍN**

**2019**

## Tabla de contenido

1. Introducción.....	1
2. Planteamiento del problema.....	3
3. Justificación.....	8
4. Objetivos.....	10
4.1 Objetivo general.....	10
4.2 Objetivos específicos.....	10
5. Antecedentes y estado del arte.....	11
6. Referentes teóricos.....	14
6.1 Vínculo.....	14
6.1.1 Vínculo con los padres.....	17
6.1.2 Vínculo con los pares.....	18
6.2 Parentalidad.....	19
6.3 Adolescencia.....	21
6.3.1 Etapas.....	24
6.4. Duelo.....	30
6.4.1 Etapas del trabajo de duelo.....	32
6.4.2 Tareas del proceso de duelo.....	35
7. Metodología.....	42
7.1 Tipo de investigación.....	42
7.2 Procedimiento.....	44
7.3 Muestreo.....	44
7.4 Categorías de análisis.....	46
7.5 Técnicas de recolección de datos.....	47
7.5.1 Entrevista narrativa con guion temático.....	47
7.5.2 Relatos de vida.....	48
7.6 Consideraciones éticas.....	49
7.6.1 Confidencialidad y anonimato.....	50
7.6.2 Voluntariedad.....	50
7.6.3 Objetivo y metodología del estudio.....	50
7.6.4 Acceso a acompañamiento psicoterapéutico.....	50
7.6.5 Devolución de resultados.....	51

8. Análisis y discusión de resultados .....	52
8.1 Cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental.....	56
8.2 Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental.....	69
8.3 Significados asociados a la pérdida de una figura parental. ....	87
9. Conclusiones.....	100
9.1 Cambios asociados a la pérdida de una figura parental.....	100
9.2 Estrategias de afrontamiento asociadas a la pérdida de una figura parental.....	101
9.3 Significados asociados a la pérdida de una figura parental .....	103
10. Bibliografía .....	105
11. Anexos.....	111
11.1 Guion temático de entrevista.....	111
11.2 Consentimiento informado.....	116
11.3 Relato de vida de Ana María.....	122

## **Agradecimientos**

*“Cuando la gratitud es tan absoluta las palabras sobran”*

*Álvaro Mutis*

Inicialmente, agradecemos a todos los chicos que hicieron posible esta investigación, pues su disposición, apertura, confianza, responsabilidad y sinceridad permitieron que el proceso fuera mucho más apasionante y alcanzáramos resultados increíbles. Damos un agradecimiento profundo a nuestro asesor León Botero por los siguientes motivos: su acompañamiento durante todo el proceso, compartir con nosotras su experiencia con adolescentes, impulsar nuestra curiosidad e interés para superar los baches que iban surgiendo y finalmente, hacernos a ver las dificultades que tuvimos desde otro ángulo y siempre con esperanza.

Agradezco a mi madre por su intermitente apoyo, preocupación, constantes preguntas de seguimiento a la investigación y propuestas para salir de las dificultades que surgieron.

Agradezco a mis amigas: Lu Arbolito por su curiosidad, sus preguntas constantes, compartir y comprender la frustración que sentí en los momentos más difíciles de la investigación. Angiee María por sus formas extrañas de subir mi ánimo y por darme esperanza. Karen María, por haberme acompañado en todo esto de principio a fin, por los regaños necesarios en los momentos oportunos, por servirme de ancla cuando quería salir huyendo y lo más importante, por creer en mí. Aleja, por preocuparse, darme ánimos, propuestas e impulsarme para llegar a apropiarme de esta bella construcción.

Debido a la distancia geográfica y la dificultad en la comunicación no fue posible recopilar los agradecimientos de Maritsa.

## **1. Introducción**

La pérdida de una figura parental durante la adolescencia es una experiencia con un alto nivel de complejidad para el individuo que la atraviesa, ya que se encuentra en un periodo del ciclo vital de gran dificultad que plantea numerosas pérdidas y al mismo tiempo retos acompañados de altas expectativas, es por ello que perder una figura parental, sea padre, madre o quien haya ejercido estas funciones genera una diversidad de efectos y secuelas en el psiquismo del individuo, pues las figuras parentales son quienes acompañan y generan seguridad durante esta etapa con el propósito de disminuir la ansiedad de los adolescentes frente a las exigencias del entorno, los otros y ellos mismos. En relación con lo ya mencionado, el duelo por la muerte de un ser querido durante la adolescencia tiene una serie de particularidades que han sido poco estudiadas en el ámbito latinoamericano.

El objetivo principal de esta investigación consiste en describir la experiencia de los adolescentes que han perdido una figura parental a partir de la recopilación de sus vivencias, para profundizar en el duelo por muerte durante la adolescencia, además, se pretendió analizar los significados asociados a dicha pérdida, describir los cambios relacionales que experimentan los adolescentes que han perdido una figura parental e identificar las estrategias afrontamiento a las que recurren.

El estudio partió de un diseño cualitativo, con enfoque fenomenológico-hermenéutico, teniendo presente la dimensión particular que tiene la experiencia de pérdida y el carácter simbólico de este acontecimiento, lo que conlleva a la comprensión de significados asociados al duelo por la muerte de un ser querido.

En la investigación participaron cuatro adolescentes, entre los 14 y 17 años de edad, que perdieron una figura parental en un periodo de tiempo de 6 a 24 meses. Como instrumentos para la recolección de la información se utilizó una entrevista semiestructurada con guion temático; que tuvo como propósito explorar la vivencia subjetiva de la pérdida, así como los cambios, significados de la pérdida y las estrategias de afrontamiento de los adolescentes para hacer frente a este acontecimiento. Los datos de la entrevista fueron complementados con el análisis de relatos de vida, los que tuvieron como objetivo analizar algunos sentidos del proceso de duelo vivenciado por los adolescentes durante el proceso de pérdida.

Las conclusiones del estudio presentan un escenario general sobre la experiencia de la pérdida de una figura parental durante la adolescencia, los cambios que implica esta pérdida en tres ámbitos: el espacio familiar, el ambiente social y los aspectos referidos al sí mismo, de igual manera, las estrategias de afrontamiento a las que recurren los adolescentes frente a esta experiencia: la búsqueda de compañía y el aislamiento; los significados asociados a la pérdida que surgen de las vivencias previas a la pérdida y la pérdida en sí misma, las representaciones de la figura parental perdida, las fantasías que estas representaciones desencadenan y las acciones que toman los adolescentes para conservar la memoria de la figura parental así como mitigar el temor al olvido.

## 2. Planteamiento del problema.

Las pérdidas hacen parte de la vida cotidiana de los seres humanos, lo cual representa una situación de extrema vulnerabilidad en cada una de las etapas de la vida. La carga emocional que tales acontecimientos tienen para cada individuo, está directamente relacionada con las particularidades del sujeto y el apoyo que obtiene de su entorno cercano para llevar a cabo el trabajo de duelo. Cabodevilla (2007) afirma que el ser humano desde el inicio de su ciclo vital se encuentra inmerso en un continuo de vínculos propiciados por su contexto social, a partir de los cuales construye su historia personal, que está directamente influida por la cultura y la genética. Dicha historia estará atravesada por múltiples pérdidas que lo enmarcan en una reflexión constante sobre su propia mortalidad y la de sus seres queridos; desencadenando duelos cuya intensidad depende directamente del valor atribuido a lo perdido. Además, se debe tener en cuenta que el duelo, como bien lo afirman Herrera, Nobles y Acuña (2011) representa un desafío para el sujeto, pues debe revisar su relación con la pérdida y llegar a realizar una recomposición significativa de su tejido simbólico en el que se ha desarrollado un agujero debido a lo perdido.

En concordancia con lo anterior, podemos situar la adolescencia como un período particular de pérdidas desencadenantes de una multiplicidad de duelos, como lo afirma Guillermo Carvajal (1993), quien la concibe como un grupo de fenómenos que aparecen en un momento de la vida, que tienen un proceso y un desarrollo hasta desaparecer para dar paso a comportamientos, conductas y fenómenos propios de la adultez. Asimismo, advierte que la adolescencia es una etapa en la que el ser humano adolece por una serie de aspectos perdidos que han dejado huella, a los que intenta sobreponerse mediante estrategias

complejas, que le permiten transitar y alcanzar un desarrollo que puede llegar a ser funcional o disfuncional a partir de las consecuencias provenientes del uso de dichas estrategias. Como sujeto inmerso en una experiencia nueva dentro de su ciclo evolutivo busca fundamentalmente conocerse a sí mismo y construir su identidad, recurriendo fundamentalmente a la creación de vínculos con otros adolescentes y generando a su vez un distanciamiento respecto a sus padres (Dillon, 2013). A partir de estos planteamientos, se ha tomado en cuenta la importancia que tienen los primeros vínculos afectivos entre padres e hijos para el establecimiento de relaciones interpersonales y amorosas durante la vida de las personas.

En investigaciones sobre el proceso de duelo, como la realizada en Brasil por Domingos y Maluf (2003) sobre la experiencia de pérdida y duelo en adolescentes de 13 a 18 años, los autores hallaron que un adolescente en duelo por la pérdida de un familiar, puede elaborar o actualizar duelos infantiles mediante ciertas reestructuraciones. Además, confirman que los adolescentes podrían aplazar el trabajo de duelo en tanto no encuentran alternativas para desahogarse mediante la verbalización y el apoyo social, siendo esto un inconveniente que podría desencadenar características patológicas, por lo que concluyen que es indispensable el papel de la familia como espacio íntimo y alerta de las necesidades del adolescente, al igual que los docentes y pares que puedan brindar contención y comprensión.

Al mismo tiempo, el estudio realizado por Barbara Kuntz (1991) sobre el duelo en adolescentes posterior a la muerte de un padre, señala la diferencia del duelo adolescente al duelo infantil e incluso al duelo adulto, pues los adolescentes tienen una concepción de la

muerte como inevitable y universal, por lo que, a diferencia de los niños éstos no experimentan ningún sentimiento de culpa o de responsabilidad por la muerte de una de sus figuras parentales, sin embargo, si llegan a sentir temores respecto a la muerte del padre sobreviviente, su propia salud, la cronicidad del duelo y el fracaso en las actividades escolares; igualmente sienten que adquieren una madurez instantánea que los diferencia de sus pares, lo que los lleva a acelerar el trabajo de duelo y enmascarar gran parte de lo que está ocurriendo, creando en algunas ocasiones “fachadas” que los llevan a dejar de lado la expresión de emociones delante de otros.

Por otro lado, hablando propiamente del contexto colombiano, Álvarez (2009) realizó en la ciudad de Bucaramanga un estudio cuantitativo de carácter no probabilístico, esta vez con una población de adolescentes y adultos tempranos, en el que el objetivo era explorar las actitudes de adolescentes y adultos tempranos, frente a la muerte, para ello conecto algunas variables sociales (nivel socioeconómico y educativo, género, vivencias internas frente a la muerte) llegando a concluir que la mayoría de adolescentes experimenta miedo y aceptación. El criterio básico de inclusión consistió en que los encuestados debían haber experimentado la muerte o la enfermedad crónica o terminal de un ser querido, durante un período mayor a seis meses.

En los resultados, se encontró que la muerte genera diversidad de actitudes y emociones, principalmente de naturaleza aversiva, ya que supone la mayor amenaza para la vida, específicamente el miedo a la muerte coexiste con la aceptación y el significado de la vida que los adultos dan a la misma. No se encontraron diferencias de actitudes por género, ni por estrato socioeconómico. Sin embargo, en estudios de mayor envergadura realizados

en México, hay una acotación acerca de adolescentes que en condiciones de pobreza presentan mayores dificultades frente a la muerte de un padre, confirmando que la vulnerabilidad se agrava en lo afectivo, económico y social en la que juegan un papel fundamental las figuras de identificación que el medio pueda proporcionar, para confrontar la vulneración y proporcionar modelos alternativos (Moratilla y Talacena, citados por Restuccia, 2015).

En relación con lo anterior, Robin y Omar (2014), mediante una revisión teórica acerca del duelo adolescente, ratifican la diferencia del trabajo de duelo según el período evolutivo de los individuos, afirmando que puede parecer más corto para los adolescentes, pero es posible que se extienda a través de reinterpretaciones hasta la edad adulta, debido a los mecanismos de defensa característicos de la niñez y la adolescencia, así como su desarrollo cognitivo, que afectan directamente la expresión del dolor; además de que diferencian ciertas reacciones que el adolescente manifiesta según el tipo de muerte al que se enfrenta.

Para finalizar, se retoma la recopilación realizada por Mazaira y Gago (1999), que enfatiza en la escasez de estudios sistemáticos sobre las respuestas al fallecimiento de un ser querido en la adolescencia. Los autores hacen una apreciación sobre las diversas maneras en las que la muerte de un padre podría afectar a niños y adolescentes, entre las que se destacan el propio proceso de duelo, la pérdida de un modelo de rol, las desventajas en los ámbitos emocionales, socioeconómicos y educativos, que pueden manifestarse de forma precoz o a largo plazo de acuerdo a la circunstancia; cuando muere el padre, se presentan una serie de cambios que llegan a tener implicaciones respecto a la disminución

de los ingresos familiares, cambio de domicilio que lleva a un traslado de escuela y pérdida de amigos; cuando muere la madre, con frecuencia hay una precarización del sustento emocional, debido a la reducción de los cuidados que recibía el niño o el adolescente. Asimismo, hay aspectos diferenciales que pueden incidir en la tramitación de la pérdida, como el sexo del padre fallecido y el sexo del hijo, que da cuenta de la relación con el progenitor, así como la edad del doliente, que se supone más crítica entre los 10 y los 14 años, porque puede predisponer la cronicidad del duelo, desarrollando episodios depresivos en la edad adulta, teniendo en cuenta una serie de estresores que podrían reforzar el sentimiento de desesperanza y fracaso.

De esta manera, la mayoría de estudios revisados concluyen que los efectos a corto y, sobre todo, a largo plazo del fallecimiento de alguno de los padres durante la adolescencia no han sido investigados de forma extensa y rigurosa. En general, todos ellos coinciden, en que cuando los niños y adolescentes experimentan la muerte de una figura parental, tienen que adaptarse a múltiples cambios en sus vidas. Actualmente, hay un consenso respecto a que la capacidad de afrontar estos cambios tiene que ver con la interacción de características personales de los implicados, el sistema familiar y el contexto social en sentido amplio, por lo que surge la necesidad de indagar en nuestro contexto, el colombiano, cómo experimentan los adolescentes la pérdida de una figura vincular primordial, es decir, los significados que surgen a partir de la pérdida de uno de sus padres. Por eso, la pregunta que busca abordar este estudio es: ¿Cómo es la experiencia de la pérdida de una de las figuras parentales en adolescentes?

### 3. Justificación

La psicología dinámica tiene como uno de sus objetivos el estudio del psiquismo humano desde las dimensiones evolutiva, relacional y representacional, por lo cual el estudio con población adolescente puede aportar a la comprensión de los diferentes fenómenos psicológicos en esta etapa de la vida, ya que en la adolescencia, el ser humano se encuentra en un movimiento evolutivo tanto físico como psíquico, que se caracteriza por la construcción plena de su identidad, lo cual le permite interactuar con otros, crear experiencias vinculares nuevas y, a su vez, articularse en un tejido de representaciones que le sirve como herramienta en su necesidad de hallar su lugar en el mundo. Sin embargo, al entrar la pérdida en la vida del adolescente, como un evento emocionalmente perturbador, dicho tejido de representaciones se ve modificado. Por lo tanto, es de importancia para la psicología dinámica el estudio de las modificaciones psíquicas y relacionadas ocurridas tras la pérdida de una de las figuras parentales, con el fin de generar aproximaciones teóricas sobre el impacto de la experiencia de pérdida en las formas de vínculo esta etapa de la vida.

Este estudio tuvo un diseño de investigación cualitativo, ya que fue fundamental comprender cómo una experiencia de pérdida y su posterior trabajo de duelo puede generar cambios en los procesos de vinculación que establece el adolescente con su entorno y personas cercanas, teniendo en cuenta que el adolescente en su etapa evolutiva también transita por una serie de transformaciones en diversas áreas de su vida, que resultan críticas para sí mismo y para quienes interactúan con él. Por otro lado, el estudio permitirá profundizar en las características del duelo en población adolescente, pues en el ámbito académico este ha sido estudiado principalmente en niños y adultos, dejando de lado otro

tipo de población que puede presentar algunas particularidades como los adolescentes y los ancianos.

Desde la perspectiva social, la investigación permite explorar la visibilidad y nivel de ocurrencia de estas pérdidas, asimismo los medios de apoyo que ofrece el entorno al adolescente que vive esta experiencia; respecto a otros adolescentes que también viven la experiencia de pérdida de una figura parental, el estudio posibilita una serie de claridades respecto al duelo, los cambios que vivencian, así como los que observan en su entorno cercano y los significados de la experiencia, lo cual implica la aparición de una cierta sensación de tranquilidad y disminución de la sensación de soledad, pues el identificarse con la experiencia de otros adolescentes puede generar una sensación de comprensión y apoyo.

Finalmente, en términos de conocimiento y relevancia psicológica, la investigación puede favorecer la exploración del impacto que genera la experiencia de pérdida en el psiquismo del adolescente y en su proyecto de vida, el cual tiende a reorganizarse de manera drástica luego de la pérdida, asimismo permite establecer características diferenciales en el trabajo de duelo que viven los adolescentes, y como este se desarrolla de manera paralela a los duelos propios de su etapa evolutiva.

## 4. Objetivos

### 4.1 Objetivo general.

- Describir la experiencia de los adolescentes que han perdido una figura parental, a partir de la recopilación de las vivencias y los significados asociados a este acontecimiento.

### 4.2 Objetivos específicos.

- Analizar en los adolescentes los significados asociados a la pérdida de una figura parental.
- Describir los cambios relacionales que experimenta un adolescente que ha perdido una figura parental.
- Identificar las estrategias afrontamiento a las que recurren los adolescentes para afrontar la pérdida de una figura parental.

## 5. Antecedentes

El rastreo bibliográfico se realizó mediante la búsqueda de artículos recientes sobre el tema del duelo en niños y adolescentes en bibliotecas y bases de datos: Scielo, Dialnet y Redalyc.

La indagación se realizó teniendo en cuenta términos como: duelo en adolescentes, adolescencia, pérdida y figuras parentales; se hizo posteriormente una búsqueda de investigaciones sobre el tema del duelo en adolescentes realizadas aproximadamente a partir de los años 90's, a nivel regional, nacional y algunos estudios realizados en Latinoamérica y Estados Unidos.

Se reseñan algunas de las investigaciones y artículos que han servido como punto de partida para realizar el análisis de los resultados propuestos en esta investigación.

En el contexto internacional encontramos la investigación llamada “Efectos del fallecimiento parental en la infancia y la adolescencia” realizada por José Mazaira y Ana Gago (1999) psiquiatras españoles, que se interesaron por indagar sobre lo que se ha estudiado sobre las consecuencias que trae en diversos ámbitos el fallecimiento parental para niños y adolescentes, partiendo de la premisa de que era un asunto al que no se le había dado la suficiente atención y no se habían estudiado con rigurosidad según el grupo de edad. Afirmaron que se podría esperar que un acontecimiento de pérdida parental afecte a los niños y adolescentes de múltiples formas:

*“(...)A través del proceso normativo del duelo, a través de la pérdida de una figura primaria de vínculo o de modelo de rol, a través de sus efectos sobre el padre superviviente, o de las desventajas en cuidados o atenciones, educacionales o socioeconómicas resultantes del fallecimiento. Algunos de sus efectos, por tanto, se manifestarían precozmente tras la pérdida, o incluso antes si ésta es esperada (enfermedades crónicas...), mientras que otros son consecuencias a más largo plazo relacionadas con la situación de falta persistente de la figura fallecida y otras circunstancias asociadas a ella” p.407*

Asimismo, en la investigación denominada “Pérdida parental en la infancia y consecuencias en la edad adulta” (González y Martínez, 2016), las autoras afirman que la muerte parental antes de los dieciocho años es uno de los eventos más estresantes que puede experimentar un niño durante su desarrollo y que puede provocar la aparición de diferentes consecuencias a lo largo de su vida adulta. A pesar de esto, no existen demasiados estudios que abarquen el tema de manera específica y los resultados obtenidos son dispares por la falta de uniformidad en la población escogida y la diversidad de variables estudiadas; además de que no se evidencia una rigurosidad teórica a la hora de diferenciar la adolescencia de la niñez como etapas de desarrollo evidentemente distintas.

Por otro lado, el estudio titulado “Exploring the grief of adolescents after the death of a parent.” realizado por Barbara Kuntz (1991) tuvo como propósito explorar el duelo en los adolescentes por muerte de un padre a partir de una recopilación de datos que ellos mismos proporcionaban mediante dos instrumentos: una entrevista semiestructurada y una composición escrita, el estudio se realizó de este modo buscando establecer una diferencia

respecto a los pocos ya publicados para la época, pues estos tenían la tendencia a indagar por la experiencia desde los datos e información que entregaban los padres sobreviviente. En esta investigación se encontró que los adolescentes viven el duelo de manera diferente a los niños y de manera diferente a los adultos, creen que la muerte es un hecho universal y que les puede pasar a ellos y a sus seres queridos, de manera específica Kuntz (1991) afirma que: “los adolescentes sufren como adolescentes. Por lo tanto, como se muestra en sus declaraciones, los adolescentes se sentían diferentes de sus pares; se sintieron de repente crecidos, más maduros.” (p.107).

Finalmente, la investigación realizada por Blanca Nicté Romero Balderas (2010) titulada: “Factores que influyen en el desarrollo afectivo de los adolescentes ante ausencia del padre por muerte”, cuyo objetivo fue identificar las afectaciones que genera la ausencia del padre por muerte en el desarrollo afectivo de los adolescentes, señala que la muerte del padre durante la adolescencia genera cambios al interior del sí mismo los cuales se reflejan en la personalidad del adolescente y su forma de percibir el mundo, el padre se representa como un motor que proporciona seguridad al adolescente para cumplir su proyecto de vida, y al mismo tiempo es la figura encargada de velar por el cumplimiento de las normas al interior de la familia, es por ello que ante la ausencia se generan algunas afectaciones en la vida familiar.

## 6. Referentes teóricos

### 6.1 Vínculo

Según la Real Academia de la Lengua Española (R.A.E), la palabra vínculo proviene del latín *vincŭlum*, que significa unión o atadura de una persona con otra. Asimismo, el término vinculación -que se usa con más familiaridad en nuestro contexto- es para referirse a la acción y efecto de vincular (atar algo en otra cosa, perpetuar algo, someter el comportamiento de alguien al de otra persona, sujetar, asegurar).

En cuanto a conceptualización, encontramos en los desarrollos de Isidoro Berenstein y Janine Puget (1997), quienes a partir del psicoanálisis Freudiano definen al vínculo como una estructura inconsciente que ata a dos o más sujetos, y los determina con base a una relación de presencia, compuesta por dos yoes con un tercero que contiene la mirada del otro.

Berenstein y Puget (1997) enfatizan en la diferenciación de dos campos: la relación de objeto y el vínculo entre sujetos en donde están involucrados el sujeto, el lugar del otro, así como una serie de elementos: las nociones de objeto interno y externo, la relación entre la realidad interna y externa, por último, la semejanza y la ajenidad que se presenta en el vínculo entre sujetos. El vínculo entre sujetos surge gracias a la configuración del sujeto que es resultado de la investidura del yo, a partir de los otros, lo cual se produce mediante dos mecanismos: la identificación como deseo de ser como el otro y la imposición en tanto el otro debe ser como el sujeto; la identificación e imposición primarias se presentan

inicialmente en los padres respecto a su hijo, en quien establecen marcas inconscientes al momento de la fundación del psiquismo, es decir, empujan determinada forma de ser, de modo que se produce un sujeto múltiple que se determina en relación con el yo corporal, el vínculo con el otro y con lo social.

El vínculo es una construcción conjunta que produce un intercambio afectivo en los individuos que lo componen como un ámbito de sentido, durante dicha construcción el sujeto elabora diferentes representaciones respecto a su ubicación en el mundo y a otros mundos psíquicos que habita, Berenstein y Puget (1997) los definen como espacios psíquicos en los que el yo establece una representación mental y vincular con su propio cuerpo, con otros y con el entorno circundante, estos espacios aparecen en escena de acuerdo al estímulo que recibe el sujeto desde el interior de su mente como desde afuera.

Berenstein y Puget (1997) describen tres espacios psíquicos: el espacio interno donde el sujeto se encuentra con imágenes, sueños y fantasías, donde habitan las representaciones de su cuerpo al igual que su funcionamiento mental; el mundo interpersonal donde el yo del sujeto está con otros en una relación privilegiada e íntima, donde hay intercambio de amor, ternura, irritación, agresión, odio y otros sentimientos ambivalentes, algunos de ellos instalan marcas específicas por ejemplo las relaciones sexuales, del lenguaje y económicas; otro espacio psíquico es el sociocultural, donde el sujeto constituye relaciones con representantes de la sociedad como: valores, creencias, ideología, principios morales e historia. Cada espacio psíquico tiene un significado propio que lo transforma en un factor del sentimiento de pertenencia del sujeto.

Flores y Reyes (2006) a partir de una investigación sobre adolescentes y relaciones de pareja, afirman que el vínculo inicia su construcción en el momento en el que en el nacimiento establece un lazo afectivo con su madre que le sirve como un modelo flexible para la construcción de vínculos posteriores, dicho modelo se ve afectado de manera paulatina a lo largo del desarrollo y de manera específica en la adolescencia por factores como: los hermanos, amigos y el entorno social, determinantes en la configuración de los vínculos en los diversos ámbitos de la vida, que a su vez se ven permeados de manera permanente por el deseo de independencia y la construcción de la identidad.

Para entender la importancia de los vínculos, y en este sentido de la vinculación, David Howe (1997) hace tres aseveraciones sobre los seres humanos y las relaciones sociales, en primer lugar afirma que el yo se forma y surge de las relaciones sociales, en segundo lugar sostiene que ese tipo de “yo” depende en gran parte de la calidad de las relaciones sociales, y por último, concluye que el modo en el que el yo trata esas relaciones presentes, depende en gran medida de las experiencias que ese mismo yo tenga de relaciones sociales anteriores. En síntesis, el yo humano y el desarrollo de la mente, la conciencia y la sociabilidad se forman en el seno de un contexto social. Howe sostiene literalmente que “la calidad de las relaciones sociales, particularmente durante la infancia, es tan importante precisamente porque los yo y la personalidad humana se forma en el seno de las relaciones sociales” (p.16)

Según Maite Urizar Uribe (2012), psiquiatra española, el vínculo tiene ciertas funciones, que van evolucionando según el mismo desarrollo que sufre esta estructura:

- Conservar la proximidad con el cuidador principal.

- Proporcionar seguridad que permita la exploración
- Organizar las emociones
- Facilitar estrategias de afrontamiento del estrés
- Promover la sociabilidad

### **6.1.1 Vínculo con los padres.**

La teoría del vínculo es una teoría general sobre las relaciones y el desarrollo psicológico, que aboga además por la comprensión de las emociones (Howe, 1997). La familia durante la infancia constituye el contexto más importante, pero en la pubertad comparte su influencia general sobre el sujeto, con el grupo de iguales, relegándose inclusive a un segundo lugar (Sánchez- Queija y Oliva, 2003). En general, se pueden entender los vínculos con los padres según las mismas categorías utilizadas por Bowlby para definir los tipos de apego en la infancia; éstos se ven mediados por la acogida, disponibilidad afectiva y sensibilidad de los padres frente a las necesidades de sus hijos. La inaccesibilidad de una madre depresiva y la insensibilidad psicológica de la misma, producen una pauta insegura de vínculo. Howe (1997), soslaya en pocas palabras lo que significan estos vínculos:

Las experiencias de la primera infancia que con mayor probabilidad conducen a un funcionamiento precario en la vida adulta implican rupturas y trastornos en la experiencia de educación y crianza. Los niños que antes de los dos años de edad padecen breves estancias en hogares de acogida, que padecen la desavenencia persistente entre los padres, la separación

respecto a uno o ambos padres, o su ingreso a instituciones de atención de larga duración, contraen un elevado riesgo de mostrar un funcionamiento social precario cuando son adultos. (Howe, 1997, p.138)

### **6.1.2 Vínculo con los pares.**

La calidad de las relaciones de los niños con las personas que los cuidan está en estrecha correlación con el tipo de relaciones que tienen con sus iguales (Howe, 1997). Durante el ciclo vital las relaciones establecidas con los pares cumplen un rol esencial en el bienestar y desarrollo psíquico del ser humano, de manera especial durante la adolescencia, ya que los hijos se desvinculan de los padres y las relaciones con sus pares aumentan su nivel de importancia, intensidad y estabilidad, provocando que el grupo de iguales se constituya como un contexto de socialización preferencial así como una fuente de apoyo (Sánchez- Queija y Oliva, 2003).

El vínculo con los padres brinda a los niños alivio y seguridad, pero las relaciones afiliativas con compañeros, proporciona estimulación y placer (Hazan y Zeifman, citados por Howe, 1997). Ya entrando en la adolescencia, los amigos además se vuelven agentes que proveen apoyo emocional y relaciones de confianza. Gradualmente las relaciones con los pares se constituyen en relaciones de apego adulto caracterizadas por el apoyo y la intimidad (Delgado, Oliva y Sánchez- Queija; 2011):

La teoría del apego proporciona una base conceptual que permite establecer los nexos de unión que existen entre las relaciones familiares y las que se establecen con el grupo de los pares o iguales, al considerar que aquellos chicos y chicas que formaron en la primera infancia un vínculo seguro en sus familias tienden a mantener este mismo tipo de apego en otras relaciones. (p.156)

No obstante, Delgado Oliva y Sánchez- Queija (2011) citando algunos teóricos, afirman que no se ha llegado a un consenso acerca de la estabilidad y generalización de los patrones de apego, debido a que los modelos representacionales internos no son constantes y pueden variar a partir de cambios significativos en el ambiente, como experiencias relacionales nuevas y desarrollos evolutivos en la capacidad representacional una vez aparece el pensamiento formal. Este punto de vista se apoya de pruebas que concluyen que el modelo de apego permanece abierto a los estímulos del ambiente en la adolescencia y adultez temprana.

## **6.2 Parentalidad**

La Real Academia de la Lengua Española (R.A.E), no tiene registro alguno de la palabra parentalidad, sin embargo, se encuentra la palabra parental proveniente del latín *parentālis*, que significa relativo a los padres o los parientes.

En cuanto al concepto ‘parentalidad’, Jorge Barudy y Maryorie Dantagnan (2005) lo definen como el grupo de capacidades prácticas que tienen los padres, madres y cuidadores que representan una de estas figuras para cuidar, proteger, educar y garantizar

un desarrollo sano a sus hijos, en relación con esto, se distinguen dos tipos de parentalidad: biológica, referida únicamente a la capacidad de procrear y dar vida; social, comprendida como las aptitudes que tienen los padres para la crianza de sus hijos, las cuales provienen de múltiples procesos relacionados con las oportunidades innatas de cada uno de los padres marcadas por elementos hereditarios, los aprendizajes influidos por la cultura y la historia familiar de cada uno en su infancia y adolescencia.

La parentalidad social es modulada por experiencias vitales y el contexto social de los padres, donde usualmente la actividad parental funciona como una especie de ‘piloto automático’ producto de una mecánica inconsciente en la que se expresan una serie de capacidades y funciones que determinan un desarrollo sano. Las capacidades parentales fundamentales para garantizar un buen trato y desarrollo de los hijos son: el apego, es decir, los recursos emocionales, cognitivos y conductuales de los padres para responder a las necesidades de los hijos y crear un vínculo afectivo; la empatía, referida a la percepción que tienen los padres de las vivencias internas de sus hijos a partir de la comprensión de sus emociones y gestos con los que expresan sus necesidades; los modelos de crianza, que tienen como objetivo saber responder a las demandas de cuidado de los hijos para protegerlos y educarlos, estos modelos provienen de los procesos de aprendizaje realizados en la familia de origen y redes sociales primarias, estos se transmiten de una generación a otra como fenómenos culturales; finalmente, la participación en redes sociales y uso de recursos comunitarios es una capacidad esencial y necesaria para ejercer la parentalidad, pues la aptitud para pedir, aportar y recibir ayuda de redes familiares, sociales, institucionales y profesionales promueve la salud y el bienestar infantil (Barudy y Dantagnan, 2005).

Por otro lado, la función parental tiene tres objetivos fundamentales: nutrir, socializar y educar, la función nutriente hace referencia a suministrar los aportes necesarios para garantizar la vida y el crecimiento de los hijos; la función socializadora va dirigida a los padres como fuentes esenciales que contribuyen al desarrollo del concepto de sí mismo o de identidad de sus hijos; finalmente, la función educativa va referida al deber de los padres de asegurar el aprendizaje de los modelos de conducta necesarios para que sus hijos logren convivir inicialmente en familia y luego en sociedad en una forma respetuosa, adaptada y armónica (Barudy y Dantagnan, 2005).

### **6.3 Adolescencia**

La adolescencia en tanto etapa de cambios tiene su origen conceptual en la expresión latina “*Adulescens*” o “*Adolescens*” que tiene como significado hombre joven y que a su vez tiene como principio activo la expresión latina “*adolescere*” referida a crecer (Carvajal, 1993).

Françoise Dolto, sitúa la adolescencia en dos periodos de tiempo, antes de 1939, donde la adolescencia se concebía como una crisis subjetiva en contra de los padres y la sociedad, posterior a 1950 donde la adolescencia pasa a tomarse como un estado obligado de la conciencia (Henríquez, 2010).

Más cercano a la actualidad se encuentra la concepción de Delval, quien define adolescencia como un fenómeno psicológico que implica cambios físicos, que llevan a cabo

el fin del crecimiento y el inicio de la capacidad de reproducción, y por último Guillermo Carvajal (1993), psicoanalista y teórico en adolescencia, quien concibe la adolescencia como un grupo de fenómenos que aparecen en un momento de la vida y que tienen un proceso y un desarrollo hasta desaparecer para dar paso a comportamientos, conductas y fenómenos propios de la adultez.

Definir la adolescencia lleva a puntualizar que es un momento clave del desarrollo evolutivo, que se hace muy importante en la medida que inaugura la adquisición de determinados caracteres y modos de percibir el mundo. En un sentido general, se define como una etapa crítica en la que los cambios son el motor primario y fundamental de la transición de la niñez a la adultez. Para comprender lo que conceptualmente puede entenderse como adolescencia, es necesario conocer lo que para los psicólogos del desarrollo, Claudio Urbano y José Yuni (2014), significa el concepto de desarrollo evolutivo:

El desarrollo ontogenético es un proceso que se produce a lo largo de toda la vida, que no concluye en la adultez sino que continúa aún en la vejez. El desarrollo personal no es un proceso orientado hacia una meta universal (común a toda la especie) y no posee el mismo ritmo de progresión en todos los sujetos de distintas culturas y aun dentro de una misma. En el Curso Vital, ninguna fase evolutiva mantiene primacía en la regulación del desarrollo, es decir ningún estadio es determinante causal de los cambios que ocurren en los estadios anteriores. En cada fase las transformaciones son producidas por la interacción entre los logros adquiridos en procesos y acontecimientos vitales previos, con la

irrupción de procesos que generan discontinuidad y que introducen experiencias innovadoras que desestructuran el curso vital, e impulsan al sujeto hacia la búsqueda de un nuevo equilibrio y configuración identitaria. (p. 27)

El estudio de la adolescencia en perspectivas psicoanalíticas se presenta desde los escritos del propio Freud, en “Tres ensayos de teoría sexual” donde hace alusión a la pubertad dando importancia al desarrollo de los genitales externos, y denominando la pubertad como el segundo tiempo de elección de objeto donde se presentan cambios que dan forma a la vida sexual del sujeto; en la misma línea de Freud se encuentra Ernest Jones, quien enfatiza en la influencia del desarrollo infantil en el sujeto a la hora de atravesar la etapa de la adolescencia en la que el sujeto recoge y amplía aquello que desarrolló en los primeros cinco años de vida (Henríquez, 2010).

Desde la psicología del yo como una de las líneas de la psicología dinámica, Peter Blos ubica la adolescencia en un continuum del desarrollo psicosexual, denomina la transición adolescente como la suma total de esfuerzos del sujeto por ajustarse a los cambios de la pubertad, con el fin de obtener un yo estable y lograr la organización de los impulsos avanzando hacia la primacía genital, dejando atrás las fijaciones edípicas (Henríquez, 2010).

Desde una perspectiva más psicodinámica, Anna Freud (citada por Aberastury, 1989), enfatiza la importancia que tiene la adolescencia en la formación del carácter del sujeto; en esta etapa la armonía que alcanzan las pulsiones en la etapa de latencia se destruye al aparecer la pubertad lo cual produce un disputa entre el ello y el yo, lo que a su

vez genera una modificación de los instintos y redistribución de las fuerzas del sujeto, es decir una amenaza en el equilibrio del sujeto logrado desde la niñez, lo cual provoca ansiedad y a su vez el desarrollo de mecanismos defensivos que son similares a los psicóticos o pueden llegar a ser muy neuróticos, llegando a provocar riesgos psicopatológicos para el adolescente. (Henríquez, 2010).

Teniendo en cuenta lo anterior, Anna Freud, (citada por Aberastury, 1989, p.9) plantea la dificultad que se encuentra a la hora de señalar el límite entre lo normal y lo patológico en la adolescencia, debido a la conmoción propia de este periodo de la vida la cual considera normal, concluyendo que la presencia de equilibrio estable durante el proceso adolescente sería algo completamente anormal.

La adolescencia implica una gran transformación no solo a nivel físico sino también a nivel psicológico, donde se deben dejar de lado formas de pensamiento y actuación propias de la etapa infantil. La construcción de la identidad constituye un punto de gran relevancia dentro del periodo de la adolescencia Erikson, (citado por Carrizo, 2011, p.12), partiendo de la premisa de que la adolescencia es una etapa de grandes vicisitudes, se presenta una “crisis de identidad”.

### **6.3.1 Etapas**

Carvajal (1993), plantea el abordaje de la adolescencia desde sus conductas y manifestaciones, tomadas como un grupo de fenómenos que aparecen en un momento determinado del ciclo vital, que tienen un proceso y desarrollo hasta su “desaparición

parcial” para dar paso al grupo de fenómenos propios de la adultez. La adolescencia entonces es descrita a partir de etapas como el entrecruzamiento de conductas con una esencia lógica que agrupan los fenómenos de manera consecutiva y crisis como aquellos comportamientos que hacen parte de las etapas, tienen una explicación teórica, atraviesan toda la adolescencia y representan situaciones críticas para el sujeto; A partir de lo dicho la adolescencia se constituye de tres etapas: puberal, nuclear y juvenil, atravesadas por tres tipos de crisis: crisis de identidad, autoridad y crisis sexual.

#### ***6.3.1.1 Etapa puberal.***

Carvajal (1993) afirma que es aquella que da inicio al proceso adolescente, se caracteriza por una ruptura masiva con los fenómenos infantiles como la dependencia e incondicionalidad así como aislamiento del mundo externo en general; coincide con los cambios físicos de la pubertad, donde el cuerpo del niño inicia su transformación que resultará en un cuerpo adulto, la inmediatez de esta no es equivalente al inicio de la adolescencia puberal.

El adolescente puede presentar pesadillas que antes no se manifestaban o ya habían desaparecido por lo que se niega a dormir solo, anudado a estas pesadillas se observa una exacerbación del miedo a la muerte, y sin embargo, pide al ambiente que no lo confundan con un niño, se ofende con los roles y actividades infantiles. Evita el contacto físico de los padres y rechaza con brusquedad el cariño de estos, la comunicación se altera, responde con monosílabos a las preguntas de los padres, confunde los afectos, es hipersensible y la sensación de confusión e incomprensión es permanente.

Según Carvajal (1993), al aislarse del mundo externo el adolescente se siente muy solo, por lo que busca establecer contacto en el mundo con alguien igual o similar a él, que reemplace el contacto que tenía con los padres con los que ha iniciado un proceso consciente e inconsciente de ruptura, en ese momento se establece una íntima amistad con un sujeto similar a él que marca un estilo nuevo de relación.

El pensamiento del adolescente pasa de ser simbólico concreto también entendido como pensamiento de juego a un pensamiento abstracto o fantasioso- audiovisual, los valores y creencias que tenía comienzan a ser cuestionadas de manera crítica, llevándolo a reflexionar e incluso dudar de que es bueno y que es malo. Pérdida temporal de la atención y concentración, aumento de la introspección y autoobservación, disminución de la motricidad útil, fallo del aprendizaje debido a la interrupción de sus funciones, sensación de lentitud y torpeza, pérdida de interés por todo lo escolar, manifestación de apatía, pereza y olvido, todo lo anterior es conceptualizado por Carvajal (1993) como “síndrome de estupidización”.

#### ***6.3.1.2 Etapa nuclear.***

Según Carvajal (1993) se le llama nuclear debido al nacimiento de múltiples fenómenos centrales en la adolescencia y una gran importancia a todo lo grupal como núcleo que ayuda a conformar el adolescente. En esta etapa el grupo de pares emerge como un aspecto primordial para el adolescente, pues se constituye como el núcleo de la actividad psicológica y cohesionador del sí mismo, además de ser el centro de sus intereses, donde

todas sus sensaciones y pensamientos se organizan alrededor de lo que piensen, digan u opinen los pares.

El adolescente tiene una necesidad compulsiva de compartirlo todo con el grupo de pares que se forma a partir de la reunión de los íntimos amigos, donde se dan rivalidades y a su vez búsqueda de preferencia e incluso liderazgo, se le da una marcada importancia a todo comentario dudoso o chisme, además de hacer todo lo posible por no ser rechazado y ser incluido en todas las actividades grupales. El adolescente desarrolla un código de comportamiento acorde con el grupo en el que se crean castigos y recompensas basados en el comportamiento dentro y con el grupo.

El adolescente necesita ser diferente y se opone al modelo social en el que vive, sigue todo lo distinto y opuesto a lo tradicional, Carvajal (1993) llama a esto la necesidad creativa original que se anuda a la necesidad de romper con la norma produciendo comportamientos que provocan molestia en los adultos. En cuanto a las relaciones, el adolescente empieza a tener amistades profundas donde se cambia al amigo íntimo del mismo sexo por uno del sexo opuesto; la atracción del sexo contrario es intensa, marcada por temores y fantasías homosexuales que rechaza, es un periodo de lucha afectiva, angustia y confusión, sin embargo la búsqueda del sexo opuesto es ambivalente donde el adolescente idealiza al otro desarrollando lo que se conoce como “amor platónico”.

Carvajal (1993) afirma que se puede observar de manera muy llamativa en esta etapa una marcada oposición del adolescente a todo símbolo de autoridad, desarrollando

con el grupo de pares un modelo antiadulto desafiante en el que se presenta una rebelión contra toda norma existente generando enfrentamientos con la autoridad.

En esta etapa se manifiesta una moda cambiante en el adolescente, en la que nada dura mucho tiempo a menos que sea un aspecto definitivo para la composición de la identidad, esto se anuda a un pensamiento moralista y filosófico en el que el adolescente expresa importancia por la personalidad y carácter que se relaciona con la madurez que defiende rechazando todo lo que considera infantil aunque de fondo aún tenga un comportamiento inmaduro, sin embargo en este momento surge de manera lenta una autocrítica e intento por entender su comportamiento; el adolescente se encuentra en una búsqueda confusa de pasatiempos como: trabajar, autoabastecerse, ser independiente, vivir para él y sus amigos o conseguir dinero fácil, Carvajal (1993) señala que en este momento es ideal la presencia firme de al menos una de las figuras parentales que contenga y salve del caos al adolescente, pues la aventura que representa esta etapa puede llevarlo a situaciones límite como borracheras, escándalos desafiantes, hurto de vehículos familiares, abuso de drogas, promiscuidad y embarazo irresponsable, por lo tanto es de gran importancia que el padre como figura que impone la norma sirva como un guía para el adolescente, reafirmando la norma y llevándolo a un proceso identificatorio.

### ***6.3.1.3 Etapa juvenil.***

De acuerdo con Carvajal (1993), esta etapa se concibe como un periodo transicional del modelo adolescente a un modelo de comportamiento similar al adulto, es decir es un periodo que sirve de puerta de entrada a la juventud entendiéndose ésta como el inicio de la

adulter; caracterizada principalmente por una ruptura paulatina que hace el adolescente de las relaciones con el grupo mediante diversos fenómenos como: adquirir un empleo, ingresar a la universidad, finalizar el bachillerato o un matrimonio temprano, esto con el fin de buscar mayores condiciones de independencia.

El adolescente pasa de tener un sí mismo compartido a un sí mismo independiente, que rompe con la tendencia de depender bien sea de los padres, el amigo íntimo o el grupo, la individualización lo hace sentir enriquecido y a su vez le permite tener una vivencia no impositiva de la adultez de modo que disminuye su rebelión y oposición a los adultos, llevando a que se mimetice con ellos. Según Carvajal (1993) en cuanto a las relaciones, el adolescente pasa a tener noviazgos mucho más estables y permanentes, en los que se presenta la fantasía del matrimonio y tener hijos, además de buscar ser aceptado en la familia de su pareja; sin embargo, aún hay enamoramiento e idealización del otro que se manifiestan en tendencias posesivas, celotípicas y una cierta necesidad de exhibir a su pareja.

Se puede observar preocupación por acontecimientos sociales, comienza a considerarse como un ciudadano activo que respeta el juego social y sus reglas, tiende a rechazar todo lo que vaya en contra de la norma, defiende y muestra cierta rigidez ante los patrones adultos. Carvajal (1993) resalta que la búsqueda de la pareja se presenta como una necesidad de compañía para la vida en general, y la ausencia de pareja los afecta volviéndolo solitario, amargado y algunas veces deprimido, pues la pareja representa la completud afectiva que requiere. Por último, Carvajal afirma que el ingreso a la adultez se da cuando hay una ruptura total de la dependencia infantil, el joven abandona el hogar y es

capaz de autoabastecerse permitiéndole un mayor acercamiento a su pareja lo cual le posibilita pensar con mayor detenimiento la idea de tener hijos.

#### **6.4. Duelo**

El duelo en tanto concepto conserva una multiplicidad de significados, etimológicamente se asocia a dos expresiones latinas “*dolus*” y “*duellum*”, la primera de estas significa dolor que a su vez proviene del latín “*dolere*” (doler) y su derivado “*doloris*” (doliente, doloroso, dolido, adolecer, condoler e indolente), en tanto que “*duellum*” tiene como significado guerra, combate o desafío (Tizón, 2004).

A lo largo de la historia, el duelo se ha relacionado con las maneras de afrontar la muerte y a su vez con los rituales como signos de humanización que permiten poner un límite al dolor de la pérdida. La conceptualización inicial del duelo fue propuesta como un fenómeno de atenuación progresiva del dolor provocada por la muerte del ser querido donde el paso del tiempo es visto como un único remedio, posterior a dicha definición surgen los desarrollos del psicoanálisis, con mayor precisión Freud, quien plantea dicho concepto en su obra “duelo y melancolía”, definiendo este como la reacción a la pérdida de un ser amado o de una abstracción equivalente, que implica un estado de ánimo doloroso, desinterés por el mundo exterior, incapacidad de elegir un nuevo objeto de amor y alejamiento de todo aquello no relacionado con la memoria del ser querido (Freud, citado por Díaz, 2003).

Con el advenimiento de la obra de Lindermann hacia 1944, surge un nuevo sentido para el duelo, entendiendo este como un síndrome caracterizado por malestar somático, preocupación por la imagen del fallecido, culpa, agresión y alteración de la conducta; el psiquiatra George Engel, pionero del modelo biopsicosocial hace una crítica de Lindermann y plantea su tesis acerca del duelo como una desviación del estado de salud y bienestar que implica un periodo de tiempo en el que se recupera un cierto equilibrio homeostático, ya que la pérdida de un ser amado es equivalente a una herida o quemadura grave (Engel, citado por Worden, 2004). Hacia la década de 1980-1990 los trabajos de Bowlby sobre la teoría del apego, dan luces de mayor precisión para el duelo, en tanto que su planteamiento apunta a la similitud de las reacciones de pérdida pertenecientes a la lactancia y la infancia temprana con las reacciones de pérdida y duelo patológico en adultos. En la época actual el duelo desde la perspectiva de Worden (2004) hace referencia a la experiencia de la persona que ha perdido un ser querido.

Las pérdidas son inevitables, dolorosas y hacen parte natural de la vida; producen sentimientos de desamparo, vulnerabilidad y despojo de las posesiones más valoradas. A pesar de esto, estamos abocados a experimentar durante toda nuestra vida diversos tipos de pérdidas que hacen parte de nuestra historia de vida y las herramientas para afrontarlas van configurando nuestra personalidad (Fonnegra, 2006).

Las circunstancias de la pérdida a veces modifican de manera radical como se manifiestan los momentos posteriores a la pérdida, es decir las tareas de elaboración del duelo, las cuales permiten integrar la experiencia personal de la pérdida en el mundo

interno (Tizón, 2013). El tipo de pérdida determinará las características del trabajo de duelo, dando unos matices diferentes en cada caso.

#### **6.4.1 Etapas del trabajo de duelo.**

El proceso de duelo es complejo tanto a nivel emocional, como a nivel cognitivo, pues “consiste básicamente en una “remodelación de los modelos representacionales internos”, a fin de adaptarlos a los cambios producidos por la pérdida o ausencia.” (Tizón, 2013, p.146)

Si bien, las etapas, fases o momentos del duelo han sido conceptualizadas exhaustivamente por diversos autores como Sigmund Freud, William Worden, Isa Fonnegra, Elisabeth Kubler-Ross, Therese Rando y el mismo John Bowlby (tanto en teorías descriptivas como comprensivas), retomaremos principalmente los planteamientos de este último, debido a su interés por enfocar su modelo al fallecimiento de un familiar, y a su vez teniendo en cuenta la perspectiva teórica en la que se basa esta investigación.

Worden (2004), es el encargado de sintetizar la Teoría Interpersonal del Duelo planteada por Bowlby, que se apoya en la teoría del apego, la cual básicamente plantea la tendencia de los seres humanos a la proximidad con el otro y a su vez la necesidad biológica de crear vínculos afectivos desde una edad temprana con personas específicas, buscando seguridad y protección; Bowlby plantea que dichos vínculos tienen un valor de supervivencia que conlleva a cierta perdurabilidad durante el ciclo vital.

Teniendo en cuenta que la conducta de apego se dirige a crear y mantener un vínculo afectivo, las potenciales situaciones en las que el vínculo se ve amenazado provocan en el sujeto una serie de reacciones específicas que buscan evitar la pérdida del mismo y la separación de la figura de apego, cuando son exitosas el estrés y el malestar en el sujeto desaparece y se restablece el vínculo, en el caso contrario el sujeto pone en marcha una serie de respuestas respecto a la separación, por lo tanto Bowlby plantea el duelo como una serie de respuestas a la separación del objeto perdido, con quien el individuo tenía un vínculo afectivo. Dichas respuestas se constituyen en un esquema conocido como la tríada de la pérdida afectiva compuesta por tres tipos de respuestas a la separación: protesta, desesperanza y desapego, las cuales se enlazan a las fases del duelo planteadas por Bowlby: *1. aturdimiento o shock, 2. anhelo y búsqueda del objeto perdido, 3. desesperación y desorganización y, 4. la fase de reorganización.* (Sánchez y Osorio, 2007).

#### ***6.4.1.1 Aturdimiento o shock.***

Tizón (2013) citando a Bowlby, afirma que esta fase puede durar entre algunas horas y hasta una semana, y puede verse interrumpida por momentos de tristeza e ira intensas. Se caracteriza por manifestaciones de incredulidad embotamiento afectivo o intelectual; la persona en duelo se siente aturdida, incapaz de pensar, de organizarse, de aceptar la pérdida, de entender cómo ha pasado, de afrontar el futuro y de organizar sus pensamientos y conductas. Podemos decir que en esta etapa el proceso de duelo todavía no ha comenzado.

#### ***6.4.1.2 Anhelo y búsqueda de objetos.***

Dura generalmente unos meses. La pérdida comienza a ser aceptada, lo que conlleva en intensa nostalgia, llanto, miedo, sensación de abandono, deseo de reunirse con el fallecido; hay manifestaciones de rebeldía contra la naturaleza o los dioses, o acusaciones contra posibles implicados que facilitaron o adelantaron la pérdida (Tizón, 2013).

Según Montuori (2013), el doliente se muestra hipervigilante al entorno, con la esperanza de encontrar señales que indiquen el retorno del fallecido, siendo conscientes de que dicha búsqueda es en vano. Hay inquietud, insomnio y la energía se enfoca en los recuerdos de la persona perdida, dando lugar al reproche hacia el fallecido y hacia sí mismo. La relación con la persona perdida continúa ocupando un lugar de primacía, pues la persona oscila entre la aceptación y la incredulidad de la pérdida. Los objetos pertenecientes al fallecido suelen ser atesorados, con la consciencia de que es necesario deshacerse de estos recuerdos. Hay una sensación de confusión, pues se perdió a la persona a la cual el sujeto recurría en diversos momentos de su cotidianidad.

#### ***6.4.1.3 Desesperación y desorganización.***

Esta fase no tiene una duración claramente definida. Aquí, el sujeto ya es consciente que la pérdida ha ocurrido y que es irreversible, lo que conlleva a la manifestación de tristeza, apatía y desgano. La sensación de soledad es muy intensa, y la relación afectiva con la persona perdida no puede seguir igual.

#### **6.4.1.4 Reorganización.**

Hace referencia a la adaptación del sujeto a la pérdida concreta. Es una fase que puede llevar varios años, con avances o retrocesos; siempre haya la evidencia de que se está transitando por la etapa. La energía no está totalmente enfocada a la experiencia de pérdida, es decir a los pensamientos y sentimientos relacionados con ella. La vida vuelve a tener un significado, donde el sujeto empieza a recuperar su capacidad para disfrutar y sentir placer, se empieza a disminuir la culpa por seguir vivo, y hay una liberación paulatina del dolor y la angustia. El sujeto recupera la capacidad de planificar su futuro. Montuori (2013), señala al respecto que:

Las viejas pautas de conducta, especialmente las relacionadas con el ser perdido dejan de tener sentido. En la etapa de reorganización no se trata de romper totalmente el vínculo con la persona fallecida, sino de modificarlo de acuerdo a la realidad, tomando en cuenta que si bien ya no está en el afuera, sí puede permanecer en la memoria, actuando como un compañero valioso a nivel de las representaciones mentales. (p.14)

#### **6.4.2 Tareas del proceso de duelo.**

El origen de las tareas del duelo se da a partir del modelo planteado por Worden (2004) en el que hace una crítica a los modelos de Bowlby y Parkes debido a una cierta pasividad en las fases o etapas del proceso de duelo que debe atravesar el sujeto, mientras que el concepto de tareas que plantea se anuda a la concepción Freudiana del duelo como un trabajo que implica que el sujeto desempeñe un papel activo en su proceso, que le permite a

su vez tener esperanza de que puede hacer algo para sentirse mejor, teniendo en cuenta también que elaborar un duelo lleva tiempo.

Las tareas del duelo planteadas por Worden (2004) son similares a las tareas del ciclo vital del sujeto, las cuales permiten su crecimiento y desarrollo, haciendo la salvedad de que si una tarea no se completa en un determinado nivel, la adaptación y el crecimiento del sujeto se ven afectados al intentar realizar tareas de niveles con mayor complejidad; completar las tareas resulta ser esencial para poder dar un cierre al trabajo de duelo del sujeto, teniendo en cuenta que estas no siguen un orden específico y que pueden abordarse de manera simultánea, ya que el duelo no es un estado sino como bien hemos afirmado un proceso que fluye de diversas formas y que requiere un gran esfuerzo del sujeto para reestructurar los pensamientos sobre la persona que ha perdido, al igual que afrontar la experiencia de pérdida y el cambio que ésta hace en su mundo.

Utilizando la analogía planteada por George Engel del duelo como un proceso curativo, Worden (2004) aclara que es posible que el sujeto realice algunas de las tareas pero no otras lo que conlleva a que tenga un duelo incompleto tal como una curación incompleta de una herida; para comprender mejor los detalles y compromisos que requiere cada tarea, se pretende describirlas a continuación teniendo en cuenta el orden tentativo con el que las plantea Worden en su modelo: 1. Aceptar la realidad de la pérdida, 2. Trabajar las emociones y el dolor de la pérdida, 3. Adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente y por último, 4. Recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo.

#### ***6.4.2.1 Aceptar la realidad de la pérdida.***

En esta tarea el sujeto debe afrontar la realidad de que la persona que ha perdido está muerta, se ha ido y no podrá volver, asumiendo que un reencuentro no es posible al menos en la realidad actual; Worden (2004) afirma que esta tarea puede estar relacionada con la etapa de anhelo y búsqueda del objeto propuesta en el modelo de Bowlby, donde el sujeto puede llamar a la persona en voz alta y confundirla con otras personas de su entorno.

El sujeto puede quedarse bloqueado en esta tarea de acuerdo al grado de negación que manifieste, la cual puede fluctuar entre una ligera distorsión como ver al fallecido personificado en otra persona allegada, lo cual amortigua la intensidad de la pérdida y dificulta la aceptación de la realidad de la misma a un engaño total en el que el sujeto no acepta que la muerte es real conservando las posesiones del fallecido en el mismo estado en que las dejó, a la espera de que vuelva en cualquier momento; otras forma de negar la realidad de la pérdida es restándole significado a la relación con el fallecido y desechando los artículos personales, así como acudir a sesiones de espiritismo esperando lograr comunicarse y reunirse con el fallecido.

Aceptar la realidad de la pérdida es una tarea que requiere tiempo, pues el sujeto debe llegar no solo a aceptar la pérdida de manera intelectual sino también emocional, puede que sea consciente de la pérdida pero emocionalmente hablando es posible que no haya aceptado la información intelectual como verdadera, es normal que durante dicha aceptación el sujeto se encuentre en una ambivalencia intermitente de creencia e

incredulidad; los rituales funerarios pueden ayudar al sujeto a llegar a completar la tarea, ya que permiten simbolizar la pérdida, al igual que aceptarla emocionalmente hablando.

#### ***6.4.2.2 Trabajar las emociones y el dolor de la pérdida.***

Toda pérdida produce dolor pues el sujeto se siente abandonado, traicionado y desgarrado por el otro, Worden (2004) afirma que es necesario reconocer y trabajar este dolor que puede variar en intensidad y forma de manifestación (Síntomas o conductas disfuncionales), ya que el sujeto que acaba de perder a una persona querida no está listo para afrontar la fuerza y naturaleza de las emociones que surgen como efecto de dicha pérdida.

Llegar a completar esta tarea con éxito tiene dificultades ya que la sociedad con mucha frecuencia se muestra incómoda con las manifestaciones de dolor y tristeza, las cuales también estigmatiza, de modo que bloquea la expresión de las mismas a través de afirmaciones sutiles provenientes de personas cercanas al sujeto en duelo que ayudan a las defensas del sujeto llevándolo a negar la necesidad de expresar todas las emociones y sentimientos que produce la pérdida en sí misma, en conclusión negando la tarea y evitando sentir.

Otras formas de negar la realización de esta tarea son: la evitación de pensamientos y recuerdos dolorosos relacionados con la persona fallecida, estimulando sólo los pensamientos y recuerdos agradables, llevando a una posterior idealización de la persona fallecida, la realización de viajes constantes buscando sentirse mejor en otro lugar, por

último el uso de drogas y alcohol que evitan que el sujeto sienta la molestia que producen el dolor y la tristeza de la pérdida.

Completar esta tarea implica que el sujeto se permita sentir el dolor y expresarlo, teniendo en cuenta que el dolor y la tristeza no son las emociones exclusivas del duelo, pues como bien lo aclara Worden (2004) también se presentan otros sentimientos y emociones asociados a la pérdida como la ira, angustia, culpa y soledad las cuales también deben procesarse; si la tarea no se completa adecuadamente es necesario que el sujeto acuda a terapia para retroceder y trabajar el dolor que evitó en su momento.

#### ***6.4.2.3 Adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente.***

Para realizar esta tarea Worden (2004) plantea tres áreas de adaptación que deben trabajarse con el sujeto que ha sufrido la pérdida: adaptaciones externas, adaptaciones internas y adaptaciones espirituales; las adaptaciones externas se refieren a la influencia de la muerte en las actuaciones en la vida cotidiana del sujeto, las adaptaciones internas son aquellas en las que se aborda la influencia de la muerte en autoimagen del sujeto y por último las adaptaciones espirituales abordan la influencia de la muerte en las creencias y valores del mundo que tiene el sujeto.

Worden (2004) afirma que las adaptaciones externas son diversas pues dependen de factores como la relación que el sujeto tenía con la persona fallecida y los roles que ésta desempeñaba, el sujeto no es consciente de los roles que tenía el fallecido sino hasta unos meses posteriores a la pérdida y algunas veces el hacer consciente esto produce cierta

molestia en el sujeto, que se enoja por tener que desarrollar nuevas habilidades y roles que no le correspondían a él.

Según Worden (2004) las adaptaciones internas se anudan a las externas, pues el sujeto no solo debe adaptarse a la pérdida de los roles y la adquisición de nuevos sino que también debe adaptarse al nuevo sentido que tiene de sí mismo posterior a la pérdida, es decir la definición que tiene de sí mismo, su amor propio y su sensación de eficacia personal relacionada con tener cierto control de lo que sucede, ya que el duelo no sólo implica perder al otro sino sentir la pérdida del sí mismo, donde el sujeto puede percibirse incapaz, inútil e incluso en quiebra; realizar una adecuada adaptación interna se resume en reaprender el mundo tras la muerte centrándose en el impacto que ésta produce en la identidad del sujeto, llevándolo a preguntarse a sí mismo ¿Quién soy ahora?.

Worden (2004), sigue los planteamientos de Neimeyer y Ramírez (2002) quienes afirman que la muerte puede sacudir los supuestos del mundo que tiene el sujeto, al igual que cuestionar los valores fundamentales de la vida, las creencias influidas por la familia, los pares, la educación, la religión y experiencias vitales, en pocas palabras el sujeto siente que perdió la dirección en su vida y pone en duda tres supuestos básicos: que el mundo es un lugar benévolo, el mundo tiene sentido y que el mismo es importante. Una adaptación adecuada en esta área implica que el sujeto busque significado y cambie aspectos de su vida para darle sentido a la pérdida y recuperar cierto control. Ésta tarea se ve bloqueada cuando el sujeto lucha contra sí mismo generando más impotencia, frenando el desarrollo de habilidades adaptativas y aislándose del mundo, no asumiendo las exigencias del entorno.

#### ***6.4.2.4 Recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo.***

Es de importancia resaltar que Worden (2004) nombró esta tarea de diversas formas en sus trabajos anteriores, sin embargo buscando siempre resaltar el principal compromiso del sujeto en ésta tarea que implica encontrar un lugar para la persona fallecida que le permita al sujeto seguir vinculado con ella y recordarla sin que esto le impida continuar su vida al igual que tampoco provoque perturbación alguna en su vida emocional.

Según Worden (2004) esta tarea es la más difícil de completar, debido a la posibilidad de que el sujeto se quede manteniendo el apego que tenía a la persona fallecida sin transformarlo o generar un apego nuevo, así como es posible que la pérdida sea tan dolorosa para el sujeto que decida comprometerse consigo mismo para no volver a querer nunca; cuando el sujeto se queda bloqueado en esta tarea y pasa un tiempo considerable, al retomarla se da cuenta que su vida se quedó en pausa cuando se produjo la pérdida.

## **7. Metodología.**

### **7.1 Tipo de investigación**

Este estudio fue diseñado desde una metodología cualitativa, ya que en este tipo de investigación cobra gran importancia la narración de las experiencias subjetivas de los participantes. Desde esta perspectiva, la investigación cualitativa tiene una visión holística de las experiencias de los sujetos, es decir, intenta el abordaje de la totalidad de las vivencias de los sujetos en el propio contexto en el que estas ocurren. Este tipo de análisis, permite al investigador desarrollar preguntas durante todo el proceso investigativo, mediante un procedimiento inductivo, donde el estudio del fenómeno va desde lo particular a lo general, con el fin de explorar y describir para generar perspectivas teóricas, teniendo en cuenta el desarrollo natural del fenómeno, sin estimular ni manipular su realidad. Así mismo, la fundamentación de este enfoque se encuentra en una perspectiva interpretativa que se orienta hacia la comprensión del significado del accionar del ser humano en su realidad, que está marcada por la subjetividad de cada individuo y es la principal fuente de datos del investigador (Sampieri, Collado, Lucio y Pérez, 2014). Por consiguiente, se quiso utilizar un tipo de investigación con una metodología alternativa (para algunos), complementaria (para otros) que, en cualquier caso, pueda ayudar a descifrar una mayor cantidad de dimensiones y significados de la compleja realidad del ser humano, y que en este caso encierra aspectos tan complejos como la pérdida de algo significativo y los cambios que genera ésta a un ciclo definitivo como es la adolescencia.

Teniendo en cuenta lo anterior, el enfoque que encaminó esta investigación es el del fenomenológico-hermenéutico, que es ante todo descriptivo y no se rige por diseño

preestablecido, sino por un conjunto de actividades de naturaleza empírica y reflexiva, donde el investigador está interesado primordialmente en el estudio del significado esencial del fenómeno, en este caso el duelo, así como por el sentido y la importancia que tiene éste para los adolescentes participantes de la investigación. Los métodos empíricos se orientan a la recogida de material experiencial o de la experiencia vivida, mediante la entrevista conversacional, por ejemplo; y los reflexivos dan cuenta del análisis que hace el investigador de la narración de los sujetos mediante reflexiones temáticas en torno al tema (Van Manen, 2003). En otras palabras, la fenomenología hermenéutica, como enfoque descriptivo/compreensivo de los fenómenos, permite investigar con un mayor acercamiento a los participantes del estudio, así como indagar buscando en las propias palabras de las personas lo que realmente sienten, tomando en consideración la percepción particular que cada uno tiene. Lo que siente, lo que vive y lo que piensa el participante en el estudio, es decir, su yo interno, es muy importante.. Los datos aportados por ellos, permiten identificar categorías y subcategorías y poder así, develar el significado que le dieron a su realidad, a través de una concepción holística, enmarcada dentro de sus propias vivencias.

Con el ánimo de lograr las metas propuestas en esta investigación, se utilizó un planteamiento investigativo en el que se hizo posible el encuentro directo con los adolescentes que perdieron a una de sus figuras parentales. Así, se le dio mayor prevalencia al diálogo entre los investigadores y los participantes, para promover en ellos la expresión de las narraciones que dieran cuenta de los sentimientos y sentidos que encierra la muerte de una figura significativa como es la del padre, la madre o quien haya hecho las veces de estos, pudiendo conocer de una manera más profunda la experiencia de ellos enfrentando la

muerte de un ser amado en la adolescencia, sumado a los múltiples cambios que esta etapa evolutiva exige y la complejidad que suma pasar por un duelo.

## **7.2 Procedimiento**

Previo al inicio trabajo de campo se realizó la construcción de una entrevista semiestructurada con guion temático, que dio lugar a las categorías para el análisis de la información y se estableció la técnica de relato de vida, como mecanismo de triangulación de la información.

Una vez se establecieron los instrumentos de recolección de datos, se procedió al contacto con las instituciones que atienden a adolescentes en duelo, que en este caso son la Unidad de Duelo de la Funeraria San Vicente, el Grupo de Arteterapia del Museo Cementerio San Pedro y la Fundación Social Humanitaria Proyecto de vida con el objetivo de dar a conocer la investigación, realizar la convocatoria necesaria y lograr la participación en el estudio de los adolescentes en duelo.

## **7.3 Muestreo**

En primer lugar, se estableció contacto con la Unidad de Duelo de la Funeraria San Vicente y el Grupo de Arteterapia del Museo Cementerio San Pedro para realizar un primer muestreo, sin embargo, ambas instituciones se negaron a permitir la realización de una convocatoria justificando que los criterios de selección establecidos no cumplían con los adolescentes que hacían parte de ambas instituciones, es por ello que se realizó otro rastreo en la Fundación Social Humanitaria Proyecto de Vida y mediante el voz a voz con diversas

personas, se lograron contactar cuatro adolescentes que habían perdido una figura parental en un periodo de tiempo de seis a 24 meses

En segundo lugar, se llevó a cabo el primer encuentro con los adolescentes y sus padres de familia ya que todos son menores de edad, en este fueron informados acerca de los objetivos de la investigación, se resolvieron dudas e inquietudes respecto a esto y se logró verificar la disposición que tenían los adolescentes para hacer parte de esta, asimismo se indicaron los pasos a seguir, es decir, la cantidad de encuentros a realizar y el objetivo de cada uno de ellos. En un segundo encuentro, con los adolescentes y sus padres de familia o acudientes se realizó la lectura y firma del consentimiento y asentimiento informado teniendo presentes los principios de confidencialidad, voluntariedad, y anonimato, asimismo se procedió a aplicar el Cuestionario de Salud General De Goldberg -GHQ28, con el propósito de valorar el estado de salud emocional actual de los adolescentes para evaluar la pertinencia de su continuidad en la investigación.

Durante el proceso de recolección de información se diseñó y ejecutó de manera individual un protocolo de entrevista semiestructurada con guion temático basado en las tres categorías de análisis que dieron lugar a cinco núcleos temáticos: la vivencia de la pérdida en el adolescente, cambios en la vida del adolescente a partir de la pérdida, capacidades y recursos de afrontamiento frente a la pérdida, red de apoyo y significados asociados a la pérdida. Estas entrevistas fueron grabadas en audio y transcritas para posteriormente ser codificadas y analizadas.

Una vez finalizada la realización de las entrevistas, se entregó a los adolescentes una serie de indicaciones para realizar un relato de vida, encaminado hacia algunos aspectos de la experiencia de la pérdida que fueran significativos para ellos y/o aquello que quisieran expresar por escrito a la figura parental perdida, asimismo se les explicó que su extensión era libre, se les asignó dos semanas como tiempo para realizarlo y entregarlo; los relatos de vida tuvieron como objetivo explorar y profundizar en otras dimensiones de la experiencia de pérdida de los adolescentes, asimismo el relato de vida sirvió como herramienta de triangulación de la información recolectada.

#### 7.4 Categorías de análisis

Tabla 1

*Criterios de selección.*

Inclusión	Exclusión	No son criterios de selección
Adolescentes entre los 14 y 17 años de edad	Adolescentes menores de 14 años y mayores de 17 años.	El lugar de residencia de los adolescentes.
Que hayan perdido una figura parental en un periodo de tiempo mayor a seis meses y no superior a dos años.	La pérdida haya ocurrido en un periodo de tiempo menor a seis meses y mayor a dos años	El vínculo consanguíneo con el fallecido.
Que al momento de la pérdida estuvieran viviendo con la figura parental fallecida.	No hubiera convivencia reciente con el fallecido.	

Participación voluntaria en el estudio

Adolescentes con diagnósticos psicológicos y psiquiátricos

Tabla 2

*Adolescentes participantes.*

<b>Pseudónimo</b>	<b>Edad del adolescente</b>	<b>Figura parental perdida</b>	<b>Tiempo transcurrido desde la pérdida</b>
Yeison	17 años	Padre	12 meses
Sebastián	15 años	Padre	18 meses
Ana María	16 años	Madre	24 meses
Sara	15 años	Abuelo	24 meses

## 7.5 Técnicas de recolección de datos

### 7.5.1 Entrevista narrativa con guion temático.

La entrevista, según Canales (2006) se define como “la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio, a fin de obtener respuestas verbales a las interrogantes planteadas sobre el problema propuesto”. Por lo tanto, se hace útil en este proceso por ser una herramienta eficaz para la recolección de la información a la que haya lugar, la entrevista en la investigación cualitativa, independientemente del modelo que

se decida emplear, se caracteriza por los siguientes elementos: tiene como propósito obtener información en relación con un tema determinado; se busca que la información recabada sea lo más precisa posible; se pretende conseguir los significados que los informantes atribuyen a los temas en cuestión; el entrevistador debe mantener una actitud activa durante el desarrollo de la entrevista, en la que la interpretación sea continua con la finalidad de obtener una comprensión profunda del discurso del entrevistado.

La entrevista semiestructurada tiene características definidas, tales como tener una serie de preguntas agrupadas por categorías, con base en los objetivos de la investigación y en la literatura sobre el tema, permitiéndole al entrevistado expresarse de manera libre y espontánea en cuando fuere necesario.

### **7.5.2 Relatos de vida.**

En los últimos años, las formas de investigación narrativa en el campo de las ciencias sociales han tenido un creciente interés debido a que la narración es vista como la naturaleza ontológica de la vida social y al mismo tiempo como un método o forma de conocimiento. Desde esta perspectiva, el enfoque narrativo facilita la investigación de la relación entre las acciones del individuo y la estructura social.

En este sentido el relato de vida se supone como una técnica a partir de la cual un investigador recoge la narración biográfica de un sujeto. El objetivo del relato de vida no es necesariamente la elaboración de una historia de vida (aunque sí puede serlo, sobre todo si la narración es excepcional o muy representativa del mundo real y representacional de un grupo de sujetos), sino más bien sirve como método para la obtención de información para

cualquier tipo de estudio, más aún el de contenido cualitativo. Como señala Pujadas (1992) “los relatos de vida sirven para tomar contacto, ilustrar, comprender, inspirar hipótesis, sumergirse empáticamente o, incluso, para obtener visiones sistemáticas referidas a un determinado grupo social, poseen como característica primordial su carácter dinámico-diacrónico”.

La técnica del relato de vida tiene un componente que la hace fiel a la tradición hermenéutica: sitúa al investigador en una óptica en la que además de conocer el punto de vista del informante y da ocasión además de que pueda comprenderlo; es decir, le permite ponerse en su lugar. Es una técnica de recogida de información que permite obtener una importante riqueza de matices, detalles, ironías, dudas y certezas, etc., sobre el modo como un sujeto interpreta, construye y reconstruye su ambiente sociocultural, su contexto vivencial, la realidad objetiva y subjetiva que le rodea, o un suceso natural como lo es la pérdida de un ser querido.

## **7.6 Consideraciones éticas**

Inicialmente, es importante aclarar que en vista de que los adolescentes participantes del estudio son menores de edad, se realizaron dos documentos: un consentimiento informado que firmaron tanto padres como adolescentes y un asentimiento informado que firmaron los adolescentes; ambos documentos tuvieron presente los siguientes aspectos:

### **7.6.1 Confidencialidad y anonimato.**

Los adolescentes y sus acudientes fueron informados de que solo los miembros del equipo de investigación tendrían acceso a la información que ellos entregaran, de igual forma, se garantizó que sus datos personales no serían divulgados a través de ningún medio, asimismo se explicó a los adolescentes que en caso de utilizar alguna información obtenida a partir de los instrumentos utilizados se recurriría a un pseudónimo.

### **7.6.2 Voluntariedad.**

Este aspecto fue uno de los criterios de inclusión para participar en el estudio, sin embargo, se explicó a los adolescentes que si deseaban retirarse por cualquier motivo en cualquier momento del estudio lo podían expresar y hacer sin tener que entregar explicaciones.

### **7.6.3 Objetivo y metodología del estudio.**

Los adolescentes como sus acudientes estuvieron al tanto del propósito del estudio y la metodología de este, es decir, la cantidad de encuentros a realizar con los adolescentes y los instrumentos a utilizar.

### **7.6.4 Acceso a acompañamiento psicoterapéutico.**

Se explicó a los acudientes y adolescentes que en caso de notar alguna afectación emocional causada por alguno de los instrumentos utilizados durante cualquier momento del estudio, se activaría de inmediato una ruta de atención que implicaba la compañía de

uno de los miembros del equipo de investigación a una institución que prestara acompañamiento psicoterapéutico con el fin de atender dicha afectación emocional y evitar la aparición de otras o el incremento de la misma, dicha compañía a la institución implicaba: cumplimiento de requisitos para el acceso a la atención, solicitud de cita y acompañamiento al lugar el día de la cita.

#### **7.6.5 Devolución de resultados.**

Se informó a los adolescentes y acudientes que al finalizar el estudio se llevará a cabo una socialización de los resultados del estudio, la asistencia a dicha socialización no es obligatoria.

## 8. Análisis y discusión de resultados

En la primera instancia del análisis de los resultados con la información recogida en las entrevistas se realizó un proceso de codificación axial y selectiva mediante el software Atlas-ti que permite realizar diversas tareas de análisis cualitativo como: segmentar y codificar textos, escribir comentarios y anotaciones, entre otras que permiten la construcción de una base relacional de datos, además posibilita la elaboración de redes semánticas. En el primer proceso de codificación y segmentación de las entrevistas surgieron 34 códigos que pasaron por un proceso de depuración mediante el establecimiento de relaciones y fusiones entre códigos similares, así como una nueva lectura de las entrevistas que dio lugar a 26 códigos (véase tabla 3), los cuales pasaron por un proceso de agrupamiento en tres grandes categorías: cambios asociados a la pérdida de una figura parental, estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental y significados asociados a la pérdida de una figura parental.

Tabla 3

*Códigos y frecuencia de aparición en los relatos*

<b>Código</b>	<b>Frecuencia de aparición</b>	<b>Categoría</b>
Cambios en la dinámica familiar posterior a la pérdida.	17	Cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental

Pérdidas asociadas a la muerte de la figura parental	17	Cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental
Apoyo familiar para el afrontamiento	14	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental
Efectos de la pérdida sobre las expectativas personales	13	Cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental Significados asociados a la pérdida de una figura parental
Identificación con aspectos personales de la figura parental perdida	13	Significados asociados a la pérdida de una figura parental
Recordar momentos vividos con la figura parental perdida como recurso de afrontamiento	13	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental Significados asociados a la pérdida de una figura parental
Fantasías asociadas a la figura parental perdida.	12	Cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental Significados asociados a la pérdida de una figura parental

Cambios personales posteriores a la pérdida	11	Cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental
Apoyo de los pares del adolescente	10	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental Cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental
Apoyo social de personas cercanas a la familia	10	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental
Movilización de los propios recursos para afrontar la pérdida.	9	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental
Apoyo parental para el afrontamiento	8	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental
Representación de la figura parental perdida	8	Significados asociados a la pérdida de una figura parental
Sentidos asignados a la muerte después de la vivencia de la pérdida	8	Significados asociados a la pérdida de una figura parental
Significados asociados a la pérdida de la figura parental	8	Significados asociados a la pérdida de una figura parental
Vivencias subjetivas del proceso de pérdida.	8	Significados asociados a la pérdida de una figura parental

Aislamiento como forma de afrontamiento	7	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental
Guardar objetos de la figura parental perdida	7	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental Significados asociados a la pérdida de una figura parental
Búsqueda de reafirmación de personas significativas para la toma de decisiones	6	Cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental
Relación con la familia de la figura parental perdida	6	Cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental
Las creencias religiosas como forma de afrontamiento	5	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental
Las redes sociales como forma de afrontamiento	5	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental
Necesidad de expresión emocional para afrontar la pérdida.	5	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental
Retomar la cotidianidad como forma de afrontamiento	5	Cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental

Búsqueda de compañía como forma de afrontamiento	4	Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental
Emociones generadas por la noticia de la pérdida	4	Significados asociados a la pérdida de una figura parental

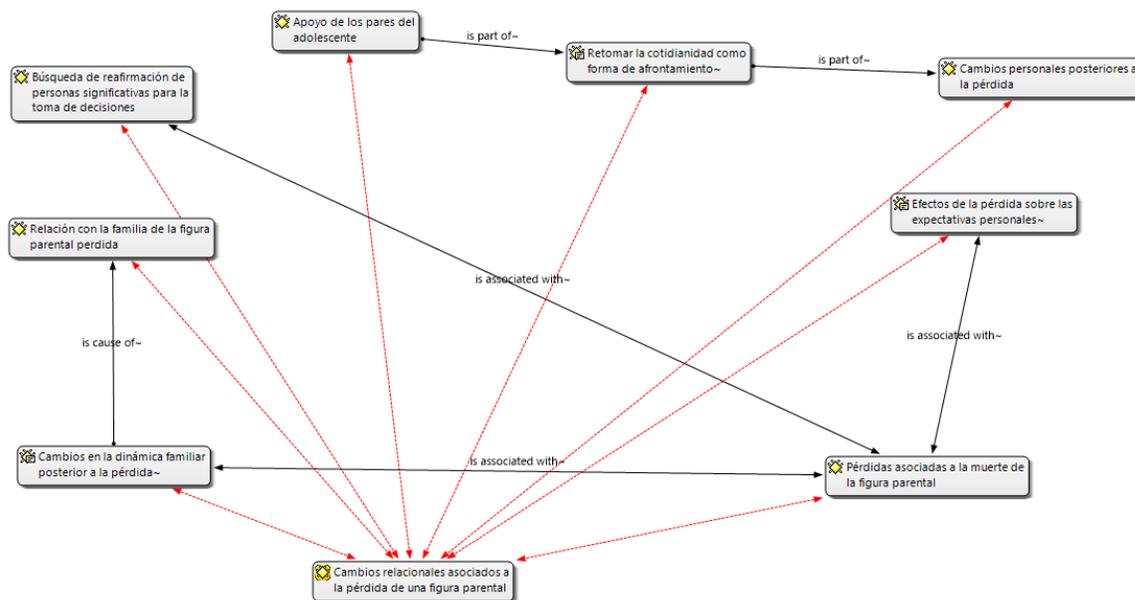
A continuación se presenta una descripción de cada categoría, los hallazgos y su respectiva discusión.

### **8.1 Cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental**

Desde los postulados de William Worden (2013), un doliente debería asumir un papel activo en la tramitación de una pérdida significativa, para lograr sobreponerse a ella. Para ello, es necesario que éste haga una transición, cumpliendo una serie de tareas, que desembocan en la comprensión de la pérdida, permitiendo al superviviente seguir vinculado con el fallecido, pero de un modo en que no le impida seguir con su vida. Por lo anterior, Worden plantea que para lograr esta resignificación es necesario pasar por una serie de cambios que implican a su vez algunas adaptaciones, que se clasifican en externas, internas y espirituales, por la naturaleza de esos cambios que suelen presentarse.

Teniendo presente que la experiencia de la pérdida de una figura parental genera en los adolescentes un conjunto de sensaciones, sentimientos, cogniciones y conductas que se traducen en una serie de cambios entendiéndose estos como una serie de procesos de adaptación y transiciones que el adolescente aplica a su entorno luego de la pérdida, se van

a exponer algunos hallazgos relevantes sobre los cambios que experimenta el adolescente en sí mismo, sus relaciones con otros y su entorno. (ver figura 1).



*Figura 1. Red semántica: cambios relacionales asociados a la pérdida de una figura parental*

Los relatos de los adolescentes plantean que la pérdida de una figura parental es un acontecimiento vital estresante que genera una serie de cambios en la percepción que tienen de sí mismos y el mundo, lo cual también afecta su proyecto de vida y las expectativas respecto al futuro; otro efecto que produce la pérdida, el cual resaltan de manera notoria desde su perspectiva es el cambio en las relaciones que tienen en su núcleo familiar y con sus amigos, pues se sienten incomprendidos y encuentran mayores diferencias con ellos llegando al punto en el que toman la decisión de acabar la relación con ese amigo o familiar, lo cual lleva a que sientan múltiples pérdidas y no solo la de su figura parental.

Esta categoría se organiza alrededor de los cambios que experimentan los adolescentes respecto a sí mismos y como estos generan otros en la relación con su entorno, familia y amigos.

En cuanto a los cambios respecto a sí mismos, Romero (2013) afirma que los adolescentes que han vivenciado la pérdida de uno de sus padres, han presentado una transformación al interior de sí mismos, especialmente en lo que tiene que ver con la conformación de su personalidad, en la manera de percibirse y de percibir al mundo. Esto concuerda con lo hallado en las entrevistas realizadas, donde una de las adolescentes identifica haberse vuelto más dura consigo misma, con los demás y haber perdido parte de su alegría y espontaneidad:

*[...] Antes era demasiado mimada, era demasiado alegre, yo le veía el positivismo a todo. Yo le daba emoción a todo, yo daba todo por todos, y ya cuando mi mamá no estuvo pues todos querían recuperar como una partecita de la relación entre nosotros, de mis amigos y todo eso [...]Ellos me decían 'Hey, ¿qué te pasa? ¿Qué le pasó a la Ana del pasado?' Y yo pues qué va a pasar, todos cambian, uno no puede quedarse en las mismas. Yo como les dije, era demasiado pendejita, y ya ahora que abrí un poco más los ojos, ya no es lo mismo, ya no veo las cosas como tan alegremente y eso creo que es lo que las personas están buscando de mí. Pero no les voy a dar eso si no lo tengo ya, entonces no sé, que busquen a otras personas que tengan esa misma emoción. (Ana María, 17 años, perdió a su madre hace 24 meses)*

Por otra parte, se observa cómo clasifican los cambios al interior de sí mismos de manera positiva o negativa, asimismo conectan estos de manera directa con su capacidad de adaptación para retomar la vida cotidiana mediante una búsqueda constante de actividades para distraerse en los momentos de alta carga emocional y aferrarse a las expectativas sobre ellos que tenía la figura parental perdida, tal como lo manifiesta uno de los adolescentes durante la entrevista:

*[...] Yo siempre he sido muy responsable entonces me parece absurdo porque las personas que les pase eso tienen que dejar como de seguir la vida, antes tiene que demostrarle a la persona que se fue como, demostrarle que sí dejó algo formado o algo formal, ¿si me entiende?. [...] (Sebastián, 15 años, perdió a su padre hace 18 meses)*

En relación a la capacidad de adaptación para retomar la vida cotidiana, se observa un cambio significativo en el rendimiento y desempeño académico de los adolescentes en el periodo temprano posterior a la pérdida de la figura parental, pues tienen dificultades de atención, ya que su psiquismo se encuentra realizando un gran esfuerzo para iniciar el trabajo de duelo, donde inicialmente los adolescentes tratan de asimilar y aceptar la pérdida, esto concuerda con los hallazgos planteados en las investigaciones realizadas por Kuntz (1991) y Romero (2010), quienes identificaron un bajo rendimiento escolar en los adolescentes debido a dificultades de concentración al momento de realizar tareas escolares, asimismo Mazaira y Gago (1999) refieren en su revisión sistemática un deterioro en el comportamiento y funcionamiento escolar de los adolescentes que han perdido a una figura parental.

Teniendo en cuenta lo anterior, también se observa un cambio en los adolescentes respecto a su capacidad para tomar decisiones, ya que durante el tiempo posterior a la pérdida son especialmente vulnerables, y en ocasiones se sienten incapaces de tomar decisiones, debido a que la figura parental que perdieron era el referente más significativo para consultar sus frustraciones y necesidades en torno a elementos tan básicos como la forma de vestir y asuntos trascendentales para sus proyectos de vida como la elección de una carrera profesional.

La adolescencia por ser una etapa de múltiples pérdidas y particularidades, donde las consecuencias de las decisiones que se toman, no son evaluadas con rigor, lo cual presenta una dificultad particular en ciertos ámbitos cuando se le suma la necesidad de elaborar un duelo por la pérdida de un padre o una madre. La toma de decisiones surge en la vida cotidiana durante diversas situaciones para todos los seres humanos, en algunas ocasiones son decisiones tomadas durante situaciones ambiguas, que traen consecuencias inciertas y poca información sobre los probables resultados, este tipo de decisiones dependen de la integridad del córtex prefrontal ventromedial de la amígdala y del sistema límbico, además obedecen más a la intuición que al razonamiento (Brand, Heinze, Labudda, y Markowitsch, 2008; citados por Acuña, Castillo, Bechara y Godoy, 2013). En otras situaciones, las consecuencias de las decisiones se asocian a efectos que pueden ser estimados, por tanto estas son tomadas bajo un riesgo presumible, con ciertas claves que facilitan elecciones con mayor ventaja, llevando a que las funciones ejecutivas tengan un rol fundamental en este tipo de rendimiento que se basa en la integración de la memoria de trabajo, atención, flexibilidad cognitiva y procesos de categorización (Brand et al., 2008; citados por Acuña et al., 2013).

Por otro lado, en un estudio realizado en Bogotá y Cali, por Vargas, Henao y González (2007), sobre la toma de decisiones en la adolescencia, especialmente enfocado en el ámbito de la sexualidad y la reproducción, afirman que la habilidad para tomar decisiones se desarrolla con la edad. En contraste con los adolescentes mayores y adultos, los adolescentes con edades de 12 a 14 años tienen una menor habilidad durante el proceso de generar opciones para la toma de decisiones, en especial, para observar las situaciones desde diversas perspectivas, anticipar las consecuencias de la decisión a tomar y evaluar la autenticidad de información que se tiene de la situación (Gambara y González, 2005). Algunos estudios revisados por las investigadoras afirman que los adolescentes menores (12-14 años) son más vulnerables a seguir a otros debido a que muestran una capacidad limitada para identificar los riesgos y beneficios de anticipar las consecuencias de los múltiples cursos de acción, teniendo presente la información de las fuentes involucradas en la situación, además se les dificulta resistir la presión de amigos y compañeros. Por otro lado, los adolescentes mayores (14-19 años), tienden a tener mayores dificultades en la consideración de consecuencias a largo plazo, teniendo presente los intereses de otros y teniendo autocontrol en la situación, partiendo de lo ya dicho es imprescindible la presencia, supervisión y orientación de un adulto afectivamente cercano que pueda establecer los límites necesarios

Precisamente esta parte es lo que genera confusión en los adolescentes participantes en la investigación, ya que no sólo perdieron a su figura parental, sino también al eje de la toma de sus propias decisiones, y en la actualidad han tenido que hacerse más autónomos o recurrir a otras personas de círculo social cercano, para tratar de disminuir la probabilidad de error, apoyándose en el criterio de ese otro cercano. Así lo expresa una de las participantes:

*[...] Y antes, mis decisiones, prácticamente las tomaba mi mamá [...]  
Entonces mis tomas de decisiones han sido demasiado difíciles [...] Me  
estoy volviendo demasiado loca al tomarme mis propias decisiones,  
porque yo antes ni siquiera tenía voz propia, no, ella era la que decidía  
todo. (Ana María, 17 años, perdió a su madre hace 24 meses)*

Con respecto a los cambios que experimenta el adolescente con sus amigos, es importante afirmar que los pares son una fuente importante de apoyo para el afrontamiento de la pérdida, ya que facilitan reanudar las actividades que el adolescente realizaba en su vida cotidiana. Los iguales, compañeros y amigos de edad similar, forman grupos a partir de algunas coincidencias y afinidades, que hacen posible la ejecución de actividades distractoras que apacigüen y disipen los sentimientos de abandono y soledad producto de la pérdida.

El grupo de pares, ya sea pequeño o con una gran cantidad de miembros, genera una sensación de acompañamiento y empatía, que le proporcionan al adolescente en duelo la posibilidad de divertirse, no estar solo, hacer algo interesante (Palmori y Pombeir, 1989; citados por Criado, 2003). Los amigos suelen tener una función fundamental en la adolescencia, que es la de brindar soporte y comprensión, pues el grupo de pares proporciona seguridad cuando se está pasando momentos difíciles, de indefinición, o de conflictos al interior de la familia, y en el caso del adolescente que ha perdido una figura parental, se convierte en un apoyo crucial para retornar paulatinamente a las tareas que solía desempeñar antes de que su ser querido falleciera. De esta manera, retornar a su rutina junto a sus amigos, se convierte en una manera de sobrellevar la ausencia de su ser querido,

afirmando que son ellos quienes les dan la posibilidad de expresar sus emociones, les ayudan a retomar sus actividades y entienden las dificultades del proceso que está llevando a cabo:

*[...]Yo digo que me han apoyado más los amigos que la familia porque osea uno como que hay veces tiene más confianza con los amigos, entonces, osea yo, hay veces uno como que no puede evitar estar triste y como yo soy tan extrovertido y tan feliz como que ellos verme triste, como que dicen 'ahí está pasando algo', entonces como que me preguntan y me aconsejan, si lloran conmigo lloran, entonces eso es un apoyo muy grande. (Sebastián, 15 años, perdió a su padre hace 18 meses)*

Por lo que se refiere a los cambios en las relaciones que establecen los adolescentes con su familia, se observa que la figura parental perdida constituía un referente significativo en las relaciones interfamiliares, es por ello que su ausencia hace necesaria una reorganización de las relaciones con la familia.

De acuerdo a los relatos de los adolescentes se identifican cambios en las relaciones con los miembros de su núcleo familiar y la familia de origen de la figura parental perdida, sobre estas últimas se observan dos variaciones: la primera de ellas hace referencia a un marcado distanciamiento afectivo, aunque se mantiene una cercanía de tipo social otro lado; por otro lado, se encuentra un fortalecimiento de las relaciones debido a un esfuerzo por mantener el vínculo con la figura parental perdida a través de la comunicación y cercanía con su familia de origen.

Uno de los adolescentes manifiesta de la siguiente manera los cambios en la relación con la familia de la figura parental perdida:

*[...] Ellos sí, siempre me apoyaron y me ayudaron en eso, pero hay algunas veces que la familia de mi papá me dice ¡Ah!, ¿usted por qué no va a las misas?, ¿usted fue que no quería a su papá o qué? y yo: no estoy obligado a ir a una misa, pues porque si yo no voy no es porque no quiera es porque no tengo tiempo, es porque estoy lleno de tareas entonces ellos como que no entienden eso y creen que si uno no va es porque no quería a mi papá  
[...] (Sebastián, 15 años, perdió a su padre hace 18 meses)*

En el fragmento anterior se puede evidenciar el distanciamiento afectivo con familia de la figura parental pérdida, ya que estos intercambios están limitados a encuentros sociales ocasionales relacionados con la conmemoración de aniversarios por medio de rituales religiosos, no obstante esto es percibido por el adolescente como una presión social que nada tiene que ver con el vínculo afectivo que sostenía con la figura parental perdida.

Según Tizón (2004), la muerte de un ser querido lleva a la familia a calificar esto como una situación crítica para la cual dispone una serie de recursos encaminados hacia su capacidad de organización, cohesión, adaptabilidad y apertura interna, respecto a esto último señala la influencia de la pérdida en la permeabilidad de los límites del sistema familiar que regula la cantidad e intensidad de las relaciones establecidas al interior de esta y con el exterior, el duelo puede producir aislamiento de todos o alguno de sus miembros

respecto al exterior, así como, puede que la familia adquiera una tendencia a tener una relación semiabierta con el exterior o a cerrarse sobre sí misma de manera progresiva llegando a ser impermeable a las influencias del exterior.

Por otro lado, señala que el procesamiento afectivo de la pérdida depende de factores como: el tipo de pérdida, el momento del ciclo familiar en el que incide y el tipo de organización de la familia, en relación a esto último se encuentra el patrón de respuesta de la familia ante situaciones de conflicto y duelo, dicho patrón aunque puede llegar a ser variable se configura en dos tendencias: centrípeta y centrífuga, la primera de ellas, se caracteriza por un aumento de la cohesión interna que puede llevar a una simbiosis, la pérdida es central en todas las interacciones dadas entre los miembros de la familia así como de cada uno de ellos, Tizón (2004) afirma que la tendencia centrífuga en la familia lleva a la evitación de la situación de pérdida, en este patrón de respuesta se asigna la tarea de elaboración del duelo a uno de los miembros de forma que los demás eviten dedicarse a ello y se desentiendan de la situación.

Teniendo en cuenta lo anterior, es posible concluir que las dos variaciones identificadas y mencionadas obedecen a las tendencias dadas en los patrones de respuesta familiares, en lo manifestado por Sebastián se evidencia como la familia tuvo un patrón de respuesta con tendencia centrípeta en la cual todas las interacciones en la familia de origen de la figura parental perdida giran alrededor de la pérdida y ausencia del ser querido; para observar el patrón de respuesta con tendencia centrífuga se retoma lo que manifiesta Ana María, sobre los cambios en la relación con la familia de la figura parental perdida:

*[...] Ya casi nadie habla de lo sucedido, solamente de mi mamá, y lo que cambió demasiado fue que mi mamá siempre era el núcleo, entonces siempre nos reunía a toda la familia, pues no a la familia de mi padre, sino a nuestra familia [...] (Ana María, 17 años, perdió a su madre hace 24 meses)*

En el fragmento anterior se puede evidenciar por parte de la familia un cierto fortalecimiento de las relaciones que lleva a un esfuerzo por mantener el vínculo con la figura parental perdida, sin embargo, es notable como las interacciones entre los miembros de la familia están dirigidas hacia el ser querido que falleció por fuera de la situación de pérdida, prohibiendo a la adolescente verbalizar la pérdida de su figura parental y las emociones que esta produjo.

Por otra parte, retomando los cambios que experimentan los adolescentes en las relaciones con los miembros de su núcleo familiar, es posible reconocer que posterior a la pérdida de una de las figuras parentales el grupo familiar debe afrontar diversos cambios en su dinámica, tales como: reorganización de roles, cambios de domicilio y afrontamiento de dificultades económicas, ya que en algunos casos la figura parental perdida contribuía a la economía familiar.

En los relatos de los adolescentes, se logra constatar de manera significativa dos cambios que afectan la dinámica familiar: la reorganización de roles y las dificultades económicas, lo cual concuerda con lo que afirman Mazaira y Gago (1999) acerca de las repercusiones de la pérdida en la familia y en algunas ocasiones en el padre sobreviviente,

las cuales implican adaptaciones en el entorno social que se ven reflejadas de manera característica en la situación económica, lo cual lleva a la reorganización y asunción de nuevos roles en el hogar, en donde el adolescente percibe un incremento de responsabilidades. En relación a lo anterior, Romero (2013) refiere que la pérdida de un padre en la adolescencia afecta la vida familiar considerablemente en el ámbito económico, pues la pérdida plantea una desestabilización en la economía que se traduce en la reasignación de roles, lo cual implica que el padre sobreviviente o algunos miembros de la familia adquieran un empleo o incrementen su jornada laboral, lo que conlleva a una menor presencia en el hogar, esto genera alteraciones en la vida cotidiana del adolescente, pues aumenta el sentimiento de soledad y produce una falta de supervisión que luego se refleja en una actitud desafiante hacia los límites y reglas preestablecidas.

A continuación, uno de los adolescentes manifiesta la reorganización de roles que se presenta en su familia posterior a la pérdida de su padre:

*[...] Mi mamá, pero ella no tiene como tanta autoridad entonces uno le hacía más caso al papá porque él como que era más mano dura, pero a mi mamá uno le intenta hacer más caso [...] (Jeison, 17 años, perdió a su padre hace 13 meses)*

En este fragmento, se puede evidenciar de manera significativa la reorganización de roles que se produce en la familia a raíz de la muerte del padre y como esto afecta al adolescente que reacciona con una actitud desafiante hacia el rol de autoridad que tenía la figura parental fallecida y que ahora intenta asumir el padre sobreviviente.

Por otra parte, Sebastián expresa los cambios que ha experimentado en las relaciones que tiene con los miembros de su núcleo familiar referidos a la compañía y la sensación de soledad que produce la ausencia de su padre:

*[...] Yo era muy consentido y yo ya pues como que, osea mi mamá siempre ha trabajado y mi papá también, pero mi papá le quedaban más tiempos libres entonces como que pasábamos mucho, hacíamos muchas cosas y ya después de eso todo se acabó [...] (Sebastián, 15 años, perdió a su padre hace 18 meses)*

En relación a lo anterior, otro cambio significativo que se evidencia en la dinámica familiar es el aumento de responsabilidades que sienten los adolescentes a partir de la reorganización de roles, lo cual concuerda con lo planteado en la revisión sistemática realizada por Mazaira y Gago (1999) quienes afirman que al asumir nuevos roles en la familia, las responsabilidades se incrementan para los adolescentes debido al aumento de demandas y expectativas de parte del padre sobreviviente y otros miembros de la familia.

Finalmente, Ana María, refiere uno de los cambios en el ámbito económico posterior a la muerte de su madre:

*[...] Y cuando hacen mercados, es que todo cambia tanto, porque antes en los mercados teníamos leche, queso, jamón, tocineta, teníamos de todo y ahora pues eso se redujó por la falta económica, y son cambios no*

*tan favorables para nosotros, pero debemos de acomodarnos [...] (Ana María, 17 años, perdió a su madre hace 24 meses)*

Los cambios en el ámbito económico se enlazan de manera directa con la pérdida de ciertos privilegios que los adolescentes tenían antes de la pérdida de su figura parental, esto es uno de los hallazgos importantes en la investigación realizada por Romero (2010) y que concuerda con lo encontrado en los relatos de los adolescentes participantes en este estudio.

Para concluir, los cambios pueden ser imperceptibles en un primer momento, pero se hacen notorios conforme los adolescentes tratan de retomar sus actividades diarias y responder a las exigencias de su entorno cercano. Tras el fallecimiento de uno de sus padres, muchos niños y adolescentes experimentan diversas alteraciones en su vida diaria, a las que también deben adaptarse (Silverman y Worden, 1992).

## **8.2 Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental**

Partiendo de los planteamientos del eje I del OPD-2 (2008), donde se realiza una revisión breve sobre el concepto de *coping* o afrontamiento así como de los modelos e investigaciones realizadas por diversos autores, se aclara que el *coping* y la defensa en

términos psicoanalíticos son funciones del yo que se desarrollan de manera integrada en los individuos, que van en la vía de la regulación intrapsíquica, adaptación a la realidad y resolución de problemas.

Teniendo en cuenta lo anterior, la experiencia de pérdida de una figura parental es un suceso vital estresante al que debe hacer frente el adolescente y con este propósito acude a un grupo de recursos psicosociales considerados como factores protectores provenientes de las respuestas a exigencias ambientales y sucesos estresantes anteriores, estos recursos cuales facilitan la elaboración de la pérdida y sus implicaciones; a continuación se van a exponer algunos hallazgos relevantes sobre las estrategias que utilizan los adolescentes para elaborar la pérdida de sus figuras parentales (ver figura 2).

Los relatos de los adolescentes plantean que la experiencia de la pérdida de una figura parental es un acontecimiento que asumen con una marcada incredulidad y sus estrategias para afrontarlo dependen en cierto grado de cómo ocurrió esa pérdida y el carácter esperado o inesperado de la misma, además manifiestan que los cambios que genera esta experiencia también inciden en sus estrategias para hacerle frente.

Esta categoría se organiza en torno a las estrategias que utilizan los adolescentes para hacerle frente a la pérdida de su figura parental, teniendo en cuenta el carácter de esta y los cambios que va generando dicha pérdida, estas estrategias se clasifican en dos grupos: estrategias enfocadas a la búsqueda de compañía y estrategias enfocadas a el aislamiento.

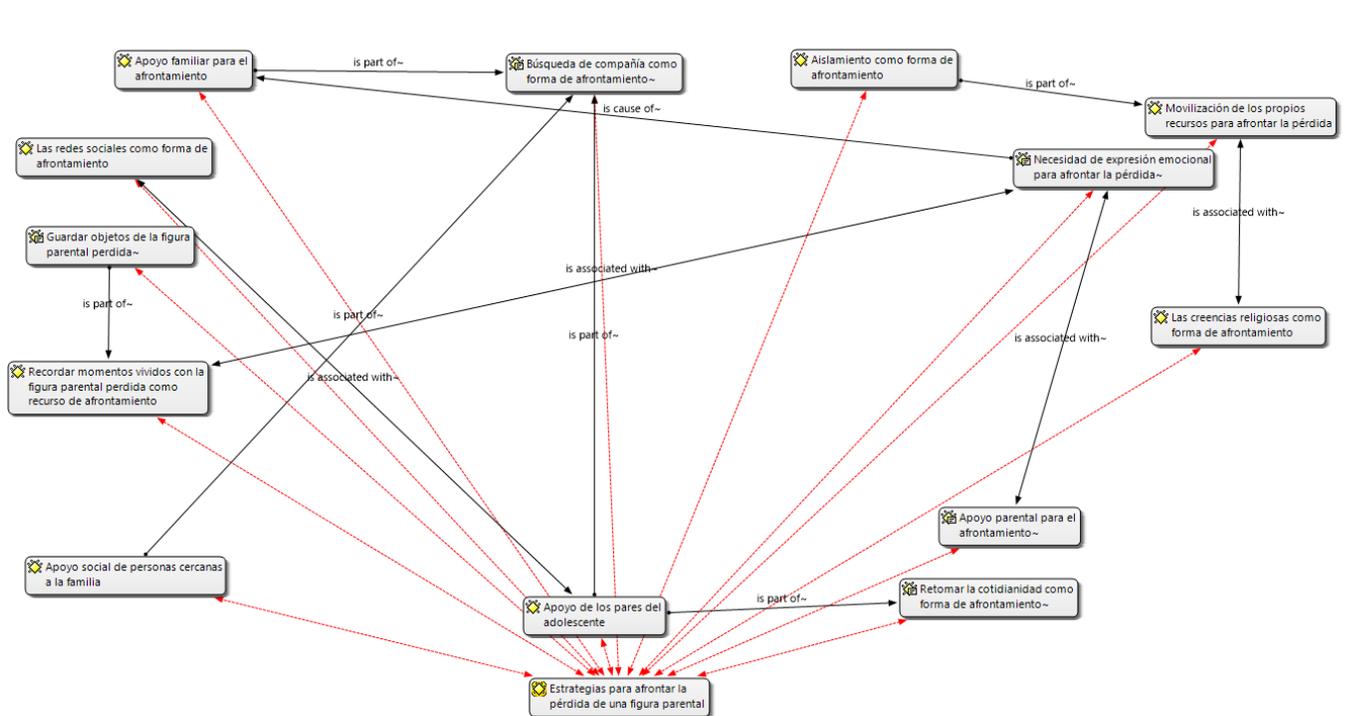


Figura 2. Estrategias para afrontar la pérdida de una figura parental

En el grupo de las estrategias enfocadas a la búsqueda de compañía se encuentran las siguientes: apoyo parental, apoyo familiar, apoyo de los pares, apoyo social, retomar la cotidianidad, uso de redes sociales y necesidad de expresión emocional.

Las redes de apoyo en los adolescentes suelen estar compuestas por los miembros de la familia nuclear, amigos, vecinos, compañeros y conocidos de la comunidad. Estos vínculos se convierten en sistemas de apoyo que constituyen un elemento indispensable para la salud, ajuste y bienestar de los seres humanos, preponderantemente en situaciones de gran vulnerabilidad. Lo fundamental de las redes de apoyo es su composición, pues se conforman de personas emocionalmente significativas que brindan un apoyo potencial al adolescente.

Uno de los hallazgos recurrentes en las narraciones de los adolescentes participantes en el estudio, hace referencia al apoyo recibido por parte de su figura parental sobreviviente, lo que propicia aspectos como la expresión emocional que genera un impacto positivo en la comunicación y en el afianzamiento del vínculo. Esto concuerda con los hallazgos de las investigaciones realizadas sobre la función que cumplen los vínculos familiares en la adolescencia para el afrontamiento de acontecimientos vitales estresantes, pues afirman que el afecto que los padres otorgan a sus hijos es un factor protector para la aparición de síntomas depresivos producto de situaciones vitales estresantes (Sanz, Gómez, Almendro, Rodríguez, Izquierdo y Sánchez, 2009).

En una de las entrevistas realizadas, uno de los adolescentes refiere de la siguiente manera el apoyo recibido por parte de su figura parental sobreviviente:

*[...] Y mi mamá es como esa que me escucha y ve todo lo que, todo lo que uno quiere expresar [...] (Yeison, 17 años, perdió a su padre hace 12 meses)*

La cita anterior da cuenta de cómo el padre sobreviviente se transforma en una fuente de escucha para el adolescente, referente a los afectos y pensamientos que trae consigo la pérdida.

El apoyo parental se articula con la necesidad de expresión emocional para afrontar la pérdida que lleva al adolescente a buscar sentirse escuchado, comprendido y no ser juzgado por su pérdida y el trabajo de duelo que realiza en su momento, en esa búsqueda

encuentra que la figura parental sobreviviente es quien logra brindarle un mayor apoyo, pues se da cuenta que se encuentra en su misma situación, ya que su vida también fue tocada por la pérdida, permitiéndole que comprenda lo que él siente y también puede tener emociones muy similares a las que él como adolescente está experimentando respecto a la pérdida.

Según Cookston (citado por Sanchez y Robles, 2014) el apoyo parental consiste en las conductas que tienen los padres respecto a sus hijos con el propósito de que se sientan comprendidos, aceptados y aprobados por ellos, asimismo estas reflejan la calidez y el cariño presente en la relación paternofilial.

En relación a lo anterior, Musitu y Jesús-Cava (2003) afirman que los adolescentes que perciben mayor apoyo por parte de sus padres tienden a tener estrategias de afrontamiento más efectivas que aquellos adolescentes que no perciben apoyo de sus padres, además tienen una autoestima saludable y mejores habilidades sociales. La necesidad de expresión emocional como estrategia de afrontamiento es efectiva siempre y cuando el adolescente cuente con una red de apoyo social en la que se encuentren disponibles sus figuras parentales y sus iguales.

En línea con el apoyo por parte de la figura parental sobreviviente, se encuentra el apoyo que los adolescentes perciben de otros miembros de su familia, se observa que el soporte emocional que pueden brindarle sus familiares es fundamental para sobrellevar la experiencia de pérdida, pues son bastante susceptibles a explorar de manera reiterativa en los recuerdos de los momentos que compartieron con su figura parental y eso les produce

malestar e impotencia, así que la compañía se hace necesaria para mitigar tal situación y generar otro tipo de actividades que les permitan distraerse o clarificar con personas de confianza aquello que pueden estar sintiendo. Este es el caso de una de las participantes de la investigación, quien afirma:

*[...] Cuando no soporto mucho esa tristeza, o esos problemas que me mantienen atada, le digo a mi hermano. Mi hermano y yo no nos comunicamos tanto, pero cuando necesitamos del uno al otro, ahí estamos. Entonces, yo lo llamo, y yo le hago una perdida, o le hago un mensaje, yo: Danilo no estoy bien, él ahí mismo me llama de una, y "¿Qué pasó? ¿Por qué eres así?" o "¿Qué está pasando?" Entonces yo le cuento, y él: "Ah, güevona..." que yo no sé qué, pues siempre me alegra, siempre está ahí.*

*[...] (Ana María, 16 años, perdió a su madre hace 24 meses)*

Teniendo en cuenta lo anterior, para dar un contexto, es necesario entender que el apoyo familiar está enmarcado dentro de lo que se conoce como apoyo social, que es aquel que inicia antes del nacimiento y se fortalece con el tiempo, mediante las interacciones con las figuras parentales y se extiende al ciclo de vida al establecer relaciones de pareja, con amigos, compañeros de trabajo, familiares y otros (Orcasita, Peralta, Valderrama y Uribe, 2010). Cuando el adolescente percibe que hace parte de una familia cohesiva, expresiva, organizada, en la que se fomenta la independencia y se experimenta cercanía y afecto de los demás, es poco probable que presente desajustes emocionales y comportamentales más allá de los esperables para la etapa evolutiva en la que se encuentra (Moreno, Del Barrio y Mestre, 1996), siempre que se dé un acompañamiento que promueva la independencia para

la elaboración, sin necesidad de generar en el adolescente una sensación de vigilancia o supervisión constante.

Respecto al grupo de pares, la amistad con otros jóvenes desempeña un papel importante, sobre todo en el período de independización respecto de la familia. El grupo de iguales cumple una función de apoyo y ejerce una intensa influencia en la conducta, sobre todo en su presión para obtener conformidad y popularidad social, y de este modo desempeña un papel importante en la socialización durante la adolescencia; la amistad llega a ser de vital importancia ya que el adolescente busca el aliento de afines con quien pueda compartir las experiencias vividas en el proceso de construcción de la identidad; los adolescentes son el grupo poblacional con mayor probabilidad de tener depresión, debido a que en este periodo del ciclo vital hay múltiples procesos de cambio (físico, psicológico, cognitivo y sociocultural) que llevan a los jóvenes a desarrollar estrategias de afrontamiento que faciliten el establecimiento de un sentido de identidad, éxito personal, social y autonomía (Blum, 2000), y una de estas estrategias es sin duda el resguardarse en el apoyo que le proporcionan sus pares, en un proceso de tanta confusión.

Así lo expresó uno de los adolescentes, cuyo interés era evitar la soledad para no llenarse de recuerdos tristes:

*[...] Yo evitaba mucho estar solo porque me venían muchos recuerdos a la cabeza, veía fotos, entonces como que uno le da más duro. Yo como que evitaba estar solo y al estar en compañía como que uno siente más la compañía y se olvida un poco de eso...Me mantengo mucho con mis*

*amigos, a mi casi no me gusta estar solo, me aburro mucho estando solo, casi siempre me pongo a ver YouTube cuando estoy solo, me puedo quedar todo un día viendo YouTube, pero cuando no eh, me voy a jugar play donde mi mejor amigo eh, voy juego futbol, veo películas. [...] (Sebastián, 15 años, perdió a su padre hace 18 meses)*

Con relación al apoyo de los pares, se encuentra el uso de redes sociales como otro recurso de afrontamiento, sobre ello los adolescentes manifestaron que hicieron uso de algunas de las redes sociales con mayor predominancia en la actualidad, como lo son Facebook y Whatsapp, para desahogar en un principio las emociones que suscitó la muerte de una de sus figuras parentales, y que ocasionalmente acceden a ellas con el propósito de compartir una foto o un recuerdo alusivo a este ser querido que falleció; sin afirmar con certeza cuál era el sentido de esto, indicaron que de alguna manera les permitía compartir con sus amigos y conocidos su estado de ánimo en ese momento, y por otro lado, demostrar que esta persona seguía siendo importante para sus vidas, que no la habían olvidado.

Lo anterior ratifica que la expresión emocional a la que se tiene lugar en un momento crítico de la vida, como es la pérdida de un ser querido, ha pasado de hacerse en el ámbito de lo íntimo - con familiares y amigos cercanos - a exponerse de diversas maneras en plataformas virtuales como las redes sociales; el adolescente hoy es un usuario predominante de este tipo de comunicación ya que según explica Enrique Echeburúa (2012), los adolescentes y jóvenes tienen una motivación especial para el uso de las redes sociales virtuales como lo son entre otras cosas la facilidad de acceso, la disponibilidad, la sensación de intimidad, la alta estimulación y el anonimato que ofrece en general Internet.

A partir de la aparición de la Web 2.0 o Web social que es la que permite a los usuarios de Internet, interactuar y colaborar entre sí, como creadores de contenido en una comunidad virtual, la muerte en occidente moderno comenzó a atravesar un proceso de extimidad, que ha generado una experiencia de relación digital permanente con los muertos, debido a la huella digital que cada uno crea al compartir su información personal en Internet. La llegada de la tecnología transformó la forma en la que los seres humanos se relacionan entre sí y con los que ya no están; ya que a pesar de que alguien haya muerto, no quiere decir que deja de existir en el mundo simbólico del doliente. En la actualidad hay una necesidad de hacer visible la vida propia a un inmenso público, y lo que la muerte representa para cada quién, también trata de hacerse ver (Marín, 2018).

Los adolescentes en particular, son dados a exponer su vida privada y en particular sus estados de ánimo con sus congéneres, y esto de alguna manera suscita en ellos una sensación de acompañamiento y comprensión por parte de los otros. Como lo explica uno de los participantes, no existe en sí una razón o una justificación plausible de lo que los motiva a hacer sus publicaciones, pero en un principio, cuando eran frecuentes tales publicaciones, encontraban cierta disminución en la ansiedad que presentaban:

*[...] Al principio publicaba muchísimo, yo me hacía el sufrido por decirlo así [...] Me sentía triste y yo y yo entonces como que me desahogaba al poner un párrafo y una foto [...] Porque yo lo acepto y como que todo mundo ahí comentaba, “me entristece” y esas cosas, pero ya casi no me gusta. En WhatsApp uno como que a veces pone fotos de perfil, sube*

*alguna fotico que uno se acuerde, un día especial, pero de resto no.*

*(Sebastián, 15 años, perdió a su padre hace 18 meses)*

Por otro lado, el apoyo social por parte de otras personas cercanas a la familia le permite identificar a los adolescentes la disponibilidad del contexto para brindar alternativas diversas, demostrándoles que no están solos, y que hay personas dispuestas a resolver sus inquietudes, que le dan valor a su sufrimiento y que además pueden ayudar cuando económicamente no se encuentran en las mejores condiciones. Tal como lo expresa Ana María:

*[...] Después de clases, yo iba donde unas profesoras a hablar sobre mis problemas, dos que eran muy amigas de mi mamá. Ellas me conocían, y yo hablaba muy bien con ellas, entonces eran como tipo tías, hablaba con ellas, y ellas me decían: "Mire, se lo mandó Dios" o "Mire, pues como compraba mis cosas, se lo doy para que usted se sustente tan siquiera con eso" Y yo, Ay, muchas gracias y todo eso. [...]* (Ana María, 17 años, perdió a su madre hace 24 meses)

Lo anterior, encaja en la conceptualización de apoyo social que propone Ana Barrón (1992), es decir, “un constructo multidimensional con distintas categorías siendo las principales la provisión de apoyo emocional, apoyo material y apoyo informacional” (p. 223). El apoyo social tiene varias funciones que pueden resumirse en tres fundamentales: apoyo emocional compuesto por algunos aspectos como intimidad, confort, cuidado y preocupación; apoyo instrumental que se relaciona con la ayuda material, finalmente, el

apoyo informativo, entendiéndose como la disponibilidad de consejo, guía o información importante de la situación (Orcasita, Peralta, Valderrama y Uribe, 2010). Estas tres funciones del apoyo social se observan de manera clara en las docentes a las que acudía Ana María luego de clases.

Por otra parte, el recordar momentos vividos con la figura parental perdida es una estrategia de afrontamiento que contribuye a la necesidad de expresión emocional, pues estos recuerdos permiten la emergencia de las emociones que el adolescente tiene respecto a la pérdida y la relación que tenía con su figura parental.

Según Bowlby (1980) (citado por Montuori, 2013) en la fase de anhelo y búsqueda de la persona pérdida, el pensamiento del doliente se dirige de manera exclusiva a los recuerdos que tiene con el fallecido, repasa de manera constante escenas de la vida común o acontecimientos de meses, semanas e incluso días previos a su muerte, pretendiendo con esto recibir consuelo de parte de otros y recuperar al fallecido. El doliente siente una necesidad imperiosa de hablar del fallecido que se relaciona con la ambivalencia del anhelo por reunirse con él y al mismo tiempo reconocer la imposibilidad de esto.

En relación a lo anterior, Montuori (2013) afirma que la calidad del vínculo con el fallecido facilita la elaboración del duelo y determina el nivel de ambivalencia que presenta el doliente, así como la cantidad de recuerdos positivos o negativos que cumplen una función de consuelo o reproche. Este planteamiento puede observarse de manera significativa en un fragmento del relato de vida de Yeison, quien resalta la importancia de

disfrutar al máximo los momentos de vida y su satisfacción respecto a los recuerdos positivos de momentos vividos con su padre:

*[...] Debemos vivir cada momento como el ultimo porque hoy estamos mañana no sabemos entonces a cada momento que compartimos con un ser querido sacarle el mayor provecho posible a este, yo pienso que lo compartido con papá fueron momentos felices y agradables a los cuales le saqué mucho provecho. [...] (Relato de vida, Yeison, 17 años, perdió a su padre hace 24 meses)*

Por otro lado, Neimeyer y Ramírez (2002) afirman que la pérdida es un acontecimiento que valida o invalida el mundo de significados que el doliente tiene del mundo y que lo orienta en las interacciones que tiene con los otros, asimismo, esto lleva al doliente a realizar un proceso de reconstrucción de su mundo de significados o construcción de otros nuevos que le permitan comprender, interpretar y organizar su vida que ya ha sido cuestionada por la pérdida; en este marco de construcción o reconstrucción de significados cada emoción y sentimiento cumple una función particular que se logra observar en la manifestación externa de cada uno, dichas manifestaciones se deben respetar como parte del proceso y no deben ser controladas o eliminadas pues puede ser perjudicial para el proceso en sí mismo.

A continuación se logra observar en el relato de una de las participantes, como el recordar momentos que vivió con su madre le ayuda a expresar lo que siente respecto a la pérdida:

*[...] Ella tenía la maña de acariciarme el cabello, y yo desahogarme con ella, entonces no sé, normalmente pues yo me peino el cabello cuando estoy triste, entonces eso me hace recordarla. [...] (Ana María, 17 años, perdió a su madre hace 24 meses)*

Es notable la asociación que realiza entre las caricias en el cabello por parte de su madre y la acción de peinarse ella en los momentos en que siente tristeza y otra serie de emociones, en cierto sentido, parece ser que en esos momentos en que siente tristeza, la acción de peinarse su cabello le ayuda a disminuir su sensación de soledad, ya que esta le recuerda al ritual de caricias que su madre tenía con ella y le permite de algún modo descargarse emocionalmente aunque su madre ya no esté presente.

Articulada a la estrategia de recordar momentos vividos con la figura parental perdida se encuentra la estrategia de guardar objetos de la figura parental, el atesoramiento de estos puede presentar ventajas como desventajas para el adolescente, en cuanto a las primeras, permite al adolescente recordar los momentos vividos con mayor cantidad de detalles y particularidades, esto como una estrategia de afrontamiento contribuye a la emergencia de aspectos de la relación que mantenía con el fallecido, lo cual a su vez incide de manera directa en la aceptación de la realidad de la pérdida de manera intelectual como emocional.

Por otro lado, en el grupo de estrategias de afrontamiento enfocadas al aislamiento se encuentran las siguientes: movilización de los propios recursos, creencias religiosas y aislamiento.

Los estilos de afrontamiento durante la adolescencia se clasifican en tres, propuestos por la literatura general e investigaciones realizadas: estilo de afrontamiento focalizado en el problema, focalizado en la emoción e improductivo, el aislamiento pertenece a este último estilo y aunque se defina como improductivo no necesariamente implica disfuncionalidad, ya que el aislamiento es una expresión de la movilización de los propios recursos que realiza el adolescente para hacer frente a la pérdida de una figura parental.

Según González, Montoya, Casullo y Bernabéu (2002) las estrategias de afrontamiento en los adolescentes son una serie de aprendizajes producto de experiencias previas, las cuales constituyen un estilo estable que determina las estrategias a utilizar de acuerdo a la situación, señalan que el estilo de afrontamiento se estabiliza al final de la adolescencia, al inicio tienden a tener un estilo focalizado en la emoción, luego un estilo focalizado en el problema y a mayor edad se observa un estilo de afrontamiento improductivo, sin embargo, afirman que hay un incremento del repertorio de respuestas de afrontamiento con la edad.

Por otro lado, Valverde, Crespo y Ring (2003) afirman que en el proceso de afrontamiento intervienen diversas variables que pueden tener la función de interferir o potenciar dicha respuesta, entre estas se encuentran los factores internos como las estrategias habituales de afrontamiento y elementos propios de la personalidad como:

búsqueda de sensaciones, autocontrol, optimismo, entre otras. Los sujetos con un estilo improductivo o evitativo de afrontamiento, tienden a tener menores niveles de autocontrol y de optimismo, sin embargo, dicho estilo de afrontamiento es útil para situaciones amenazantes a corto plazo, a pesar de que no siempre resulta ser eficaz para manejar circunstancias vitales complicadas y persistentes en el tiempo.

A continuación, una adolescente refiere su principal estrategia de afrontamiento, el aislamiento, que es acorde con un estilo improductivo:

*[...] Cuando estoy mal, yo me encierro en mi cuarto, pienso en todo lo malo que me ha pasado, y lo bueno que puede suceder, también pienso en las otras personas, como ahorita les dije, que están saliendo adelante [...]*  
*(Ana María, 17 años, perdió a su madre hace 24 meses)*

Teniendo presente lo ya mencionado sobre el estilo improductivo de afrontamiento, de manera específica los bajos niveles de autocontrol y optimismo, es posible afirmar que esto puede generar dificultades para aceptar la realidad de la pérdida y el aislamiento como única estrategia de afrontamiento puede llevar al adolescente desear el mismo destino de la figura parental perdida, tal como se evidencia en un fragmento del relato de vida de Sara:

*[...] Por ti me desvelo llorando sin consuelo como una demente, a pesar de tus regaños siempre te tengo presente, en mis noches y en mis días anhelo verte...Si verte fuera la muerte, y no verte fuera la vida, prefiero la*

*muerte y verte, a no verte y tener vida. [...] (Sara, perdió a su abuelo hace 24 meses)*

El hallazgo del aislamiento como estrategia de afrontamiento resulta ser significativo debido a que en otras investigaciones realizadas con adolescentes que han perdido una figura parental no se referencia como estrategia de afrontamiento, aunque Kuntz (1991) describe llanto solitario en las noches y presentación de fachadas en los adolescentes frente a familiares y pares como estrategias de afrontamiento, sin embargo, estas no encajan de manera directa en el aislamiento.

Por otro lado, las creencias religiosas como estrategia de afrontamiento a la que acuden los adolescentes, involucra directamente la movilización de sus propios recursos, pues estas como consecuencia del desarrollo de la espiritualidad son una estrategia dependiente de manera directa del desarrollo cognitivo y emocional

Según Rivera y Montero (2007), la vida espiritual cumple un papel fundamental en el afrontamiento del estrés y la conservación de la salud, se relaciona con las estrategias de afrontamiento religioso que producen un impacto positivo en la salud del sujeto cuando se emplean de manera eficiente en situaciones de hospitalización, enfermedad y pérdida. En relación a lo anterior, afirman que el afrontamiento religioso es un fenómeno multidimensional que ayuda a las personas en la búsqueda de elementos significativos en periodos difíciles como: sentido de significado, confort emocional, control personal, intimidad con otros y salud física.

Por otro lado, Rodríguez, Fernández, Pérez y Noriega (2011), afirman que no es correcto asimilar la espiritualidad con la religiosidad, pues la espiritualidad es un aspecto de autotranscendencia y la religiosidad hace referencia al conjunto de prácticas y creencias asociadas a una religión en específico; en un estudio llevado a cabo por Sundararajan-Reddy (como se cita en Rodríguez et al., 2011) se concluye que las creencias espirituales en la adolescencia y juventud contribuyen de manera más directa a la resiliencia que las creencias religiosas, además, interactúan de forma diferente con los niveles de estrés produciendo diferentes respuestas resilientes y disminuyendo los riesgos del desarrollo de trastornos de conducta. Otro estudio realizado por Cotton y Monroe (como se cita en Rodríguez et al., 2011) concluye que la atención espiritual en la adolescencia es determinante para disminuir el riesgo suicida y promover la recuperación emocional en el afrontamiento y superación de crisis existenciales.

Finalmente, Rodríguez et al. (2011) concluyen que la espiritualidad en la adolescencia y juventud funciona como un amortiguador del impacto en situaciones críticas como: maltrato físico, abuso sexual, abandono familiar, muerte de un ser querido y estrés psicosocial, además, la espiritualidad promueve un desarrollo sano de la personalidad y estabilidad emocional en este periodo transicional del ciclo vital.

A continuación un adolescente manifiesta como el apoyo espiritual recibido le permitió generar cambios comportamentales para afrontar la pérdida de su padre:

*[...] Entonces yo me fui para un retiro espiritual y allá como que, osea como que me hicieron entender muchas cosas, conocí pues muchas cosas,*

*me explicaron muchas cosas, y bueno, eso me sirvió mucho para cambiar porque yo sí estaba muy horrible, entonces eso me sirvió demasiado y ya yo volví a mejorar las cosas con mi mamá y todo [...] (Sebastián, 15 años, perdió a su padre hace 18 meses.)*

### **8.3 Significados asociados a la pérdida de una figura parental.**

Para comenzar, Neimeyer y Ramírez (2002) afirman que la pérdida tiene múltiples significados que pueden referirse a la privación, el fracaso, la disminución y la destrucción, sin dejar de lado otros mucho más individuales relacionados con pérdidas en el pasado y con otras pérdidas en la vida de cada individuo, en relación con esto recurre al constructivismo que tiene una visión del individuo como constructor de significados para relacionarse con el mundo a partir de ciertos temas determinados por elementos culturales, familiares y de la personalidad, es decir, cada individuo crea un sistema único de significados que se organiza en torno a un conjunto de creencias nucleares que determinan la orientación de su conducta y la percepción de los acontecimientos vitales.

Continuando con lo anterior, Neimeyer y Ramírez (2002) plantean cinco proposiciones para comprender la pérdida y el duelo, la primera de ellas hace referencia a la muerte y su determinada naturaleza como un acontecimiento que puede validar o invalidar las construcciones orientadoras de la vida del individuo llegando a reafirmar o romper su marco de creencias y sentidos, en este último caso desencadenando una reconstrucción de significados; la segunda proposición, va en la vía de que tanto la pérdida como el duelo pueden afectar los cimientos de la identidad del individuo perjudicando el control que tiene de la realidad y llevando a una elaboración de un mundo nuevo transformado por aquello que perdió; la tercera proposición da cuenta de que aunque la pérdida no es un acontecimiento que el individuo elige, el duelo es un proceso activo que implica una constante toma de decisiones que puede llegar a ser desbordante para el individuo y que de



Esta categoría se organiza alrededor de los significados que los adolescentes otorgan a la pérdida de una figura parental desde sus vivencias, representaciones y acciones.

Iniciando en las vivencias, los adolescentes expresan que es mucho más difícil asimilar la muerte de un ser querido cuando ésta ocurre de manera repentina. Los participantes que perdieron a su figura parental después de haberlo acompañado en un proceso paulatino de declive en su salud, afirmaron que se sentían algo más preparados y que a pocos días de la pérdida, eran conscientes de que su ser querido ya no estaría más con ellos, que había tenido que partir para aliviar un dolor que lo aquejaba; este fue el caso de Jeison quien perdió a su padre hace un año debido a una enfermedad terminal y manifiesta esa consciencia de la pérdida antes de que esta sucediera:

*[...] Uno ya estaba como bien preparado, porque él también era muy fuerte, pues así, él decía que todos tienen que pasar por ahí, todos tenían que tener eso [...] (Jeison, 17 años, perdió a su padre hace 12 meses)*

Del lado de los participantes que perdieron a su ser querido de forma súbita, se encuentra que tienden a sentir mucha culpa, por no haber hecho o dicho algo específico a su figura parental y que les mortifica en gran medida no haber podido decirle adiós y haber expresado su afecto, tal cómo se observa en el relato de Sara:

*[...] Cuando él, cuando él estaba vivo yo nunca le dije padre, papá...Pues nunca lo hice y ahora me arrepiento porque nunca lo hice, entonces eso*

*es lo que más me afecta [...] (Sara, 15 años, perdió a su abuelo hace 24 meses)*

Este hallazgo, concuerda con lo que afirma Worden (2004) acerca de la naturaleza de la muerte del ser querido como un mediador que puede complejizar el duelo del sujeto, las muertes súbitas son más difíciles de elaborar que otro tipo de muertes ya que no han tenido un aviso previo, ni han dado lugar a la oportunidad de despedirse del fallecido. Es un tipo de muerte que deja una sensación de que no es real lo acontecido y que da lugar a la exacerbación de sentimientos de culpa. Se presenta una sensación de impotencia y rabia en la persona superviviente, que se manifiesta con conductas hostiles hacia personas que posiblemente no tuvieron nada que ver con la muerte del ser querido. Los asuntos no resueltos son una preocupación especial de los dolientes en este tipo de muerte, ya que deja muchos remordimientos por cosas que no dijeron, y por cosas que nunca pudieron hacer con el fallecido. Aumenta la necesidad de entender y hay una necesidad especialmente intensa de buscar significado.

Desde la perspectiva de las representaciones, las explicaciones dadas por los adolescentes sobre la muerte, se enmarcan en el intento de dar una respuesta al sufrimiento que la ausencia de su ser querido puede generar, apoyándose principalmente en las creencias religiosas previas que cada uno ha construido y los significados que desde sus familias se ha entendido a la muerte. Tales discursos sobre sus propias vivencias respecto a la muerte en general, ofrecen ciertos grados de plasticidad y autonomía, lo que les permite ser usados en un contexto tan complejo como el de la muerte de un progenitor o cuidador

primario, a manera de una gran caja de comodines que los jóvenes parecen desplegar al momento de responderse preguntas esenciales.

Lo que cada adolescente logra expresar en cuanto a lo que para ellos representa haber perdido un ser querido, se entiende como aquella elaboración cognitiva que cada uno de ellos logra hacer para tratar de entender el por qué en ese momento dado sienten tanta angustia y tristeza. La confrontación con la muerte, en el ámbito psicológico, es una experiencia que todo individuo deberá afrontar en algún momento del ciclo vital, ya que la muerte es un aspecto implícito en la vida misma. Por lo tanto, la posibilidad siempre latente y presente de la muerte influye de alguna forma en el desarrollo psicológico desde muy temprana edad. Es por ello que, en el caso particular de los adolescentes de esta investigación, quienes no habían tenido que enfrentarse anteriormente al fallecimiento de un familiar cercano, empiezan a dimensionar las implicaciones de ser mortales, y su propia mortalidad como destino ineludible.

Uno de los adolescentes relata lo que para él representó la muerte de su ser querido, y cómo logró responderse a la pregunta de por qué fue precisamente su padre quien murió:

*[...] Pues yo al principio decía '¿Por qué se lo tenían que llevar, por qué a él?' Lo que dicen todos los que pierden un ser querido, pero yo entendí que, si él se fue, fue por algo, fue porque fue porque el destino lo quiso así, porque Dios lo quiso así, porque lo necesitaba, porque él ya había vivido*

*lo que tenía que vivir [...] (Sebastián, 15 años, perdió a su padre hace 18 meses)*

A propósito de esta confrontación vital, Yalom (1984) en su obra *Psicoterapia existencial* plantea cuatro aspectos básicos y fundamentales que toda persona debe afrontar en algún momento de su existencia: la libertad, la soledad existencial, la muerte y el sinsentido. Y es precisamente la muerte de un ser querido lo que en este caso empieza a generar una cantidad importante de significados que el adolescente debe empezar a incorporar en su proyecto de vida y a los cambios que evidentemente está enfrentando en otros ámbitos de su vida.

Por otro lado, este hallazgo es similar a lo encontrado por Barbara Kuntz (1991) en su investigación donde reitera que los adolescentes comprenden la muerte como un hecho universal que en algún momento puede ocurrirle a ellos pero al mismo tiempo la muerte de uno de los padres no les genera ningún sentimiento de culpa o responsabilidad, el cual si se observa de manera significativa en los niños al momento de justificar la muerte de uno de sus padres.

En relación con las representaciones y acciones, se encuentra la vivencia subjetiva de la pérdida que está mediada por una serie de factores importantes que inciden directamente en las fantasías asociadas a la figura parental perdida, por ejemplo, la muerte repentina conlleva una serie de fantasías que implican un reencuentro del adolescente con la figura parental con el fin de resolver asuntos pendientes y despedirse; en cuanto a la muerte esperada debido a un proceso de enfermedad de larga data, las fantasías están más

encaminadas a un reencuentro en el que el adolescente anhela ver a su figura parental en un mejor estado de salud y espera un mensaje de aliento de su parte.

Teniendo en cuenta que las fantasías asociadas a la figura parental pérdida son una manifestación del duelo que vive el adolescente, es fundamental retomar a Worden (2004) que las clasifica en cuatro categorías generales: sentimientos, sensaciones físicas, cogniciones y conductas; el anhelo como respuesta a la pérdida perteneciente a la categoría de los sentimientos se relaciona de manera directa con el sentido de presencia como una cognición en la que el doliente piensa que el fallecido se encuentra de alguna manera en la misma dimensión de espacio-tiempo de los vivos, debido a ello puede tener alucinaciones visuales y auditivas pasajeras que aparecen en las semanas posteriores a la pérdida. Finalmente, en la categoría de conductas se encuentran: soñar con el fallecido, pueden ser sueños normales, angustiosos o pesadillas, esta conducta tiene diversos propósitos para el doliente, además dichos sueños pueden contener elementos diagnósticos que dan cuenta del curso del duelo del sujeto.

Por otra parte, Bowlby (Citado por García, 2012) afirma que después de la muerte de uno de los padres los adolescentes anhelan la presencia del fallecido con persistencia y suelen expresarlo con un gran nivel de franqueza, debido a ello tienen la esperanza de que el padre vuelva, lo que conlleva que tengan una conducta de búsqueda constante y tengan una fuerte sensación de presencia del fallecido, lo cual lleva a que el adolescente experimente fantasías, alucinaciones visuales, auditivas y sueños con el fallecido con una frecuencia constante.

Partiendo de lo ya mencionado, se resaltan los sueños como la principal fantasía que tienen los adolescentes respecto a la figura parental perdida, de igual forma también se rescatan el sentido de presencia y las alucinaciones visuales. Ana María expresa el único sueño que ha tenido con su madre:

*[...] Yo soñé de que estábamos en un lugar demasiado blanco, sin piso, sin pared, nada, y ella estaba ahí y me miró, no sé qué expresión hizo, pero me miró y me dio un abrazo tan cálido y yo la abracé y cuando desperté yo estaba llorando [...] (Ana María, 17 años, perdió a su madre hace 24 meses)*

Este hallazgo concuerda con lo planteado por Silverman, y Worden (1992) quienes descubrieron que la mayoría de los niños del estudio mantenían una conexión con el progenitor fallecido mediante sueños, a través de recuerdos diurnos, y por medio de la conservación de sus objetos personales. Estos autores encontraron que el 81% de los niños/as se sentían observados desde el cielo por el progenitor fallecido; y que más de la mitad mantenían conversaciones mentales con el progenitor fallecido. Esta observación les llevó a concluir que es adaptativo que los niños afligidos mantengan una conexión interna con el progenitor muerto.

Es importante resaltar que las fantasías que tienen los adolescentes pueden fortalecerse a partir del atesoramiento de objetos pertenecientes a la figura parental, pues estos tienen un gran nivel de simbolismo que sirve de potencializador en la aparición de fantasías; el atesoramiento de objetos pertenecientes a la figura parental perdida puede presentar ventajas como desventajas para el adolescente, desde la perspectiva de las

ventajas le permite recordar los momentos vividos con mayor cantidad de detalles y particularidades, esto como una estrategia de afrontamiento contribuye a la emergencia de aspectos de la relación que mantenía con el fallecido, lo cual a su vez incide de manera directa en la aceptación de la realidad de la pérdida de manera intelectual como emocional.

Los objetos de la figura parental perdida tienen dos significados para los adolescentes, el primero de estos es el objeto como una herencia de su padre o madre, es decir, un objeto que pertenecía a su padre o madre y que al morir ellos tomaron la decisión de apropiarse de dicho objeto; el otro significado se refiere a los objetos como regalos cargados simbólicamente de narrativas y situaciones sociales que llevaron a que su padre o madre les obsequiara dicho objeto, en cierto sentido, ambos significados se vinculan de manera directa con el recordar momentos vividos con la figura parental, lo cual permite concluir que los objetos cumplen el propósito de perpetuar la memoria de la figura parental perdida y evitar el olvido.

Según García (2012) la conservación de los objetos o pertenencias del fallecido es común durante el duelo temprano, periodo inmediato al fallecimiento pues promueve el recuerdo de la presencia del difunto, asimismo la evocación de emociones y signos de dolor; en relación a ello, Worden (1997) (citado por García, 2012) afirma que vincularse a los objetos del fallecido establece un límite psíquico difuso entre el difunto y el doliente, pero a su vez produce una representación de los dos en la que una parte de ambos emerge a través del uso externo del objeto.

En la revisión de algunos aspectos del duelo en la literatura, Worden (1991) (citado por Pazos y García, 2000) diferencia los objetos de vinculación de los objetos que se guardan como recuerdos, ya que los primeros funcionan como objetos transicionales que pueden llegar a entorpecer la elaboración del duelo, sin embargo, ambos contienen un simbolismo otorgado por el doliente de manera consciente de acuerdo a algunos aspectos del objeto.

Según Pazos y García (2000) recordar al fallecido es de gran importancia en la elaboración del duelo siempre y cuando el doliente desarrolle cierta capacidad de olvido sin que esto le angustie, es decir, se espera que el doliente logre desarrollar un movimiento flexible entre el recuerdo y el olvido del ser querido que perdió.

A continuación un adolescente manifiesta los recuerdos que le trae determinado objeto que pertenecía a su figura parental perdida y que aún conserva:

*[...] yo tengo un reloj que le encantaba y que yo le decía mucho que me lo prestara y él 'no, usted lo daña', porque era un reloj muy caro, entonces yo cuando me lo pongo, como que siempre pienso en él [...] (Sebastián, 15 años, perdió a su padre hace 24 meses)*

Volviendo a las representaciones, se encuentran las expectativas personales y en general, el proyecto de vida que tenían los adolescentes antes de la pérdida, en el cual se encontraba la figura parental como un apoyo emocional como económico para el logro de sus sueños, una vez aparece la pérdida, los adolescentes reconocen sentir incertidumbre

porque los planes que tenían se han visto truncados por la muerte de su padre o madre. En una edad en la que están atravesando por tantos cambios, quedar ad portas de las responsabilidades que implica la adultez y a su vez, la necesidad de adherencia y pertenencia a un grupo de pares que genere confort y apoyo, generan mucha angustia y confusión y confiesan sentirse potencialmente vulnerables a problemas que se pueden generar adicional a la situación de duelo por la que están atravesando. Aspectos tan aparentemente elementales como la ropa que usarán en el día a día o tan trascendentales como la elección de una posible carrera profesional, se hacen mayormente difíciles de abordar con personas con las que ahora no tienen tanta confianza ni cercanía emocional.

Como la siguiente adolescente lo manifiesta, admite que todo se ha hecho más complejo de realizar ahora que su madre ya no está:

*[...] Yo siempre quise ser bióloga marina. Antes era cómo: '¡bueno! eso es demasiado fácil, tengo oportunidades, mi familia vive en Cartagena, en Cali, cierta parte de ellos viven junto al mar'; y mi mamá decía: "Sí, biología marina, eso está demasiado bien; mirá yo te pago la universidad, vos trabajás también, nos ayudamos mutuamente" Y ahora que ella no está, pues no tengo como motivos [...] (Ana María, 17 años, perdió a su madre hace 24 meses)*

Este hallazgo concuerda con lo planteado en la revisión sistemática de los efectos que produce el fallecimiento de una figura parental en la infancia y adolescencia, Mazaira y Gago (1999) afirman que la experiencia de la ausencia de la figura parental fallecida

provoca habitualmente en los adolescentes sensación de abandono, que incluye diversos temores cara al futuro, sentimientos de vacío y soledad, y nostalgia y anhelo del padre fallecido, cuyo grado podría estar principalmente condicionado por la intensidad de la interacción que mantenían y por el grado en que se había producido cierta separación de las figuras parentales, y que en ocasiones pueden ser expresados mediante ira.

Teniendo en cuenta lo anterior, es de importancia señalar que aunque los adolescentes reconocen el cambio en su proyecto de vida, la pérdida de sus expectativas personales y la complejidad que representa alcanzar sus sueños luego de la pérdida de su figura parental, en sus relatos no se encontró de manera clara el deseo de que su figura parental pudiera acompañarlo o estar en futuros momentos significativos de su proyecto de vida tales como: graduación, matrimonio, nacimiento de los hijos, a diferencia del estudio realizado por Kuntz (1991) quien encontró que sus participantes si tenían este deseo de acompañamiento por parte de la figura parental pérdida.

Finalmente, se encuentra la identificación de los adolescentes con algunos aspectos personales de la figura parental perdida, en la mayoría de los adolescentes esta se enfoca en aspectos físicos como de la personalidad de su padre o madre, la identificación se relaciona de manera directa con la representación de la figura parental, todo esto a su vez da cuenta del proceso de separación y ajuste que llevaban antes de que se diera la pérdida y como este se ve afectado por ella, según Henríquez (2010) durante la transición y búsqueda de la identidad los adolescentes tienen como propósito separarse de sus padres para lograr una mayor autonomía, por ello los desidealizan, evalúan y juzgan sus decisiones así como actitudes, sin embargo, cuando fallece una figura parental, los adolescentes tienden a

idealizar a la figura parental perdida y con ello a identificarse, lo cual genera a su vez cambios en la representación que tenían antes de la pérdida.

A continuación uno de los adolescentes expresa su identificación con su padre, y a su vez hace una reflexión respecto a algunos de esos aspectos con los que se identifica:

*[...] Físicamente, yo soy idéntico a él y también tengo muchas actitudes por ejemplo en, osea, los dos éramos como muy regañones, osea como que todo queríamos que saliera bien, éramos muy estrictos, yo soy muy estricto, por ejemplo cuando soy un trabajo yo lo hago marchar derecho y tiene que salir como yo diga, en algún punto está mal porque también hay que recibir las opiniones de los otros y también que somos como muy impulsivos, él era muy impulsivo y yo soy, eso está mal también [...]*  
*(Sebastián, 15 años, perdió a su padre hace 24 meses)*

## 9. Conclusiones

### 9.1 Cambios asociados a la pérdida de una figura parental

La pérdida de una figura parental es un acontecimiento significativo y de gran complejidad para los adolescentes genera un impacto a nivel físico, emocional y psíquico, que se refleja de manera inmediata en los cambios que comienzan a sucederse los días posteriores a la pérdida, estos pueden catalogarse a partir de tres ámbitos: la familia, los adolescentes en sí mismos y su entorno cercano en el que se desarrollan su vida cotidiana (colegio, amigos, grupos sociales/culturales, deportes, pasatiempos).

La pérdida de una figura parental atraviesa la familia de los adolescentes provocando una reorganización al interior respecto a los roles de cada uno de los miembros y su dinámica como grupo, pues las funciones que ejercía la figura parental perdida son asumidas por otros miembros de la familia en un intento de reparar dicha pérdida y continuar acompañando a los adolescente en su proceso de desarrollo evolutivo, sin embargo, esto no siempre es tolerado y aceptado de la mejor manera por los adolescentes, quienes consideran a la figura parental perdida como irremplazable. En cuanto a la familia extensa de los adolescentes y la familia de origen de la figura parental, los cambios se evidencian en el distanciamiento o acercamiento de las relaciones establecidas, asimismo en la celebración de fechas especiales y reuniones ocasionales.

Los adolescentes que han perdido una figura parental experimentan cambios en su sí mismo, los cuales comienzan a evidenciar cuando retoma su vida cotidiana a partir de los

relatos y comentarios que reciben de sus pares, así como de las dificultades que se presentan en su entorno cercano, en donde no siempre comprenden la situación en la que se encuentran, estos cambios también son relacionados a algunas pérdidas asociadas a la ausencia de la figura parental perdida que los acompañaba en algunas actividades cotidianas.

Finalmente, los cambios que se presentan en el entorno cercano de los adolescentes parten de la percepción que tienen de su entorno posterior a la pérdida, asimismo esto se enlaza a los cambios en el sí mismo que evidencia; los cambios más significativos en este ámbito son: el desempeño académico de los adolescentes que se debe en algunas ocasiones a la falta de comprensión de parte de la institución educativa, en la cual no todos los docentes se enteran de la pérdida de la figura parental y la falta de una figura que reafirme las decisiones que toman los adolescentes, pues quien ejercía esta función era la figura parental perdida.

## **9.2 Estrategias de afrontamiento asociadas a la pérdida de una figura parental**

Las estrategias para afrontar un suceso vital tan trascendental como es la pérdida de una figura parental primaria y significativa, resultaron ser ambivalentes y en algunos momentos, contradictorias, para los adolescentes participantes en este estudio. Todas las formas de hacer frente a la experiencia de duelo, se engloban en un conjunto de acciones que tienen como objetivo adaptar al superviviente a una nueva realidad, en la que su ser querido ya no se encuentra (por lo menos no de manera tangible). Tales acciones podrían ser o no funcionales, dependiendo en gran medida de cómo se logren mediante éstas la

regulación de la ansiedad y el apaciguamiento de sentimientos como la angustia y la culpa. Asimismo, se tienen presentes recursos del ámbito psicosocial que pueden reforzar herramientas personales previas, para la realización de un proceso de duelo medianamente fructífero.

En concordancia con lo anterior, se pudo evidenciar que, para los adolescentes, la forma en la que se da la muerte de su figura parental, así como el carácter súbito o esperado de la misma, influye de forma drástica en la manera en la que pueden hacerle frente. De manera general, se puede hablar de dos variedades de estrategias de afrontamiento: las que se enfocan en la búsqueda de compañía, que dan lugar a la expresión abierta de los afectos que se generan en el proceso; y las que se centran en el aislamiento.

De acuerdo con lo relatado por los adolescentes, su grupo familiar cercano y emocionalmente disponible y su grupo de pares, hacen parte del apoyo social, y son fundamentales para el proceso. Se encontró que no hay lugar a comparar las estrategias de afrontamiento entre los hombres y las mujeres que participaron en este estudio, ya que los hallazgos apuntan a que la tendencia de apoyarse en otros para encarar sus problemas o a despreocuparse e intentar resolver las situaciones por sí mismos, depende en gran medida de la disponibilidad percibida por parte de las personas con las que conviven y de sus amigos y personas de confianza. En términos adaptativos, estrategias como esforzarse en las tareas de la cotidianidad, concentrarse en resolver problemas menores o fijarse en lo positivo de las circunstancias por las que atraviesan, luego de la muerte de su ser querido, les hace sentirse menos desafortunados, pues logran contrastar su vivencia con la de otras personas que, en términos comparativos, han tenido que pasar por situaciones mucho más dramáticas y difíciles, además de que tienen efectos protectores en cuanto a otras

problemáticas; es decir, el diálogo con la figura parental sobreviviente y con el grupo de amigos y familiares, que da lugar a la expresión emocional, por ejemplo, sirve de protección a la aparición de síntomas depresivos. Para concluir, la expresión emocional es una estrategia de afrontamiento trascendental para los adolescentes en duelo, y va de la mano con el apoyo social que logran identificar en su entorno cercano; así se logra propiciar o reforzar aspectos como la empatía, y el sentirse escuchado y apoyado en una situación de tanta vulnerabilidad y confusión.

### **9.3 Significados asociados a la pérdida de una figura parental**

La pérdida de una figura parental genera una serie de significados y representaciones para los adolescentes, los cuales son determinados por la calidad del vínculo antes de la pérdida, la comprensión de la muerte que tienen los adolescentes, sus creencias y emociones sobre ello, las experiencias de pérdida previas, el carácter de la pérdida y su causa.

Los significados que los adolescentes otorgan a la pérdida de una figura parental se organizan desde sus vivencias, representaciones y acciones; las vivencias hacen referencia al carácter esperado o inesperado de la pérdida el cual se enlaza con las emociones de los adolescentes al recibir la noticia (resignación/incredulidad), la justificación que dan a la pérdida y el destino de la figura parental a partir de sus creencias religiosas, esto implica el desarrollo de fantasías como: sueños y sensación de presencia de la figura parental (verla, sentirla o escucharla); en cuanto a las representaciones, en el discurso de los adolescentes se presenta una idealización generalizada de la figura parental perdida en aspectos como su

personalidad y los roles que tenía en la vida familiar, esta se enlaza a una tendencia a identificarse con aspectos físicos y de la personalidad del fallecido, llevando a los adolescentes a incluir en su proyecto de vida metas afines a los deseos y expectativas que tenía la figura parental perdida sobre ellos.

Finalmente, las acciones están relacionadas con las vivencias significativas de los adolescentes con la figura parental perdida, tienen como propósito conservar los recuerdos y apaciguar el miedo al olvido, las dos acciones principales son: guardar objetos de la figura parental que adquirieron como herencia luego de la pérdida o que fueron obsequios antes de esta, tales como: ropa, joyas y/o accesorios, estos tienen una gran carga simbólica para los adolescentes pues los conectan con los recuerdos de manera directa e incluso cumplen la función de potencializarlos, en cuanto a los recuerdos y la acción de recordar con frecuencia momentos significativos con una gran cantidad de detalles ayuda a los adolescentes apaciguar el temor al olvido, el cual se espera que disminuya a partir del trabajo de duelo que cada uno realice.

## 10. Bibliografía

- Aberastury, A., y Knobel, M (1989). *La adolescencia normal: un enfoque psicoanalítico*. Ed. Paidós, Buenos Aires, Argentina.
- Acuña, I., Castillo, D., Bechara, A., y Godoy, J. (2013). Toma de decisiones en adolescentes: rendimiento bajo diferentes condiciones de información e intoxicación alcohólica. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 13 (2), 195-214.  
Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/560/56027416004/>
- Álvarez, L. (2009). Actitudes frente a la muerte en un grupo de adolescentes y adultos tempranos en la ciudad de Bucaramanga. *Aquichan*, 9(2) 156-170.
- Barrón, A. (1992). Apoyo social y salud mental. En J. L. Álvaro., J. R. Torregrosa, y A. Garrido, (Eds), *Influencias Sociales y Psicológicas en la Salud Mental* (pp. 223 – 231). Madrid: Siglo Veintiuno de España Editores S.A.
- Barudy, J. y Dantagnan, M. (2005). *Los buenos tratos a la infancia: Parentalidad, apego y resiliencia*. Ed. Gedisa, España.
- Berenstein, I., & Puget, J. (1997). *Lo vincular: clínica y técnica psicoanalítica*. Ed. Paidós, Argentina.
- Blum, R. (2000). Un modelo conceptual de salud del adolescente. En E. Dulanto (Ed.), *El adolescente* (pp. 656-672). Mexico: Mc Graw Hill
- Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *Anales del sistema sanitario de Navarra*, 30(3), 163-176.
- Cerón, M. C. (2006). *Metodologías de la investigación social*. LOM ediciones.
- Carvajal, G. (1993). *Adolecer la aventura de una metamorfosis*. Ed. Tiresias, Colombia.

- Carrizo, S. (2011). *Adolescencia y estilos de amor*. (Tesis de pregrado) Universidad Abierta Interamericana, Argentina.
- Criado, G. (2003). *Entre adolescentes: la importancia del grupo en esta etapa de la vida*. En Perinat, A. *Los adolescentes en el siglo XXI*. (pp.159-182). Barcelona: UOC
- Delgado, I; Oliva, A y Sánchez-Queija, I. (2011). Apego a los iguales durante la adolescencia y la adultez emergente. *Anales de Psicología*, 27(1), 155-163.
- Díaz V. (2003). La pregunta por el duelo. En: Del dolor al duelo. Medellín: Universidad de Antioquia. Pp. 52-98.
- Dillon, A. (2013). Los vínculos y la conversación 2.0. Miradas de adolescentes argentinos sobre Facebook. *Global Media Journal México*, 10(19).
- Domingos, B. & Maluf, M.R. (2003). Experiências de Perda e de Luto em Escolares de 13 a 18 Anos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 16 (3), 577-589.
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencias*, 4, 435-448.
- Fonnegra, I. (2006). Aprender a vivir con la ausencia del otro. El duelo. En: Fonnegra, I., *Morir bien* (pp.267-305). Bogotá: Quebecor World.
- Gambara, H., y González, E. (2005). ¿Sobre qué deciden los adolescentes?. *Infancia y aprendizaje*, 28(3), 277-291.
- García, A. M. (2012). Repertorios de objetos evocadores de recuerdos en padres y madres que perdieron hijos. *Batey: Revista Cubana de Antropología Sociocultural*, 3(3), 36-51

- González, R., Montoya, I., Casullo, M., y Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14 (2), 363-368.
- González, L. y Martínez, M. (2016). *Pérdida parental en la infancia y consecuencias en la edad adulta* (Trabajo de grado). Universidad Autónoma de Madrid.
- Grupo de Trabajo, O. P. D. (2008). *Diagnóstico psicodinámico operacionalizado (OPD-2): Manual para el diagnóstico, indicación y planificación de la psicoterapia*. Barcelona, Herder.
- Henríquez, N. (2010). *Identidad y separación en el proceso adolescente. Aproximaciones psicoanalíticas* (Tesis de pregrado). Universidad de Chile, Chile.
- Herrera, K., Nobles, L. y Acuña, E. (2011). Características psicodinámicas de duelo en pacientes con insuficiencia renal terminal. *Revista Psicología desde el Caribe*, (28), 197-211.
- Howe, D. (1997). *La teoría del vínculo afectivo para la práctica del trabajo social*. Buenos Aires: Paidós.
- Kuntz, B. (1991). Exploring the Grief of Adolescents After the Death of a Parent. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, (4), 105–109.
- Marín, A.F. (7 de junio de 2018). Polvo eres y en datos te convertirás. En Unidad de Duelo (Presidencia), Encuentro interdisciplinario sobre la muerte y el duelo. Conferencia llevada a cabo en el II Encuentro interdisciplinario sobre la muerte y el duelo, Sede Investigación Universitaria, Medellín, Colombia.

- Mazaira, J. y Gago, A. (1999). Efectos del fallecimiento parental en la infancia y adolescencia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 21(71), 407- 418.
- Montuori, E. (2013). El duelo visto desde la Teoría del Apego. *Revista de la Asociación de Psicoterapia de la República Argentina*, 6(1), 1-26.
- Moreno C, Del Barrio M y Mestre M (1996). Acontecimientos vitales y depresión en adolescentes. *Iber Psicología 1*, 15-28.
- Musitu, G., y Jesús-Cava, M. (2003). El rol del apoyo social en el ajuste de los adolescentes. *Psychosocial Intervention*, 12(2), 179-192.
- Orcasita, L., Peralta, A., Valderrama L. y Uribe, A. (2010). Apoyo social y conductas de riesgo en adolescentes diagnosticados y no diagnosticados con VIH/SIDA en Cali-Colombia. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 31, 155- 195.
- Pazos, P. y García, S. (2000). Aspectos del duelo en la literatura. *Psiquiatría Pública*, 12(3), 229-246.
- Pujadas, J. J. (1992). *El método biográfico: el uso de las historias de vida en ciencias sociales (Vol. 5)*. Ed. Centro de investigaciones sociológicas, Madrid.
- Neimeyer, R. A., y Ramírez, Y. G. (2002). *Aprender de la pérdida: una guía para afrontar el duelo*. Barcelona: Paidós.
- Real Academia Española. (s.f). *Diccionario de la lengua española*. Madrid, España.
- Restuccia, D. (2015). *Procesamiento de duelo por un familiar ausente en adolescentes que participan del Centro Juvenil "Padre Hurtado"*. (Preproyecto de investigación) Universidad de la República, Montevideo, Uruguay.
- Rivera, A. y Montero, M. (2007). Medidas de afrontamiento religioso y espiritualidad en adultos mayores mexicanos. *Salud mental*, 30(1), 39-47

- Robin, L. & Omar, H. (2014). Chapter 11: Adolescent bereavement. En J. Merrick, A. Tenenbaum & H. A. Omar. (Eds.), *School, Adolescence, and Health Issues* (pp. 97-108). Kentucky, United States of America: Nova Publishers.
- Rodríguez, M., Fernández, M., Pérez, M., y Noriega, R. (2011). Espiritualidad variable asociada a la resiliencia. *Cuadernos Hispanoamericanos de psicología*, 11(2), 24-49.
- Romero, B. (2013). *Factores que influyen en el desarrollo afectivo de los adolescentes ante ausencia del padre por muerte*. (Tesis de maestría) Universidad Veracruzana, Xalapa, México. Recuperado de <https://cdigital.uv.mx/bitstream/123456789/47307/1/CalderonVidalMiriamM.pdf>
- Sampieri, R. H., Collado, C. F., Lucio, P. B., y Pérez, M. (2014). *Metodología de la investigación*. 6a ed. México: Mcgraw-hill.
- Sánchez, M. y Osorio, E. (2007). *Duelo infantil: Conceptualización y elementos para la intervención* (Tesis de pregrado). Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
- Sánchez-Queija, I., y Oliva, A. (2003). Vínculos de apego con los padres y relaciones con los iguales durante la adolescencia. *Revista de Psicología Social*, 18(1), 71-86.
- Sánchez, R. y Robles, S. (2014). Apoyo, supervisión y comunicación con padres y su relación con el comportamiento sexual de jóvenes en conflicto con la ley. *Acta de investigación psicológica*, 4(1), 1398-1411.
- Sanz, L. J., Gómez, M., Almendro, M. T., Rodríguez, C., Izquierdo, A. M., y Sánchez, P. (2009). Estructura familiar, acontecimientos vitales estresantes y psicopatología en la adolescencia. *Revista de la asociación española de neuropsiquiatría*, 29(2), 501-521.

- Silverman, P, & Worden, W. (1992) Children's reactions in the early months after the death of a parent. *American Journal of Orthopsychiatry*, 62, 93-104.
- Tizón, J. L. (2004). *Pérdida, pena, duelo. Vivencias, investigación y asistencia*. Barcelona, Fundación Vidal i Barraquer.
- Tizón, J. L. (2013). *Pérdida, pena, duelo. Vivencias, investigación y asistencia*. 2a ed. Barcelona: Herder.
- Urbano, C. y Yuni, J. (2014). *Psicología del desarrollo: enfoques y perspectivas del curso vital*. Ed. Brujas, Argentina.
- Urizar, M. (2012). *Vínculo afectivo y sus trastornos*. Bilbao: Galdakao.
- Valverde, C., Crespo, M. y Ring, J.M. (2003). Estrategias de afrontamiento. En. Bulbena, A., Berrios, G. E. y Fernandez de Larrinoa P, *Medición clínica en psiquiatría y psicología* (p. 425-435). Barcelona: Masson.
- Van Manen, M. (2003). *Investigación Educativa y Experiencia vivida. Ciencia humana para una pedagogía de la acción y de la sensibilidad*. Barcelona: Idea Books.
- Vargas, E., Henao, J., y González, C. (2007). Toma de decisiones sexuales y reproductivas en la adolescencia. *Acta colombiana de psicología*, 10(1), 49-63.
- Worden, W. (2004). *El tratamiento del duelo: Asesoramiento psicológico y terapia*. Buenos Aires: Paidós.
- Yalom, I. (1984). *Psicoterapia Existencial*. Barcelona: Herder

## 11. Anexos

### 11.1 Guion temático de entrevista

#### 1. Capacidades de afrontamiento: recursos personales y psicosociales

Preguntas Guía	Pregunta Generadora	Preguntas complementarias
<p>¿Cuáles fueron las estrategias de afrontamiento a las que recurrió el adolescente en el momento de la pérdida y cómo aportaron al proceso?</p>	<p>Podrías contarnos qué cosas has hecho hasta el momento para enfrentar la muerte de tu papá/mamá. Puedes comenzar a contarnos desde el momento que recibiste la noticia hasta ahora, con todos los detalles que sea posible y puedes empezar por donde tu quieras.</p>	<p>1.1. ¿Qué aspectos de tu manera de ser crees que te han ayudado o han dificultado el asumir la pérdida de tu padre/madre?</p> <p>1.2. ¿Qué haces cuando te sientes muy afectado por la ausencia de tu padre/madre?</p> <p>1.3. En los momentos que te sientes mal o extrañas a esa persona, ¿prefieres estar solo o acompañado? ¿por qué?</p> <p>1.4. ¿Qué te han dicho otras personas acerca de la manera en la que has afrontado la pérdida de tu padre/madre?</p> <p>1.5. ¿Haces parte de un grupo social, cultural o religioso? ¿cuál?</p> <p>1.6. ¿Escribes o publicas mensajes y fotos sobre tu padre o madre en redes sociales? ¿Para qué?</p>

2. *Vivencia de la pérdida*

<b>Preguntas Guía</b>	<b>Pregunta Generadora</b>	<b>Preguntas complementarias</b>
<p>¿Cómo vivenció el adolescente la muerte de uno de sus padres y cuál fue la incidencia subjetiva que ha tenido este acontecimiento en su experiencia de vida?</p>	<p>Me gustaría que ahora conversáramos acerca de lo que recuerdas acerca de las circunstancias y todo aquello que has vivido desde la muerte de tu papá/mamá. Puedes hablarnos de aquellos aspectos que consideres importantes desde el momento en que te enteraste de la noticia hasta el día de hoy.</p>	<p>2.1. Podrías hablarnos del momento en que te enteraste de la muerte ¿Cómo fue? ¿Dónde estabas? ¿Por parte de quién recibiste la noticia?</p> <p>2.2. ¿Cuáles fueron los sentimientos que experimentaste una vez supiste del fallecimiento de tu padre/madre? ¿Qué hiciste en ese momento?</p> <p>2.3. ¿Qué cosas recuerdas del funeral? ¿Cómo fueron los días posteriores al sepelio?</p> <p>2.4. ¿Recuerdas algún elemento significativo del momento del fallecimiento?</p> <p>2.5. ¿Cómo has expresado tus sentimientos con relación a la pérdida de tu ser querido?</p> <p>2.6. ¿Hay alguna fecha especial que te recuerde a tu papá/mamá? ¿Qué haces en esa fecha ahora que él/ella no está?</p>

### 3. Cambios generados por la pérdida

Preguntas Guía	Pregunta Generadora	Preguntas complementarias
<p>¿Cuáles son los cambios ocurridos en la vida del adolescente después de la pérdida?</p>	<p>Podrías contarnos acerca de los cambios que han pasado en tu vida después del fallecimiento de tu padre/madre. Es decir, que cosas que hacías o pensabas antes ya son distintas.</p>	<p>3.1. ¿Qué cambios has evidenciado en tu vida cotidiana? ¿Has empezado a hacer algo distinto a lo que solías hacer?</p> <p>3.2. ¿Podrías hablarme de los cambios que han ocurrido en tu familia?</p> <p>3.3. ¿Cómo es ahora la relación con tu papá/mamá después de la muerte de tu padre/madre?</p> <p>3.4. ¿Han aparecido cambios en la relación con tus amigos? ¿Cuáles han sido esos cambios?</p> <p>3.5. ¿Has notado cambios en tu desempeño académico?</p> <p>3.6. ¿Has observado algún cambio en ti mismo o en tu manera de ver la vida?</p> <p>3.7. ¿Qué cambios has percibido en las expectativas que tienes sobre el futuro?</p>

4. *Significados asociados a la pérdida*

<b>Preguntas Guía</b>	<b>Pregunta Generadora</b>	<b>Preguntas complementarias</b>
<p>¿Cuáles son los significados que el adolescente atribuye a la pérdida de una figura parental?</p>	<p>Podrías contarnos ahora que has tenido la experiencia de la pérdida de un ser querido, qué piensas de la muerte. Qué significado pudo haber tenido esa pérdida en tu vida.</p>	<p>4.1. Podrías contarnos desde la experiencia de la pérdida de tu padre/madre, qué significa para ti actualmente la muerte.</p> <p>4.2. Podrías contarnos qué significaba en tu vida esa persona que falleció.</p> <p>4.3. ¿Qué cosas hacías con esa persona? ¿Qué es lo que más extrañas de ella? ¿Qué momentos te hubiese gustado compartir con él/ella?</p> <p>4.4. Puedes contarnos si conservas algún objeto de tu papá/mamá, ¿qué significado tiene para ti este objeto? ¿por qué éste y no otro?</p> <p>4.5. ¿Sientes que tus responsabilidades han aumentado desde la muerte de tu papá/mamá?</p> <p>4.6. ¿Has tenido sueños en los que aparezca tu padre/madre? ¿Qué explicación le das a esos sueños?</p>

## 5. Red de apoyo

<b>Preguntas Guía</b>	<b>Pregunta Generadora</b>	<b>Preguntas complementarias</b>
<p>¿Cuál es el respaldo que el adolescente percibe por parte de sus amigos y familiares para sobrellevar la pérdida?</p>	<p>Podrías contarnos cómo ha sido la relación con tus amigos y familiares a raíz de la muerte de tu papá/mamá, si te has sentido acompañado y con confianza para expresar tus sentimientos.</p>	<p>5.1. ¿A quién fue la primera persona a la que recurriste en el momento que te enteraste de la muerte?</p> <p>5.2. ¿A quién has buscado en los momentos difíciles de esta experiencia?</p> <p>5.3. ¿Te has sentido apoyado por tus familiares? ¿Por quienes? ¿De qué forma te han acompañado?</p> <p>5.4. ¿Has sentido un apoyo especial por parte de tus amigos a raíz de la muerte de tu papá/mamá? ¿De qué manera te han apoyado? ¿En qué momentos has recurrido a ellos?</p> <p>5.5. ¿Te has sentido acompañado por alguien más en esta situación?</p> <p>5.6. ¿Con quién vives actualmente? ¿Cómo te apoyan esas personas?</p>

## 11.2 Consentimiento informado

### CONSENTIMIENTO PARA EL DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN:

#### “Experiencia de pérdida de una figura parental en adolescentes”

Investigadores:

Laura Catalina Estrada Pérez

Maritsa Fernanda Tabares Gutiérrez

### INTRODUCCIÓN

Señor(a)\_\_\_\_\_ le informamos que su hijo(a)  
\_\_\_\_\_ ha sido invitado a participar de la investigación  
“Experiencia de pérdida de una figura parental en adolescentes”

Por lo tanto, queremos que usted conozca que:

La participación de su hijo en este estudio es absolutamente voluntaria, esto quiere decir que si él (ella) lo desea, puede negarse a participar o retirarse del estudio en cualquier momento, sin tener que dar explicaciones. Esta investigación no tiene un propósito terapéutico, se realiza únicamente con fines de producción de conocimiento.

Su hijo(a) no recibirá ningún beneficio económico del estudio actual. En vista de que su hijo(a) es menor de edad, se hace necesario que este documento sea conocido, aprobado y firmado por usted como padre, madre o acudiente.

## **1. INFORMACIÓN SOBRE EL ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN.**

Antes de cualquier decisión de participación, por favor tómese el tiempo para leer este documento y de ser necesario para preguntar, averiguar y discutir todos los aspectos relacionados de este estudio, con el investigador o con cualquier persona que usted considere necesaria.

## **2. PROPÓSITO**

El objetivo de esta investigación es describir la experiencia de un adolescente que ha perdido una figura parental, es decir, nuestra pretensión es detallar cuáles son las particularidades que manifiesta un adolescente acerca del fallecimiento de su padre, su madre, o de quien haya hecho las veces de éstos.

## **3. PROCEDIMIENTO**

Si accede a autorizar a su hijo para participar en esta investigación, es importante que sepa que será citado en tres momentos, durante los cuales se realizará: firma de este documento, evaluación del estado emocional, entrevista individual, y entrega del relato de vida por parte de su hijo, esto con el objetivo de recolectar información que permita develar los significados atribuidos a su vivencia particular.

En caso que usted lo desee, al finalizar la investigación podrá obtener devolución a partir de los resultados.

#### **4. INCONVENIENTES Y RIESGOS**

Esta investigación no involucra ningún tipo de riesgo físico ni moral. Si usted considera que se pone en riesgo la integridad de su hijo, podrá expresarlo a los investigadores o quien crea necesario.

Su hijo podrá ausentarse si por cualquier razón no puede participar de las sesiones de entrevista o demás actividades de la investigación. Le solicitamos a su hijo que se comunique a tiempo con los investigadores para programar un nuevo encuentro.

Igualmente, es de importancia comunicarle que en caso de que se observe alguna afectación emocional en su hijo, inmediatamente se activará una ruta de atención que implica un acompañamiento psicoterapéutico en una institución que preste dicho servicio.

#### **5. RESERVA DE LA INFORMACIÓN Y SECRETO**

La entrevista así como el relato de vida, son instrumentos que están diseñados para identificar aspectos personales de la experiencia de su hijo, garantizándole su derecho a la intimidad, manejando esta información a nivel confidencial. Los encuentros serán grabados y transcritos, y únicamente los miembros del equipo de investigación tendrán acceso a dicha información personal.

Nunca se publicarán ni se divulgarán a través de ningún medio los datos personales de quienes participen en esta investigación.

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Después de haber leído y comprendido toda información contenida en este documento con relación a la investigación “Experiencia de pérdida de una figura parental en adolescentes”, y de haber recibido de las investigadoras, Laura Estrada y Maritsa Tabares, las explicaciones verbales sobre ella y satisfactorias respuestas a mis inquietudes, habiendo dispuesto de tiempo suficiente para reflexionar sobre las implicaciones de mi decisión, libre, consciente y voluntariamente manifiesto que

yo \_\_\_\_\_ autorizo a mi hijo  
 \_\_\_\_\_ a participar en la misma.

Además, expresamente autorizo al investigador para utilizar los resultados de esta propuesta en otras futuras investigaciones.

En constancia, firmo este documento de consentimiento informado, en presencia del investigador, \_\_\_\_\_, en el Municipio de \_\_\_\_\_ el día \_\_\_\_\_ del mes de \_\_\_\_\_ del año \_\_\_\_\_.

Nombre, firma y documento de identidad del padre, madre o acudiente del participante

Nombre: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Cédula de ciudadanía \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Nombre, firma y documento de identidad del participante

Nombre: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Tarjeta de identidad: \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Nombre, firma y documento de identidad del investigador

Nombre: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Cédula de ciudadanía: \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Nombre, firma y documento de identidad del investigador

Nombre: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Cédula de ciudadanía: \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

**CONSENTIMIENTO PARA EL DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN:****“Experiencia de pérdida de una figura parental en adolescentes”**

He sido informada ampliamente de los objetivos de esta investigación y autorizo a mi hijo a participar en ella de la siguiente manera:

1. Compartiendo las experiencias personales con sinceridad y espontaneidad en las diferentes entrevistas.
2. Aceptando que los resultados de la investigación sean utilizados en la preparación de publicaciones científicas, siempre y cuando se conserve en el anonimato de la identidad de mi hijo.

Esta investigación contempla los parámetros establecidos en la resolución N° 008430 de 1993 del 4 de octubre, emanada por el Ministerio de salud, en cuanto a investigaciones con mínimo riesgo, realizadas con seres humanos.

He sido informado sobre las incomodidades que se pueden presentar en esta investigación, tales como:

1. Pueden existir preguntas que molesten o incomoden o causen vergüenza, las cuales mi hijo no estará obligado a responder o puede solicitar que se las expliquen.
2. Mi hijo puede retirarse de la investigación cuando lo desee.

3. Todos los encuentros que surjan con fines de la investigación serán de carácter gratuito.

### **11.3 Relato de vida de Ana María**

Fue el 30 de enero del 2016 donde terminó mi felicidad, la realidad la vi forzadamente, ya no vería las cosas en color de rosas porque en ese día, se murió mi madre...La persona que nos daba seguridad, comprensión, la que sí necesitábamos algo ella nos lo daba. La persona que siempre nos dio amor...Ya no está.

Al principio me sentía como ave buscando el nido, peleando por la búsqueda de comida...Aunque aún sigo varias veces en esas, tenía que picotear a un depredador hasta que este se vayas, porque con él no había tranquilidad. Se reunía aves de diferentes razas para ayudar en ciertas ocasiones, hasta mi graduación de vuelo.

En los vuelos busco y busco formas para ayudar a los del nido pero, sin saber, me he ido a una jaula con oscuridad donde lo que solo escucho son críticas que me dañan las alas, ya cada día me es difícil volar, no pude encontrar salida, pero si comida y un lugar donde descansar...Pues, cada vez me siento inútil, como un enfermo en estado vegetal...No imaginé que todo cambiaría drásticamente de una forma que nunca pensé.

Intento no estorbar con mi situación al nido pero fracaso y ahora siento que esta jaula es mi lugar, a pesar de que allí murió la razón de mi vivir, ya se mas o menos en que situación estoy, pero no soy capaz de salir, de tantos esfuerzos me canso, así que me quedo

estancada, escuchando aquellas voces, algunas hablan que debo cambiar para salir y otras solo resaltan todos mis errores, como no soporto a las voces hago lo que dicen hasta salir de allí y me recupero. Al mirar atrás de mi, veo la jaula iluminada, me siento libre y con ánimos de volar, me preparo y vuelo en un cielo hermoso y despejado que luego de pocos momentos se convierte en nubes negras con un nublado y oscuro cielo, quiero devolverme pero de repente un tornado me atrapa y me deja en el suelo lastimada y supe que lo que hice sin querer era algo malo para los del nido. Lastimada pido ayuda pero extrañamente no hay nadie, estoy sola... Al final para todos yo fui y soy una pulga, no pude hacer nada bien ya que siempre necesité de mi madre, pero ahora que ella ya no está físicamente estoy inestable, no logro hacer algo agradable para nadie ahora todos se alejan de mí y lo único que me queda es la jaula donde yo me había acostumbrado, así que voy allá, donde siento que soy alguien “importante”. Voy y encuentro a mi juguete preferido, lo veo roto, así que intento darle amor y arreglarlo que por razones que desconozco él no me deja, entonces él me empuja y se va, uniéndose junto con la oscuridad que de nuevo se formó, dejándome sola con las voces y conmigo misma.